<http://ni-ka.com.ua>

**Тема: О конфликтах в семьях, происходящих от самолюбия и разных страстей. ч.2. О конфликтах от лени, усталости, саможаления и праздности членов семьи (главы 1-4)**

*Составитель Ника*

[Глава 1. О не выполнении домашних дел членами семьи из-за лени 5](#_Toc192326038)

[Раздел 1.1: О конфликтах в семье по поводу невыполнения домашних дел, происходящих от страстей лени, праздности, саможаления, лукавства и от неправого мнения о распределении домашних дел 5](#_Toc192326039)

[В семье может не быть конфликтов о выполнении домашних дел по разным причинам 5](#_Toc192326040)

[Отсутствие взаимопомощи по дому может быть от разных страстей 6](#_Toc192326041)

[Примеры жалоб о невыполнении домашних дел членами семьи 7](#_Toc192326042)

[1.1. О конфликтах по поводу домашних дел от страсти уныния – телесной лени, которая бывает у членов семьи 12](#_Toc192326043)

[Святые отцы о страсти уныния, или лени и праздности 12](#_Toc192326044)

[1.1.1. Об основных проявлениях телесной лени 13](#_Toc192326045)

[У разных людей бывают различные состояния лени 14](#_Toc192326046)

[Ленивый ждет от других, чтобы его нужды удовлетворялись, и любит перекладывать работу на других, но сам не склонен делать для других 15](#_Toc192326047)

[Ленивый любит жаловаться и хвалиться мнимыми трудами 16](#_Toc192326048)

[При лени дела кажутся трудными 16](#_Toc192326049)

[Лень часто связана с лукавством, оправданиями и ропотом 17](#_Toc192326050)

[Людям привычнее видеть лень в других, и зачастую в то время, когда им самим лень 19](#_Toc192326051)

[При лени человек не любит труд и этим нарушает заповеди Божии о труде 19](#_Toc192326052)

[О трудолюбии и нетрудолюбии 21](#_Toc192326053)

[Об обольщении своей неленостию 22](#_Toc192326054)

[При лени человек поступает не по любви к ближнему 24](#_Toc192326055)

[Христианин должен благотворить ближнему по любви к Богу 26](#_Toc192326056)

[Лень – одна из главных страстей большинства людей и она наносит большой вред человеку 27](#_Toc192326057)

[1.1.2. Советы святых отцов как бороться со своей ленью 28](#_Toc192326058)

[Сознавай, что тобою правит страсть лени и понуждай себя трудиться 28](#_Toc192326059)

[Не следует слушать мыслей о трудности дела 30](#_Toc192326060)

[При противлении своей лени христианин должен понуждать себя с духовным смыслом 30](#_Toc192326061)

[Христианин должен заботиться о своих телесных нуждах, чтобы не быть в тягость другим 31](#_Toc192326062)

[Христианин должен, сопротивляясь своей лени, служить ближнему по любви к нему и ради заповедей Божиих 32](#_Toc192326063)

[О том, что ленивые христиане к домашнему труду не должны прикрываться молитвой и походами в храм 33](#_Toc192326064)

[О том, что нельзя отчаиваться и малодушествовать, когда понимаешь, что тебе не хочется менять привычный образ жизни 34](#_Toc192326065)

[Глава 2: Конфликты по поводу выполнения домашних дел, связанных с усталостью членов семьи, которая относится к страсти уныния и печали 36](#_Toc192326066)

[Раздел 2.1. О лукавой притворной усталости от лени и эгоизма 36](#_Toc192326067)

[Примеры о лукавстве ленящегося, прикрывающимся усталостью 37](#_Toc192326068)

[Примеры о лукавом прикрытии лени и эгоизма болезнями 38](#_Toc192326069)

[Примеры о труде действительно больных христиан 40](#_Toc192326070)

[Самолюбие любит прикрываться усталостью и немощами 41](#_Toc192326071)

[Христианин не должен притворяться и лгать о своих немощах 41](#_Toc192326072)

[Раздел 2.2. О мнимой усталости от страсти уныния 42](#_Toc192326073)

[О том, что люди нередко путают лень и усталость 42](#_Toc192326074)

[Страсть уныния несет бессилие души, а затем и тела 43](#_Toc192326075)

[О влиянии беса уныния на человека 43](#_Toc192326076)

[Убеждения о своей телесной немощи могут быть от веры своим помыслам 44](#_Toc192326077)

[Христианину следует учиться различать действительную усталость и лень и противостоять лени 45](#_Toc192326078)

[Раздел 2.3. О действительной телесной усталости 46](#_Toc192326079)

[Примеры о том, что члены семьи действительно устают 47](#_Toc192326080)

[О телесной и душевной усталости 49](#_Toc192326081)

[Телесная усталость и отдых естественны для организма 51](#_Toc192326082)

[О том, что телесная усталость нередко бывает от многопопечительности или неправильной организации труда 51](#_Toc192326083)

[О разумном подходе к телесной усталости 55](#_Toc192326084)

[Усталость тела легко переходит в дальнейшее разленение души 56](#_Toc192326085)

[При телесной немощи у самолюбивого грешника также расслабевает и страдает душа 57](#_Toc192326086)

[Раздел 2.4. О греховном саможалении тела 58](#_Toc192326087)

[2.4.1. Саможаление – враг, а люди считают его «другом» 58](#_Toc192326088)

[Саможаление – это самолюбие, телолюбие, самоугодие и малодушие 59](#_Toc192326089)

[Саможаление выражается в заботливости о своем здоровье при каких-либо трудностях или необходимости напрячься 60](#_Toc192326090)

[Душа грешника жалеет тело и боится за него 62](#_Toc192326091)

[При жалении тела нарушаются заповеди о служении другим людям 63](#_Toc192326092)

[При саможалении, как правило, происходит раздражение, гнев и др. негативные эмоции 64](#_Toc192326093)

[В саможалении всегда есть обида на того, кто тебя не жалеет, не ценит, не помогает, не благодарит 65](#_Toc192326094)

[2.4.2. Когда и какими мыслями обычно проявляется саможаление 66](#_Toc192326095)

[Зачастую жалобы на свою телесную немощь являются проявлениями лукавства и страстей 66](#_Toc192326096)

[Саможалеющие мысли имеют типичные словесные формы 67](#_Toc192326097)

[О саможалении, как малодушии, которое проявляется до исполнения дела и усталости 68](#_Toc192326098)

[О мыслях при малодушии 69](#_Toc192326099)

[Саможаление в форме «нытья» при телесной немощи 70](#_Toc192326100)

[2.4.3. О чувствах при мыслях саможаления, которые угнетают и лишают сил 72](#_Toc192326101)

[Саможаление относится к страсти печали, при которой происходит тягота, отчаяние, страдание 72](#_Toc192326102)

[При саможалении увеличивается бессилие 74](#_Toc192326103)

[Саможалеющие мысли усиливают страдания души и тела 75](#_Toc192326104)

[Дела при саможалении, жалобах и ропоте теряют цену перед Богом 76](#_Toc192326105)

[Раздел 2.5. Советы святых отцов о естественном и христианском противлении малодушию и саможалению 77](#_Toc192326106)

[Грешник склонен страдать от того, что не является скорбным обстоятельством 78](#_Toc192326107)

[Для того чтобы исправляться и правильно поступать, нужна духовная рассудительность 78](#_Toc192326108)

[Некоторые советы естественного характера о том, как не создавать поводы к саможалению 82](#_Toc192326109)

[Для того чтобы не мучиться от своих неправых переживаний следует наблюдать за собой, замечать, когда начинается жаление себя, и отвергать эти требования самоугодия 84](#_Toc192326110)

[2.5.1. Об утешении подбадриванием 86](#_Toc192326111)

[Следует приучить себя утешаться не «нытьем», а естественным правым утешением – подбадриванием 86](#_Toc192326112)

[О христианском утешении себя подбадриванием, в котором есть самообличение и напоминание себе о христианских истинах 88](#_Toc192326113)

[О естественных добродетелях против малодушия и саможаления – терпении, бодрости духа и мужестве 90](#_Toc192326114)

[В христианском терпении есть упование на Бога и христианину должно быть свойственно самопожертвование 90](#_Toc192326115)

[Примеры утешительных слов святых отцов на разные скорбные обстоятельства с памятью о христианских истинах 92](#_Toc192326116)

[а) Примеры утешений при некоторых действительных скорбных обстоятельствах 93](#_Toc192326117)

[б) Примеры утешительных слов о том, что христианский путь – путь скорбей и путь познания своих страстей 94](#_Toc192326118)

[в) Для того чтобы устыдить себя при малодушии и саможалении при усталости можно напоминать себе о телесных страданиях святых 95](#_Toc192326119)

[г) Утешения христианина от понимания того, что трудности – это испытания, которые ему посылает Бог 96](#_Toc192326120)

[д) Христианин не будет жалеть себя и малодушествовать, если будет воспринимать домашнюю жизнь и трудности в ней через духовный смысл и пользу 98](#_Toc192326121)

[2.5.2. Об утешениях, происходящих от памяти о Боге и молитвы 100](#_Toc192326122)

[В утешении себя христианин должен напоминать себя о Боге 100](#_Toc192326123)

[Утешением для христианина есть то, когда он выполняет домашние дела с памятью о Боге и во славу Божию 100](#_Toc192326124)

[Облегчение приносит молитва к Богу о помощи 101](#_Toc192326125)

[Облегчение в телесных и душевных тяготах приносит благодарение Богу и славословие 102](#_Toc192326126)

[2.5.3. Об утешениях от силы любви при трудной телесной деятельности 102](#_Toc192326127)

[О труде по любви к человеку, при котором не ощущаются трудности и усталость приятна 102](#_Toc192326128)

[2.5.4. Об обращении к кому-то за утешением 105](#_Toc192326129)

[Грешная душа ищет утешения в любви к себе 105](#_Toc192326130)

[Христианин должен искать утешения у Бога, а не у себя 106](#_Toc192326131)

[Для человека естественно, что он ищет утешения в любви другого человека, но грешник у грешника не найдет истинного утешения 108](#_Toc192326132)

[Раздел 2.6. О том, что многие люди не склонны помогать ближнему 109](#_Toc192326133)

[Примеры о том, как люди, у которых в силе самолюбие, эгоизм и лень, могут относиться к усталости родных и к помощи вообще 110](#_Toc192326134)

[В семье, где есть истинная любовь, существует взаимопомощь, согласие, благопопечение и жертвенность 113](#_Toc192326135)

[Примеры о том, что многие мужчины не только не хотят помогать, но и требуют, чтобы им помогали в самых простых нуждах 116](#_Toc192326136)

[В семье каждый человек в некой мере должен обслуживать себя и заботиться о ближних 117](#_Toc192326137)

[Примеры о прикрытии некоторыми мужьями своей лени и эгоизма словами об обязанностях жен и мужей 119](#_Toc192326138)

[Если в семье нет взаимопомощи, то в ней нет истинной любви, а есть самолюбие и эгоизм 122](#_Toc192326139)

[Глава 3: О конфликтах из-за разных видов праздности и о страсти праздности 124](#_Toc192326140)

[Раздел 3.1. Недовольными отдыхом ближнего могут быть как жены, так и мужья, но обычно все они хотят отдохнуть и как-то развлечься 125](#_Toc192326141)

[К праздности склоны все грешные люди 125](#_Toc192326142)

[Примеры типичных недовольств тех, кто осуждает развлекающегося ближнего 126](#_Toc192326143)

[Примеры недовольств тех, кому мешают отдыхать и развлекаться 129](#_Toc192326144)

[Конфликты происходят в основном потому, что каждый самолюбивый грешник желает отдыхать и развлекаться 130](#_Toc192326145)

[Раздел 3.2. Об отдыхе и праздности 132](#_Toc192326146)

[О естественной потребности в отдыхе после утомления и после трудов 132](#_Toc192326147)

[3.2.1. Основные признаки искажения естественного отдыха грехом 133](#_Toc192326148)

[Отдых может быть не после усталости, но грешник склонен прикрываться ею 134](#_Toc192326149)

[Отдых, когда еще есть дела, которыми нужно или можно заняться, но одолевает лень 135](#_Toc192326150)

[Грех, когда человек отдыхает в то время, когда ближний работает 135](#_Toc192326151)

[Дела мирские и хозяйские не оставляют времени для необходимого отдыха и для духовных деланий 136](#_Toc192326152)

[Плотоугодливый и самолюбивый человек отдыхает порочным или бесполезным способом, и даже не знает, как по-другому можно отдыхать 137](#_Toc192326153)

[3.2.2. О страсти праздности, как любви к развлечениям 139](#_Toc192326154)

[Праздность относится к греховным порокам и страсти уныние 139](#_Toc192326155)

[Праздности предшествует маята и скука 141](#_Toc192326156)

[Мир очень любит праздность и веселье 144](#_Toc192326157)

[Многие христиане также любят развлекаться 147](#_Toc192326158)

[Ответы святых отцов на недоумения, что плохого в развлечениях 149](#_Toc192326159)

[Праздность – одна из сетей диавола 151](#_Toc192326160)

[Праздность связана с другими страстями 152](#_Toc192326161)

[Стремление к праздности показывает духовную пустоту и желание идти по легкому жизненному пути 154](#_Toc192326162)

[О некоторых пагубных плодах праздности 156](#_Toc192326163)

[Христиане не должны праздно проводить свободное время, и особенно в привычных для неверующих людей способах досуга 160](#_Toc192326164)

[Глава 4. О недолжном и должном отношении христианина к ближнему, которым правит страсть лени и праздности 162](#_Toc192326165)

[В разных семьях есть разные устои относительно распределения домашних дел 163](#_Toc192326166)

[Раздел 4.1. О гневных и недовольных реакциях на то, что кто-то не делает что-то по дому 164](#_Toc192326167)

[Примеры о претензиях к тем, кто выполняет по дому всю работу о том, что они ничего не делают 165](#_Toc192326168)

[Примеры о том, что конфликты бывают из-за того, что кто-то из родных не убирает за собой 166](#_Toc192326169)

[Примеры о том, что конфликты бывают, когда ближние или не предлагают помощь, или после просьбы о помощи не хотят и в малейшем помочь 167](#_Toc192326170)

[Примеры о том, что конфликты бывают и по поводу того, как другой человек что-то делает не так 169](#_Toc192326171)

[Примеры о том, что конфликты о домашних делах могут иногда сопровождаться оскорблениями и заканчиваться побоями 170](#_Toc192326172)

[Примеры типичных фраз, когда кто-то не хочет делать что-то по дому или при распределении домашних обязанностей 170](#_Toc192326173)

[4.1.1. При конфликтах проявляется гнев, злоба и осуждение, исходящие от гордости и самолюбия 172](#_Toc192326174)

[Святые отцы о гневе на других людей 172](#_Toc192326175)

[Следует терпеливо и без гнева увещевать ближнего 174](#_Toc192326176)

[Советы святых отцов о том, чтобы не следить за ближним, как он выполняет дело 177](#_Toc192326177)

[Раздел 4.2. Обращение за помощью человека, который трудится, может быть по страстям 177](#_Toc192326178)

[Примеры о том, что просить помощи можно, когда ты и сам можешь с чем-то управиться 178](#_Toc192326179)

[Примеры о том, что можно не просить о помощи по разным причинам 180](#_Toc192326180)

[Примеры об обидах от ожидания помощи 181](#_Toc192326181)

[4.2.1. Христианское учение о просьбах о помощи 182](#_Toc192326182)

[Некоторые поучения святых отцов об обращении за помощью 182](#_Toc192326183)

[На первом месте у христианина должна стоять помощь другому человеку 184](#_Toc192326184)

[При лени другого не следует обижаться на его нелюбовь 186](#_Toc192326185)

[Раздел 4.3. О стремлении изменить лень другого человека 188](#_Toc192326186)

[Примеры об удачном и неудачном исправлении лени ближних 188](#_Toc192326187)

[Примеры типичных аргументов людей, почему надо исправлять ленивого ближнего или обращаться к ним за помощью, когда в этом нет необходимости 190](#_Toc192326188)

[О возможном лукавстве при желании изменить других людей 191](#_Toc192326189)

[Нужно трудиться и делать добро, несмотря на лентяев 193](#_Toc192326190)

[Не следует отчаиваться, не видя быстрых изменений 193](#_Toc192326191)

[Раздел 4.4. О должном отношении христианина к ближнему, которым правит страсть лени 196](#_Toc192326192)

[4.4.1. Лень других людей тяжело переносится, потому что у самого христианина может не быть правого отношения к своему труду 196](#_Toc192326193)

[Христианин должен относиться к домашним заботам, как к несению служебного креста и как к послушанию 196](#_Toc192326194)

[Хлопоты по хозяйству следует делать с памятью о Боге, в духовном трезвении, и с соблюдением заповедей 197](#_Toc192326195)

[Христианин должен воспринимать домашние дела, как поводы отвергать свое самолюбие 200](#_Toc192326196)

[4.4.2. Как правильно относиться к ближнему, который ленится 201](#_Toc192326197)

[Христианин должен относиться к порокам ближнего, как к духовным болезням 201](#_Toc192326198)

[Христианин должен носить «тяготы» ближнего 201](#_Toc192326199)

[Христианину следует молиться о ленивых ближних и о себе 202](#_Toc192326200)

[4.4.3. Как христианин должен быть настроен в отношении себя в вопросе исполнения любых дел 203](#_Toc192326201)

[Если видишь, что и тебе лень что-то делать, то заставляй себя сделать это, а не перекладывай на другого 203](#_Toc192326202)

[Учись обуздывать свой гнев 205](#_Toc192326203)

[Помни, что каждый ответит за себя на Суде 206](#_Toc192326204)

[4.4.4. О христианской заповеди о служении людям 206](#_Toc192326205)

[Христианам дана заповедь о служении людям 206](#_Toc192326206)

[Самолюбие и страсти не дают исполнить эту заповедь, ссылаясь на тяжесть 207](#_Toc192326207)

[Трудолюбивому и смиренному не тяжело служить другим 208](#_Toc192326208)

[Вера и любовь придают силы в служении другим людям 209](#_Toc192326209)

[4.4.5. «Благотворить ближнему есть дело любви» 210](#_Toc192326210)

#

# Глава 1. О не выполнении домашних дел членами семьи из-за лени

# Раздел 1.1: О конфликтах в семье по поводу невыполнения домашних дел, происходящих от страстей лени, праздности, саможаления, лукавства и от неправого мнения о распределении домашних дел

В этом разделе рассмотрим вопрос о конфликтах в семье по поводу невыполнения домашних дел, если кто-то не желает делать что-то по дому. Конечно, мы не сможем указать абсолютно все случаи, т.к. их великое множество, но приведем некоторые из них.

### В семье может не быть конфликтов о выполнении домашних дел по разным причинам

Но вначале скажем, что в семьях может и не быть ссор по этому вопросу, и это происходит по разным причинам. Например, потому что хозяйством занимается прислуга, или все уже давно привыкли к тому, кто и что делает или не делает, или люди нашли оптимальный вариант, который позволяет жить без гнева и ссор, или действительно в семье правит любовь, взаимопонимание и взаимопомощь. Далее приведем примеры различных ситуаций.

Так, в некоторых семьях бывает так, что каждый помогает друг другу.

Интернет – источник: 1). «Мой муж мне всегда помогает. На свадьбе у нас была договоренность, что никаких женских и мужских работ, все пополам. Так и идет. Стирать, убираться, кушать готовить, продукты покупать и т.д. все вместе. И отдыхаем вместе - валяемся на диване всей семьей!». 2). «Работаем с женой вместе. Вместе создавали фирму вместе и работаем. Дома обязанности распределены следующим образом: жена готовит и стирает, я мою посуду и убираю. А полки прибивать и краны чинить - это не работа это развлечение, и я его делаю с удовольствием».

Такое положение дел в семье более соответствует христианскому духу любви.

Может не быть конфликтов не потому что супруги помогают друг другу, а и когда один супруг (обычно это жены) все делает сам и просто не высказывает недовольств. Причем одни молча делают все сами от безысходности, а другие от убеждения, что так правильно. Например:

Интернет – источники: 1). «Мой муж мне не помогал ни до свадьбы, ни после свадьбы, ни во время беременности не помогает. Я, наверное, так воспитана, что считаю, так должно быть, мужчина зарабатывает деньги, женщина делает всё по дому ... Когда только начинали жить вместе, и я только вылезла из-под маминого крылышка, то поняла, что кроме меня никто не помоет посуду, не погладит бельё и не уберется в квартире, были слёзы и обида, а сейчас прошло, я привыкла, всё делаю сама... Благо муж не пилит, если посуда с вечера не помыта, а помою её утром, даже посудомоечная машинка есть, но ей не люблю пользоваться ... За всё время, что я беременна, муж помыл посуду всего два раза, когда у меня был токсикоз, и я ничего не могла делать ... Готовить он вообще не умеет, ну, максимум сосиски сварит. По поводу ребёнка, когда родится, я даже не рассчитываю на мужа, потом после того как ребёнку год будет, он с ним и посидеть сможет ... В общем, я не жалуюсь, привыкла». 2). «Я считаю, что абсолютно нормально, что женщина делает основную работу по дому, а мужчина зарабатывает основную сумму денег. Мы так и живём. Никаких претензий к мужу не имею». 3). «А меня как-то все домашние дела не напрягают. Я все делаю сама, и чтобы себе приятно было. Я же делала все это до мужа. Почему он теперь должен, что-то делать? Ну, готовила я себе, а теперь также готовлю только на порцию больше. Стирает машинка. Уборка квартиры по выходным, за два дня то уж можно час найти пропылесосить и пыль вытереть. А погладить ничего сложного нет, оно того стоит, чтобы муж был чистым и наглаженным, мне же с ним в свет выходить. Да и ему приятно. Мне кажется, нужно правильно время распределять».

Нет ссор и в семьях, в которых никто ничего особо не делает, и когда страсти у членов семьи одинаковые (обычно это: лень и неаккуратность). Например:

Интернет – источник: 1). «(У меня муж тоже ничего не делает, а я беременна)… Надо было сразу поставить условия. А теперь, после 8 лет жизни вместе, что можно от него требовать. Правда, он зарабатывает в 10 раз больше меня, я живу в его квартире и т.д. Все его. Благо, он не требователен, как есть, так и есть. Работаем оба до 17.00. Вчера пришла домой после работы, села на не заправленную кровать и осмотрелась: цветы подвяли, висят желтые листья, на столе возле компьютера нижняя одежда, на полу валяется один носок мужа, второй куда-то убежал, на столе куча моих бумажек с анализами, зеркало, кремы, полотенце кухонное, кружка из-под чая, диск со свадебными фотками и какие-то провода мужа. Посмотрела-посмотрела, да и пошла разогревать себе есть. На кухне немытая посуда, мусор начал вонять, надо бы вынести... Сварила сосиску, пожарила яйцо. Потом пришел он. Повалялись на кровати полчаса, поцеловались…, посмотрела фильм, он поиграл в игру. После пошли погуляли полтора часа (это обязательно каждый день). Пришли, легли спать. Вот так, ну что тут можно сделать?». 2). «А мне повезло. Меня никто не заставляет убиваться по поводу домашней работы. Не приготовлен ужин? Муж открывает баночку кильки в томате, делает бутерброд - и все спокойно! Полы немыты? муж хихикает, говорит, не обидно за то, что дочка его пластилином замазала. Вещи раскиданы? Собираем, сваливаем в одну кучку, например, на кресло. Отлежится - разберем! Просто я взбунтовалась сразу, может поэтому и результат какой-никакой получился».

Понятно, что в подобных ситуациях отсутствие ссор и видимая идиллия вызваны пороками лени, саможаления, не трудолюбием и т.п., и это не относится к правильному стилю жизни по христианскому учению.

### Отсутствие взаимопомощи по дому может быть от разных страстей

Существует несколько основных причин, из-за которых люди ссорятся при ведении домашнего хозяйства. Это лень, усталость, определенное мнение, сформированное с детства (я этого не должен делать), и эгоизм (мне должны другие).

Эти причины могут быть как в отдельности, так и вместе; но главное, что они исходят от самолюбия, а не от любви милующей и помогающей другому человеку. Но заметим, что бывает и так, что люди не могут помогать или себя обслуживать по каким-либо действительным обстоятельствам, например, тяжелая или поздняя работа, состояние здоровья (но об этом мы не будем говорить).

Обычно, люди привыкли обозначать нежелание что-то делать словом «лень». Вообще лень очень часто связана с другими страстями, но ленивый человек может оправдываться другими поводами. Так, например, один муж не так ленится, как считает, что это обязанность женщины, а не его. Другой ленится, но имеет самооправдания типа: чужая квартира, не умею, очень устаю и др. Например:

Интернет – источник: «Муж проводит очень много времени за компьютером. Ничего не хочет делать по дому (живём с моими мамой и бабушкой), мотивируя тем, что это не моё, что эта квартира неизвестно кому достанется (мне или моей сестре). Ладно, глобальный ремонт, но его еле допросишься ножи поточить. Про уборку даже заикаться нельзя. Его вещи просто свалены в кучу».

Может быть и так, что у члена семьи есть более не лень, а неумение. Например, если муж не может делать по дому сантехнические, электрические или строительные работы, но научиться этому ему все равно мешает лень.

Также ссоры бывают не так по поводу ведения домашнего хозяйства, как от чьей-то несобранности, беспечности, каких-то привычек или неаккуратности.

Интернет – источники: 1) «Проведя опрос 3000 женщин, исследователи из США доказали, что большинство семейных ссор происходит по причине разбросанной по дому одежды и мокрых полотенец. Больше всего это раздражает женщин. Также представительницы прекрасного пола выходят из себя, когда обнаруживают остатки зубной пасты в раковине, накопившийся мусор, отсутствие туалетной бумаги и поднятую крышку унитаза». 2). «Вечно ругаюсь с мамой из-за того, что когда она уходит из комнаты на кухню, то не выключает ТВ, а мне приходится вставать, идти за пультом и самой выключать». 3). «Частая причина ссор, когда мама периодически теряет свои ключи в своей сумке и, не предупреждая меня, забирает мои, так что я никуда за день не могу выйти из квартиры». 4). «Ругаемся за то, что не люблю мыть полы, а вот посуду люблю мыть, но меня заставляют именно мыть пол». 5). «Ругаюсь, когда мама придирается по поводу неубранных вещей, я оставляю уборку до вечера, а когда прихожу домой, то вещи "убраны" мамой туда, куда нормальный человек их в жизни не положит». 6). «Мой муж невнимательный. Я раньше злилась, а теперь смирилась. Ведь меня это злит, а не его, значит, мне и убрать проще. Вот мыл окна, ну просто отлично, чисто все стало. Пошли после гулять. Возвращаемся, и вижу, что в ванной в тазу с водой плавают тряпки, которыми мыл окна. Или взял масло для бутерброда. Намазал, съел. И оставил масло на столе. Солнце светило и масло растопилось. Или доставал мясо из морозилки, вытащил мешающие пакеты с овощами, положил на пол, взял, что надо, а овощи оставил на полу. И она растаяли. На все вопросы всегда один ответ: "Я забыл!"».

Есть и такие случаи, когда человек считает унизительным что-то делать.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 4-й запов., грех: Пренебрежение трудом простым или черным…): «Есть люди, которые… скорее потерпят недостатки и потери в своем хозяйстве очевидные и для других и для них самих, чем присмотрят за своим хозяйством; скорее будут видеть около себя разбросанность вещей и неопрятность, которых даже и не любят в душе, чем своими руками поправят, что могут, если не дождутся посторонней помощи. Не по лености эти люди отказываются от подобных трудов, но собственно потому, что считают их для себя низкими, неприятными. Какое заблуждение! Всякий необходимый труд в жизни есть и честный труд».

У некоторых женщин и девушек может быть нежелание заниматься хозяйством, потому что они считают, что важнее заниматься своим внешним видом.

**Климент Александрийский** (Педагог, кн.3, гл.2): «Не к принадлежностям жены, но к принадлежностям гетеры относятся бесстыдные хлопоты о различных прикрасах. Заботливость о домохозяйстве совместно с мужьями таких женщин занимает мало; они опорожняют денежный кошелек мужа и издерживают на свои прихоти все их материальные средства, лишь бы красивыми казаться и иметь возможно большее количество поклонников своей красоты, по целым дням просиживают они за своим туалетным столом и дают дело около себя купленным за дорогие деньги рабыням. …Естественно делаются они нерадивыми и в своем домохозяйстве, из заправительниц им, становясь как бы какими статуями, размалеванными для выставки. Поэтому женщина толковая говорит у комика: "…Мы разрушаем дома, делаем несчастными браки, наши дети сетуют на нас"».

Итак, причины недовольств и ссор по поводу домашних дел бывают разные и исходят от разных страстей – уныния, печали (как саможаления), гордости и эгоизма - хотя зачастую и обозначаются как лень; и далее мы остановимся на этих основных пороках.

### Примеры жалоб о невыполнении домашних дел членами семьи

А теперь будем говорить о недовольствах тем, кто и что не делает дома. Кстати, о том, что родные ленивые и эгоистичные жалуются все: и жены, и мужья, и дети, и родители. В этих жалобах есть недовольство на ближних за то, что они себя не обслуживают и не помогают в делах для всей семьи. Но все же чаще выражают недовольство и жалуются на мужей и детей женщины, т.к. они занимаются хозяйством. Поэтому вначале приведем некоторые их типичные жалобы.

(Напомним, что мнения людей приводятся для наглядного примера, чтобы увидеть себя и свои страсти или ошибки, а не для того чтобы разбираться кто плохой или хороший; и не для того, чтобы лишний раз пожалеть себя, когда негативные примеры подобны нашим ситуациям. А также по этим примерам явно видно как ведет себя человек, когда им правят страсти, в данном случае, эгоизм и лень, что и дает возможность познавать законы действия страстей для тех, кто стремится познать себя и свои страсти. Также нельзя не отметить, что жалующийся человек всегда показывает себя с лучшей стороны и может усугублять факты. Но это все же не помешает нам увидеть, как проявляются эгоизм и лень)

Вот как жены жалуются на мужей.

Интернет – источники: 1). «У меня ленивый муж! Кажется, что я живу с ним уже сто лет, но привыкнуть к его лени никак не могу. Придет с работы и на диван ... Автоматически нащупывает рукой пульт от телевизора и вперед! Никакие увещевания не помогают. Дети сами по себе, мама с кастрюлями на кухне, а папа наш отдыхает». 2). «Мой бывший муж работал на дому за компьютером. В день совершал две ходки - до туалета и на кухню, все остальное время сидел или лежал... А на мою просьбу вечером пройтись говорил «Я очень устал». По дому делать абсолютно ничего не умел и не делал, ибо с ним всю жизнь прожила мама, которая его от всего этого избавила (мама эта жила и с нами, поэтому дел ему просто не оставалось, а она при этом поговаривала: "Когда что-то делаешь - зови его, пусть помогает". А он никогда не шел мне помогать, и я отчаянно злилась на них обоих, на нее за то, что так приучила, на него - за то, что ленивый!) При этом деньги зарабатывал приличные, но радости от них мне совсем не было, так что через полгода я с ним развелась». 3). «Дело в том, что мой муж совсем не помогает мне по дому! Некоторые подумают, что так и должно быть, но это если, например, муж-кормилец, а жена сидит дома и ведет хозяйство. Но у нас ситуация другая: мы работаем оба, оба офисные работники, зарплата у нас примерно на одном уровне, у него чуть больше, рабочий день тоже одинаковый, приезжаем и уезжаем вместе! Только по приезду домой муж садится за компьютер или телевизор, а я отправляюсь готовить! Уборка, стирка, глажка - все на мне, он ни разу ни в чем не пожелал поучаствовать, пару раз ругалась с ним, решали, что он будет мыть посуду - забывается это дело через неделю, и каждый раз у него страдальческий вид, и пинать надо, сам не пойдет! Я не понимаю, он - высшее существо, или что? Почему при одинаковой загруженности все домашние дела ложатся на меня?». 4). «В нормальной семье мужчина должен помогать. А вот в нашей -ничего муж не делает, только рыбалка, машина. Посуду он вообще брезгует мыть, бокал ни разу не помыл за собой, о стирке и речи быть не может - он даже носки до ванны не доносит – где-нибудь их запихивает под диван, полы мыл пару раз, когда меня с роддома выписали, и я первую неделю без сил была. Готовить он может только яичницу и то только на себя». 5). «У некоторых мужчин дома чище, чем у женщин. Есть контингент, которые сами все делают, без просьб и напоминаний. Мне такой вариант не попался. Если по какой-то причине я попросила помыть посуду (это единственное, о чем я прошу, потому что, если попросить пропылесосить, то увидишь только один чистый кусок посередине ковра, а везде останется грязь), то это будет длиться весь день, с отдыхом и расстановкой». 6). «Ну вот, сегодня в очередной раз поругались с мужем. Как мне надоело его хамское поведение... Ну почему когда к мужчине со всей душой, в ответ получаешь только одни гадости? О муже забочусь, стараюсь быть доброжелательной и ласковой, а в ответ только равнодушие или грубость. Приходит с работы, его кормлю, он ужинает, и на диван или за компьютер, я его вообще не трогаю, думаю, пусть отдохнет. Дома у него вообще никаких обязанностей, только раз в неделю съездить за продуктами, весь дом и ребенок на мне. Ни разу тарелку за собой не помыл, с ребенком не занимается, гулял с ним, наверное, один раз за весь год. Зато претензий ко мне целая куча... Каждый день встаем все вместе, включая ребенка - как же, папе надо завтрак готовить, не встанешь – обиженное лицо и разговаривать потом через губу будет. Сегодня вот, пожарила яичницу, она у меня неудачно вышла, подгорела, потому что тефлоновое покрытие облезает, муж стал возмущаться, что плохо поджарила, не так как он любит, и что не сковородка, а я, оказывается, плохая хозяйка, и что он вообще уже устал терпеть, я все делаю не так как надо (это было сказано в очень грубой форме, ненормативным словом) в результате мы поругались. Он вообще стал считать себя центром вселенной, как же, он работает, приносит деньги (не такие уж и большие), значит можно хамить и грубить. Как будто я на диване лежу весь день, видит прекрасно, что мне тоже тяжело (сижу дома с ребенком, он у нас гиперактивный, к тому же постоянно больной, капризничает все время). Как с таким поведением бороться? Он всем вечно недоволен, стоит мне чего-нибудь сказать, он собирается и уходит на работу, а потом говорит, что ему не хочется домой идти. Я даже и не знаю как себя вести - стараюсь угодить - плохо, не стараюсь для него - тоже плохо».

Есть немало жалоб жен на то, что они ведут хозяйство по мере своих сил, возможностей и умений, но мужья этим недовольны и обвиняют их в том, что они плохие хозяйки, и при этом одни мужья никогда не помогают женам, а другие что-то делают по дому.

Интернет – источники: 1) «Мы в браке 3 года, есть ребенок 2 года. Муж постоянно упрекает меня в том, что дома всегда бардак, и я совершенно не смотрю за домом и вообще мама не привила мне все эти женские качества. (Под понятием "хорошая хозяйка" он подразумевает обед из трех блюд, и идеальную чистоту в доме и порядок во всех шкафах) Я работаю с 8.00 до 18.00 (работаю бухгалтером, а он считает, что это все равно, что ничего не делать совсем. Получается, на работе отдыхаю и дома тоже). Он сидит дома, не работает уже 2 месяца. С работы ушел, так как по его словам начальник самодур и перспективы там нет (До брака муж работал с 6.00 до 13.00. (на доставке продуктов) потом обедал и спал (говорил, что рано встает и не высыпается, а потом пол дня таскает тяжести то на жаре летом, то на холоде зимой)) Иногда ходит в детский садик делать ремонт, чтобы взяли ребенка. Помощи по дому можно дождаться крайне редко. Все разговоры и просьбы с моей стороны заканчиваются тем, что он во всем обвиняет меня (а я просто физически не успеваю все). Предлагала поделить обязанности по дому. Отказывается. Говорит, что его работу я все равно не ценю, так как не поддерживаю порядок (он когда-то сделал ремонт на балконе). Говорит ты же своего брата (живет отдельно) любишь, хотя он и ничего дома не делает, вот и меня люби. И еще говорит, что его мама в его детстве в бараке больше порядка сохраняла, чем я в квартире». 2). «Муж сказал, что нам нужно разойтись. Основная причина моя плохая хозяйственность. На деле хозяйственность у меня не то что бы уж совсем плохая, а я бы сказала средняя, обычная. Но я действительно могу не заметить бумажку на полу (не потому что лень, а потому что действительно ее не замечаю, она мне жить не мешает). Я могу капнуть чай на стол и не вытереть сразу. Кроме того, я работаю на дому и у меня дома много разнообразных бумаг, документов, коробок, пакетов. По хозяйству на муже было ходьба в магазин, выгул и кормежка собаки, загрузка и включение посудомойки (выгруз чистой посуды на мне - я часто это забывала делать и мне постоянно этим укоряли). На мне полностью ребенок (муж ребенком вообще не занимался - максимум минут 10-20 в день), уборка, стирка (есть стиралка, но все же...), мусор и всякие домашние дела по ходу дела (ну типа за квартиру заплатить, на собрание в садик сходить). Готовка наверное пополам - в будни муж дома только ужинал. Готовила то я, то иногда свекровь могла плова подкинуть, то пельмени сварить, муж часто сам мог что-то приготовить. Ну, вот как-то так, как получалось, так и делали. Работали оба до декрета (я даже больше работала, т.к. была на должности). Год я была в декрете, не работала. А потом появилась работа на дому (немаловажная причина необходимости работы, что муж на мои личные нужды деньги выделял с большим скандалом - к примеру, за 7 лет совместной жизни из зимней одежды мне была куплена одна зимняя куртка). Причем работа такая, что иногда приходилось целый день и полночи работать. Но убедить мужа, что работа на дому не значит, что я ничего не делаю, не получилось. В общем, постоянные упреки мужа что там не подметено, не вытерто, там игрушки валяются, там бумажки, там на пол капнуто и т.д. были. И вот мучаюсь, действительно ли из-за этого муж ушел или это внешняя "отмазка", а я зря себя мучаю... Сегодня заносил алименты, когда меня не было дома. Я позвонила сказать спасибо и получила замечание, чтобы я дом не запускала (дома действительно было совсем не убрано, т.к. мне, честно говоря, морально пока не до уборки). Т.е. опять показали - мол, вы никудышная хозяйка - не зря я ушел... Ну не такими словами, но смысл такой...».

На этом закончим приводить примеры жалоб жен на мужей, которых великое превеликое множество. И заметим, что мы не будем говорить на тему о том, какие бывают хозяйки, т.к. нас интересует, что движет людьми, которые не хотят что-то делать.

Также очень много жалоб матерей на детей.

Интернет – источники: 1). «Дочке 14 лет, не хочет ничего делать по дому, если заставляю, то все спустя рукава, лишь бы отстали. Это подростковое и пройдет, или уже навсегда, как думаете? Я сама не фанатка чистоты, но порядок поддерживаю, убираюсь по выходным, т.к. работаю до 7-8 часов, но в течение дня может же она пропылесосить, помыть посуду? если и делает это (с моей подачи), то пропылесосит только посередине, по углам оставит, посуду помоет, ни тряпку не прополощет, ни раковину не помоет, в шкафу у нее вещи аж вываливаются, на столе чего только нет и т.д. Постоянно ругаемся с ней из-за этого. А так неплохая девочка, учится нормально, всякие секции посещает» 2). «У меня старшая дочка ничего не хочет делать. Ей 9 лет. В голове одни игры, безделье, телевизор... Нет желания помогать по дому, нет желания учиться, все делает из-под пинка. Если я попрошу что-то сделать, в ответ охи, вздохи, делает, но плохо. … Ограничивала во всем: в ТВ, в развлечениях. Заставляла мыть полы по 2 раза (т.к. с первого плохо у неё получалось), переписывать уроки по 4 раза, читать много. Пытаюсь донести, что маме надо помогать, самой видеть, чем помочь и помогать, но все не изменяется» 3). «В психологическую консультацию обратилась мама 10-летней Оли: “Дочь ничего не делает по дому - в магазин сходить не допросишься, посуду оставляет грязной, белье свое не стирает, оставляет намоченным 2-3 дня. Все приходится делать за нее. Вообще мы готовы освободить Олю от всех дел - лишь бы училась! Но учиться она тоже не хочет. Придет из школы - либо (в компьютере), либо на телефоне висит…. Скатилась на тройки и двойки, а ведь до шестого класса была отличницей. Мы с отцом пытаемся вникать в ее уроки, чтобы помочь ей разобраться, но ей не нравится с нами заниматься, и зачастую наши совместные занятия кончаются истериками».

А вот несколько жалоб детей на родителей. Обращаем внимание, что детям свойственно жаловаться, что их заставляют обслуживать себя и помогать другим.

Интернет – источник: 1). «Дети это дети, а не рабы, родители не имеют права их заставлять выполнять грязную работу! Такие родители лишают своих детей детства!» 2). «У меня такая же ситуация, … мама тоже говорит: «Ты ничего не делаешь!» Ужас, после школы нужно отдохнуть, а она говорит про то и сё, я и так учусь на отлично, хоть бы как то поощряли, мне говорят: «ну, ты же девочка»».

А теперь приведем примеры жалоб мужей на жен, которые ленивы и неряшливы.

Но стоит заметить, что некоторые мужья обвиняют жен в том, что они плохие хозяйки или ничего не делают по дому, в то время как жены всё делают. Например, это свойственно мужьям, которых называют «брюзга», и такие мужчины обвиняют своих жен постоянно.

Интернет – источник: «"Брюзга" вечно ворчит и брюзжит, всегда чем-то недоволен, а чаще всего недоволен всем на свете и в первую очередь, своей половиной. Он все время придирается и упрекает. Что бы вы ни сделали, - все не так. Непонятно, чего он хочет и чего ему вообще надо. Пожалуй, он и сам этого не знает. Обычно "брюзга" несдержан на язык, может обидеть или даже оскорбить - не только в пылу ссоры, а когда он не в духе или чем-то недоволен. Все ему не нравится: жена плохая хозяйка, готовит невкусно ("Поучилась бы у моей мамы!"), дома беспорядок, денег вечно не хватает, детей она плохо воспитывает и т. д. и т. п.».

Бывает и так, что муж очень аккуратный человек, а жена не очень, и тогда муж будет требовать от жены идеального порядка в каждой мелочи, в то время как есть общий порядок.

Но часто напрасные обвинения могут произносить мужья во время гнева или раздражения, если жена что-то не успела сделать или сделала что-то не так или в ответ на просьбу жены ей помочь. При этом мужья нередко сами бывают ленивыми или эгоистами.

Но иногда бывает и так, что ленивый безразличен к тому, что другие не делают что-то, и он не предъявляет претензии другим. Например:

Интернет – источники: 1). «Но правда, что могу сказать к чести моего мужа, он сам и не сильно активный помощник, но и претензий к тому, что нечего поесть в квартире или вещи не стираны, или пол не помыт он не имеет. Пару раз за все время высказался и все. Так что я тоже могу расслабиться! Наверное, поэтому я и перестала сильно париться по поводу домашних дел - ну бардак иногда, ну перекусываем полуфабрикатами. Так ведь все довольны?». 2). «Мой такой же, после работы - компьютер или телевизор. Но надо отдать ему должное, что от меня не требует ни стерильной чистоты, ни каждый день новой рубашки, ни каждый день новых блюд, неприхотлив в общем-то. Если мне, например, неохота напрягаться, то могу и сосиски сварить или пиццу сделать из готовых коржей. И рубашек у нас штук семь, как раз на каждый день новая».

Далее приведем некоторые жалобы мужей на жен, которые, по всей видимости, действительно ленивы и неаккуратны.

Интернет – источник: 1). «Помогите разобраться с моей проблемой. Мы с моей второй женой вместе уже 2 года. Ей 24, мне 25. Жена не работает, сидит дома. Я работаю с 7 до 19 часов, кроме воскресенья. Мне все приходится делать самому, утром готовить себе завтрак, самому гладить, стирать, и убираю в доме тоже я. А она все это редко и по настроению. Моя первая жена вставала раньше меня и готовила завтрак, убиралась, я вообще не видел у нас в доме грязи. Все время старалась меня порадовать. Я уже устал так жить. От этого все время нервничаю, она считает, что я обязан сам все это делать. А сама целый день смотрит телевизор, читает журналы, болтает по интернету. Вся работа лежит на мне. Как вежливо дать ей понять, что меня это нервирует и дальше я так долго жить не смогу? Я уже ловлю себя на том, что начинаю медленно ее ненавидеть» 2). «(Мы в браке 10 лет, у нас трое детей и жена сейчас беременна) Моя жена откровенно неряшлива. Я от этого очень унываю (печалюсь). И не знаю, что с этим делать. И это, наверное, на 80 причина напряженности в наших отношениях и скандалов. А значит и причина того, что мы не можем жить вместе. Как мне сказали, … рукоприкладство не допустимо. Крики, скандалы и оскорбления – тоже. Ибо не по-христиански это. Личный пример (в надежде, что у неё проснётся совесть и ей всё же захочется вести домашнее хозяйство) не проходит (10 лет ждал). Приведу пример. Мы с ней не живём уже более 2-х лет, и я играю роль «воскресного папы». Приезжаю в выходные. Перестирываю горы грязного белья, 6-7 часов вымываю с мылом/с порошком всю грязь и пыль, перемываю все пригорелые сковородки и кастрюли, закупаю продукты на неделю, гуляю с детьми, чиню что сломалось. Когда я уезжаю в воскресенье ночью от жены к себе домой, то в квартире жены всё «блестит и сверкает». Когда же через 5 дней я приезжаю снова, то ощущение от квартиры «мамонт прошёлся». На полу грязь, использованные памперсы, куски грязи, фантики, какие-то сладкие пятна, куски огурцов, грязные вещи…. В ванной - горы грязного белья. Все до одной сковородки и кастрюли – грязные и заскорузлые. В раковине – гора грязной посуды. Дети все зачуханные. Т.е. ощущение, что это не квартира, где живёт нормальная женщина с детьми, а притон бомжей-наркоманов. Т.е. по всему видно, что жена, мягко говоря, себя не напрягала, а, попросту говоря, практически ничего не делала по дому. Жена делать ничего не хочет; хочет, чтобы всё делал я (это она называет «ты должен мне помогать»). …Она говорит: «Если тебя что-то не устраивает, то ты и делай». Что делать? Смириться с тем, что я всю жизнь буду должен как зарабатывать деньги, так и делать практически всю домашнюю работу (в то время как моя жена будет сидеть дома и заниматься только какими-то своими делами) я не могу. Как «перевоспитать» жену, чтобы она поняла, наконец, что она как женщина должна поддерживать «домашний очаг»? Она у меня не пьёт, не курит. Очень набожная. Любит детей. Короче во всех других отношениях она неплохая как женщина. Но вот что касается ведения домашнего хозяйства и поддерживания «домашнего очага» …тут хоть вешайся. Ну, никак не хочет, ну ничего делать. А когда я ей начинаю делать замечания – обижается. Или даже начинает меня оскорблять и гнать из дома. … (Далее приводятся ответы мужчины на вопросы и советы людей) Ну не могу я, чтобы мои дети жили в "бомжатнике". А жена не хочет ничего делать. Приходится "засучивать рукава" брать половую тряпку в руки и убирать. (Много раз пытался научить аккуратности) Всё приводит к тому, что квартира только ещё больше зарастает грязью, а жена начинает скандалить "с какой это стати я перестал ей 'помогать'!" …(Старшая дочь) моёт (посуду) только если уже нет ни одной чистой тарелки. И то вымоет только одну тарелку, чтоб положить в неё себе еду. …Моим детям и жене не нравится тот бомжатник, что они сами и устраивают. От этого они становятся раздражительными. Им нравится чистота и порядок. Но вся проблема в том, что они не хотят сами наводить этот порядок, а ждут "вот папа приедёт и… наведёт порядок". А сами будут лежать и в (грязи), страдать из-за этого, но даже "палец об палец не ударят" хоть чуть-чуть прибраться. …Когда мы поженились, она сначала делала по дому многое. Но с годами всё больше и больше привыкала к иждивенчеству и всё больше и больше перекладывала домашние дела на меня. …(Если поручаю, что-то сделать детям) жена сразу скандал затевает: "Отстань от детей, сам всё делай"… Ведь она практически кроме приготовления еды (да и то не часто – в основном, когда меня нет, ходит в магазины и готовит старшая дочь) и кроме прогулок с младшими детьми ничего не делает. Зато в храм молиться ходит, чуть ли не по 2 раза на дню, и отстаивает полуторачасовые службы. На это у неё силы почему-то есть. А подмести пол – нет ни времени, ни сил. …Но когда я приезжаю к ней, то вижу, что сын ходит по улице с огромной дыркой на штанах. Говорю жене: "почему не зашила". А она: "Мне некогда, мне не до этого, я и так выматываюсь". Я про себя думаю: "Да чем это ты так занята? Выматываешься? Только не понятно от чего. От безделья? Ведь дома такой хаос и свинарник. И дети ходят с дырами по улице, есть нечего, а в ванне гора грязного белья"»… Она мне часто говорит в ответ на мой вопрос, почему в квартире так грязно: "А я вообще-то за твоими детьми смотрю. Если б не я - тебе бы пришлось нанимать няню. А знаешь, сколько сейчас няня в Москве стоит? Более 1000 долларов в месяц. Так что помалкивай насчёт грязи" И добавляет: "Плюс домработница, которая будет мыть/стирать. Ещё 1000 баксов. Так что не будь меня - тебе бы пришлось ежемесячно "отстёгивать" по 2000 баксов" …Она видит так. Раз я мужчина, то я и должен всё делать. И деньги зарабатывать. И домашнюю работу выполнять. А она, видите ли женщина, и создана для любви, а не для того, чтобы с тряпкой ползать по полу. …Да я же не требую от неё идеальной чистоты. Я всё понимаю, что одной с 3-мя детьми сложно. Но когда, извините, жена лежит на кровати, а рядом с ней на простыне какие-то объедки? А на полу такая грязь, что не то, что подметать дворницкой метлой, лопатой нужно сначала отскребать. Это переходит все рамки. Это уже свинство. …Я молился. Сколько воплей я произнёс стоя на коленях перед иконами. Сколько слёз пролил, молясь Богу. Всё бесполезно. Жена только наглеет ещё больше и только всё больше и больше занимает иждивенческую позицию. А чтобы хоть как-то оправдать себя начала прикрываться своими болезнями. Но, как известно, нет абсолютно здоровых людей. У любого человека (если копнуть) можно найти тысячи "болячек" (было бы желание их найти). Говорит "у меня давление". Я ей отвечаю: "у моей матери-пенсионерки давление побольше твоего. Плюс "букет" других заболеваний. А она, находясь в преклонном возрасте, ещё вкалывает на тяжёлой физической работе, а не сидит дома. Плюс ведёт одна всё домашнее хозяйство (отец и мои братья ей не помогают). И посмотри, в каком идеальном состоянии находится их квартира. А в холодильнике всегда есть приготовленные ею блюда"» …Отчаиваюсь думая о том, какой образ отца и матери будет у детей: «Папа, засучив рукава, ползает по полу с половой тряпкой, а мама лежит с какой-нибудь православной книжкой на диване и придаётся ‘Богомыслию’».

Сразу заметим, что христианское учение говорит и то, что если женщина не желает заниматься хозяйством, особенно та, которая не работает и постоянно находится дома, то она согрешают против 7-й заповеди, которая упорядочивает семейные отношения.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 7-й запов., грех: Безучастие и несочувствие к трудам мужа): «…(Грех там, где речь идет) о брезгливости жены к хозяйству, между тем как нет для нее другой внешней и более благородной деятельности. Уклонение от попечительности по дому не приносит пользы здоровью, вредно отзывается и на нравственной стороне жены. Да; неделовая, не занимающаяся домом и хозяйством, жена частью и нравственно падает. Она склонна к праздности, к болтливости, к пересудам и к тому, чтобы ходить по чужим домам (Тим.5.14). Она считает для себя унизительным разговор о состоянии кухни и погреба, о том, в какое время лучше бы запастись известными жизненными предметами, между тем как этот разговор был бы лучше многих других разговоров для нее. Она поздно поднимается от утреннего ложа, между тем как муж с раннего утра на деле, заботясь (кроме пользы обществу) устроить и дом, пропитать семью. Она или только посылает мужа на труд, сама отправляясь в гости, или и труда его не ценит, называя его труд «привычкою, пристрастием», или, наконец, нисколько не жалеет его после трудов, после усиленных занятий».

Христианское учение говорит, что:

**Книга глаголемая Домострой** (авт. Сильвестр, гл.37): «…в горнице, и в комнате, и в сенях, и на крыльце всегда было бы чисто, с утра и допоздна, а стол и посуду всякую всегда мыть чисто, и скатерть - чиста. А сама хозяйка всегда была бы опрятна и одета, как нужно…. Одежду же каждодневную нужно развесить по полкам, а все прочее - в сундуках да в коробьях: убрусы, рубашки и простыни-все было бы хорошо и чисто, и бело, завернуто и уложено, не перемято и не замарано».

Кстати сказать и то, что немало жен, которые все же понимают, что они лентяйки и неряхи, и что так быть не должно.

Интернет – источники: 1). «Мне 23 года, я замужем уже 4 года, дочке 1 год. У меня большая проблема, которая разрушает и меня и мою семью. Я ужасная лентяйка и неряха (тяжело о себе так писать, но это правда). У меня дома редко бывает чистота, вечно всё разбросано, посуду мою только когда кончается чистая, пылесошу 1 раз в месяц, редко заправляю постель...когда знаю, что будут гости - могу навести порядок за 10 минут, но порядок только внешний (всё по шкафам распихиваю). А всё потому, что мне просто лень! настолько лень, что пусть лучше я полежу на диване, пока ребенок спит или в интернете посижу, чем встать и прибраться. Но это цветочки... еще мне лень поменять памперс дочке, даже если она покакает, то я не бегу сразу менять памперс, а сначала допью чай (или досмотрю передачу по ТВ), а доча ходит бедная в грязном. Еще я неряха, я могу не мыться 2 дня, т.к. лень, могу ходить дома в грязной майке, т.к. постирать лень. Могу оставить в стиральной машине стираное белье, пока оно вонять не начнет, т.к. лень вывешивать. Я с виду я очень эффектная, опрятная девушка, но это только когда я выхожу в люди, на улицу, а дома я просто свинья ленивая. Уже и мужу надоело делать мне замечания по поводу бардака дома, делает замечания по поводу внешности моей неопрятной. Я понимаю все свои ошибки, но побороть лень не могу! это как наркотик! лень разрушает мою семью и сжирает меня! Я это связываю с тем, что моя мама такая же и я просто наверное с детства так привыкла жить, но теперь вышла замуж и хочу иметь нормальную семью, хочу чтоб дома было чисто, чтоб я была опрятная, с чистой головой, спала на свежих простынях, но мне лень всё это делать! Читаю про себя и понимаю, что я ненормальная совсем! как так можно?!!!!!». 2). «Дело в том, что мне жалко своего мужа. Я жуткая лентяйка и неряха! Мы вместе с 15 лет, уже 6 год пошел. Отношения неплохие, если только я не устраиваю скандал на пустом месте. Недавно родила сына. Все как и хотела. Сама ребенка просила, а теперь мне тяжко. Тяжко, что одной приходиться все для него делать, ни бабушек, никого. Ненавижу готовить, и теперь мужу вообще готовить перестала, потому что приходиться сыну готовить по 3 раза в день. Бедный муж приходит с работы голодный, приходит всегда поздно, работает на себя, вкалывает (но как ни странно не жалуется, просто просит иногда приготовить, а я его посылаю), и в ответ он спокойно идет на кухню и ест что придется, или сам себе кухарит. Я привыкла сидеть у компа и есть шоколад. Муж всегда был за то чтобы я не работала, а я и рада деградировать...!!! Как только начали встречаться, я стала поправляться, и вот... уже 30 лишних кг. В квартире вечно бардак. Я никогда не глажу. Мне даже в стиралку лень вещи закинуть! Дома не убираюсь, только когда уже ходить противно, и крошки под ногами злят, я все это дело быстренько мою, примерно раза 2 в неделю, и это достижение! Я даже посуду раз в 2 дня мою. Зато в интернете я провожу время часами, а мой малыш сидит рядом и недоумевает, почему мама с ним не играет... А я как наркоман, пока все не пересмотрю, все свои новостные сайты не облажу, не успокоюсь!!! Я зациклена на себе! главные интересы в жизни - вкусно поесть и косметика. Раньше еще был шопинг, а теперь фигура не позволяет! И самое интересное муж все безоговорочно спонсирует, и не требует с меня ничегошеньки! На месте мужа я бы себя убила. Перечитываю и просто в шоке с себя и мужниного терпения. Это все чистейшая правда. Ни капли лжи. Хочу все эти качества перечеркнуть и начать новую жизнь! Как??».

Вот так говорят обычные люди о своих проблемах в семье по поводу бытовых дел. И, к сожалению, думаю, многие из нас также могут рассказать подобное о себе и о своих родных…

## 1.1. О конфликтах по поводу домашних дел от страсти уныния – телесной лени, которая бывает у членов семьи

А теперь поговорим на эту тему не языком констатации фактов, осуждения и отчаяния, что свойственно рассказам людей, а языком духовных истин. В изложенных далее поучениях святых отцов будет много ответов на то, почему ленивые люди ведут себя так, как изложено выше. И если кратко ответить, то они движимы страстью уныния и эгоизма, и четко поступают по законам, присущим этим страстям.

### Святые отцы о страсти уныния, или лени и праздности

У страсти уныния есть два основных вида: телесная лень и праздность.

**Иоанн Кассиан** (Добротолюбие, т.2, гл.5,е): «…главное, что производит в нас дух уныния есть то, что он разленивает, от дел отбивает и праздности научает».

Кратко скажем об особенностях лени и праздности.

Лень – это не трудолюбие, нежелание трудиться или делать какую-то работу и желание отдыха или нечегонеделания. Праздность же – это бесполезное проведение времени или лень делать какую-то работу, потому что человек желает развлекаться. Так, при лени и праздности не хочется что-то делать, а хочется просто расслабиться, проведя время не в труде, а в развлечениях, например: смотреть телевизор или играть на компьютере.

Лень и праздность как две неразлучные сестры. Иногда, даже трудно сразу понять, что изначально движет человеком – лень или праздность, т.к. как от нежелания трудиться появляется желание провести время в развлечениях. А от желания развлечься или приятно провести время человек будет лениться делать что-то полезное и нужное. Но все же их можно определить. Так, действие праздности можно увидеть, когда человек решает что-то сделать, но ему очень хочется или посмотреть телевизор, или пообщаться в интернете или по телефону, и он не делает того, что собирался, а выбирает развлечение, как другой вид деятельности. При этом человек испытывает явное стремление к развлечению. Действие же лени будет, когда человек вначале подумает типа: «ой, не хочется, надоело, устал» и т.п., т.е. человек вначале чувствует желание не начинать или прекратить какую-то деятельность. И потом уже может возникнуть желание развлечься, и это вступает в силу праздность. Заметим, что в естестве человека испытывать некую потерю энергии после трудов; но в случае с ленью человек испытывает некий упадок сил до совершения какого-либо дела.

Напомним, что страсть уныния также является одной из страстей самолюбия и относится к пороку плотоугодие.

**Феофан Затворник** (Примеры записывания добрых мыслей…, 44): «…плотоугодие - есть, пить, спать вдоволь; ничегонеделание, леность».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.1, § 200): «Признак самолюбия - когда кто-нибудь данное ему Богом дарование или скрывает, или не во славу Божию и пользу ближнего употребляет. Таковы те, …кто имеет здоровье и не хочет трудиться».

**Ефрем Сирин** (О добродетелях и страстях): «Забвение, леность и неведение… рождает сластолюбивая и покойная жизнь, привязанность к людской славе и развлечению. А первоначальная причина и самая негодная матерь всему этому есть самолюбие, то есть неразумная привязанность и страстная приверженность к телу, разлияние и рассеянность ума вместе с острословием и сквернословием, подобно всякой вольности в речах и смеху, приводящие ко многому худому и ко многим падениям».

Почему же самолюбие связано с унынием и человек любит лениться и развлекаться? Потому что это доставляет удовольствие.

**Авва Фалассий** (Добротолюбие, т.3, 51): «Разленение от вознерадения души; нерадит же душа сластолюбием болящая».

**Илия Минятий** (Слово во вторую неделю Великого поста): «…(некоторые) смертные грехи доставляют какое-нибудь наслаждение, какую-нибудь радость тому, кто их творит; например, … ленивый рад праздности».

Святые отцы говорят, что как лень, так и праздность легко могут погубить душу.

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл.85): «Покой и праздность - гибель душе, и больше демонов могут повредить ей».

И так как далее разговор будет идти о ленивых людях, то предостережем тех, которые не ленивы. Можно быть трудолюбивым, но быть больным гордынею и самомнением о своем трудолюбии и осуждать других. Поэтому святые отцы предупреждают:

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл. 4): «Ревностные наиболее должны внимать себе, чтобы за осуждение ленивых не подвергнуться самим еще большему осуждению».

**Отечник Игнатия Брянчанинова** (Об авве Феодоре): «Грешный или ленивый человек, сокрушенный и смиренный сердцем, угоднее Богу человека, делающего много добрых дел и зараженного по причине их самомнением».

Заметим и то, что человек может не желать что-то делать или потому, что устал, или потому что желает развлечься, или потому, что считает, что это не его дело. Обо всем об этом мы будем говорить подробно, но начнем с понятия «лень», как нежелания напрячься для какой-либо деятельности.

## 1.1.1. Об основных проявлениях телесной лени

Вначале скажем о телесно-душевной лени, как нежелании выполнять определенную работу (в данном случае домашнюю). (Лень есть еще и духовная, когда мы не хотим молиться, читать Святое Писание и учения святых отцов; но мы не будем сейчас о ней говорить)

Всем известно, что телесная лень явно проявляется в быту. Так к этой страсти относится, когда кто-то не желает, например, готовить, мыть посуду, убирать и т.п. Причем людям, как лень себя обслуживать, так и лень помогать ближним. Лень может одолевать, как жен, которые делают основную работу по дому, так и мужей или детей, которые помогают женщине или имеют частичные труды по дому.

Далее отметим основные характеристики лени; и пусть это поможет нам увидеть не так чужие ошибки, как свои.

Итак:

Н. Д. Гурьев (Страсти и их воплощение в болезнях): «Лень - желание не обременять плоть какими бы то ни было действиями… В поведении может проявляться бездеятельностью… Равным образом, лень может проявляться тем, что человек тяготится необходимостью выполнять повседневные обязанности, раздражается, когда возникает необходимость сделать что-то сверх того, на что он уже согласился; хватается за любую возможность отложить, хотя бы на небольшое время то дело, которое сам вынужден считать необходимым и от выполнения которого не может отказаться».

А вот как кратко, но емко говорит о лени святой Исаия:

**Авва Исаия** (Духовно-нравственные слова, сл.16): «Леностью питается своеволие; рождается гордость и презрение своей обязанности».

А это значит, что лень неразрывна с самостью и гордостью, которые действуют как им удобно и не обременительно, и тогда человеку нет дела ни до каких-либо обязательных дел.

**Авва Исаия** (Духовно-нравственные слова, сл.17): «…уныние (разленение) рождает волю (свою); своя воля…рожда(ет) презрение (ко всему должному - вот, стану я это делать)…».

А то, что ленивый человек является эгоистом, уже говорилось ранее. Но напомним, что при эгоизме человек делает как ему удобно; эгоисту нет дела до того, что кому-то приходится его обслуживать; он не хочет заботиться о других и т.д. (и это хорошо видно из примеров).

### У разных людей бывают различные состояния лени

Необходимо отметить, что у разных людей бывают различные состояния лени.

Так, телесная лень может быть как у одного человека, так и у всех членов семьи. Только иногда у одних она более развита, а других менее, т.е. одни более трудолюбивые, а другие менее.

Лень может быть сильнее и слабее за счет ответственности перед другими. Так, например, у женщины лень может быть меньше, потому что у нее есть ответственность матери и жены перед мужем и детьми, и поэтому она невольно должна пересиливать свою лень. Иногда все же встречаются и такие женщины, которые и не пересиливают. Или есть такие, которые, если бы им представилась такая возможность не заботиться о ком-то и ничего не делать, то они бы с удовольствием избавились от домашних забот и вели себя также как и их ленящиеся родные. В отличие от женщины, у мужа и детей лень может быть более сильной, потому что она усиливается безответственностью перед другими.

Также лень может быть практически постоянным состоянием в отношении любых телесных дел, а может быть периодичным. Есть и такие ленивые люди, которые, как говорится, долго раскачиваются, но если уже начали делать, то делают быстро и хорошо. Но зачастую ленивый делает работу кое-как.

Есть случаи, когда человек может быть ленивым дома, а в отношении чужих людей или друзей, или на работе не быть лентяем. Такое явление часто происходит от тщеславия, при котором человек не хочет, чтобы о нем плохо думали люди. И тогда в борьбе между ленью и тщеславием побеждает тщеславие.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. 1 Тим. 5,8): «Правда, бывает, что иной, минуя своих, благотворит чужим; но это всегда делается напоказ. «Разве не называют все тщеславием, когда кто, благодетельствуя чужим, презирает и не щадит своих, несмотря на то, что благотворить последним было бы для него и удобнее, и справедливее?» (св. Златоуст)».

Бывают ситуации, когда кто-то не помогает по своей инициативе из-за лени, но после просьбы что-то сделать, перебарывает свою лень; но бывают и такие случаи, когда никакие просьбы и увещевания не приводят к успеху.

### Ленивый ждет от других, чтобы его нужды удовлетворялись, и любит перекладывать работу на других, но сам не склонен делать для других

Как мы уже не раз говорили, ленивый самолюбец - эгоист, и проявляется это в том, что он ждет исполнения дел от других и желает, чтобы они удовлетворяли его нужды. Думаю, что все хорошо знают и такое правило лени, когда ленивый стремится переложить работу на других.

Н. Д. Гурьев (Страсти и их воплощение в болезнях): «Ленивый человек с удовольствием принимает помощь, при этом устраивая дело таким образом, что собственно дело за него делают другие, а он уклоняется от участия в нем… С ленивым устанавливаются дружеские отношения до той поры, пока не возникнет дело, которое каждый из ленивых хочет возложить на другого».

Поэтому ленивый не спешит сделать что-то, надеясь, что это сделает кто-то другой.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 5-й запов., грех: Грехи слуг в своем кругу, или в отношении друг к другу): «Ленивый медлит и выжидает, не сделают ли за него другие то дело, которое на нем лежит, а усердный … и по необходимости иной раз выполняет его дело; потому что иные дела в хозяйстве не терпят отлагательства. Таким образом, первый недобросовестно обременяет последнего».

И если его попросить что-то сделать, то он раздражается или отказывается.

**Ефрем Сирин** (Слезное моление в среду вечером): «Брату, когда он в нужде, горделиво отказываю, а когда сам нуждаюсь, обращаюсь к нему».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам) «… ленивый и самолюбивый (саможалетельный), как скоро увидел работу, прячется, а за ужином ставит себя в числе первых».

Когда ленящихся просят помочь или дают им задание, они могут вести себя по-разному, например: промолчать и не делать; могут пообещать сделать (часто говорят: «сейчас» или «хорошо») и не делать; могут сразу отказаться, раздражаясь или оправдываясь своими делами; а могут что-то сделать, но ропща или кое-как и др.

Относительно исполнения работы кое-как, то ленивый стремится не сделать ее хорошо, а побыстрее ее закончить.

Н. Д. Гурьев (Страсти и их воплощение в болезнях): «…любой выполняемый труд ими (ленивыми) совершается с напряжением, с внутренним протестом, в результате чего они будут уставать быстрее, чем остальные. …Вся их активность в этом случае направлена не на то, чтобы сделать дело хорошо, а на то, чтобы отделаться от дела как можно скорее. В любом случае, их деятельность не имеет ничего общего с трудолюбием».

Это происходит потому, что с ленью связано не старание.

**Филарет Дроздов** (т.3, 93.Беседа о благочестивом усердии): «Ленивый не делает того, что делать должно; нестарательный делает кое-как, не заботясь об успехе и совершенстве дела».

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Римл. 12, 11): ««Тщанием не лениви (в усердии не ослабевайте)». …Идет и тот, кто с ноги на ногу переваливает, но явно показывает, что у него душа не лежит к тому, куда и для чего он идет. У кого душа в деле делаемом, тот быстродвижен, не жалеет сил, весь в напряжении. Такую энергию подрывает леность… Ее и изгоняет Апостол, заповедуя быть неленивыми. Быть неленивым — значит: усердствовать к делу, быстро и усиленно действовать. Но не одну быстродвижность внушает Апостол, а вместе и тщание о деле. Иной и быстро действует, но без всякого внимания к делу, спешит, чтоб поскорее дело с рук свалить, и оно делается кое-как. Это другая сторона лености, ничего не делающей. Против этого Апостол велит делать дела свои со всем тщанием, со всем вниманием к делу, всячески заботясь, чтоб дело выходило вполне совершенное, такое, каким должно ему быть».

Также отметим и то, что если ленивый плотоугодливый человек живет один, то он может быть часто раздраженным, потому что ему приходится постоянно обслуживать самого себя; например, раздражается, если ему хочется съесть что-то вкусное, а ему лень пойти за этим в магазин или лень приготовить. Бывает так, что позлившись, он все-таки сделает что-то для себя, а может быть и так, что его лень победит, и он не сделает. Вполне понятно и то, что если кто-то из родных, живущих отдельно, попросит ленивого о помощи, то он, как правило, будет раздражен на это.

А теперь приведем отрывок из одной сказки, в котором хорошо видно, как ленивые перебрасывают свои дела на других, указывают на свои труды, да еще и обвиняют других в лености. (И пусть это сказка, но может быть, кто-то увидит в ней что-то в себе?!)

«Жили-были старик со старухой. Ленивые-преленивые. Один на другого всякую работу перекидывали. Надо избу к ночи на крюк запереть – у них спор. «Тебе запирать» «Нет, тебе» Отпирать поутру – опять спор. «Тебе отпирать» «Нет, тебе. Я вчера запирала» Вот раз надумали они кашу сварить. После споров да раздоров сварила старуха горшок каши. Сели они, съели кашу, надо бы горшок мыть. Принялись старик со старухой опять спорить. Старуха говорит: «Я кашу варила, а тебе горшок мыть» «Нет, - говорит старик. - Раз ты варила – тебе и мыть. А я никогда в жизни горшки не мыл и мыть не буду» «А я сто раз мыла, больше не хочу» «Экая, ты упрямая да ленивая» «Сам таков» Спорили-спорили, ни один не желает горшок мыть. Остался горшок не мытый. Глянул на него старик и говорит: … «А ведь горшок-то не мытый» «Возьми да вымой» «Сказал я тебе, не моё это дело» «И я тебе сказала - не моё» И давай опять спорить да браниться…».

### Ленивый любит жаловаться и хвалиться мнимыми трудами

Ленивые и самолюбивые люди любят жаловаться на какие-то обстоятельства, хвалиться мнимыми трудами и обвинять других (таковы законы самолюбия).

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 16 сентября): «К вам, ленивые, будет слово наше. Отчего это, никто так не жалуется на труд, как вы, ленивые? Отчего, когда вам приходится понести, хотя и самое легкое бремя труда, тогда вы никому после этого не даете покоя, всем жалуетесь, кричите, что и измучились вы страшно, и делать более ничего не можете, и здоровье ваше расстроилось, и многое другое подобное?».

Так, например, это часто делают дети, когда их просят что-то сделать по дому, а они жалуются на то, что им надо заниматься уроками; а мужья, например, жалуются что устали на работе.

При этом ленивый обычно перечисляет, что он уже и то, и то сделал, или что он постоянно все делает, а другие нет.

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 26 апреля): «Никто так не хвалится своими мнимыми трудами, как ленивые. "Я ли, - обыкновенно говорят таковые, - не тружусь, я ли не работаю? А вот на мои труды никто не обращает внимания, и люди, по отношению ко мне, оказываются совсем неблагодарными. Так говорят обыкновенно ленивые, и вместо того, чтобы работать, только смущают других».

Например, любят перечислять свои заслуги ленящиеся мужья, когда им пришлось что-то сделать.

Интернет – источники: 1). «Я прошу, чтобы он (муж) помогал, он помогает, но только потом вспоминает это неделю». 2). «Что касается помощи по дому - помогает. Но! Потом весь день зудит и перечисляет, что он сделал...».

Кстати, перечисление своих дел может быть в разных ситуациях, и не только у ленивого. Например, во время недовольства и гнева, когда мы ругаемся на ближних за то, что те что-то не сделали, мы перечисляем свои заслуги и жалуемся на то, что нам все приходится делать самим.

Заметим и то, что ленивый и эгоист может хвалить того, кто делает, для того, чтобы ему самому ничего не пришлось делать.

Интернет – источники: 1). «Даже стыдно признаться, но все домашние дела у меня делает как раз муж: посуду я вообще не мою, не стираю и даже не знаю, как стиралка включается, даже белье не развешиваю, полы тоже он моет, пыль вытирает. Ему это все нравится, а я терпеть не могу. Я только красивость в доме навожу, слежу, чтобы не валялось ничего, ну и готовлю - это я люблю делать. Так что вот такой у меня замечательный муж». 2) «Мой муж постоянно говорит, что я хорошая хозяйка. Но мне кажется, что делает он это потому, что сам не хочет ничего делать».

### При лени дела кажутся трудными

Следующей чертой лени и не желания что-то делать является то, что дела кажутся трудными.

**Феодор Студит** (Наставления, сл.208): «…разленение легкое делает тяжелым и удобное затруднительным».

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.1, О сокрушении. Слово первое…): «Кто хочет ничего не делать, а всегда спать, тому, конечно, кажется трудным и есть, и пить; напротив, люди бдительные и бодрые не уклоняются и от весьма дивных и трудных дел, но приступают к ним с большею смелостью, чем беспечные и сонливые к весьма легким. Нет, точно нет ничего легкого, чего бы великая леность не представила нам весьма тяжелым и трудным; равно как нет ничего трудного и тяжкого, чего бы усердие и ревность не сделали весьма легким».

Представление о трудности происходит оттого, что лень придумывает страхи, чтобы ничего не делать.

**Иннокентий Пензенский** (Божественно правоведение…, ч.3, гл.2): «…не должно без нужды воображать или измышлять себе ложную опасность, как обычно делают ленивые («Ленивец говорит: «Лев на улице! Посреди площади убьют меня!» (Прит.22,13)».

**Платон, митроп. Московский** (т.5, Слово на день преп. Сергия): «Если кто пристрастился к этим лестным, хотя неполезным легкостям (на мягкой постели опочивать, в праздном гулянии терять время, пустыми увеселениями рассеивать мысли…), тому всякий и легкий долг покажется трудным. И когда такой долг возникнет, тотчас пойдут отговорки, отсрочивания, медления, извинения. Послать ли его куда, говорит с ленивцем, поминаемым Соломоном: «Лев на улице! Посреди площади убьют меня!» (Притч. 22, 13), то есть воображает страх, где нет страха».

(О прикрытии лени усталостью и болезнями мы еще будем говорить чуть позже)

Также святые отцы говорят, что у того кто не ленится не существует никаких мнимых и действительных помех.

**Иоанн Златоуст** (т.2, ч.2, Слово об апостоле Петре и пророке Илие): «И как для ревностного и бодрого волей человека ничто не может служить помехой, так нерадивому и ленивому все может помешать».

**Иоанн Златоуст** (т. 6, ч.2, Беседа о совершенной любви…); «Как в том случае, если мы будем усердны, и кажущееся тяжким будет легко и удобно, так и в том случае, если мы будем нерадивы, и легкое покажется нам трудным».

Нельзя не сказать, что располагать себя к лени любит не только ленивая душа, но и бесы, влагая мысли о тяжести дела или необязательности его выполнения (об этом еще скажем далее).

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 20): «Посредством (лености и нерадения) диавол умеет расстилать сети и тенета искушений для всякого человека, что с особенной заботой и лукавою хитростью старается он устроять для ревнителей о духовной жизни, зная, что ленивый и нерадивый удобно поддается похотям и падает».

**Ефрем Сирин** (Добротолюбие, т.2, гл.5, е): «Когда настанет утро, брат встает, и, сотворив молитву, принимается за рукоделие. Тогда ненавистник добра, демон, влагает в него помысл уныния. Если брат при нашедшем на него унынии, продолжает работать и трудиться, то, при содействии благодати, отгоняет тогда от себя уныние. Если же брат, когда найдет на него уныние, не отражает его от себя терпением, то бывает побежден им, и отдается ему в плен. Дав волю помыслу, начинает он говорить сам в себе: "сегодня чувствую себя как бы расстроенным, и недомогаю. Дам себе ныне отдых, а на утро сделаю за два дня. Так брат в этот первый день ничего не делает, мечтая на утро вознаградить сие опущение. На утро же ненавистник добра демон напускает на него еще сильнейшее уныние, нежели вчерашний день. Тогда уже одолеваемый помыслами брат встает и оставляет рукоделие, - и или совсем не занимается им, или занимается кое-как, не как делом. - Или враг выводит его из келлии, и делает праздношатающимся. Что бы ни делал ты, если враг во время дела наводит на тебя уныние, в противодействие сему супостату укажи на какое либо ремесло подобное (прибавляя: "видишь, как трудятся ради временного? Чего же ради не хочешь трудиться ради вечного?"). И что бы ты ни производил делом, имей свидетелем совесть свою, что совершаемое тобою делается по Богу, - и спасешься (от уныния)».

Но люди не склонны обращать внимание на мысли, исходящие от страсти уныния и бесов, и поэтому под их воздействием еще более расслабляются.

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл 32): «(Люди допускают) сближения с собою мысли, побуждающей к покою, которая порождает нерадение, леность и боязнь, а чрез них во всем расслабление».

### Лень часто связана с лукавством, оправданиями и ропотом

Как мы уже не раз говорили самолюбие лукаво; и лень также связана с лукавством.

**Григорий Синаит** (О заповедях и догматах…, гл.133): «…лукавство спутница разленения, которое ведет к совершенной лености. Или наоборот – разленение есть родительница лукавства, как сказал Господь: «рабе лукавый и ленивый» (Мф. 25, 26)».

А это значит, что чтобы защитить себя от какого-либо труда, ленивый будет придумывать и оправдываться различными причинами.

**Ефрем Сирин** (Советы подвижникам): «Ленивый… придумает слова суетные, и беседа его будет обманчива».

**Платон, митроп. Московский** (т.5, Слово на день преп. Сергия): «Сделать ли что заставят, отговаривается тем, что нездоров, не сможет, сил и понятия недостает, некогда, есть другие люди, не настало время. Все это отговорки, а настоящая причина - леность».

У ленивого и не желающего что-то делать часто возникает ропот, во время которого он также может лукавить.

**Ефрем Сирин** (Слово о добродетелях и пороках, гл. О непокорности и ропоте): «Ропотник (тот, кто ропщет заочно на кого-либо), когда дают ему приказание, противоречит, к делу негоден; в таком человеке нет даже и доброго расположения, потому что он ленив, а лень неразлучна с ропотом. …У ропотника всегда готов предлог. Если приказано ему заняться делом, он ропщет, а вскоре развращает и других. …Если послан в путь, представляет, что большой будет вред от путешествия. Если будят его на псалмопение, – раздражается. Если будят на бдение, – отговаривается болезнью желудка и головы. …Если учишь его чему, говорит: «Хорошо бы и тебе так знать, как я это знаю». Он никогда не будет делать дело один, если не привлечет в то же дело и другого. …Ропотник рад покою, а беспокойство ему не нравится».

Приведем еще примеры, в чем ленивые лукавят и чем оправдывают свою лень.

Например, ленивые и ропотливые люди любят говорить о бесполезности дела.

**Ефрем Сирин** (Слово о добродетелях и пороках, гл. О непокорности и ропоте): ««И это зачем, – говорит он (ропотник), – и другое для чего? И пользы нет в этом деле»».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам) «Ленивый монах ищет предлог и говорит: «Сегодня здесь живу, а завтра пойду в другое место; для чего же мне трудиться?»».

Н. Д. Гурьев (Страсти и их воплощение в болезнях): «В поведении может проявляться бездеятельностью, для которой человек подыскивает объективные причины ("это никому не нужно", "это никому не принесет пользы", "а это дело нехорошее", "а это дело непосильное", "а для этого дела нет необходимых условий" и т.д.)».

Или, например, как мы уже отметили выше, лукавство бывает и тогда, когда льстят или хвалят того, кто делает, чтобы ленящемуся самому не делать.

Интернет – источник: «Какие ж мужики ленивые по своей натуре! Зачем напрягаться, если жена сделает все сама, еще и на блюдечке принесет. Вот буквально вчера захотел бутербродов. Достала колбасу, положила хлеб, сделала чай. Оставалось только порезать колбасу и положить на хлеб. А он мне говорит: «сделай сама, у тебя вкуснее получается». Я так и до сих пор не пойму: что вкуснее то, колбасу порезать?».

Лукавство и оправдание бывает и тогда, когда ленящийся может делать что-то очень медленно, оправдываясь тем, что он делает все тщательно.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Римл. 12, 11): «Как премудро соединил Апостол слова: «тщанием не лениви» (в усердии не ослабевайте)! Чтоб кто не вздумал оправдывать своей медлительности тщанием, говоря: надобно же дело сделать как следует, он заповедует быть при тщании не ленивыми».

Приведем пример тому, как ленивый может делать медленно или кое-как.

Интернет – источник: «(У мужа, жалующегося на лень жены кто-то спрашивает) Бывают женщины по своей натуре - тюлюпастые. То есть все делают медленно, им постоянно не хватает времени. На них обижаться - все равно, что обижаться на человека, который заикается (У вас такая жена?) (Ответ мужа) Ну, наверное, это можно отнести и к моей жене. Бывает, что вроде как начнёт что-то делать (сейчас ну очень редко, а раньше чаще) по дому. Проколупается часа 2, а сделает какое-нибудь мизерное дело, которое я мог бы минут за 20-30 сделать. Да и то сделает так, что я внутри себе подумаю: "лучше б уж не делала". Например, начнёт вещи разбирать в шкафу. Разберёт так, что я потом нужные мне вещи по часу не могу найти. Потому что она разбирает (как и всё делает, не задумываясь) без всякой логики. Может ножницы вместе с трусами положить. Такое ощущение, что она берётся что-то делать не для того, чтобы реально навести порядок, улучшить уют и удобство в доме, а для того, чтобы потом можно было сказать: "Ну вот. Кто сказал, что я ничего не делаю по дому? я делала домашнюю работу, так что теперь на месяц оставьте меня в покое" и месяц ничего не делать. …И при всём притом постоянно мне жалуется, как она вымоталась, как она ничего не успевает, что у неё ну совершенно нет свободного времени».

Далее. Действие лукавства лени можно увидеть и когда христиане прикрываются необходимостью молиться, если им надо потрудиться.

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл.4): «Ленивые, когда видят, что им назначают тяжкие дела, тогда покушаются предпочитать им молитву; а если дела служения легки, то отбегают молитвы, как от огня».

Некоторые ленивые христиане, не пекущиеся о доме и родных, предпочитают часто ходить в храм на службу, обманываясь тем, что они угождают Богу, в то время как они порабощены эгоизмом, ленью и праздностью, не исполняют заповеди о любви к ближним и заповеди о труде.

### Людям привычнее видеть лень в других, и зачастую в то время, когда им самим лень

Для тех, кто желает подвизаться против своей лени следует помнить наравне с тем, что было сказано о страсти уныния, еще одну ее особенность: большинству людей лень более видится у тех, кого они просят что-то сделать, и особенно если те не захотели выполнить просьбу или поручение. А на самом деле бывает так, что, будучи сами ленивыми, мы обвиняем в этом других и заставляем их трудиться вместо себя. Это характерно и для отношений между супругами и для отношений родители – дети.

Например, лень просящего другого что-то сделать бывает в отношении мелочей, например, когда родители или кто-то из супругов, лежа перед телевизором, кричат детям (второму супругу), находящимся в другой комнате, чтобы те принесли стакан воды или закрыли окно, потому что им самим лень встать. Кстати, очень часто встречаются жалобы детей об этом, например:

Интернет – источник: «(Детям) необходимо по первому же требованию срываться с места и прыгать на задних лапках: "Сделай чаю", "Принеси книгу", "Позвони туда-то и узнай то-то". Родителям уже вообще (не хочется) лишний раз (самим напрячься)».

Как правило, если ближние не хотят этого сделать, то они будут обвинены в лени, да еще и ленящийся обидится на них за непослушание или нелюбовь.

Это пример действия лени при мелких просьбах, но бывают случаи, когда это касается общего порядка по дому. Например:

Интернет – источник: «У нас в семье повод к ссорам - немытая посуда. Если я за собой кружку не сполосну сразу - истерика на весь дом, особенно у папы, может полчаса как минимум (кричать). А то, что тарелки/сковородки/чайники и прочие вещи родственников могут неделю пролежать - все нормально. Так же с фантиками у бабушки в комнате, тысячи их по углам спрятаны, а как у меня что увидит – кричит: беспорядок, убираться не умеешь, никудышная хозяйка…».

И пусть это звучит, возможно, из уст той же лени и нежелания помочь, но для нас важно увидеть из этих жалоб, что нередко мы сами просим или заставляем других что-то сделать по своей лени, и, будучи сами ленивыми жалуемся об этом на других. Такое невидение своей лени приносит человеку большой духовный вред, т.к. он сам, поступая по лени, обвиняет в том же другого, и, имея бревно в своем глазу, видит сучок в глазу ближнего (по Лк.6,41, Мф. 7,3).

Поэтому, тому, кто желает познать истину, противостоять своему самолюбию и приобрести любовь к ближнему необходимо учиться, прежде всего, видеть правду о себе, в частности, о своей лени. И, надеюсь, поучения святых отцов помогут нашему самопознанию.

### При лени человек не любит труд и этим нарушает заповеди Божии о труде

А теперь скажем о том, что лень связана с нелюбовью. Причем нелюбовью не только к труду и напряжению телесных сил, но и нелюбовью к ближнему, для которого ленящийся не хочет напрячь свои силы и сделать что-то.

Начнем с вопроса о нелюбви к труду. Кратко обозначим некоторые нюансы относительно труда.

К понятию труд относится и труд, который человек выполняет вне дома – на работе, и домашний труд. Эти два труда являются естественными для каждого человека, т.к. они есть труды по необходимости, чтобы зарабатывать на жизнь, и по естеству, чтобы обслуживать свои нужды и нужды тех, с кем ты живешь. Кстати заметить, что многие мужчины оставили за собой обязанность только трудиться на работе, и полностью отстранились от труда для своих нужд и домашних нужд своей семьи; и сделали это по лени, прикрываясь тем, что только женщины должны заниматься хозяйством.

Относительно этих двух видов естественных трудов Бог дал заповеди; и ленивый человек, не желающий трудиться, их преступает.

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.1, §99): «Праздность, или удаление от трудов, или леность, есть сама по себе грех, ибо противна заповеди Божией, которая велит нам в поте лица нашего есть хлеб наш. Еще праотцу нашему Адаму сказано Богом: «В поте лица твоего будешь есть хлеб, доколе не возвратишься в землю, из которой ты взят» (Быт.3:19), а это повеление и нас, сынов его, касается. А святой апостол и есть тому запрещает, кто не хочет трудиться (2Фес.3, 10). Следовательно, в праздности живущие и чужими трудами питающиеся непрестанно грешат; и до тех пор грешить не перестанут, пока в благословенные труды не отдадут себя. Из этого исключаются немощные и престарелые, которые хотя бы и хотели трудиться, но не могут».

Напомним, что для того, чтобы не нарушать заповедь о телесном труде, трудился и Иисус, и апостолы.

**Никодим Святогорец** (Жизнь Христа, гл.2): «Подумай, возлюбленный, о том, что Господь наш Иисус Христос с тех пор, как стал способен к физическому труду, не проводил Свою жизнь в праздности, но работал Своими руками, был плотником… Господь занимался этим, чтобы Ему, как человеку, было на что жить и чтобы помогать Своей бедной Матери и другим беднякам и странникам. Это Он делал также для того, чтобы показать две вещи. Первая — дать всем пример не сидеть без дела, а вторая — собственным примером научить людей не гнушаться никаким ремеслом, которое, хотя бы оно было самым низким и непочетным, не может быть помехой человеку в деле спасения. …Ты недоумеваешь, брат, и удивляешься, когда читаешь об этом? Знай же, что все это Господь делал как мудрый врач, чтобы Своим примером исцелить больное человечество от двух болезней и страстей: подвигнуть к работе бездельников и ленивых, а тех, кто трудится, научить вести себя честно — не обкрадывать и не обманывать заказчиков. Научись же трудолюбию, и не от Ангелов, но от Самого Творца всех Ангелов и людей».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §396): «Апостол Павел, учитель вселенной, представляет себя в пример христианам, говоря, что подобает трудиться и так есть хлеб: «Сами знаете, что нуждам моим и нуждам бывших при мне послужили руки мои сии» (Деян.20:34). И еще: «Ни у кого не ели хлеба даром, но занимались трудом и работою ночь и день, чтобы не обременить кого из вас» (2 Фес 3:8)».

И святые подвижники занимались рукоделием и обслуживали сами свои нужды.

**Иннокентий Херсонский** (Слово в пяток недели 1-й Великого поста): «Вообще, у святых людей время разделено было между богомыслием и трудолюбием. Первым правилом их было питаться не от чужих, а от собственных трудов. Труда сего при всей скудости их внешнего состояния, ставало им даже на то, чтобы помогать ближним, питать алчущих, одевать нагих и искупать пленных».

**Иоанн Мосх** (Луг Духовный, гл.169): «В скиту… жил один слепой старец. Келлия находилась около полумили от колодца, и он не дозволял, чтобы кто-нибудь другой приносил ему воды. Он сплел себе веревку, один конец привязал у колодца, а другой у своей келлии, веревка же лежала на земле. Отправляясь за водой, он шел по веревке. Старец делал это для того, чтобы по веревке отыскать колодец. Если поднимавшийся от ветра песок засыпал веревку, старец брал ее рукою, стряхивал песок и снова клал на землю. Однажды брат просил старца, чтобы позволил ему приносить воду. Старец отвечал: «Как, брат? Я уже двадцать два года ношу себе таким образом воду, и ты хочешь отнять у меня мой труд?»».

**Феодорит Кирский** (История боголюбцев, Феодосий): «(Свт. Феодосий) помнил Апостольское изречение: «занимались трудом и работою день и ночь, чтобы не обременить кого из вас» (2 Фес.3,8), а также другое: «нуждам моим и нуждам бывших при мне послужили руки мои сии» (Деян.20,34). Поэтому и сам он трудился, и сподвижников убеждал, чтобы они с подвигами духовными сочетали и труды телесные. …Убеждая собратий подобными речами, Феодосий побуждал их к труду. Совершая в свое время обычные Божественные службы, промежутки между ними он посвящал трудам».

Также есть множество примеров из патериков, когда святые подвижники придумывали себе какой-либо телесный труд, чтобы исполнять заповедь о труде и не проводить время без дела.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.25): «…авва Павел, опытнейший между отцами, когда пребывая в обширной пустыне…, будучи обеспечен плодами пальм и маленьким садиком, имел достаточный материал для пищи и жизни, и не мог заниматься каким-нибудь другим делом, которым бы (мог) содержаться, потому что жилище его в той пустыне отстояло от городов и обитаемой земли на семь дней пути или еще дальше, …(и поэтому) собравши листья пальм, постоянно требовал от самого себя ежедневный урок работы, как будто этим он должен содержаться. Когда работою целого года пещера его наполнялась, то сделанное с заботливым старанием, подложив огонь, он ежегодно сжигал. Этим он показывал, что без дела рук невозможно монаху пребывать на одном месте, ни достигнуть когда-нибудь верха совершенства».

**Евергетин** (т.2, гл.3): «Другой старец пришел к реке и увидел заросли тростника, нарезал листьев, сел на берегу и принялся вить веревку: вил и выбрасывал в реку, вил и выбрасывал. Так он делал, пока не пришли люди и не увидели его. Тогда он встал и ушел. Ведь он делал это не по нужде, а ради того, чтобы трудиться в безмолвии».

**Пролог** (прот. В. Гурьев, М., 1912, с. 919): «У одного великого старца был ученик, который жил рядом с ним, но в особой келии. Однажды старец услышал бесов, вопиявших: «Горе нам от этих монахов, и к старцу приблизиться не можем, и к его ученику тоже, потому что он разоряет и строит, и никогда не видим его праздным». Услышав это, старец понял, что от него самого гонит бесов присущая ему благодать Божия, а об ученике недоумевал: «Что это значит: разоряет и строит?» Вечером он пришел к ученику и спросил: «Как живешь?» Ученик отвечал: «Хорошо, отче». Старец стал выпытывать у него, не впадает ли он в уныние. Тогда ученик указал рукой на лежавшие около него камни и сказал: «Из этого камня я строю стены, а потом снова разрушаю их и, поступая так, не ощущаю уныния». Тут великий старец и понял, что бесы потому не могли приблизиться к его ученику, что никогда не видели его праздным, и стал поощрять ученика к продолжению труда. Другим же старец об этом говорил: «Знаю, что своим деланием ученик мой не приносил никакого прибытка ни себе, ни другим, но поскольку не был празден, бесы не находили возможности приблизиться к нему»».

(Не устыдят ли эти примеры тех христиан – лентяев, которые в своем доме не хотят трудиться для своих нужд, а не то чтобы трудиться ради того, чтобы не лениться?...)

Кстати сказать, относительно телесного труда действует естественный человеческий закон справедливости, который предусматривает, что каждый человек должен обслуживать себя и свои нужды, а в случае совместного проживания (общежития) люди должны разделять труды. Вполне понятно, что ленивый нарушает эти условия.

Христианское учение говорит, что христианин должен быть трудолюбивым, а не лентяем, и это должно выражаться порядком в его доме. Например, в Домострое есть четкое описание того, как христианин должен сохранять порядок в доме.

**Книга глаголемая Домострой** (авт. Сильвестр, гл.42): «Стол и блюда, и поставцы, и ложки, сосуды всякие, ковши и братины, избу затопив с утра и воды согрев, перемыть и вытереть, и высушить. После обеда и вечером также. …Всегда бы сосуды всякие и посуда чиста бы была и сосчитана, а на лавке и по двору, и по комнатам посуда бы не валялась…, но там, где положено, в чистом месте лежали бы… А в избе и стены и лавки, пол и окна, и двери, и скамьи, и в сенях, и на крыльце точно так же все вымыть и вытереть и вымести, и выскрести, и всегда бы чисто было: и лестница, и нижнее крыльцо. А перед нижним крыльцом положить соломы, чтоб грязные ноги отирать, тогда и лестница не загрязнится; в сенях же перед дверями ветхий войлок положить с той же целью, грязь обтирать. …У хозяйственной жены всегда дом и прибран и чист…».

Не ленивы ли мы в содержании своего дома, пусть каждый ответит сам…

### О трудолюбии и нетрудолюбии

Как известно, естественным является то, что любая деятельность связана с любовью или симпатией или нелюбовью. Так, что касается труда, то одни люди любят трудиться, и поэтому они не ленивы, а другие не любят работать, и поэтому ленивы. Вполне понятно, что ленивый не любит труд, потому что ему приходится телесно напрягаться, а ему хочется провести время или ничего не делая, например, спать, или развлекаться каким-либо способом.

В ранее приведенных примерах из интернет – источников мы увидели людей, у которых страсть лени является одной из главных. При такой силе страсти человек настолько ленив, что это видно по состоянию его жилища, когда лентяй практически ничего не делает по дому, и делает это только тогда, когда в этом есть острая необходимость, и то, делает кое-как. О таких людях святые отцы говорят, что:

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п. 47): «Кто ненавидит труд, тот будет человеком негодным».

Думаю, во многих семьях найдется такой человек, а то и не один, у которых уныние, а значит и эгоизм, и самолюбие, главные страсти.

Но есть и другая стадия страсти уныния, не такая сильная. В этом случае она не главная, а действует только иногда и на некоторые виды труда. Проявляется она деланием необходимых дел, но иногда появляется нежелание что-то сделать, когда в этом есть необходимость, и обычно говорят: «мне не хочется делать». И даже если человек любит готовить, чистоту и порядок и старается их поддерживать, то пусть иногда, пусть относительно каких-то дел, но все равно лень у него проявляется. Назовем основные виды такой нелюбви к труду.

Во-первых, есть нелюбовь не, в общем, к труду, а к некоторым делам, например, человек не любит мыть посуду, но любит готовить, или не любит гладить и шить, то любит мыть полы и др. И тогда при необходимости исполнять эти нелюбимые виды труда человек испытывает нежелание их делать. Обозначим это как выборочный труд, а значит, будет и выборочная лень.

Во-вторых, есть и еще один вид нелюбви к труду, когда периодически появляется нежелание вообще что-то делать.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.2): «Когда уныние нападет на жалкую душу, то… ко всякому делу внутри келии делает ленивым, нерадивым».

И обозначим это, как периодичная лень.

В-третьих, чувствование нелюбви к труду происходят и когда человек жалеет свои силы. Особенно это свойственно, когда человек устал (об этом мы будем говорить позже). Обозначим это, как лень по щадению себя.

Также есть простой признак, по которому определяется, любишь ли ты какой-то труд или нет: если к какому-то делу тебе надо принуждать себя, чтобы его сделать, и ты не делаешь его с охотой и с рвением, то это и есть проявление лени, основанной на нелюбви к этому виду труда.

Заметим, что ты можешь все-таки заставить себя сделать, и тогда переборешь лень, и делаем мы это по разным причинам. Например, потому что кроме тебя этого никто не сделает или потому что тебе нужно кушать или ходить чистым. Вообще понуждение на любое дело необходимо.

**Амвросий Оптинский** (Переписка с мирскими лицами, п.194): «Ты говоришь, что делаешь все с понуждением; но в Евангелии понуждение не только не отвергается, но и одобряется».

Но мотивы понуждения к труду могут быть естественными, и тогда они не имеют великой духовной ценности, а могут быть христианскими, и тогда будет великий духовный плод. А можно понуждать себя на труд по желанию исполнять заповеди Божии, или чтобы не поддаваться лени или по любви к ближнему.

Итак, проявление выборочного, периодического, принужденного или шадительного нетрудолюбия может быть и, в общем-то, у неленивого человека, у которого в доме более-менее порядок, и он действительно много или все делает по хозяйству.

Также следует учитывать, что труд бывает изначально по своей воле, когда ты начинаешь делать что-то сам, когда есть необходимость, и труд бывает не по своей воле, когда тебя просят. Понятно, что при труде по своей воле человек изначально расположен к труду, а тот, кому предлагается труд, еще не расположен к нему и настроен на что-то другое. И это естественно. Каждый человек бывает в ситуации и просящего, и того, кого просят. И если ты скор на труд по собственной воле, то можешь быть не скор при просьбе.

А теперь скажем, в чем проявляется истинное трудолюбие: желание трудиться, нелюбовь сидеть без дела, любовь к порядку, регулярное и добросовестное исполнение дела и нежаление себя при труде.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.2, отд.2, Б.бб): «…трудолюбие — тяготение к труду и ненависть к праздности; любовь к порядку — регулярность, чтобы все делать вовремя, к месту, не забегая и не отставая; добросовестная исправность — расположение, не жалея себя, не щадя сил, выполнять по совести все, что требуется».

А значит лень, как нетрудолюбие (полное или частичное) – это тяготение трудом, любовь к ничегонеделанию, нет любви к порядку, делания не вовремя, не регулярно, жалея себя, щадя свои силы, и выполнение дел не по совести (кое-как и нехотя).

Заметим и то, что есть немало людей, которые открыто говорят, что они любят лениться, и перечисляют эти признаки нетрудолюбия, например:

Интернет – источник: 1) «Обожаю лениться, потому что можно ни о чём не думать или немножко подумать о том, что бы почитать. А потом взять это и почитать лежа на диване, облизывая ложку с варёной сгущенкой, не отвлекаясь на "поработать-помыть посуду-вынести мусор и т.п.». 2) «Лениться - в смысле праздно-тупо убивать свое время во свое удовольствие - люблю. Всякое дело неинтересное, но важное и срочное ленюсь начать вовремя. Все начатое ленюсь довести до завершения. И из раза раз одно и тоже. Даже эту заметку дописать было лень». 3). «Я сама ленивая. Даже очень бываю иногда. Но если удается заставить себя сделать то, что должна, то оказывается, что это вовсе не сложно. Я люблю ничего не делать. Работать не люблю. Вернее, люблю, но с большими перерывами».

### Об обольщении своей неленостию

А сейчас сделаем небольшое отступление, и скажем о том, что есть немало людей, которые трудятся дома (в основном это женщины) и не считают себя ленивыми.

Думаю, что после того, как были прочитаны примеры о людях, у которых лень есть главная страсть и которые содержат свой дом в беспорядке, у многих тех, у кого дома более или менее чисто, подтвердили мнение о себе, что они неленивы. К тому же это мнение о себе у них уже и было. Но это не есть полная правда, потому что все люди поражены самолюбием и ленью, которые только проявляются у одних сильнее, а у других слабее (как мы уже говорили у одних уныние – главная страсть, а у других – нет).

А если учесть, что самолюбие и лень очень лукавы, то они легко закрыли человеку глаза на себя, и привели ему множество оправданий, что он не ленив.

Кстати сказать, если после прочтения примеров о лени других людей и о том, как она проявляется, у читателя возник вопрос: «что делать с ленивыми родными?», и не возникла даже и мысль, что я ведь тоже ленив, хотя и в меньшей мере, то это явный признак обольщения о том, что он не ленив. А если еще кто-то и на эти замечания возмутится, то:

**Схииг. Савва** (О главных христианских добродетелях и гордости, гл. Как распознать в себе гордость): «Если для тебя оскорбительны и скромные замечания о твоих недостатках, а похвалы о небывалых в тебе достоинствах для тебя приятны, восхитительны, то знай, что ты горд и горд глубоко».

Поэтому если человек при чтении материала не увидел себя, то тогда он находится вне познания своих страстей и грехов. Но христианское учение говорит:

**Петр Дамаскин** (Творения, кн.1, гл. О том, что не должно отчаиваться…): «Нет ничего лучше, как знать свою немощь и неведение, и ничего хуже, как не знать этого».

И поэтому тому, кто считает себя неленивым, следует понаблюдать за всплесками своей лени и за тем, что они думают, когда им что-то не хочется делать, и они увидят, что и их не обошла страсть уныния.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.2): «…кто хочет познать немощность свою из самой действительной своей жизни, тот пусть, не говорю много дней, но хоть один день понаблюдает свои помыслы, слова и дела: о чем думал, что говорил и делал. Несомненно, найдет он, что большая часть его помыслов, слов и дел были погрешительны, неправы, неразумны и худы».

Для облегчения познания своей страсти, приведем признаки, о которых говорилось ранее, по которым будет легко увидеть свои всплески лени.

Итак, если внимательно рассмотреть свои желания и мысли, то можно увидеть, что при нежелании что-то делать у нас будут практически все признаки лени, перечисленные выше.

Так, мы будем чувствовать, что нам не хочется что-то делать потому, что хотим провести время в каком-то развлечении (у телевизора, поговорить с другом ни о чем и т.п.); или нам будет хотеться, чтобы дело сделал вместо нас другой, или хотя бы помог; или когда нам не будет хотеться делать наше нелюбимое дело, например, мыть посуду или окна, и оно будет казаться трудным и неприятным и т.д.

Или если мы испытываем тяготение от какого-то дела, то это действие лени (выборочной). Кстати, обычно при таком действии лени люди не считают это ленью, а говорят: «я не люблю этого делать» или «я не умею». Может быть и так, что человек не видит своей лени, потому что уже какое-то время переложил нелюбимую им работу на другого человека, не подозревая, что тогда им руководила лень, и сейчас она молчит именно поэтому.

Если мы откладываем необходимое дело на позже, не желая его сделать, хотя есть и время, и силы, то это действие лени (периодичной).

Исходя из того, что при трудолюбии все дела делаются с охотой и рвением, а при лени дела делаются без охоты и с понуждением, то если мы чувствуем, что что-то делаем с принуждением, то это и есть проявление лени, или нежелания исполнять работу.

Если мы оставляем какое-то дело или делаем его побыстрее, чтобы развлечься: пойти погулять, посмотреть телевизор и т.п., то мы в этот момент предпочитаем труду праздность.

Если мы исполняем дело кое-как, нетщательно, или делаем дело, жалея свои силы, или делаем не то, что требуется, а то, что больше нравится, или отказываем в помощи другому потому, что нам не хочется, то это всё действия лени.

Если мы обвиняем других в лени, когда они отказываются нам помочь, в то время как нам самим не хочется это делать, то мы ленивы. Люди даже не задумываются о таком проявлении лени потому, что их внимание сконцентрировано на лени другого, и вместо того, чтобы подумать о своем нежелании, они обижаются, гневаются, осуждают и т.п.

Заметим и то, что лень может побеждаться другими страстями, и человек будет считать себя неленивым. Можно, например, готовить потому что ты чревоугодлив и тебе захочется приготовить что-то вкусненькое. Но может быть и так, что выиграет лень, и ты не будешь готовить. Или, например, тебе лень убирать, но ты знаешь, что к тебе зайдет сегодня друг, и для того, чтобы не опозориться, ты понудишь себя убрать. В этом случае тщеславие побеждает лень; но может быть и так, что лень победит, и тебе будет все равно, что о тебе подумают плохо.

Кстати сказать, нередко бывает так, что человек, действительно склонен к трудолюбию для телесных дел, но ленив для духовных: для молитвы, чтения Святого Писания, учений святых отцов и т.п. И это проявление уже духовной лени.

Конечно, мы перечислили не все примеры проявления лени, но думаю, что и этого достаточно, чтобы перестать считать себя неленивым. Вообще лень – это всеобщая страсть, которая затронула всех. Например, о том, что лень борит святых подвижников, можно прочесть практически у каждого святого отца, когда они говорят о своей лени. Так что уж говорить про нас, грешных?!

Поэтому тем, которые не считают себя ленивыми, необходимо отвергнуть это самообольщение и гордое мнение о своем трудолюбии и не лености. Тем более что христианин не должен превозноситься своими делами и приписывать только себе добрые дела.

**Иоанн Златоуст** (т.12, ч.1, б.12): «(Ап. Павел) говорит: "не от желающего и не от подвизающегося, но от Бога милующего" (Рим.9,16). Этими словами он преподает два весьма важных урока: первый, чтобы не превозноситься добрыми делами, которые мы совершаем; второй, чтобы, совершая добрые дела, приписывать исполнение их Богу. Сколько бы, говорит, ты ни трудился, сколько бы ни старался, - не считай доброго дела своим, потому что если бы ты не получил помощи свыше, то все было бы напрасно. Если ты будешь иметь успех в своих трудах, то, очевидно, при помощи свыше, впрочем, когда и сам ты трудишься, когда обнаруживаешь желание. Не то он оказал, будто мы трудимся напрасно, но то, что мы напрасно трудимся в таком случае, если всё считаем своим, если не приписываем большей части Богу».

Конечно, весь этот материал не относится к человеку истинно трудолюбивому, который ни минуты не сидит без дела, чередуя то телесный труд, то духовный (или умственный); у которого нет нелюбимых дел, а ко всем видам работы он относится ровно и с удовольствием; который всё делает тщательно, вовремя и к месту; который не жалеет свои сил и не жалуется на трудности; который не ожидает помощи от других, т.к. самому всё сделать в радость; который при просьбе другого о помощи без раздумья выполняет его просьбу; который ненавидит любую праздность; который не ждет благодарности от других по поводу своих трудов, т.к. считает это своей обязанностью и др. Но есть ли такие люди на земле, которые не больны унынием?!....

### При лени человек поступает не по любви к ближнему

А теперь вернемся к вопросу о связи лени и любви, но уже не любви к труду, а к людям.

Итак, наравне с любовью к труду, у человека должна быть любовь к ближнему для которого он совершает этот труд.

Труд потому, что так надо для телесных нужд, без труда по любви – не есть истинное доброделание.

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.1, беседа 8): «Какие бы ни были у кого добрые дела, без любви все они ничтожны».

В христианстве любое доброделание, а домашний труд для ближних и есть одним из видов доброделания, должно делаться не потому, что человеку нравится, например, чистота, уют и вкусно приготовленная еда или не потому, что так нужно, и даже не по закону справедливости о разделении труда при общежитии, а потому, что он делает это по любви к ближнему и желает ему послужить.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.1, Б,3, аа): «Любовь не ограничивается одною справедливостью или одним тем, чего требует правда, но охотно делает больше того по одному внутреннему доброхотству. …Истинный христианин охотно благотворит другим…».

**Феофан Затворник** (Толков. на Филип., 2,4): «Не о себе [только] каждый заботься, но каждый и о других». …Любовь христианская, рождающаяся из самоотвержения, других поставляет целью, а себя считает средством; так и действует. …Как в организме живом ни один орган не занят собою, а делает лишь то, что нужно для других, так и в обществе, когда всякий будет заботиться о благе других, будет органическое живое всех сочетание, где каждый о всех и все о каждом. Следовательно, святой Павел указывает здесь самое мощное средство к единодушию. «Когда каждый, оставляя свое, печется о благе другого, так что у них выходит: я о твоем, а ты о моем; то отсюда исходит не человеческая, но ангельская жизнь» (Экумений)».

Вообще в духе любви нет справедливости, как равенства, потому что истинно любящий берет на себя больший труд, желая угодить любимому. А это значит, что при истинной любви есть неравенство, и равенство появляется тогда, когда в силу вступает самолюбие.

**Николай Сербский** (Мысли о добре и зле, Равенство): «Неравенство - основа справедливости и побудитель любви. …Пока живет любовь, никто не вспоминает о равенстве. …Когда уходит любовь, люди говорят о справедливости и подразумевают равенство».

И именно с этим у многих и многих людей есть проблемы. Почти все люди ратуют за справедливость, а не за то, чтобы самому проявить любовь.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.1,3а): «У всех почти (людей) первые (законы справедливости) считаются выше последних (любви), и тем из жизни как бы насильно изгоняется истинный ее дух, дух любви».

Человек и не против своего домашнего труда, и делает, что положено, но иногда, когда надо проявить любовь к ближнему и сделать или больше, или без помощи, или то, что тебе не нравится, или при усталости, то тут же в силу вступает твое самолюбие, которое требует справедливости, жалеет времени, сил или хочет, чтобы его пожалели.

Поэтому скажем об обязательной составляющей нелености – труд по любви к ближнему, который несравненно выше труда по законам человеческой справедливости.

Как известно, одним из главных свойств любви является попечение о том, кого любишь.

**Платон Московский** (т.2, Слово в день первоверховных апостол Петра и Павла): «…свойство любви есть угождать лицу любимому. …Радостная охота сам(а) собою вед(е)т человека любовью плененного ко исполнению».

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, Б,4,аа): «…таково свойство любви — спешить на угодное любимому».

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.2, гл.5): «…кто любит, как должно, ближнего, тот не откажется служить ему покорнее всякого раба. … Вот почему не сказал просто – "любите друг друга", а – "работайте" (служите), указывая этим на высшую степень любви».

Так, понятно, что у кого есть истинная любовь к ближним, тот не ленится что-то делать для них как по собственной инициативе, так и после просьбы ближнего. И делает это быстро, усердно и с удовольствием. Это самая высшая степень любви, которой, к сожалению, нет у многих из нас, христиан.

Мы иногда можем, действительно, делать по любви к ближнему, но чаще склоны любить себя и делать себе удобно, выгодно и приятно; а это значит, что наше самолюбие будет противостоять любви к другому. Есть такой духовный закон: чем меньше самолюбия, тем больше любви к другому, и наоборот.

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.1): «Любовь к себе уничтожает любовь к ближнему… Часть любви, которую оставляешь себе, ты отнимаешь от всецелой и безграничной любви, которую необходимо иметь к другим».

Заметим, что такое доброделание по любви бывает у всех людей, независимо от веры, потому что это закон любви. Приведем слова в обличение нам, христианам, как иногда ведут себя обычные люди в отношении ближних.

Интернет – источник: «(Слова одной жены с форума, на котором обсуждался вопрос: моет ли муж посуду или нет) Когда человека любишь, поверьте, за радость и покушать ему приготовить, и его носки постирать, и смотреть его любимый футбол вместо своего любимого ток-шоу и закрыть глаза на его недостатки. И уже… совсем нет желания что-то там с ним делить и торговаться».

А вот пример из жизни христиан, из которого видно, как ученик по любви к старцу тут же исполняет его просьбу.

**Достопамятные сказания** (Об авве Марке, ученике аввы Силуана): «Сказывали, что у аввы Силуана в Ските был ученик, по имени Марк, который имел великое послушание и был хороший писец. Старец любил его за послушание. Кроме Марка старец имел еще одиннадцать учеников. Они скорбели о том, что старец любил Марка более всех их. Старцы, услышав об этом, опечалились. В один день они пришли к Силуану и укоряли его. Авва Силуан, взяв их с собою, вышел из кельи, начал стучаться в двери каждого из учеников своих, говоря: «брат такой-то, пойди сюда, ты мне нужен»; но ни один из них не спешил тотчас же к нему выйти. Старец пришел к келье Марка, постучался и сказал: «Марк! Марк», услышав голос старца, выбежал к нему в ту же минуту, и он дал ему поручение. Силуан сказал старцам: «где же, отцы, прочие братья?» Потом он вошел в келью Марка, взял тетрадь его и увидел, что он начал писать одну букву, но услышав голос старца, бросил перо, не докончив ее. Тогда старцы сказали Силуану: «справедливо ты любишь его, и мы любим, и Бог любит его»».

А теперь посмотрим, что происходит при лени. Когда человек видит, что ему надо что-то делать и у него возникает некое нежелание напрячься, то тут же проявляется жалость к себе, а значит – самолюбие. И тогда вступают в силу законы действия греха, а это значит, что обязательно самолюбие захочет переложить работу на других или хотя бы разделить ее; в то время как любовь не перекладывает свою ношу на другого, а наоборот носит его тяготы.

Кстати сказать, любовь к человеку и желание сделать для него легче и приятно часто побеждает нелюбовь к какому-то труду. Так, если человек не любит гладить, но его ближний нуждается в поглаженных вещах, то он будет гладить. Заметим и то, что один может преодолеть свою нелюбовь к глажке и хотя нехотя, но сделает это. А есть случаи, когда даже любовь к ближнему не помогает, и человек оправдается словами типа: «я не умею», или «у меня не получается». Понятно, что в этом случае любовь к себе сильнее, и преодолеть свою нелюбовь к глажке не хочется. Однако и здесь есть некоторые нюансы, например, жена не будет гладить мужу, но будет гладить ребенку. Но и это может быть не всегда только по любви, а и потому, что ребенок сам не может этого сделать.

Итак, при лени человек поступает не по любви к другому, хотя утверждает, что любит его, и, конечно, нарушает заповедь о любви и заботе о ближнем.

**Василий Великий** (Нравственные правила, п. 80, гл.22, п.48, гл.6): «Что свойственно любви к ближнему? Искать не своих выгод, но выгод любимого к пользе душевной и телесной. …Должно заботиться и иметь попечение о нуждах братий, по воле Господней. (Мф.25, 34-36): «Приидите, благословенные Отца Моего, наследуйте Царство, уготованное вам от создания мира: ибо алкал Я, и вы дали Мне есть; жаждал, и вы напоили Меня; был странником, и вы приняли Меня; был наг, и вы одели Меня; был болен, и вы посетили Меня; в темнице был, и вы пришли ко Мне». И вскоре потом (40): «истинно говорю вам: так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне»».

### Христианин должен благотворить ближнему по любви к Богу

Что же касается христиан, то для них мало трудиться на благо ближних по любви к ним. Они должны благотворить не столько по любви к этому человеку, сколько по любви к Богу, который благотворит всем людям по любви к ним.

**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».

Вообще, правое устроение нашей жизни содержит четыре основных расположения, и если мы будем этого придерживаться, то не будем согрешать.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл.1 Кор. 10,33): «…первое,– чтоб все делать по ясной и твердой совести, по верному сознанию сообразности дела с волею Божиею; второе,– чтобы все делать во славу Божию, не только имея в виду, в цели, славу Божию, но так, чтобы самим делом выходила из нашего действования слава Божия; третье,– чтоб не соблазнять никого не только намеренно, но и ненамеренно; четвертое,– чтобы все направлять ко спасению ближних наших, и словом, и делом».

А также:

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.2, ст.13-28): «…дела благотворительности и служения ближнему теряют свою ценность, если человек не участвует в них душой («И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а любви не имею, нет мне в том никакой пользы» (1 Кор. 13, 3))».

Итак, истинный христианин желает исполнять заповеди Христовы о самоотвержении ради блага других людей.

**Ефрем Сирин** (Наставление монахам): «…доброе дело да совершается по страху и из любви ко Христу».

(Многие ли из нас, исполняют домашние дела по любви к Богу, когда мы и по любви к ближним не всегда желаем потрудиться?!...)

Если же у христианина нет такого настроя на любовь к Богу, а есть только дела по любви к ближнему, то цена его доброделания не высока, а естественна, и так делают все люди.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 398): «Кто хочет сделать доброе дело, но лишь ради своей собственной прибыли или по другому побуждению своей воли, тому вменяется ли сие в правду? …Всякое доброе дело, которое совершается не из одной только любви к Богу, но к которому бывает примешана и своя воля, нечисто и неприятно Богу».

**Иоанн Златоуст** (т.4, Беседы на Книгу Бытия, б. 5): «Не будем же безрассудны, не станем напрасно и всуе обманывать сами себя. Если мы делаем что-либо доброе, но делаем это не для того только, чтобы исполнить заповедь нашего Господа и быть известными Ему одному, то мы напрасно трудимся, лишая сами себя плода от этого доброго дела».

**Никон Оптинский** (Завещание духовным детям, 20): «Доброе дело не есть всякое доброе дело, а лишь та­кое доброе дело, которое делается ради Бога. Внешность дела не есть его сущность, Бог зрит на сердце. Как долж­ны мы смириться, видя, что ко всякому доброму делу при­мешивается страсть».

### Лень – одна из главных страстей большинства людей и она наносит большой вред человеку

В заключение вопроса о лени, скажем о том, что она наносит большой вред человеку.

Святые отцы обозначают лень, как стремление души к худшему, и говорят, что ленивые люди самовольно порабощаются этой страстью.

**Ефрем Сирин** (Семь деланий у монаха): «Леность без всякого предлога есть предвестник уклонения в худое, ибо нерадивость воли без какой-либо предшествующей причины, например, иногда телесного недуга или какого неудобства, обнаруживает, что душа стремится к худшему. Не имеющую предлога и настоятельной какой-либо причины леность к деланию добродетелей называю унынием и беспечностью».

**Платон, Митроп. Московский** (т.5, Слово на день преп. Сергия): «…причина же лености в том, что угождением чувствам (ленивец) расслабил свои члены. Причина же расслабления, что истинное понятие о добре и настоящей пользе в нем помрачено. Для таких всякое дело - бремя, и они тем менее извинительны, что грешат не по неведению, но самовольно себя порабощают, и пренебрегают душевными выгодами».

Лень опасна и потому, что она связана с другими страстями.

**Феофан Затворник** (Письма, п.210): «А ведь эта сударыня (лень) одна не бывает. Она - запевальщица, и с нею хор».

**Изречения подвижников Греции** (сост. Д. Тацис, гл. Духовная жизнь): «От лени рождаются малодушие, женоподобие, печаль и возмущение от нежелания делать добрые дела, которые необходимы, оправдание грехов, отчаяние, безверие, нерадение, небрежение, потеря рассудка, трусость и нечестие».

Вообще, лень, как нелюбовь к труду (иногда постоянная, а иногда периодичная) – это один из самых распространенных и тяжелых пороков всех людей.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Римл. 12,11): «…леность — одна из главных страстей, злодействующих в человеке».

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.1, ч.3, гл.3): «Люди не любят труд. В их жизни появились праздность, желание устроиться потеплее, много покоя. Оскудело любочестие, дух жертвенности. …Сегодня все - и стар и млад - гонятся за легкой жизнью».

И если эта страсть овладеет человеком, то ему всё тяжелее и тяжелее трудиться, так как:

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.1, беседа 8): «Как от делания рождается охота делать, так от неделания происходить нежелание делать».

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.20): «Вкусив однажды сладости неделания, начнешь ты любить его и желать паче (больше) делания; а удовлетворяя это желание, дойдешь ты мало-помалу до навыка ничего не делать, или до лености, в которой страсть ничегонеделания до того овладеет тобою, что ты даже и сознавать перестанешь, как это ни с чем несообразно и преступно. …Это нерадение, начавшись чуть заметно, проникает все и ядом своим поражает не только волю, вселяя в нее отвращение от всякого труда…».

Ленивый к телесным трудам зачастую не догадывается, что сам себе вредит, как телесно, так и духовно.

**Платон Митр. Москов.** (т.3, Слово на День Благовещения Пресвятыя Богородицы): «Ленивец расслабляет тело и отягощает его болезнями».

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 16 сентября): «(Ленивые), вы сами, не замечая того, получили отвращение к труду и все стали плоти и крови. Но хорошо ли это для вас? Нет, очень худо; ибо леность расслабляет и, мало того, даже убивает душу и тело и, как древние мудрецы сказали, есть мать всех пороков».

**Вонифатий из Феофании** (Ответы на вопросы от разных лиц, в. 225): «Привычка к постоянному труду и воздержанию укрепляет тело человеческое и сообщает ему естественную красоту. А не имеющие никакого упражнения подвергаются многим недугам, о которых другие и понятия не имеют; здоровье же — прекрасный удел трудолюбивого и воздержного человека».

**Евергетин** (т.2, гл.3): «…(ленивые) сами себе очень вредят своей ленью. Прежде всего, они повинны в непослушании, себялюбии и изнеженности, затем они лишают себя награды за труд, и, наконец, самое тяжелое, они дают другим повод к осуждению сплетням и непослушанию. Суд над ними будет суров, потому что они нанесли душевный вред не только себе, но и другим».

**Ефрем Сирин** (О том, как приобретается человеком смиренномудрие, гл.78): «…кто в силах и не трудится вместе с братией, тот во многих отношениях вредит самому себе. Во-первых, лишает себя награды, а во-вторых, – подает повод к ропоту и пересудам как сделавший дело самолюбия».

**Никодим Святогорец** (Жизнь Христа, гл.2): «Господь взял человека, которого создал, и поселил его в саду Едемском, чтобы возделывать его и хранить его (Быт. 2, 15), а не для того, чтобы он сидел там в праздности и лени. Ручной труд укрепляет тело и делает его здоровым, а праздность и лень делают его бессильным, вялым и больным. Справедливо написал премудрый Сирах: «Многому злу научает праздность». Это мы видим и на деле: в том, кто трудится, меньше страстей и лукавства, а тот, кто пребывает в праздности, часто бывает одержим лютыми страстями».

Также, к сожалению, ленивые люди не знают, что:

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 16 сентября): «… все (жалобы ленивого) говорит в вас враг вашего спасения, чтобы погубить вас; потому что нет для него ничего легче, как ленивого подчинить своей темной власти. Ибо так говорит Пимен Великий: "кто живет в небрежении и лености, того дьявол низлагает без всякого труда" (Чет.-Мин. Авг. 27)».

Можно еще много говорить о страсти лени, но думаю, что и этого материала достаточно, чтобы, во-первых, надеюсь, приведенный материал растревожил совесть ленивых христиан. Во-вторых, благодарение Богу, если мы смогли увидеть свою лень в различных проявлениях, и тем самым прекратить самообман этого вида самолюбия. И, в-третьих, этот обзор страсти лени, надеюсь, поможет нам понимать, что если наш ближний ленив, то его борет грех и страсть, как и каждого человека, а он этого не понимает и очень любит и жалеет себя, как, впрочем, и каждый из нас.

## 1.1.2. Советы святых отцов как бороться со своей ленью

В этом разделе будут даны некоторые советы святых отцов относительно борьбы со своей ленью. (Заметим, что святые отцы в основном говорят о противлении своей духовной лени по поводу внутреннего нерадения к молитве, но эти же поучения подходят и в отношении разленения при внешних делах)

### Сознавай, что тобою правит страсть лени и понуждай себя трудиться

Известно, что если мы хотим поступать по любви к Богу и жить по Его заповедям, то для этого мы должны противиться страстям и не согрешать. И в случае с ленью мы также должны отвергать ее.

А для этого, во-первых, следует признаться себе, что за всю твою жизнь у тебя собрались многочисленные привычки, связанные с ленью, которые ты даже не расцениваешь как лень. Например, ты привык не делать дела вовремя или откладывать их «на завтра», когда можно сделать сегодня, мотивируя тем, что ничего страшного не произойдет, если я этого не сделаю; привык жалеть себя и не напрягаться, когда почувствовал или простое нежелание «ой, не хочется», или небольшую усталость; привык исполнять работу не тщательно и не по совести; ты не придаешь значения тому, что ты зачастую слоняешься без дела или, начиная одно дело, бросаешь и приступаешь к другому; ты привык спокойно воспринимать, что твой ближний трудится для твоего или общего блага, а ты в этом время, например, смотришь фильм, и тебя не беспокоит совесть, и еще многое и многое другое.

Во-вторых, чтобы сопротивляться своей лени, надо помнить об основных ее проявлениях, о которых мы говорили ранее, например: если человеку не хочется что-то делать, то он ждет, чтобы его дела делали другие, стремится переложить работу на других, жалуется, что ему тяжело и он много делает; если он не будет хотеть что-то делать, то это дело него обязательно будет казаться трудным, и др. И, видя все это в себе при каждом случае, когда возникает любое нежелание к деятельности, следует тут же осознавать, что тобою сейчас руководит самолюбие, саможаление эгоизм и лень в том или ином проявлении. При этом следует приучить себя давать краткую характеристику этим проявлениям, например: при появлении мысли: «пусть это сделает тот-то», сразу произнеси самообличение, например: «лень всегда перекладывает на других». Или, например, возникает возмущение типа: «опять я должен это делать», скажи себе: «лень любит жалеть себя». Так, приучившись видеть в себе проявления лени и обозначать их, человек не только будет сопротивляться ей, но и приобретет духовную мудрость и опытное знание законов действия греха. А это в свою очередь будет удерживать его от осуждения других людей, т.к. будет четко осознание, что не человек плохой, а это его, как и тебя, мучает грех.

Далее. Каждый на собственном опыте знает (потому что делал это великое множество раз), что для того, чтобы противостоять лени, нужно сделать усилие над собою (даже просто сказать себе «ну, давай, делай») и начать делать дело.

**Авва Исаия** (Духовно-нравственные слова, сл.16): «Понудь себя немного, и скоро придут бодрость и сила».

**Тихон Задонский** (т.5, Письма, п.12): «Как ленивую лошадь люди плетью гонят и побуждают идти и бежать, так нам должно убеждать себя ко всякому делу».

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п. 45): «Придет разленение, желание послабить, даже сомнение, уж нужно ли так делать, - гоните все это и, как положили, нудьте себя на дело сие».

**Амвросий Оптинский** (Жизнеописание в Бозе почившего … Амвросия, ч.1, с.103): «Скука унынию внука, а лени дочь. Чтобы прогнать ее прочь, в деле потрудись, в молитве не ленись, тогда и скука пройдет, и усердие придет».

Приведем несколько советов в деле понуждения себя на труд тому, кто не делал или мало делал по дому.

Для этого хорошо вводить правила или домашние обязанности для себя (например, за тобою закреплено мыть посуду или пол), которые хочешь – не хочешь, а делай.

**Феофан Затворник** (Что потребно кающемуся, гл.2): «Хочется, – все делается быстро; нападет разленение, – и малого не сделаешь. Когда же положено правило, хоти не хоти, а делай, и будешь непрестанно делать».

И эти твои дела ни в коем случае не следует перекладывать на других.

**Василий Великий** (О подвижничестве, 4): «Не позволяй другому исполнять дел, на тебе лежащих, чтобы и награда не была отнята у тебя и отдана другому… Дела служения своего исполняй благообразно и тщательно, как служащий Христу. Ибо сказано: «Проклят всяк творяй» дела Господня «с небрежением» (Иер.48, 10)».

Введите себе обязательное правило не оставаться без дела, когда другие что-то делают по дому, а предлагай свою помощь или займись другим трудом, полезным для семьи.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл.3, 23, 24): «Если живете обще друг с другом (во взаимности или общежительно) и есть какое поделие, делай его и ты; приобщитесь ему все; и не щади ты тела своего, совести ради всех».

**Феодор Студит** (Наставления, гл.175): «Никто не оставайся без дела, слоняясь туда и сюда, и не губи дня попусту, когда другие братия трудятся усиленно, претерпевая зной дня и хлад ночи, в привратницкой ли кто находится или в больнице служит, или в сапожнической, или в столярне, или в другом каком послушании. Страшное это преступление…».

Также следует учиться делать дела не кое-как и нехотя, а с некой энергией.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.53): «На вас нападает леность, приходит желание льгот поблажек, покоя плоти. Вы хорошо делаете, что не уступаете; однако ж ваша неуступчивость неполна. Разумею то, что вы, несмотря на эти соблазнительные нападки, все же делаете, что считаете должным, но делаете неохотно. «Хоть нехотя,— говорите,— но исполняю все». И это хорошо, как сказал я; есть тут борьба и одоление. Но надо бы эту борьбу доводить до конца, чтоб и одоление было полное,— то есть доходить до того, чтоб делать хотя, прогнав безжалостно «нехотя». Ибо это «нехотя» есть уступка лености и питает ее, хоть не жирно. Извольте, когда прогоняете леность, возбуждать себя до ретивости, чтоб живо, с энергиею, делать то, от чего оттягивала леность. И это только будет настоящею победою и одолением лености, а не то, как вы делаете».

Заметим и то, что часто бывает, что человек и воодушевляется на новые правила и сопротивления своей лени, но по пришествию какого-то время этот ревностный дух ослабевает, и человек начинает лениться и не делать, как и раньше. Так всегда действует дух самолюбия, который привык действовать в нас себе в угоду, а не по заповедям, и всегда старается вернуть свое властвование.

**Никита Стифат** (Добротолюбие, т.5, 1-я сотн., п.28): «…только что выступившему на подвиги ничто так не препятствует исполнять дела заповеди, как всезлобнейшее самолюбие (желание плоти). Оно служит препоной к преуспеянию даже и ревностным».

В этом случае следует осознать, что ты опять стал лениться, покаяться, и заново начинать действовать против лени по тем же правилам. И так каждый раз.

### Не следует слушать мыслей о трудности дела

Далее приведем еще один важный нюанс в деле противления своей лени.

Как мы уже говорили, одним из видов лукавства лени есть представление дела трудным. И тогда обязательно появляется саможаление, которое еще более усиливает нежелание делать (о саможалении речь еще будет идти позже). Поэтому не следует слушать мыслей, представляющих дело тяжелым.

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Не бойся труда и не говори: «Не изнемочь бы мне», а представляй лучше в уме, что все святые страданиями благоугождали Богу».

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.20): «Покажется тебе, что таких дел много, ты и мятешься, и готов руки опустить. Но ты не думай об этом множестве дел, а скрепя сердце, берись за первое предлежащее и делай его со всем усердием, как бы других совсем не было, и сделаешь его покойно; потом таким же образом поступи и в отношении к другим делам, и все переделаешь спокойно, без смятения и хлопотливости».

**Евергетин** (т.1, гл.4): «У одного человека было поле, и по его небрежению оно засохло и поросло тернием и сорными травами. Но затем он решил его обработать и говорит своему сыну: «Пойди, расчисти поле» И сын пошел, чтобы расчистить поле. Но когда он увидел множество терний, то пал духом и сказал себе: «Когда же я успею столько прополоть и все это расчистить?» Он лег на землю и заснул. А когда снова проснулся и посмотрел на тернии, то, поленившись, остался лежать на земле. Так то, впадая в сон, то ворочаясь с боку на бок…, он убил в лености немало дней. Но вот, идет его отец посмотреть, что тот сделал. Увидел, сын не сделал ничего, и сказал ему: «Что это ты до сих пор ничего не сделал?» А тот ему отвечает: «Отец, как только я приступаю к работе и вижу такое множество сорных трав и терний, я прихожу в уныние и от огорчения ложусь и засыпаю. Потому-то я ничего и не сделал» Тогда его отец говорит ему: «Дитя мое, делай каждый день по куску земли размером в твою постель: так и дело будет продвигаться, и ты унывать не будешь» Тот послушался его и стал так делать: вскорости поле было очищено».

Заметим, что мысли о трудности дела или другие отговорки могут возникать и до делания, и уже после понуждения, когда человек начал делать дело. Но их не следует слушать, а следует продолжать работать.

### При противлении своей лени христианин должен понуждать себя с духовным смыслом

Выше приведенные советы являются естественными, и в них нет еще полного христианского духа. Поэтому обращаем внимание, что мы привыкли понуждать себя по естественным причинам, например, надо готовить еду, чтобы не остаться голодным, или надо убирать, а то ближний будет недоволен беспорядком и т.п. Но мало кто побуждает себя по христианским причинам таким как: Бог заповедал трудиться и не жить в лени и праздности; или если я не тружусь, то мною правит страсть уныния и бесы; или если я не хочу трудиться для других, то я преступаю заповеди о любви, а это означает, что я не иду путем спасения своей души, и др. Поэтому следует приучить себя говорить против своей лени о заповедях Божиих.

Действенно если напоминаешь своей душе, что сейчас Господь смотрит, как ты выполняешь дело.

**Феофан Затворник** (Письма, п.554): «…какое бы дело большое или малое вы ни делали, держите в уме, что его вам повелевает делать Сам Господь Вездесущий и смотрит, как вы его сделаете. Так себя держа, вы и дело всякое будете делать со вниманием и Господа будете помнить».

**Отечник Игнатия Брянчанинова** (Авва Аполлос): «В келлиях был старец, авва Аполлос. Если кто из братий приглашал его к труду или работе, то он немедленно шел со всею радостью, говоря: «Сегодня я иду потрудиться с Царем моим, Христом, ради спасения души моей»».

При этом христианин должен сокрушаться о своей лени.

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 197): «Пишешь, что заленилась. – Понуждать надо себя и возбуждать к деятельности. …Воздыхай к Богу о своем нерадении, и, хоть насильно, молись мытаревым гласом. Господь призирает на сердце сокрушенное и болезнующее… Если когда и поспишь, и пролежишь, или поленишься, скорее с покаянием к Господу Милосердому».

Христианский дух при сопротивлении страсти уныния будет и тогда, когда христианин понимает, что лень это вражие искушение.

**Феодор Студит** (Огласительные поучения, п.24): «…диавол внуш(ает) нам лукавые помыслы, …или ввергает в уныние, или пленяет нас нетерпеливостью…».

**Евергетин** (т. 2, гл. 4, Из св. Ефрема): «Брат, строго внимай себе. Дьявольская злоба велика и многообразна, он знает множество уловок. Коварный враг, когда ты совершаешь рукоделие, внушает лень и, повергая в уныние, пытается заставить тебя прекратить дело и заняться пустяками, словно делами. А порой он гонит тебя из кельи, лишь бы ты оставил свою работу и только слонялся без дела».

И поэтому следует позвать на помощь Господа и отречься от бесовских действий, например, молитвой: «Огради меня, Господи, силою Честного и Животворящего Твоего Креста, и сохрани меня от всякого зла. Господи, помилуй меня, грешного», или: «Господи и Владыко живота моего, дух празд­ности, уныния… не даждь ми».

Такое отношение к лени будет подвигать человека к сокрушению о своей греховности, к молитве к Богу и усердной борьбе со своим пороком.

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п.110): «Леность есть немалый порок и полагается в числе смертных грехов; то и надобно себя нудить к исполнению наших обязанностей, просить Бога о помощи, не надеяться на свою силу. Он, видя таковое наше произволение, даст силу и крепость и поможет одолеть расслабленную леность; но без нашего тщания и произволения и Бог не помогает. В случае же немощи и бессилия да заменяет сии наши бездействия: болезнь сердечная, сожаление и смирение».

### Христианин должен заботиться о своих телесных нуждах, чтобы не быть в тягость другим

Далее скажем еще об одном важном правиле в деле противления своей лени: старайтесь заботиться о своих телесных нуждах сами, чтобы не быть в тягость другим. Так, например, если ты принимал пищу один, то помой после себя тарелку, или вытри свою обувь сам, или если намусорил, то убери т.д.

Это будет добродетелью, которая в христианском учении обозначена, как неутруждение других.

**Петр Дамаскин** (Творения, кн.1, Исчисление добродетелей): «…довольство собою (то есть неутруждение других)».

Если же человек не будет так делать, то обязательно в нем будет процветать страсть лени и эгоизма.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 578): «Берегись, чтобы не разлениться, видя, что другой носит тяготу твою, и не начать питаться пространно».

Поэтому святые отцы говорят:

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл.3, 23, 24): «Каждый день, утром, как встанешь, прежде чем возьмешься за рукоделие, поучись в словесах Божиих; если же нужно что-либо привести в порядок: рогожу ли, или сосуд какой, или другое что, сделай то поскорее без лености».

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 230): «Послушай, брат, разве ты расслаблен, что соизволяешь на то, чтобы другой служил тебе? Разве не знаешь, что это обращается в осуждение… Верь мне: я, худейший, пока Бог не возвестил мне безмолвствовать, сам себе служил и в болезни сам приготовлял себе немного вареной пищи и теплоту».

А вот пример из жизни великого святого, и это будет обличением многим из нас, ленивых, перекладывающих свои нужды на других или желающих, чтобы нам все помогали.

**Афанасий Великий** (Житие преподобного отца нашего Антония): «(После удаления Великого Антония в пустыню, он)… видя, что, под предлогом доставлять ему туда хлеб, иные утомляются и несут труды, щадя и в этом монахов, придумывает сам с собою средство, и некоторых из пришедших к нему упрашивает — принести ему заступ, топор и несколько пшеницы. Когда же было это принесено; обошедши гору, находит одно весьма необширное удобное место, возделывает его; и, поелику достаточно было воды для орошения поля, засевает его. Делая же это ежегодно, получает себе отсюда хлеб, радуясь, что никого не будет сам беспокоить, и соблюдет себя от необходимости чем-либо быть кому в тягость. Но после сего, видя опять, что некоторые приходят к нему, разводит он у себя несколько овощей, чтобы и приходящий к нему имел хотя малое утешение после трудов такого тяжкого пути».

Итак, даже по закону естественной справедливости человек обязан обслуживать себя и не быть в тягость другим. А если он живет со своими родными, то должен выполнять дела для общего блага, и это также требует закон естественной справедливости. Но для христианина этого мало, потому что есть закон любви, по которому ты должен заботиться более о других.

### Христианин должен, сопротивляясь своей лени, служить ближнему по любви к нему и ради заповедей Божиих

Итак:

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.26): «…о себе только одном заботиться запрещено, как сказал Спаситель наш: «не заботьтесь для души вашей, что вам есть и что пить» и так далее (Мф.6:25). Почему присовокупляет Он, говоря: «потому что всего этого ищут язычники» (ст.32). Потому и через апостола заповедует: «Не о себе [только] каждый заботься, но каждый и о других» (Флп.2:4)».

Из многочисленных примеров о семейных отношениях, в которых причиной конфликтов является лень, мы видели, как страсть уныния не дает человеку поступать ни по справедливости, ни по любви к ближним, потому что проявляется свое самолюбие. И у многих из нас, христиан, нет той высшей степени любви, которая с радостью делает благое для ближнего или по своей инициативе, несмотря на то, как поступают ближние, или сразу же после просьбы.

Как же правильно поступать, чтобы не дать действовать своему самолюбию, и чтобы действовать по христианской любви? Ответим кратко: обучай себя поступать по любви, даже если твоему самолюбию не хочется.

Исходя из того, что труд бывает изначально по своей воле, когда ты начинаешь делать что-то сам, когда есть необходимость, и труд бывает не по своей воле, когда тебя просят, то следует оценить, в каком качестве ты чаще находишься. Как правило, в роли просимых находятся мужья и дети, потому что жена и мать чаще является готовой к труду. Поэтому тому, кто не привык трудиться по своей воле и проявлять инициативу, потому что всегда трудился другой, во-первых, следует заставлять себя как обслуживать себя, так и делать что-то для других без просьбы (а это, например: увидев в мойке грязную посуду, которая осталась после членов семьи, помыть ее, или, увидев грязь на полу, подмести или вытереть и т.д.). И, во-вторых, им надо учиться выполнять просьбы без промедления, без оправданий, жалости к себе, тщательно и т.п.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, О состоянии новоначальных и келиотов): «Если позовет тебя брат твой, когда ты находишься за рукоделием своим, поспеши узнать, чего он хочет, и сделай то с ним, оставя свое. …Если живешь с другим братом вме­сте, и занимаетесь одним делом внутри и вне келлии, и брат твой позовет тебя, то не говори: «подожди немного, пока я окончу свое дело», но тотчас поспеши к нему, чтобы вместе совершать это дело».

Это и будут, так сказать, упражнения обучения себя любви. При обучении еще долго будет проявляться самолюбие, но все же, как можно чаще, должна побеждать любовь к ближнему. Брань между своим самолюбием и любовью к ближнему происходит, когда при лени борются два помысла: «не хочу» и «надо». Так, ты и понимаешь, что должен что-то сделать для пользы своей и ближнего, но тебя одолевает лень и нежелание. Но ты все же не уступаешь самолюбию, и поступаешь по закону жертвенной любви, которая «не ищет своего» и благо ближнего ставит на первое место. Поэтому, если у человека появилась мысль, например, «надо помочь», а затем «ой, не хочется» или «пусть кто-то сделает», или «я не могу», то надо сделать наоборот желанию самолюбия, и заставить себя сделать, укорив себя в лени и лукавстве.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.4, 1-20, 21-41): «Допустим, вас просят оказать услугу. Вам не хочется, ибо это связано для вас с потерей времени и другими неудобствами. Ваше себялюбие протестует и ворчит. Не слушайте этого голоса, преодолейте себя и, победив на этот раз свое нежелание и саможаление, вы уже отломили кусок себялюбия. Продолжайте эту работу настойчиво, упорно, непрерывно…, и мало-помалу ваше себялюбие станет смягчаться, слабеть и исчезать, уступая место лучшим чувствам самопожертвования и заботы о других. …Вас просят, допустим, оказать какую-либо услугу. Ваша леность и ваш эгоизм этого не желают. Но у вас есть другие мотивы — мотивы евангельского характера, мотивы любви к ближним, которые требуют от вас: «Просящему у тебя дай и от хотящего занять у тебя не отвращайся». Вам приходится выбирать между тем и другим решением, между "да" и "нет", между согласием и отказом. Удовлетворение просьбы требует известного усилия воли, и, если вы себя преодолеете и это усилие сделаете, исполнив то, чему вас учит Евангелие, вы одержали победу над леностью и эгоизмом, и воля ваша несколько укрепилась нравственно».

Такому противлению своему самолюбию и лени христианину помогает и осознание, что просьба другого является поручение мне Богом исполнить заповедь о любви, и я сейчас только орудие Бога заботы о том человеке и обо мне (чтобы я не остался без доброделания).

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.1, б.20): «…делай все из повиновения Господу, и как бы ты все делал ради Него».

При обучении себя истинной любви и преодолению своего самолюбия важно, чтобы христианин понимал, что ему не просто не хочется что-то делать, а это в нем действует самолюбие и он нарушает заповедь о любви к ближнему. Это будет правый путь, при котором человек хотя и не действует сразу по любви, но путем противления нудит себя поступить по любви и послужить ближним. И пусть это будет насильное проявление любви и не будет чистой добродетели, но для закоренелого самолюбца, это принесет большую духовную пользу.

Есть и такая степень любви, а точнее сказать нелюбви к другим по причине собственного самолюбия, когда человек приводит разные оправдания по поводу того, почему он не может сделать что-то, и не сделает усилия над собой, а уступит своей лени и нежеланию послужить ближнему.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.4, 21-41): «Вас просят, допустим, оказать какую-либо услугу. Ваша леность и ваш эгоизм этого не желают. …Если же вы остались пассивны и безучастны и, подчинившись лености и себялюбию, не сделали нужного усилия воли, вы побеждены, и воля ваша несколько ослабела».

И, к сожалению, именно такое поведение встречается очень часто не только у неверующих людей, но и у христиан…

### О том, что ленивые христиане к домашнему труду не должны прикрываться молитвой и походами в храм

Следующий вид лукавства относится к христианам, которые ленивы к телесному труду (например, не содержат дом в чистоте и не заботятся о телесных нуждах ближних), и прикрываются молитвой и частыми походами в храм (об этом был один из примеров). Поэтому скажем о нем отдельно.

Во-первых, в исполнении телесных дел и дел внутреннего и внешнего богопочитания всегда должно быть благоразумие (или благочестие).

**Феодор Студит** (Огласительные поучения и завещание, п.22): «Под предлогом молитвы, безмолвия и чтения не оставляй дел монастырских (домашних – от сост.), дабы не пришли они в расстройство в отношении телесных потребностей; и напротив чрез постоянное и всегдашнее упражнение и заботливость о делах, не попускай уму своему погружаться в них, и оставлять память Божию и видение: таково правило благочестия».

**Марк Подвижник** (Слова, сл.6): «…желающий, по Писанию, возраста «в мужа совершенна, в меру возраста исполнения Христова достигнути» (Еф.4:13) не должен предпочитать молитве различные служения и без нужды, как случится, брать оные на себя; но и встречающихся по некоторой надобности и по смотрению Божию не должно уклоняться и отвергать оные от себя под предлогом молитвы…. Но хотя необходимые и смотрительно встречающиеся нам дела неизбежны, однако безвременные занятия должно отвергать, предпочитая им молитву, в особенности же отвергать те, которые вовлекают нас в большие траты и собрание излишних имений».

Во-вторых, если есть необходимые телесные труды и особенно на благо ближних, то молиться нужно умом при исполнении дел.

**Василий Великий** (Правила пространно изложенные, в.37): «Должно ли под предлогом молитв и псалмопения нерадеть о делах?... Поскольку же некоторые уклоняются от дел под предлогом молитв и псалмопения, то должно знать, что хотя для прочего всему свое время, по слову Екклезиаста: «время всякой вещи» (Еккл.3, 1), но для молитв и псалмопения, как и для многого другого, пригодно всякое время. Посему, между тем как движешь руку на дело… сердцем «псалмами и славословиями и песнопениями духовными» (Еф.5, 19) воспевай Бога, как написано, и между делом совершай молитву, благодаря Того, Кто дал силу рук на дела… Кто дал вещество, из которого сделаны орудия и которое обделывается тем искусством, каким случилось нам заниматься, так моля направить дела рук наших к цели благоугождения Богу. Таким образом достигнем душевной собранности, когда, по вышесказанному, при всяком действии будем у Бога просить успеха в делании, воздав благодарение Даровавшему деятельную силу, и соблюдать цель благоугождения Ему. Ибо если не употребим при этом сего способа, то как может быть совмещено сказанное у апостола: «непрестанно молитесь» (1Сол. 5, 17), и: «ночью и днем работая» (1Сол. 2, 9)?».

В-третьих, следует знать, что христианину не должно избегать телесного труда, т.к. тогда им будет править изнеженность, лень и гордость.

**Иннокентий Херсонский** (Слово при посещении паствы, сказанное в Ахтырском Свято-Троицком): «Не законно подвизается тот, кто под предлогом безмолвия и созерцательной жизни будет избегать труда телесного. Не так поступали святые отцы: у них с созерцанием и молитвой всегда шел рука об руку труд. Поступающие противным образом редко не подвергаются мечтательности и изнеженности в мыслях, духовной гордости и удалению от пути царского (то есть среднего - ред.)».

К тому же:

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл.75): «…богоносный Василий говорит: кто ленив в чем-либо малом, до него касающемся, о том не верь, что отличится он в великом».

В-четвертых:

**Василий Великий** (Правила пространно изложенные, в.9): «…во всем должно нам остерегаться, чтобы под предлогом исполнения одной заповеди не оказаться нарушителями другой».

В нашем случае, это означает, что ленивому, который ничего не делает по дому и ради ближних (а особенно если это приводит к ссорам), нельзя нарушать заповедь о любви и попечении о ближних ради внешнего или внутреннего богопочитания, и по поводу такого нарушения ап. Иоанн говорит:

**Первое послание Иоанна Богослова, гл.4, 20**: «Кто говорит: «я люблю Бога», а брата своего ненавидит, тот лжец: ибо не любящий брата своего, которого видит, как может любить Бога, Которого не видит?».

А для тех ленивых к телесному труду, которые прикрываются словами о незаботливости о теле, приведем следующие поучения.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.21): «…расслабленные леностью, не желая содержать себя делом рук своих, …имеют обыкновение пользоваться некоторыми свидетельствами Священного Писания, которыми прикрывают свою леность; говорят, написано: «старайтесь не о пище тленной, но о пище, пребывающей в жизнь вечную» (Ин.6,27). «Моя пища есть творить волю Отца Моего» (Иоан.4,34). Но эти свидетельства суть как бы лоскутья от совершенной полноты евангельского чтения, которые выдираются больше для того, чтобы прикрыть бесчестие праздности и срамоты нашей …».

**Древний Патерик** (гл.10, 95): «Некто пришел к авве Силуану в гору Синайскую. Увидев, что братия работают, он сказал старцу: «Старайтесь не о пище тленной» (Ин. 6, 27), «Мария же избрала благую часть» (Лук. 10, 42). Старец сказал своему ученику: Захария! подай брату книгу и отведи его в пустую келью. Когда наступил десятый час, брат прислушивался у двери, не посылают ли звать его к трапезе. Но как никто его не звал, он сам, встав, пошел к старцу и говорит: «авва! ужели братья сегодня не ели?» - «Ели» - отвечал старец. – «Почему же не позвали меня?» - спросил брат. – «Потому, - отвечал старец, - что ты человек духовный и не имеешь нужды в такой пище; а мы, как плотские, хотим есть, и потому работаем. Ты избрал благую часть, читая целый день, и не хочешь вкушать плотской пищи». - Выслушав это, брат поклонился старцу и сказал: «прости мне, авва!» - Тогда старец говорит ему: «Подлинно и Мария имеет нужду в Марфе; ибо и Мария похваляется из-за Марфы»

В заключение вопроса о борьбе со своей ленью, приведем увещевания святых отцов.

**Никодим Святогорец** (Жизнь Христа, гл.2): «Итак, если раньше ты проводил жизнь в праздности и безделии, то проснись же наконец от этого тяжелого сна лености. Измени твою жизнь и раскайся в том, что ты так долго не следовал за Иисусом Христом и был подобен бесчувственным идолам, которые имеют руки, но никогда ничего не берут в них, имеют ноги, но не ходят ими. Держи всегда в своем уме слова, которые говорил один преподобный при наступлении дня: «Тело, работай, чтобы питаться; душа, трезвись, чтобы спастись».

**Вонифатий из Феофании** (Ответы на вопросы от разных лиц, в.31): «Если ты нерешительно будешь сражаться с леностью, то никогда не победишь оной; а коль скоро восстанешь против нее с твердым намерением, хотя и не без внутренней болезни, то с Божьей помощью можешь одержать над нею победу. Отражать врага есть знак верного и доброго воина; но обращать хребет свойственно одному ленивому и недостойному оруженосцу. Человек до гроба должен наблюдать за собою относительно сего порока, дабы не услышать в последний день ужасного определения сердцеведца (Бога)».

### О том, что нельзя отчаиваться и малодушествовать, когда понимаешь, что тебе не хочется менять привычный образ жизни

А теперь остановимся на очень важном моменте относительно борьбы со своей ленью и изменением образа жизни тех, кто привык оправдывать свою лень или отказывать в помощи ближним.

К сожалению, может быть некоторые христиане, которые прочли весь вышеприведенный материал, впадут в отчаяние, потому что понимают, что теперь им надо изменить свой образ жизни, и надо, например, чаще убирать или мыть посуду, или надо будет теперь помогать хотя бы иногда родителям по даче, или без промедления исполнять просьбу жены помочь по хозяйству, и еще много чего.

Как правило, после отчаяния грешник оставляет все как есть или меняет что-то не значительное и маловажное в своих действиях. (Но может быть и так, что он начнет меняться, и тогда эти слова не для него).

Для того чтобы уберечь таких людей, скажем о некоторых духовных законах.

Во-первых, есть такой духовный закон, по которому за ленью (в особенности духовной, потому что речь идет об изменении себя и борьбе со своими страстями) следует две другие страсти: отчаяние и малодушие.

**Инок Агапий** (Спасение грешников, кн.1, гл.14): «От беззаконного уныния рождаются две нечестивейшие дочери. Первую зовут Отчаяние. То есть когда из-за уныния и безделия человек избегает потрудиться ради получения блаженства и говорит, что не может найти спасение душе. А вторая — Малодушие, то есть когда человеку духовные блага кажутся трудными, и он ничего не делает, чтобы осуществить хоть какую добродетель, отчего, по причине уныния, лишается Царствия на Небесах».

И поэтому, понятно, что у нас, грешников, к сожалению, произойдет именно так.

Во-вторых, в данном случае изменение своего образа действий относится к христианской добродетели, которая ведет к спасению через знание христианских истин, через познание своей греховности, смиренного мнения о себе и др. И именно этого не желает грех, живущий в нас, и бесы; и обязательно будут искушения, чтобы отвратить от правого пути. И именно поэтому в Святом Писании говорится:

**Сирах 2, 1-3**: «Сын мой! если ты приступаешь служить Господу Богу, то приготовь душу твою к искушению: управь сердце твое и будь тверд, и не смущайся во время посещения; прилепись к Нему и не отступай, дабы возвеличиться тебе напоследок»

Нашим страстям и бесам было очень удобно и приятно, что мы преступали заповеди Божии и о труде, о любви, о служении ближним и др., и, обольстившись, считали себя грешниками - но не очень. Греху было удобно, что мы не видели в себе лени, эгоизма и самолюбия; им нравилось, что мы называли только себя грешниками и жили не по заповедям Божиим. Мы считали, что мы – христиане, но не хотели идти за Христом.

**Иоанн Максимович** (Царский путь…, ч.1, гл.8): «Все хотят радоваться со Христом, но мало желающих хоть немного пострадать за него. Многие следуют за Ним до преломления хлеба, но мало желающих испить чашу страданий. Многие прославляют Его чудеса, но не многие следуют за Ним на поругания и крест. О как мало грядущих за Христом Господом! Однако нет никого, кто бы не желал прийти к Нему. Все хотят наслаждаться с Ним веселием, а последовать Ему никто не хочет; хотят царствовать с Ним, но страдать с Ним не хотят; не хотят следовать за Тем, с Которым желают быть. …Поистине часто сбываются слова Премудрого: «Душа ленивого желает, но тщетно» (Притч. 13, 4), «хочет ленивый и не хочет» (По переводу Блаж. Иеронима. 34). Ты желаешь знать, что это значит? Ленивый хочет царствовать со Христом, но ничего не терпит ради Христа; любит воздаяния, а не подвиг; венца желает без борьбы, славы без трудов, царствия небесного без креста и скорби».

Зная все это, мы не должны отчаиваться, а пусть понемногу, но начинать меняться, потому что тогда мы будем еще более наказаны на Суде по слову Христа:

**Еванг. от Луки 12, 47-48:** «Раб же тот, который знал волю господина своего, и не был готов, и не делал по воле его, бит будет много; а который не знал, и сделал достойное наказания, бит будет меньше. И от всякого, кому дано много, много и потребуется, и кому много вверено, с того больше взыщут».

Отчаиваться и малодушествовать нам не стоит и потому, что мы имеем любящего и милосердного Бога, который знает о наших пороках и немощах, и всегда готов простить нам, если мы будем каяться и делать что по нашим силам. Хуже было, когда мы не видели в себе то, что сейчас раскрылось, и мы не видели, что мы и ленивы, и не любим истинно ближних, что эгоисты, лукавы и т.д.

И поэтому нам нужно покаяние, и верю, что именно для этого Господь раскрывает нам истину о себе в этих беседах. Будем поистине считать себя лукавыми и ленивыми рабами, чем обманывать себя о своих добродетелях.

Слава Господу за такие открытия о себе, и верим, что они послужат нам для истинного смирения, познания своей греховности, и для избавления от самообольщения, которое в нас было! И пусть покаяние, а не отчаяние войдет в наши сердца; и пусть дух рвения к изменению правит в нас, а не малодушие! Помоги нам, Господи!

 На этом закончим приводить советы для ленящихся, а чуть позже поговорим об интересующем многих людей вопросе, что делать, когда твой ближний ленится, и тебе приходится делать работу одному. (Хотя думаю, что у некоторых уже остыл пыл менять других, потому что увидели, что и себя изменить не могут…).

# Глава 2: Конфликты по поводу выполнения домашних дел, связанных с усталостью членов семьи, которая относится к страсти уныния и печали

А теперь скажем о ссорах в семьях по поводу невыполнения домашних дел не из-за лени, а из-за усталости того, кто делает основную работу по дому (обычно это жена) и тех, кого просят сделать помочь (обычно это муж и дети).

Говоря об усталости, нельзя не заметить о множестве различных ситуаций в разных семьях. Например, одна жена может быть домохозяйкой, а другая работающей; или, например, в одних семьях есть маленький ребенок, а в других уже взрослый или нет детей; или в одной семье есть достаточно бытовой техники, облегчающей домашний труд, а в другой – нет, например, стиральной или посудомоечной машины, и др. ситуации.

Также есть разные естественные степени усталости у разных людей. Вполне понятно, что нельзя сравнить усталость домохозяек с усталостью работающих женщин, которым надо еще и после работы трудиться дома, хотя первые действительно могут уставать, но зачастую от многопопечения или неразумного ведения хозяйства, когда, например, в один день планируется сделать много работы, которую можно сделать в другие дни. Или нельзя сравнить усталость мужчины, который имеет тяжелый физический труд, с тем, кто работает в офисе. Или есть разница между усталостью ребенка, который только посещает школу или институт, с тем, кто еще занимается, например, в спортивной секции или музыкальной школе. Или есть разница между усталостью молодых людей, у которых достаточно сил и энергии, и больных или пожилых людей, у которых сил меньше. Как видим ситуаций очень много и все их невозможно рассмотреть. Но это все естественные факторы, влияющие на усталость людей. Мы же поведем речь об усталости с духовной точки зрения, через познание страстей уныния и печали, и делаем это для того, чтобы увидеть себя, свое самолюбие и возможные прегрешения, а также понять, что движет другими людьми.

Думаю, что найдется немало людей, которые, читая предыдущие учения о лени, говорили о себе типа: «Я устаю, а не ленюсь» или «надо же отдыхать». И сейчас они, возможно, воодушевятся, считая, что они будут оправданы, и их нельзя назвать совершенно ленивыми, потому что их невыполнение каких-то хозяйственных дел происходит от усталости, а не от лени. Но последующий материал разочарует самооправдание таких людей, потому что вначале речь пойдет о не действительных видах усталости: о лукавой усталости и болезненности, которыми прикрывается лень и эгоизм, и о мнимой усталости, происходящей от лени. Но и при разговоре о действительной усталости будет мало утешительных моментов для тех, кто любит роптать и жалеть себя при своей усталости.

# Раздел 2.1. О лукавой притворной усталости от лени и эгоизма

Итак, начнем разговор с вопроса о лукавой усталости, когда люди прикрывают свою лень и эгоизм усталостью или болезнью, причем некоторые делают это притворно, осознано, постоянно или очень часто, а некоторые просто прикрываются ею. Прикрытие усталостью происходит нередко практически у каждого человека, когда он действительно в какой-то мере устает на работе или при домашнем труде, как в прочем и все люди; но имеет все же силы сразу или через время сделать какую-то работу по дому, но не хочет. Большинство людей, у которых усталости нет или она уже прошла, просто прикрываются ею и говорят, что устали и хотят отдохнуть, отказываясь что-то делать. А некоторые начинают разыгрывать усталых или больных (в примерах будет идти речь об этом). Подобные притворства (или симуляции) и прикрытия могут быть у того, кто выполняет основную работу по дому, и у того, кого просят о чем-то. Вообще, притворству свойственно разыгрывать какое-нибудь состояние, которым человек желает вызвать нужное отношение к нему, или понудить других что-то сделать, потому что лукавая душа знает, что страдания вызывают в душе другого человека жалость и желание помочь. И поэтому лукавый человек всегда притворяется перед другими, а когда остается один перестает это делать. Также его притворство заканчивается, когда он делает, что ему нравится (например, играет на компьютере или его приглашают ужинать).

И, конечно, этот порок может быть у одних в большей мере или постоянно, а у других – в меньшей или иногда. В примерах, которые будут приводиться ниже, в основном будет видно лукавство в большей мере, но они помогут увидеть подобное и в тех, кто так делает иногда или в меньшей мере.

### Примеры о лукавстве ленящегося, прикрывающимся усталостью

Приведем примеры о тех людях (как работающих вне дома, так и неработающих), которые в той или иной мере более разыгрывают усталость или слабость, и делают это чтобы самому что-то не делать и понудить других что-то делать. Зачастую это люди, у которых страсть лени и эгоизма достаточно развиты, и они убеждены, что это не их обязанности что-то делать для семьи или обслуживать себя.

Вначале скажем о женщинах, которые могут притворяться в большей или меньшей мере, а иногда и не притворяются, а просто оправдываются усталостью.

Интернет – источники: 1). «Скрываю некоторые свои умения, изображая слабую женщину, …чтоб мужу приятно было, или изображаю усталость - чтоб с дитем больше занимался». 2). «Вот сейчас я беременна и покапризничать могу - валяюсь на диванчике, постанываю, как устала, меня чайком поят, развлекают. Красота же, правда?». 3). «У меня есть подруга, которая сейчас находится в отпуске по уходу за ребенком (сынишке 8 месяцев). Её супруг полностью содержит семью. Но каждый вечер, придя домой, он идет на улицу с коляской, а она тем временем начинает готовить ужин. Потом он купает малыша, она кормит, он укладывает его спать, ночью он поднимается, для того чтобы переодеть сынишку, а рано утром супруг перед уходом на работу сам готовит себе завтрак. Домашняя уборка делается в выходные дни вместе. В магазин ходит он. Я спрашиваю ее, почему она не готовит ужин еще днем, почему потихоньку не может убраться за день, а она отвечает, что очень устает, и днем когда сын спит, она ложится спать вместе с ним, поэтому не успевает делать домашние дела. На вопрос почему она мучает мужа ночным недосыпом, ведь она днем может поспать, она отвечает, что ребенок и его тоже, пусть знает, что это не легко. Но ведь он целый день вкалывает на работе. Как вы думаете, она ленивая или действительно сильно устает?». 4). «Жена, когда сидела в декрете, хоть как-то более-менее дома убирала! Уже как 4 месяца работает! На работу уходит рано, около 7 часов утра ее уже дома нет! Домой приходит часов в 7-8, всегда по-разному! Но самое удивительное, что она идет ни домой сразу после работы, а к тещё, ее мама живет в соседнем доме! Сидит у мамы, чешет языком часов до 21-22, потом идет домой! и сразу с ребенком ложится спать! Кушать эти 4 месяца готовит очень редко, завтраки вообще не готовит! Ребенку вещи на утро в садик тоже очень приочень редко готовит, приходится самому что-то искать в бардаке и гладить! На что я слышу только один ответ: "Ты же папа ты и делай", типа я устаю и такого рода отмазки! мусор выносить ей вообще не хочется, отмораживается как только может! Вечером, когда я прихожу с работы это часов так в 21-22, то кушать в основном нечего! приходится самому готовить! Бардак бывает доходит до того, что в доме нет чистой посуды, с которой можно поесть, а в ответ слышу: «иди себе помой или возьми одноразовую посуду!» или все делает со скандалом, и в ответ говорит: «как ты (мне надоел), чего ты (ко мне пристаешь)!» У мамы своей зато сидит каждый день, и каждый вечер! Что посоветуете сделать? Надоело мне просто уже заносить хвосты за ней, убирать и кушать готовить! Пробовал её уже приунизить, убирал специально сам всю квартиру, но она на это никак не реагирует! Иногда говорит: «да, я ничего не делаю, да, я не права, но я прихожу уставшая же, считаю себя типа не очень хорошей женой! но типа это временно, что повзрослеет и все пройдет! что все будет у нас хорошо!» Её 22 года мне 24! Решил её выгнать! Посоветуйте что-то!». 5). «Я … эгоистка, ребенка не особо люблю. Делала кесарево по желанию, после родов выпила таблетки и молоко не пришло. Однако всем сказала - сама родить не смогла, молоко не пришло. Так еще жалели, помощь предлагали, чем я и пользуюсь по сей день. Ребенка сплавляю при каждом удобном случае - хорошо желающих понянчиться куча и с моей стороны, и со стороны мужа. А сама прикидываюсь больной и уставшей. Недавно муж и свекры подарили мне 2-х недельную путевку на море, а то я "совсем бледненькая стала". Так что скоро на море, и все меня любят и жалеют, главное правильно прикинуться». 6). «Иногда я притворяюсь более уставшей, чем на самом деле, потому что мне очень нравится, когда мой обожаемый супруг крутится вокруг меня с кормежкой, кофеечком, пледом, массажем …. Поэтому я делаю вид, что верю, когда мой муж сам притворяется более уставшим, чем на самом деле, потому что ему нравится, когда я кручусь вокруг него»

Как видим, некоторые женщины стали постоянно или периодически лукавить и прикидываться уставшими, а другие только задумываются над тем, чтобы начать так делать.

Интернет – источник: «Я вот думаю иногда - может, стоит почаще прикидываться бедной-больной-до смерти уставшей, тогда мне будут больше помогать?».

А теперь кратко скажем о жалобах на усталость тех, кто не выполняет основную работу по дому, обычно это муж и дети.

Что касается мужчин, то они менее расположены разыгрывать усталость, они просто говорят, что устали. Хотя есть и такие случаи (далее будет пример об этом).

Особо отметим, что особенно у мужчин и детей притворная усталость формируется, когда им по приходу домой говорят: «ты устал, отдохни», и они, даже будучи не уставшими, под влиянием этих слов начинают в разной мере разыгрывать усталость. А со временем душа начинает верить, что всегда, когда человек возвращается домой, то он всегда устал и ему нужен отдых. И потом еще и будет возмущен, если ему предложат что-то сделать: «ведь я же устал!».

Что касается детей (которые ленивы, эгоистичны и считают, что взрослые должны их обслуживать), то зачастую они также жалуются на усталость, иногда разыгрывают ее, чтобы вызвать к себе родительскую жалость, а иногда просто отказываются помогать, ссылаясь на уроки. Например:

Интернет – источник: «Часто бывает, что дочь приходит из школы, просишь помочь, например, сделать уборку, а она: "Мама, не могу, я очень устала, отдохну часик и сделаю" (это в случае, если уроков не много задано или перед выходными) и ложится спать. А если еще уроки, то она согласиться только в магазин сходить или посуду помыть, т.е. то, что немного времени занимает. А остальное, т.е. то, что требует физической нагрузки и времени, например, гулять с младшим братом, когда он маленький был (разница у них-8 лет) или большая уборка, она сразу отрежет: "Мама, извини, не могу, на ногах не стою от усталости" или "У меня куча уроков"».

(Кстати заметить, что действия людей, прикрывающихся усталостью, могут понравиться и некоторым христианам, т.к. они увидят, что таким образом смогут больше отдыхать или понудить другого что-то делать, и это, к сожалению, говорит о таком же лукавстве и самолюбии, как и у людей неверующих…)

### Примеры о лукавом прикрытии лени и эгоизма болезнями

А теперь скажем о том, как самолюбие и лень прикрываются болезнью.

К сожалению, такой обман и лукавство распространенное явление. Это можно видеть, когда, например, ребенок притворяется, что у него что-то болит, или жена и мать рассказывает, как она больна, желая тем самым или оправдаться, почему что-то не сделано, или приучить мужа и детей что-то делать.

Такие лукавства могут быть периодичными, а могут стать постоянными, и, например, в последних случаях психологи даже обозначали их как один из видов тирании в семье, под названием «симулянт». Вот пример о такой женщине.

Интернет – источник: «Лучше всего устраиваются в этой жизни женщины, которые играют роль слабых и беззащитных созданий, даже если они таковыми не являются. … Есть женщины, которые у всех людей, в том числе и у мужа, создают мнение, что они тонкие и хрупкие создания, вынуждая всех относиться к ним бережно. Есть и такие, которые часто жалуются на нездоровье, слабость и недомогание. У Сомерсета Моэма есть рассказ «Луиза». Он описывает женщину, которая всем говорила, что у неё тяжелое заболевание сердца. В этом были убеждены и её мужья, и её дочь. Ее все очень оберегали, так как считали, что от малейшего волнения её сердце не выдержит, и она умрет. Луиза пережила троих мужей, всех троих схоронила и так и прожила, всеми оберегаемая. Когда её дочь решила выйти замуж, она тоже стонала, что не переживет, если дочь её покинет. В конце концов, она все же умерла, но была уже в таком возрасте, что это было вполне закономерно. Я знаю немало женщин с мнимыми болезнями, которые тоже очень хорошо устроились в своей семейной жизни. Мужу ничего не остается, как взять основные проблемы на себя. И такие женщины живут припеваючи, а все подруги им завидуют, какой у них хороший муж, как он бережет жену, и какие у них хорошие отношения. …Анастасия К., 50 лет, замужем 30 лет, имеет 2 сыновей. Муж Анастасии занимал крупный пост …, а она закончила институт…, но большую часть своей жизни не работала …. Их семейные обязанности распределялись так. Обязанностью старшего сына было обеспечение семьи продуктами. В будни он покупал хлеб, молоко и разные бытовые мелочи, а в субботу с утра он отправлялся на рынок и по магазинам и закупал продукты на всю неделю. Младший сын занимался уборкой квартиры. В субботу он делал генеральную уборку, а на неделе текущую. Он же относил белье в прачечную и забирал его. Посуду они мыли по очереди со старшим братом. Иногда они шутливо препирались, чья сегодня очередь мыть посуду, но никаких серьезных разногласий по этому поводу у них не было, как не было и строгого графика. Кто был свободен, тот и мыл посуду. Муж в выходные дни готовил еду. Его коронное блюдо — курица, запеченная в духовке. Он готовил сразу много, и им хватало на несколько дней. ... Первым и в будни, и в выходные вставал муж и готовил на всю семью яичницу с колбасой, тосты и чай. Это был их ежедневный завтрак. Особыми кулинарными изысками муж не владел, но все четверо были неприхотливы в еде и привыкли к такому распорядку. А что делала Анастасия? В субботу с утра она отправлялась на весь день в парикмахерскую и делала укладку, которой ей хватало на неделю. Там же массаж, маски, маникюр и педикюр. В парикмахерскую она ходила вместе со своими приятельницами, это был их своеобразный «женский клуб», они болтали и делились своими проблемами. Из парикмахерской Анастасия приходила уже под вечер, жаловалась, что она устала и ложилась отдохнуть. Дома уже все было чисто, муж к её приходу успевал приготовить свою традиционную курицу, вся семья ужинала, а потом каждый занимался своими делами. В доме всегда идеальный порядок и чистота. Хотя в семье трое мужчин, в квартире никогда не валялись грязные мужские носки, рубашки и прочая одежда. Свое белье каждый мужчина стирал сам. Как же Анастасия этого добилась? Очень просто. Она придумала, что у неё якобы артрит и болят суставы, особенно руки, и поэтому ей ничего нельзя делать по дому. От воды у неё якобы развивается обострение, она жаловалась, что у неё сильные боли, и постепенно мужчины её полностью освободили от стирки, мытья пола и посуды и прочих домашних обязанностей. У неё так сильно «болели» суставы рук, что она даже «не могла» сама мыть голову и накручивать волосы на бигуди, поэтому была «вынуждена» ходить в парикмахерскую. Я знала эту женщину много лет, прекрасно видела, что она гораздо здоровее своего мужа и многих других женщин её возраста, у неё нет никакого артрита, но свою роль она играла безупречно и даже сама в конце концов поверила, что страдает артритом. Все трое её мужчин «мамулю» обожали и гордились ею. Она выглядела лет на десять моложе, прекрасно одевалась и держалась с большим достоинством. В будни, приходя с работы, она жаловалась на усталость и слабость и ложилась отдохнуть, а потом вместе с мужем они отправлялись на прогулку, в кино, в театр или в гости. В воскресенье вся семья отдыхала и развлекались кто как хотел. Анастасия замечательно устроилась в жизни и считала, что так и должно быть. Она любила и своих сыновей, и своего мужа, и они тоже любили её. Слово «мамули» — закон для всех троих. Если «мамуля» отдыхала, то все трое ходили «на цыпочках» и разговаривали шепотом».

(Заметим, что если наше сердце отозвалось некой завистью и сочувствием к положению этой женщины, то это знак того, что мы также способны на обман и лукавство ради своего телесного покоя, даже если никогда так бы и не сделали бы…)

Такой вид симуляции свойственен не только женам, но и некоторым мужьям, но принцип действий одинаков и у тех, и у других.

Интернет – источник: «Симулянт – притворщик, вводящий окружающих в заблуждение относительно состояния своего здоровья. Если мужчина периодически испытывает небольшое недомогание (боли в сердце, несварение, повышенное давление), он начинает беспокоиться за свое драгоценное здоровье. Своим поведением он так пугает жену, что она решает, что супруг серьезно болен. Женщина очень переживает, и мужчина понимает, что таким способом (то есть, заболев) он может в любой момент заставить супругу проявлять к нему повышенное внимание. Поправившись и лишившись нежной заботы супруги, Симулянт решает, что больным быть выгоднее, чем здоровым (можно, например, уклониться от помощи по хозяйству), и в будущем начинает манипулировать домашними, пользоваться их состраданием и добротой. Симулянт при каждом удобном случае, угрожающем его праздной жизни, придумывает мнимую болезнь, оправдывая ею свою лень и нежелание трудиться на благо семьи. Манипулятор-агравант (больной, искусственным образом продлевающий болезнь) преувеличивает свои болезни (и настоящие, и давно прошедшие) и вспоминает о них, если его просят вскопать грядку или вынести мусор. Он также сильно преувеличивает проявления болезни и своими действиями даже способствует их возникновению. Симулянт требует сочувствия, заботы и понимания, бурно возмущается, если супруга не относится к нему с должной чуткостью (он ведь болен!). Но, почему то, болезни Симулянта не мешают ему встречаться с друзьями в баре или смотреть спортивные трансляции. Симулянт постоянно напоминает супруге, что «все болезни – от нервов», ему противопоказаны любые стрессы. Супруга не должна его ругать, упрекать, заставлять делать то, что он не хочет. Симулянты предпочитают такие заболевания, где присутствуют болевые синдромы (проверить «болит» или «не болит» у мужа невозможно, а прибор – индикатор боли пока не существует). …Все, что симулянту интересно и приятно, он делает с удовольствием. Это может быть, что угодно – рыбалка, охота или ремонт автомобиля. При этом у него ничего не болит, ведь «любимое занятие отвлекает от страданий». Таким способом симулянт получает возможность проводить свободное время так, как хочет, ведь он это делает исключительно для своего скорейшего излечения».

Дети также могут притворяться больными, когда хотят чего-то добиться от родителей.

Интернет – источники: 1). «Вчера мой сын не захотел идти в садик и стал симулировать, что болеет, есть не хочет, даже от своего любимого сока отказался, а сыну 3 года еще. Как мой муж за порог, сразу сын сок взял, мультфильм включил, кашлять перестал, прыгает на кровати, а как я ему сказала, что всё, собирайся в садик, сын сразу кашлять стал и спать лег». 2). «У меня вот такая проблема. Ребенок в течении недели в школе разыгрывает тяжело больного ребенка, т.е. его тошнит, он припадает на парту, вид у него бледный (кожа у него светлая, и поэтому вид зимой у него всегда бледный и болезненный). После того как мы его заберем из школы (по истерическому звонку учительницы), дома он совершенно здоровый ребенок, он прыгает, бегает, абсолютно все кушает, и никаких признаков тошноты и дурноты у него нет. Как только отводим в школу, всё повторяется снова. Участковый врач на приёме сказал, что абсолютно здоровый ребенок, выписал нам справку, что школу мы посещать можем. Через 2 дня после этого повторяется вся история по новой. Все конфликты в школе отрицает учительница и ребёнок. Ребёнку 8 лет».

Возможно, большинство из христиан так открыто не симулируют и не притворяются, но, наверное, каждому известно на собственном опыте подобные притворства в той или иной мере, когда нам что-то не хочется делать. Вообще, при саможалении человек может неосознанно изображать еще большую усталость или боль, чем какие они есть на самом деле. Мы так привыкли это делать, что часто этого и не замечаем…

### Примеры о труде действительно больных христиан

В противовес этим примерам приведем примеры, как жили подвижники недавних времен, которые имели действительные болезни.

**Биография игумена Никона (Воробьева):** «Батюшка никак не позволял сделать для себя какую-либо услугу, принести что-либо, убрать и т.д. С трудом, кряхтя, но делал сам, несмотря на то, что был очень больным. Четыре года, проведенные в лагере, чрезвычайно подорвали его здоровье. Более всего он страдал от болезни сердца и ревматизма суставов рук и ног. Тем не менее, он считал, что без крайней нужды пользоваться услугами другого человека нехорошо, грешно. Он вменил себе в обязанность некоторые домашние и хозяйственные дела: топил и вычищал печь (печь топилась углем и была очень неудобной), обрабатывал плодовые деревья и кустарники, пилил и колол дрова, копал землю. Пока у батюшки были силы, он много трудился физически. Трудился до пота, до полного изнеможения. Он насадил огромный сад в Вышнем Волочке, два сада в Козельске. В Гжатске не только насадил большой сад, но и снабдил из своего питомника всех желающих в городе яблонями, вишнями, грушами и т.п. А желающих было много, тем более, что батюшка все давал даром. Очень много он проводил строительных и ремонтных работ по храмам».

**Житие преп. Никона Оптинского** (Преподобные старцы Оптиной Пустыни): «По состоянию здоровья преп. Никон был освобожден от тяжелых работ, в основном, из-за больной ноги с расширенными венами. К тому же болезнь легких делала его совсем нетрудоспособным. Хозяйка (квартиры, в которой он жил) это знала, но не считалась с этим. Она не давала ему ни отдыха, ни покоя. Изнемогая от слабости, он выполнял все: возил на санках воду из колодца, колол, пилил и носил дрова, расчищал снег, ставил и подавал самовар, колол лучину и многое-многое другое. И все это при постоянно повышенной температуре».

**Житие преп. Амвросия Оптинского** (Преподобные старцы Оптиной Пустыни): «Для слушания утреннего правила поначалу (Амвросий Оптинский) вставал часа в четыре утра, звонил в звонок, на который являлись к нему келейники и прочитывали утренние молитвы, двенадцать избранных псалмов и Первый час, после чего он наедине пребывал в умной молитве. Затем, после краткого отдыха, старец слушал Часы: Третий, Шестой с изобразительными и, смотря по дню, канон с акафистом Спасителю или Божией Матери, каковые акафисты он выслушивал стоя. После молитвы и чаепития начинался трудовой день с небольшим перерывом в обеденное время. Пища съедалась преподобным в таком количестве, какое дается трехлетнему ребенку. За едой келейники продолжали ему задавать вопросы по поручению посетителей, но иногда, чтобы хоть сколько-нибудь облегчить загруженную голову, старец приказывал прочесть себе одну или две басни Крылова. После некоторого отдыха напряженный труд возобновлялся, и так до глубокого вечера. Несмотря на крайнее обессилие и болезненность, день преп. Амвросий всегда заключал вечерним молитвенным правилом, состоявшим из Малого повечерия, канона Ангелу-Хранителю и вечерних молитв. От целодневных докладов келейники, то и дело приводившие к нему и выводившие посетителей, едва держались на ногах. Сам старец временами лежал почти без чувств».

Думаю, что после этих примеров, нет надобности что-то говорить. Но так как мы рассматриваем, как действует грех в человеке, то все же дальше поговорим о лукавстве лени и эгоизма.

### Самолюбие любит прикрываться усталостью и немощами

Что же изначально руководит человеком в его притворной усталости перед другими? Ответ однозначный – самолюбие, лень и эгоизм. Так, из приведенных выше примеров вполне ясно видно, что притворяющиеся люди самолюбивы, ленивы и эгоистичны. А как не раз говорилось, самолюбие лукаво; и в ситуациях с телесным трудом эгоизм, лень и праздность настолько изворотливы, что придумали, как его избежать. Очень распространенным способом есть прикрытие усталостью, слабостью, болезнью или неумением.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.31): «…другой, по вялости воли, от того же саможаления заимствует самооправдание и извиняет себя то случайным разнемоганием, то разными делами, то надобностью послабить себе немного, чтоб не изнемочь».

**Игнатий Брянчанинов** (Письма, п.89): «Есть, несомненно, телесная болезнь, есть при болезни и притворство, как это часто случается с больными».

Таких людей Господь обличил как «рабов ленивых и лукавых».

**Василий Великий** (Правила, кратко изложенные, в. 69): «Вопрос: Как должно относиться к тому, кто ест не меньше других, и телом не расслаблен, и не показывает в себе признаков болезни, ме­жду тем жалуется на бессилие к делу? Ответ: Всякий предлог к бездействию есть предлог ко греху, потому что тщательность, равно как и терпение, надобно оказывать даже до смерти. А что леность, сопряженная с лукавством, подвергает ленивого осуждению, это видно из слов Господа, сказавшего: «лукавый раб и ленивый» (Мф.25, 26)».

Далее приведем поучение, как думает отъявленное самолюбие и лень. И может быть, кто-то из нас увидит эти черты в себе.

**Симеон Новый Богослов** (Слова, сл.66): «…(тщеславный, невнимательный, непослушный) говорит: «вот дал мне Бог жилище, хлеб, вино, яства разные с избытком…; я брат всем им, хотят ли они того, или не хотят; так буду есть, пить, спать вдоволь, потому что какая мне нужда трудиться и работать, чтоб другие получали пользу от моих трудов? А если прикажут мне что-нибудь работать, я скажу им, что немощен, не могу, и если будут принуждать к тому, отвечу: «хоть задушите меня, или выгоньте, не могу работать», - и нахмурюсь, будто плачу, вскрикну и скажу: «вот колена подгибаются и в глазах потемнело»; по такой причине я получу разрешение есть с утра, как захочу; или буду ворчать, браниться, поперечить и роптать при всяком послушании, какое мне ни дадут, и всячески они соскучат возиться со мною и оставят меня в покое и не хотят; а если дадут мне иной раз какое небольшое послушание, то я совсем не буду радеть о нем; сказать, к примеру, если заставят меня смотреть за мулами, то сначала проговорю, что не умею ходить за ними, а потом нарочно буду оставлять их без пойла и корма, тогда поневоле или оставят меня, или дадут мне помощника, на которого я и свалю весь труд, сам же сделаю что-нибудь для вида и залягу; если велят мне быть хлебопеком, то я, чтоб не показаться ослушником, буду уверять их притворно, что не умею печь хлебы, и скажу, что ни разу не видал, как печется хлеб, но пойду и испеку им такой хлеб, что будет как камень, и они, не могши есть его, не будут более принуждать меня к такому послушанию; если пошлют меня прислуживать на кухне, то я не послушаю игумена и, не поклонившись даже ему, скажу: «Господи помилуй! Меня это ты, отче, из всех выбрал, чтоб приставить к такому низкому послушанию? Разве нет других братий в монастыре?»». Так думает он сказать, чтоб отделаться и от этого послушания. Затем пересматривает все послушания и на все заготовляется отвечать: «не умею, не могу», - а если принудят, исполнять их кое-как и портить. Как замышляет, так потом и делает, или еще и хуже того».

Спаси и сохрани нас, Господи, от такого лукавства и обмана!

Также отметим, что лукавство легко распознается тогда, когда якобы уставшему или мнимо больному человеку предлагают то, что он желает, и он тут же становится веселым и не больным или не уставшим.

### Христианин не должен притворяться и лгать о своих немощах

В отношении такого лукавства и обмана христианское учение однозначно говорит:

**Евергетин** (т.2, гл.3): «… не смей свою лень извинять своим недомоганием».

**Феофан Затворник** (Письма, п.1454): «А саможаление - на которое вы жалуетесь - уже опасно и пагубно. - Если поблажать (уступить) себе придется по болезни, то это ничего. А если под предлогом болезни; то это худо. Тут видно лукавство пред собою самим, - самое злое из всех лукавств».

**Иоанн Крестьянкин** (Опыт построения исповеди, 4-я запов.): «Быть может, среди вас, присутствующих ныне на исповеди, есть такие христиане, которые умышленно уклоняются от общественного труда, скрываются под мнимой болезнью, или под такой болезнью, которая вполне позволяет работать. Людей, врачебную комиссию иногда еще можно обмануть, симулировав болезнь, но перед Господом открыто все! …Кайтесь, кого совесть укоряет, и немедленно измените свой образ жизни».

**Феофан Затворник** (Письма, п. 525): «Самый лукавый враг - плотоугодие. Эта лягавая прикидывается околевающею, но только поблажь (уступи) ей, уже и удержи нет, подай одно, подай другое. А наотрез приказать ей: не смей, и притихнет».

Итак, думаю, что те, кто лукавит подобным образом постоянно или иногда, или когда-то подобным образом переложил дела на других, уже осознали свой грех, и далее будут избегать лжи и притворства.

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 18 июля): «Будем же бегать лжи, как смертоносного яда. Будем непрестанно помнить, что она гибель за собою другим несет, а потому, за то и лжецу грозит гибелью, как и сказано: погубит (Господь) «говорящих ложь» (Пс.5,7). Будем помнить, что этот грех, есть прямо грех дьявольский. «Ваш отец диавол», говорит Господь про лжецов-иудеев, и похоти отца вашею «хотите исполнять». Он человекоубийца «Когда говорит он ложь, говорит свое, ибо он лжец и отец лжи» (Ин. 8, 44). А, помня это, поставим себе за всегдашнее и постоянное правило говорить одну правду, обращаться со всеми искренно, без лжи и обмана, - без притворства и лести…».

# Раздел 2.2. О мнимой усталости от страсти уныния

В этом разделе скажем о том, что страсть уныния (лени) может давать некое ощущение усталости, и ее можно обозначит как мнимая усталость, которую многие люди принимают за действительную телесную усталость. И зачастую те, кто разыгрывают усталость перед другими или ссылаются на нее, и сами верят в то, что они действительно устали, а на самом деле они чувствуют бессилие лени. Так, если у человека, который, например, после завтрака говорит: «я устал, пойду отдохну за компьютером» спросить: «а отчего ты устал? Ты ведь недавно проснулся и еще ничего не делал», то если он не слукавит, то скажет: «ну не устал, а мне лень и ничего не хочется делать, а вот развлечься я не прочь». Это показывает, что человек ощущает бессилие к труду (и это лень), но для того, чтобы его не трогали и не просили что-то сделать, он прикрывается усталостью. Выше мы сказали о прикрытии усталостью, а теперь скажем о том бессилии, которое ощущает ленящийся человек.

### О том, что люди нередко путают лень и усталость

Далее мы будем говорить, что усталость бывает телесная и душевная, а также о том, что ощущения и чувства усталости могут быть от разных духовных причин, в частности от лени и естественной работы организма. Так, наверное, многим известно, что при лени нет особой телесной усталости, а есть некое подобие, что у тебя нет сил что-то сделать, и это проявляется не расположенностью души к труду. А, например, при праздности (как желании отдохнуть и развлечься) такое подобие бессилия есть только к труду, а к развлечениям нет. При болезни же или действительной усталости испытывается в разной степени телесное бессилие, при котором даже развлечения могут не радовать. И многие и многие люди не знают этих различий, или не обращают на них внимания.

Вначале приведем поучения святых отцов о том, что лень, праздность и усталость могут быть связаны между собой. И если христианин желает познать себя и искоренить свое самолюбие, то он должен видеть, что с ним действительно происходит, и не лукавит ли он перед собой и другими.

Итак, люди нередко могут путать усталость с ленью. (И хотя следующее поучение о молитве, но оно ясно показывают разницу этих состояний)

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.183): «Должно лень от устали (усталости) отличать. Если устала и заснула от бессилия, то укоряй себя больше пред Богом, и кайся, и смиряйся. Если же ты не устала, а просто не хочется молиться, то это уже лень, тут должно понуждать себя к молитве».

Часто бывает и так, что действительная усталость легко переходит в лень и праздность. Например, человек после работы действительно устал в той или иной мере и решил полежать. Проходит некоторое время и усталость отступает, а появляется желание и дальше ничего не делать, и это уже происходит по лени; или появляется желание развлечься, например, просмотром каких-либо передач или фильмов, или игрой в компьютере, или есть желание пообщаться с кем-то - и все это происходит от праздности. Т.е. после естественного отдыха начинают действовать страсть уныния, а человек продолжает лукаво прикрываться усталостью, которая уже прошла.

Часто бывает и так, что людям надоедает какое-то дело, и им становится скучно и однообразно, и именно эту скуку души они определяют как усталость.

Вообще, святые отцы говорят о ленивом человеке, что он слаб то телом, то душою.

**Нил Синайский** (О восьми лукавых духах, Об унынии): «Как больной не выносит тяжелого бремени, так преданный унынию не сделает прилежно Божия дела: то телесными силами расстроен, то ослабел в силах душевных».

(О душевной усталости мы скажем в вопросе о действительной усталости)

Вообще лень, усталость, нерадение и эгоизм постоянно действуют в человеке, сменяя друг друга.

**Амвросий Оптинский** (Письма к разным лицам, п.152): «Немощь и слабость, и усталость и изнеможение, а к ним еще и леность и нерадение, вот (наши) спутницы!»

Поэтому в одних случаях (даже в течение одного дня) мы или наши близкие действительно могут телесно устать в разной мере или испытывать слабость, и это естественно для человека, а в других случаях мы ленимся или действуем по эгоизму, но лукаво оправдываемся усталостью.

### Страсть уныния несет бессилие души, а затем и тела

А сейчас скажем несколько слов о страсти уныние, которая дает ощущение мнимой усталости.

Вообще, уныние означает расслабление и изнеможение души.

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл.13): «Уныние есть расслабление души».

**Нил Синайский** (О восьми лукавых духах, гл.13): «Уныние есть изнеможение души».

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 237): «…(ты) расслабляешься духом уныния».

При расслаблении души, по связи души и тела, происходит и некое расслабление тела, которое люди принимают не за страсть уныния, а за физическую усталость.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.2): «… уныние производит также расслабление тела и голод в пятом и шестом (по нашему счислению в 11 и 12) часу, как будто он утомлен и расслаблен был долгим путем и самым тяжелым трудом, или будто проводил два или три дня в посте, без подкрепления пищею».

**Амвросий Оптинский** (Агапит (Беловидов), Жизнеописание … старца иеросхим. Амвросия, ч.2, с.77): «Уныние значит та же лень, только хуже. От уныния и телом ослабеешь и духом. Не хочется ни работать, ни молиться, в церковь ходишь с небрежением, и весь человек ослабевает».

Особо обратим внимание, что при страсти уныния прежде ослабляются душевные силы, а затем телесные, а при действительной телесной усталости наоборот: вначале нет сил у тела, а затем ослабляются силы души. Но нам, грешным и лукавым людям, даже тяжело понять эти различия.

Особенно уныние нападает на молящегося, и производит расслабление и тяжесть.

**Макарий Великий** (Семь слов, сл.3, гл.4): «…постоянно пребывающий в молитве … встретит много препятствий, поставляемых злобою прилежанию к молитве: сон, уныние, тяжесть в теле, преобладание помыслов, непостоянство ума, расслабление и прочие начинания злобы».

Кстати сказать, святые отцы чаще говорят об унынии именно относительно духовных деланий, молитв и дела спасения своей души (но мы сейчас не будем об этом говорить, т.к. нами рассматривается тема о семейных отношениях).

### О влиянии беса уныния на человека

Говоря о страсти уныние, нельзя не сказать о влиянии на человека беса уныния (который иногда называется «бесом полуденным»), при котором также может происходить расслабление тела.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 130): «Ты ощущаешь тяжесть в теле от уныния и по действию демонов».

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл.13): «Бес уныния производит трехчасовое (когда поются третьи часы) дрожание, боль в голове, жар, боль в животе; когда же настанет девятый час, дает немного возникнуть; а когда уже и трапеза предложена, понуждает соскочить с одра; но потом, в час молитвы, снова отягощает тело; стоящих на молитве он погружает в сон, и в безвременных зеваниях похищает стихи из уст».

(Указание времени может не совпадать, но суть одна – это происходит днем, особенно после обеда)

**Скитский Патерик** (гл.6): «Мать Феодора говорила: «Как скоро начинает кто-либо безмолвствовать (или быть в уединении - от сост.), тотчас приходит лукавый и отягчает душу унынием, малодушием и помыслами; отягчает и тело болезнями, усталостью, расслаблением колен и всех членов, расслабляет силы души и тела. Посему говорят: «я болен, не могу прочитать молитв».

**Авва Евагрий Понтийский** (Слово о духовном делании 12): «Бес уныния, который также называется "полуденным" (Пс.90:6), есть самый тяжелый из всех бесов. Он приступает к монаху около четвертого часа и осаждает его вплоть до восьмого часа».

**Авва Серен** (Собеседования Иоанна Кассиана, 1-е, гл.31, примеч.): «…полуденным бесом называется дух сладострастия и уныния, который больше нападает в полдень после принятия пищи и при расслаблении от чрезмерного жара в жарких странах».

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.1): «Этот злой враг… часто нападает на монаха особенно около шестого часа (по нашему 12-го в полдень – Ред.), как какая-нибудь лихорадка, нападающая в определенное время, своими приступами причиняет больной душе жестокий жар в обычные, определенные часы. Некоторые из старцев называют его бесом полуденным, о котором говорится в (Пс.90, 7)».

**Евфимий Зигабен** (Толковая Псалтырь, пс.90,6): «…полуденным демоном… (некоторые толкователи) называют демона лености и беспечности, располагающего людей особенно в полуденное время лежать; а другие называют демона гнусных и плотских помыслов (заметь, что демон полуденный возмутил Давида, когда он после полуденного сна пал в прелюбодеяние с Вирсавиею); а некоторые демона невоздержания; так как все таковые демоны воюют против людей в полуденное время, когда насытится и обременится яствами чрево».

Также бесы уныния внушают некоторые мысли. Обычно это предложения полежать, поспать, отдохнуть и сделать завтра (особенно это касается молитвы).

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.22): «Когда настанет утро, брат встает сотворить молитву в кельи своей, потом принимается за дело; и тогда ненавистник добра демон влагает в него помыслы уныния. И если брат при нашедшем на него унынии продолжает работать и упражняться, то, при содействии благодати, отгонит его от себя. Но в этом же случае брат, восчувствовав уныние, может быть и побежден. Как скоро оно найдет на него, не отражает его терпением, а потому, побежденный, отдается в плен. Дав волю помыслу, начинает брат говорить сам в себе: «Сегодня чувствую себя как бы расстроенным и недомогаю. Что же после этого? Как мне поступить? Лучше не буду ничего делать сегодня, чтобы дать себе несколько отдыха, а наутро понужу себя к рукоделию и сделаю за два дня». Потом брат в первый день ничего не делает, и дело одного дня остается несделанным. Подобным образом и другим утром ненавистник добра демон влагает в брата еще сильнейшее уныние, нежели вчера, приводя ему на память настоящий и прошедший дни. Тогда одолеваемый помыслами брат уже встает и оставляет рукоделие свое или начинает заниматься им не как делом. Или враг выводит монаха из кельи и доводит до того, что тот предается праздности. В этом случае лукавый искушает монаха с помощью собственной его слабости».

Еще бесы подают мысли, в которых перечисляются определенные тяготы и предлагается послабить себе (обратите внимание, что именно так человек думает, когда жалеет себя)

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.42): «…демон влагает в него помысел уныния, представляет ему и продолжительность времени, и скудность потребного, и немощь старости, и трудность пустынной жизни».

Итак, из изложенного материла мы видим, что телесная усталость может не быть действительной усталостью после трудов, а быть от действия страсти уныния и бесов. Но этого не знает люди и обманываются, считая себя не ленивыми, а теми, кто много работает и устает.

### Убеждения о своей телесной немощи могут быть от веры своим помыслам

И так как в примерах из интернета говорилось о придуманных болезнях лентяев и эгоистов, то также следует сказать, что есть такие случаи, когда человек знает, что он не болен и осознанно врет, а есть такое явление, как мнимая болезнь, в которую люди действительно верят. И будучи уверенными в этом, такие люди сами неосознанно обманываются и других обманывают, в отличие от тех, кто знает, что он врет о своей болезни. Например, свт. Игнатий обозначает это явление как «мнение болезни».

**Игнатий Брянчанинов** (Письма к разным лицам, т.7, п.85): «Бывает болезнь и бывает мнение болезни».

А Паисий Святогорец обозначил это как болезнь от собственного воображения или от веры своему помыслу. Такая мнительность приводит к тому, что в принципе здоровый человек может действительно заболеть, потому что постоянно находится в угнетенном состоянии, и тем самым его нервная и сердечнососудистая системы находятся в напряжении и происходят нарушения в нейрофизиологических и нейрохимических процессах.

**Паисий Святогорец** (Духовная борьба, ч.1, гл.3): «Самая страшная болезнь — это когда человек поверил своему помыслу о том, что он чем-то болен. Этот помысл душит человека тревогой, расстраивает его, лишает аппетита и сна, заставляет принимать лекарства, и, в конце концов, будучи здоровым, человек действительно заболевает. Я понимаю, когда лечится человек, который действительно чем-то болен. Но, будучи сперва здоровым, а потом, посчитав, что болен, действительно заболеть, не имея на то никаких причин, такого я понять не могу. К примеру, бывает такое: человек обладает и телесной и духовной силой, но, несмотря на это, не может сделать ничего, потому что поверил своему помыслу, внушающему, что он нездоров. В результате человек угасает и телесно и духовно И он не врет ( — это действительно так). Поверив в то, что у него какая-то хворь, человек поддается панике, надламывается, и потом не в силах ничего сделать. Так, без всякой уважительной причины, он приводит себя в негодность. Иногда ко мне в каливу приходят всерьез надломленные люди. "Помысл говорит мне, что у меня СПИД", — говорят они и верят в это. "Может быть, у тебя в жизни было то-то и то-то?" — спрашиваю я. "Нет, — отвечают, — ничего подобного не было". — "Тогда, — говорю, — ты расстраиваешься зря. Пойди, сдай анализы, чтобы выгнать свой помысл". — "А если, — отвечают они в страхе, — анализы покажут, что СПИД у меня все-таки есть?" Так они не слушают меня и мучаются. А вот те, кто послушно идут на обследование, убеждаются в том, что у них нет никакого СПИДа. И поглядите: их лица меняются, к ним возвращается вкус к жизни. А первые от расстройства могут слечь в постель и даже есть ничего не будут. Ну ладно, допустим, у тебя и вправду СПИД. Но ведь для Бога нет неразрешимых проблем. Если ты будешь проводить более духовную жизнь, исповедоваться, причащаться, станешь настоящим христианином, то тебе поможет Господь. — Геронда, а отчего человек начинает думать, будто бы он болен? — Он сам потихоньку взращивает этот помысл в себе. Часто для таких подозрений может действительно существовать какой-то небольшой, несерьезный повод [используя который], помысл внушает человеку что-то еще и раздувает из мухи слона. Когда я жил в монастыре Стомион, в Конице был один семейный человек, который думал, будто у него туберкулез. Даже свою жену не подпускал близко. "Не подходи, — говорил он ей, — а то заразишься". Несчастная женщина подвешивала на край длинной палки корзину с едой и подавала ему издалека. Бедняжка совсем истомилась, зачахла. Несчастные дети смотрели на своего "чахоточного" отца издали, а у него на самом деле никакого туберкулеза и в помине не было. Дело было в том, что он не выходил на солнце, а постоянно находился в запертой комнате закутанный в одеяла. Поэтому он пожелтел и поверил в то, что у него чахотка. Ну что же, [когда мне обо всем этом рассказали] я пошел к нему домой. Увидев меня, "больной" простонал: "Не приближайся ко мне, монах, чтобы не заразился еще и ты... Ведь к тебе в монастырь приходят люди... Видишь, совсем меня чахотка скрутила..." — "Да кто тебе сказал, дурачок, что у тебя чахотка?" — спросил я. Тут его жена принесла мне угощенье — варенье из грецких орехов. "Ну, — говорю, — давай открывай рот. Сейчас ты будешь меня слушаться". Ну что же, открыл он рот. Он ведь не знал, что я собирался сделать. Тогда взял я из блюдечка сладкий орех, вложил ему в рот, повозил там несколько раз, потом вынул, положил себе в рот и съел. "Нет, нет! — закричал "чахоточный". — Не делай этого! Заразишься!" — "Чем я там заражусь! Ведь у тебя ничего нет! Что я, очумел что ли, такое делать, если бы у тебя и вправду была чахотка? Давай поднимайся, пойдем на воздух!" — ответил я ему и, повернувшись к его жене, сказал: "Выбрасывай все эти лекарства, одеяла..." Поднял я его, и мы вышли на воздух. После трех лет "заточения" он с удивлением глядел на мир. А потом потихоньку и на работу стал ходить. Вот что такое помысл, когда его взрастишь!».

### Христианину следует учиться различать действительную усталость и лень и противостоять лени

Далее приведем советы святых отцов, как противостоять мнимой усталости, происходящей от страсти уныния.

Началом духовной борьба всегда есть трезвение, или осознание о чем ты думаешь. И в данном случае, если ты думаешь о том, что тебе не хочется, и понимаешь, что силы в тебе есть, то это знак того, что это в тебе говорит лень, а значит не надо ей поддаваться. А если видишь, что тело действительно устало, то это есть естественная телесная усталость и можно отдохнуть для восстановления сил.

**Феофан Затворник** (Письма, п.525): «Не внимайте припадкам лености, которая исходит от плотоугодия…. Но бывают изнеможения не от лености. Я думаю это можно видеть. Тогда давайте себе отдых небольшой. Где его вставить, сами смотрите. Где удобнее».

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п.39): «Ежели укрепляет тебя телесное успокоение, не от лености, но от немощи происходящее, то можешь попустить себе на оный».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.2): «…(если поймешь, что это искушение страсти уныния, то) поднимайся, берись за работу и победишь искушение».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.2): «(Вопрос) Иногда, когда я чувствую, что силы мои истощены, меня охватывает страх, и я ничего не могу делать. Может, это от себялюбия? (Ответ) Когда ты чувствуешь истощение сил, то посмотри, от чего это происходит, не от болезни ли это. Если не от болезни, тогда, может, от недостатка сна - и нужно побольше поесть или отдохнуть. Если не то и не другое - значит это искушение».

Очень важно, увидев притворство или лукавство, обличать себя и каяться Богу.

**Игнатий Брянчанинов** (Письма, п.89): «От (неосознанного притворства при болезни) не должно смущаться и унывать (отчаиваться), напротив того, должно струпы свои, притворство и родителей его - тщеславие свое и сладострастие - обнажать пред Всесильным и Всеблагим».

И в борьбе с бесами также следует отвергнуть желание отдыхать и, помолившись, начать или продолжить дело.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 559): «Есть уныние (как усталость – от сост.) естественное - от бессилия, и есть уныние от беса. Если хочешь распознать их, распознавай так: бесовское приходит прежде того времени, в которое должно дать себе отдохновение, ибо, когда человек начнет что-нибудь делать, оно, прежде, нежели совершится треть или четверть дела, нудит его оставить дело и встать. Тогда не надобно слушать его, но должно сотворить молитву и сидеть за делом с терпением, и враг, видя, что человек о сем творит молитву, перестает бороть его, ибо он не хочет давать повода к молитве. Естественное же уныние бывает тогда, когда человек трудится выше силы своей и понуждается еще более прибавить себе труда; и так образуется естественное уныние от бессилия телесного; при сем должно испытать силу свою и упокоить тело, по страху Божию».

**Скитский Патерик** (гл.6): «Мать Феодора говорила: «(бес уныния расслабляет силы души и тела) Но если будем мы бодрствовать, все это исчезнет. Скажу об одном монахе: когда пришел он на правило, бросило его в озноб и в жар, а в голове его сделался сильный шум. Монах говорил сам себе: "Вот я теперь болен и, может быть, умру, встану же пред смертью, совершу мое молитвословие". Сей мыслью он принудил себя и прочитал молитвы. Когда же кончилось молитвословие, кончилась и огневица. Брат сей и после противоборствовал этому помыслу, читая правило, и таким образом побеждал искушение».

Брань же с ленью, как мы уже говорили, заключается в том, что человек понуждает себя к делу.

**Нил Синайский** (О восьми лукавых духах, Об унынии): «От уныния врачует постоянство, делание всякого дела с великою внимательностью и со страхом Божиим. Во всяком деле определи себе меру и не оставляй прежде, нежели кончишь, что назначено, также молись разумно и усильно, и дух уныния бежит от тебя».

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п. 47): «Одному брату во время бдения помысел внушал такую мысль, говоря: «Сегодня дай себе отдых и не вставай на бдение». Но он отвечал помыслу: «Рассуди, что завтра не встанешь, поэтому должен встать сегодня». И за работой также внушал ему помысел: «Дай себе отдых сегодня, а завтра работай». Он же опять отвечал: «Нет, сегодня работай, а о завтрашнем дне попечется Господь»».

**Ефрем Сирин** (О восьми помыслах): «Если хочешь препобедить уныние, займись хотя бы ненадолго каким-нибудь рукоделием, или читай, или часто молись».

На этом закончим обзор о видах недействительной усталости.

# Раздел 2.3. О действительной телесной усталости

Итак, мы уже разобрали вопросы о мнимой усталости от лени, когда человеку кажется, что у него нет сил что-то делать, и о таком лукавстве лени и эгоизма, когда человек перед людьми притворяется (или оправдывается) более уставшим или больным. А теперь разберем вопрос о действительной телесной усталости людей, из-за которой в семьях также могут быть конфликты.

### Примеры о том, что члены семьи действительно устают

Вначале скажем об усталости женщин, т.к. они работают и занимаются основной работой по дому, в отличие от большинства мужчин, которые только трудятся на работе. Нередки ситуации, когда жена действительно очень устает и не успевает что-то делать по дому, т.к. работает допоздна или имеет тяжелую работу, или в семье есть малые дети, а мужья и дети им не помогают (и еще к тому же притворяются или оправдываются усталостью). И очень часто из-за этого происходят недовольства и ссоры.

Интернет – источник: «Одной из частых жалоб женщин и причин для семейных раздоров является то, что мужья не помогают им в домашних обязанностях — муж приходит с работы, заявляет, что он устал, ложится на диван, смотрит телевизор или читает газету. А жена тоже возвращается с работы и тоже устала, но должна весь вечер крутиться по хозяйству. Есть женщины, которые в первые годы супружеской жизни не привлекают мужа к домашней работе и начинают требовать этого только спустя много лет, так как раньше они сами легко со всем справлялись, были молоды и здоровы, а когда появились дети, болезни и постоянная усталость, стало трудно одной вести все домашнее хозяйство».

Заметим, что действительную усталость женщины могут не воспринимать другие члены семьи, потому что их эгоизм, самолюбие или праздность желает, чтобы о них все равно заботились или уделяли им внимание. (При этом они могут также уставать, а могут и не уставать, а только этим прикрываться. О реакциях на усталость ближнего мы поговорим позже)

Например, вот как о своей усталости рассказывают некоторые жены:

Интернет – источники: 1). «У меня очень тяжелая работа, никак ни женская и иногда я очень устаю, что даже нет сил покушать, а муж этого не понимает и даже ругается, что ложусь отдыхать после работы. Как мне ему объяснить, что я устаю». 2). «Мой муж замечательный человек. Я работаю с 8 утра до 8 вечера. А ему хочется, чтобы дома я уделяла ему больше внимания. У него график работы не такой напряженный. И он иногда может оставаться дома. Зарабатывает он нормально. Я очень устаю на работе. Он почему-то не хочет этого понимать. И недавно мы поссорились на этой почве». 3). «Сил больше нет. Я близка к истерике. Сколько можно мне … все делать, работать, прибегать с работы, делать с ребенком уроки, готовить ужин, убирать беспорядок, который муж успел оставить утром, или если пришел раньше. С сыном не занимается, от уроков отмахивается, говоря, что сложно и не знает, как делать (ребенок во втором классе). Работа у меня нервная, я устаю, сколько его просила помогать по дому, взять на себя хоть часть обязанностей. Бесполезно, он занят всегда. С сыном в выходные погулять - это скандал целый. Сейчас вот опять скандал. Я трутень, лентяйка. У меня уже срыв просто. … Вот некоторые советуют: «не делай», а как не делать, если ребенок подходит и говорит: «мама, помоги с уроками, покорми меня»».

И если одни женщины, превозмогая усталость, ропща и злясь, все же трудятся по дому, то некоторые частично или полностью перестают это делать.

Интернет – источник: «Я вообще решила забить на все дела домашние, т.к. работаю с 8 до 5, но далеко добираться домой (в 7 выхожу, в 7 прихожу), и еще на курсы заскакиваю по вождению, тогда и в 9 могу приползти. Сначала тоже переживала: устаю по дому, ничего не успеваю, а потом думаю: ну и что? Перебьется (муж), картошки и сам может себе пожарить и от пыли в хате тоже никто еще не умирал. А если не устраивает – уволюсь, пусть содержит».

Заметим и то, что устают и разведенные женщины, которым и помочь некому, и им не на кого жаловаться.

Интернет – источник: «А я-то как устаю! С ребенком одна живу, с мужем развелись, на работу три месяца обратно вышла, на полный день, ночи не спим! Вот! Устаю до того, что голова болит без остановки, никакие таблетки уже не снимают боль…».

Что касается мужей, то об усталости мужей чаще рассказывают жены на форумах, причем в возмущенной форме. Например:

Интернет – источники: 1). «Ваши мужья так же жалуются на усталость? Я от своего иногда в шоке. Я устал, я устал, а сам быстрее в комп и давай в игрушки играть!!» 2). «Да не верю, что мужчины устают после работы! Мой мужчина очень много работает, занимает административную должность. Скачет целый день и, приходя домой, еще многое успевает сделать. И я поняла, что это всего лишь отмазки мужчин. Устал! Я тоже прихожу после работы, ну помыть посуду, вещи поубирать все равно есть силы. А у мужчины этих сил еще больше». 3), «Жена - это повар, посудомойка, техничка, прачка, медсестра, воспитатель, учитель, швея, экономист, бухгалтер, психолог, любовница… А муж устает на работе!!!»

Но есть жены, которые с пониманием относятся к усталости мужей, особенно, если видят, что они действительно устают.

Интернет – источник: 1). «Мой муж работает водителем автобуса, и приходит домой поздно и уставший, покушает и сразу спать». 2). «А мой муж работает по 12-14 часов директором и, придя домой, он уже не может общаться, да и некогда, спать пора. Но в выходные и поможет, и поговорит».

Чаще жены рассказывают о своих мужьях, как о нытиках, например:

Интернет – источник: «…мой муж такой нытик. То у него все болит, то сердце стучит, то пульс низкий, то высокий. Бросил курить - ноет, что поправляется, начал курить - ноет, что начал курить. У любого человека есть свои болячки, но постоянно о них говорить, мне кажется, это слишком. Ему 33 года, а ведет себя как маленький ребенок или старичок».

Дети также могут действительно уставать.

Интернет – источник: «Мне 16. Я учусь в художественном колледже, плюс занимаюсь в музыкальной школе (по собственному желанию). Каждый день пою там по 4 часа. И это всё очень утомительно. К примеру, я возвращаюсь домой в шесть вечера. Я устала и вымоталась. А вы говорите, ваша дочь хорошо учится и секции всякие посещает. Значит ей еще тяжелее, ведь секции - это спорт, это очень сильно выматывает. Я когда прихожу домой, вообще ничего делать не могу, и не только от физической усталости, от моральной тоже. Хочется расслабиться, почитать книгу, полежать. Учиться хорошо - это тяжкий труд. Мама вроде понимает и сильно не напрягает с домашними делами, хотя периодически закатывает мне по этому поводу скандалы».

Но особо отметим, что, как мы уже говорил, есть немало мужчин и детей, которые прикрываются усталостью, но не разыгрывают ее, а просто отказываются помогать, ссылаясь на то, что они устали на работе или в школе (институте) и дома хотят отдыхать. Как правило, они не так заняты или устали, как говорят, т.к. у них хватает сил и времени и на компьютер, и на прогулки (кстати, у многих жен также хватает сил и времени на компьютер или на просмотр телевизора, или на другое занятие).

Интернет – источник: «У меня есть дочка-подросток (13 лет) и младший сын. Сыну 3 года, о нем речь пока не идет. За собой тарелку в раковину поставил, и на том спасибо. Дочка тоже вроде как при деле. Она учится, причем учится хорошо, несколько часов в день после школы она делает уроки, посещает волейбольную секцию, занимается дополнительно английским, имеет несколько постоянных хобби. Время свободное остается. Его тратит на встречи с подругами: кино, прогулки, макдональдс/пиццерия, шопинг. Вечер стабильно проводит за компьютером: социальные сети, игры, иногда сериалы. Здесь я не против, ребенку нужен отдых и нужно общение. Сейчас каникулы. В силу обстоятельств ни в лагерь, ни в деревню не уехали. У девочки следующий режим: подъем в 13-14 ч., сбор на прогулку (причёска, косметика) до 18-19 ч., собственно прогулка и подготовка ко сну».

Кстати сказать и то, что у многих мужчин и детей еще есть четкое убеждение, что дома они должны отдыхать, а жены и мамы должны работать (об этом еще будет идти речь позже).

Так же стоит заметить, что обычно каждый член семьи считает себя более уставшим, чем другой и полагает, что заслуживает отдых дома.

Интернет – источник: «Молодая семья, за которой я наблюдаю, обычная, казалось бы, нормальная семья, со всеми присущими семье трудностями и противоречиями. Вчера в этой молодой семье и произошел один из таких семейных конфликтов. Поводов для него было достаточно: муж поздно приходит с работы, долго засиживается у соседки, не обращает внимания на маленького сына, не занимается с большим, часто ходит на свою рыбалку, не любит свою жену и вообще семья ему не нужна. Так думала про себя жена, а потом взяла и все высказала. Муж при этом думал так: … я работаю на тяжелой работе, устаю, прихожу домой, я еще виноват — не могу посидеть у соседей выпить чашечку кофе, что за жизнь!».

Итак, люди, которые работают или учатся, или у которых маленькие дети, и которым после работы надо что-то делать по дому, действительно могут уставать в разной мере. Но, несмотря на то, что это естественные состояния и жалобы уставших людей кажутся правыми, сделаем несколько замечаний.

Во-первых, известно, что нельзя до конца верить грешному человеку, который жалуется на обстоятельства или на другого человека, потому что его самолюбие и саможаление может искажать информацию и усугублять факты.

Во-вторых, иногда из жалоб нельзя понять то ли человек устал, то ли он ленив или эгоист (об этом мы говорили ранее).

В-третьих, нередко бывает, что в недовольствах усталых людей есть некая зависть к тому, кто отдыхает.

Интернет – источник: «На самом деле ничего особенно тяжелого в домашней работе нет. Многие женщины это прекрасно понимают. Но больше всего женщин раздражает то, что муж от этих обязанностей полностью освобожден; в то время, пока жена крутится по дому, муж может преспокойно отдыхать, лежа на диване с газетой или сидя перед телевизором, так как он «устал» после рабочего дня. Женщину, которая тоже работает, это не может не выводить из себя».

В–четвертых, уставшие люди могут вести себя по-разному. Есть женщины, которые сами устают, но видя, что муж или ребенок действительно устает, не просят помощи, и не обижаются на них, относясь снисходительно и по-доброму. Есть такие, которые уставая сами, требуют, чтобы работали и те, которые также устают. Или есть такие, которые не сильно устают, но все равно требуют от других исполнения домашних дел. Различные ситуации бывают и по тому факту, что одни люди не жалуются на свою усталость, а другие делают это регулярно или иногда.

И, в-пятых, так как основные дела по дому все же делают женщины, то их жалобы на усталость более оправданы. Казалось бы, судя по тому, что эти женщины столько много работают для других, то они не прегрешают против любви и жертвуют собой ради ближних. Но, к сожалению, это не всегда так…

### О телесной и душевной усталости

Далее скажем непосредственно о действительной усталости и об ее особенностях. И поговорим об этом не как воспринимает ее плотской ум и как описано в вышеприведенных высказываниях людей, а с духовной точки зрения о страстях и добродетелях, самолюбии и любви к ближнему.

Каждый по опыту знает, что все люди устают; и в один день человек более устает, а в другой – менее, и это естественно.

**Иоанн Златоуст** (т.8, ч.2, беседа 75): «…никому нельзя избежать усталости, сна, голода и жажды, потому что все это естественно».

Говоря об усталости необходимо четко разграничивать разные виды усталости: физическая (телесная) и психическая (душевная). Кратко их охарактеризуем.

Что касается физической усталости, или мышечной слабости и энергетического бессилия, то она естественным образом проявляется в теле.

**Григорий Нисский** (О надписании псалмов, гл.8): «…оставление силы не иное что есть, как изнеможение».

Усталость, или изнеможение зависит от физической нагрузки, возраста и здоровья человека. Так, есть усталость строителя или шахтера, у которых при работе мышцы постоянно напряжены; а есть усталость, например, офисных работников, которую можно обозначить как усталость тела от однообразного сидения, когда мышцы без нагрузки теряют тонус. (Мы не будем говорить о физиологических процессах, происходящих при усталости)

Что касается силы усталости, то и она бывает разная. Так, есть полное или очень сильное изнеможение, при котором человек не в силах, например, ни говорить, ни принимать пищу.

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «Если бы справедливо был он сильно изнемогший, то и с понуждением и насилованием себя не смог бы от одра восстать, и не только для пришедших, но даже для самого себя не смог бы ничего приготовить, и без услужения иных остался бы и сам голодным».

Конечно, при такой усталости нет речи о каких-либо дополнительных трудах. И в этом случае для восстановления физических сил нужно много времени и, возможно, сон. После отдыха человек уже нормально себя чувствует и может приступить к какой-то деятельности.

Также есть неполное изнеможение, когда уставший человек может, например, ходить, кушать или что-то сделать, а это значит, что у него есть силы и он может что-то делать без помощи.

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «Если же и сам ел, и для посетителей учреждение сотворил, следовательно, имел силу и возможность отправить служение свое и без помощи братий».

Если физическая нагрузка была небольшая, то усталость быстро проходит после того, как человек посидит или полежит какое-то непродолжительное время.

Что касается душевной усталости, то она может быть от однообразной работы, например, женщина устает оттого, что каждый день готовит еду, моет посуду и т.д. Некоторые обозначают домашние дела трудными, называя их Сизифовым трудом, потому что только закончил, надо начинать сначала. Вот как это характеризуют психологи.

Интернет – источник: «Вначале, когда вы ещё только вышли замуж и ощущаете себя «хорошей женой», вам это может нравиться, но когда эта рутинная работа длится годами, она надоедает и становится в тягость. Женщины ведь жалуются на бремя хозяйственных хлопот не потому, что им так трудно их выполнять, а потому, что эта работа однообразна, её нужно выполнять изо дня в день, и это со временем приедается и вызывает раздражение. Любая работа, если в ней нет творческого начала, со временем надоедает. А что может быть творческого в мытье полов и стирке?! Это рутина и тяжкое бремя, и именно так к этому женщины и относятся. Но у них нет другого выхода, и они вынуждены все это делать, поскольку никто за них это не сделает. Именно эта зависимость от своих обязанностей и их однообразие так сильно раздражает большинство замужних женщин».

Такая однообразность дел действительно несет, прежде всего, скуку и надоедает душе.

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.4, гл.2): «Геронда, почему некоторыми людьми во время работы овладевает скука? — (Ответ) Может быть, они не любят свою работу? Или, может быть, во время работы они постоянно занимаются одним и тем же? Часто на некоторых производствах, например на фабрике, которая производит окна и двери, один мастер с утра до вечера склеивает между собой доски, другой постоянно вставляет в них стекла, третий каждый день проходит их замазкой. Эти люди постоянно делают одну монотонную операцию, а хозяин ходит и за ними присматривает. И это продолжается не день и не два. А если постоянно делать одно и то же, то людям это надоедает».

Как видим, душевная усталость может быть и если человек не любит то, что ему приходится делать по дому, например, мыть посуду или гладить. Мы говорили ранее, что труд всегда сопровождается любовью и нелюбовью, и если человек не любит какую-то работу, то он и не хочет ее делать. Относительно же усталости так же срабатывает этот принцип – если не любишь – устаешь душой.

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.4, гл.2): «… если человек делает свою работу без любви, то он устаёт. Например, если кто-то не любит работу и для того, чтобы окончить её, надо подняться в гору, то только один вид этой горы отнимает у него силы. Тогда как другой, делая то же самое от сердца, идёт и взлетает на гору, сам того не замечая. К примеру, если человек рыхлит грядки или пропалывает огород от сердца, то он может работать несколько часов и не уставать — несмотря на солнцепёк. Если же человек работает не от сердца, то он то и дело останавливается, зевает, жалуется на жару и страдает».

Также душевная усталость бывает и от других факторов, например, от негативного душевного настроя на членов семьи или от смены впечатлений за короткий период времени.

Есть еще и умственная усталость, при которой человек на некоторое время не может интенсивно мыслить, воспринимать информацию и сосредотачиваться, но мы не будем о ней говорить, а только приведем пример, как она действует.

**Феофан Затворник** (Письма, п.1022): «У меня голова стала скоро утомляться, а иной раз нападает такое отяжеление головы, с чувством слабости во всем теле, что ни читать, ни писать, ни разуметь нет охоты. Ложусь и лежу. Но боли в голове нет».

Эти все виды усталости иногда могут быть одновременно, а иногда отдельно, а также телесная усталость может переходить в душевную и наоборот (и об этом еще будет сказано далее).

Для чего мы приводим принципы телесной и душевной усталости? Во-первых, потому что, телесно уставая, человек не согрешает, а вот при душевной усталости происходит множество грехов. Поэтому христианину нельзя оставаться в неведении о том, что с ним происходит.

Во-вторых, люди привыкли усугублять телесную усталость тем, что на нее неправильно реагирует душа.

И, в-третьих, мы отметили отдельно о телесной и душевной усталости, потому что усталость души – это страсть лени или печали, а усталость тела – естественный процесс. И исходя из этого, принципы борьбы и врачевания телесной и душевной усталости различны. Для христианина, стремящегося познать себя и свои страсти, следует различать эти виды усталости, потому что они имеют свои особенности борьбы и врачевания. И для наглядности сейчас кратко определим эти принципы для христиан.

Если это телесная усталость, то нужно дать отдохнуть телу, например, полежать, посидеть, иногда поспать. Если это не изможденная усталость или не умственная, то в это время лучше духовно потрудиться, например, молитва, духовное чтение, духовное пение. Кстати сказать, все люди при телесном отдыхе занимают чем-то душу, только не молитвой и чтением духовной литературы, а телевизором, компьютером, мечтанием, праздным чтением (об этом мы еще будем подробно говорить чуть позже).

Если устала душа от однообразия или нелюбви к какому-то труду, то христианину следует придать этому труду христианский смысл – я делаю что-то ради заповедей о труде, ради служения ближних и для противостояния своей лени.

И если это умственная усталость, то следует переходить к телесному труду, или рукоделию. Именно поэтому подвижники чередовали молитву (от которой также может быть усталость у тех, кто много молится), чтение и обязательное рукоделие (и об этом также поговорим позже).

Далее кратко остановимся на телесной усталости, т.к. мы рассматриваем вопрос о домашних трудах.

###

### Телесная усталость и отдых естественны для организма

Далее скажем о естественной потребности в отдыхе.

Потребность в отдыхе, питании, хранении тела от внешних раздражителей являются естественными необходимостями, приносят естественные удовольствия и обеспечивают нашему организму жизнеспособность.

**Иоанн Златоуст** (т.8, ч.2, беседа 74): «…все те желания, от неудовлетворения которых гибнет животное, естественны и необходимы, как например – желание пищи, питья и сна».

**Максим Исповедник** (Добротолюбие, т.3, Умозрительные и деятельные главы.., 160): «Естественные пожелания и удовольствия не подвергают укору тех, кои испытывают их, так как они суть необходимые следствия устроения нашего естества. Ибо естественное доставляет нам и помимо воли нашей удовольствие, – и прилучившаяся пища, удовлетворяющая предшествовавший голод, – и питие, утоляющее томление жажды, – и сон, обновляющий силы, истощенные бодрствованием, – и все другое, что бывает у нас по естественным потребностям, необходимое для благосостояния нашего естества, и благопотребное к стяжанию добродетели для ревнителей о том».

Также каждый по опыту знает, что все люди устают; и в один день человек более устает, а в другой – менее, и при утруждении тела оно ослабевает. И это естественно.

**Иоанн Златоуст** (т.8, ч.2, беседа 75): «…никому нельзя избежать усталости, сна, голода и жажды, потому что все это естественно».

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в.559): «Естественное же уныние (бессилие) бывает тогда, когда человек трудится выше силы своей и понуждается еще более прибавить себе труда; и так образуется естественное уныние от бессилия телесного».

**Григорий Нисский** (Об устроении человека, гл.13): «…непрестанный покой тела приводит состав его в какой-то упадок и в расслабление. Если же вовремя и умеренно быть в том и другом состоянии (напряжении и отдыхе), то это дает естеству силу к поддержанию себя; при постоянном переходе из противоположности в противоположность в одной из них находит оно себе упокоение от другой».

Как только в нашем теле при тяжелых или напряженных трудах происходят какие-то неприятные ощущения усталости или боли, мы тут же обращаем на них внимание и констатируем в мыслях, что мы устали или что-то болит. И это естественно. Естественным является и то, что эти ощущения являются предостережением о том, что организм нуждается или в отдыхе, или в лечении.

Также бесспорно, при сильном утруждении человек должен отдохнуть, и в этом нет греха. Но он должен смотреть, чтобы не расслабевать душой, когда тело еще имеет силы потрудиться. А также должен знать, что при исполнении дел грешник легко может начать малодушествовать и выражать недовольство вместо того, чтобы быть терпеливым и мужественным.

**Иннокентий Херсонский** (Молитва святого Ефрема Сирина, Слово в пяток недели 4-й Великого поста): «Все мы, так или иначе, страдаем; у всех природа отвращается скорби и печалей; посему каждому нужен дух мужества и терпения, дабы не поникнуть под печалью, не предаться малодушию и ропоту».

 А если человек здоров и не чувствует усталости, то желание отдохнуть происходит от похоти.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в.515): «В состоянии здоровья искать телу покоя побуждает похотение».

Напомним, что:

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Ефес., 2,3): «Под похотями плоти или похотливою плотию разумеются здесь вообще грехолюбивые стремления сердца, отличительная черта которых — самоугодие, — склад души, по коему она все делает только в угодность себе, наперекор требованиям совести и внушениям страха Божия…».

Итак, тело должно по природе отдыхать, когда в этом есть необходимость.

### О том, что телесная усталость нередко бывает от многопопечительности или неправильной организации труда

Особо отметим о телесной усталости, в которой люди сами виноваты, т.к. она есть следствие многопопечительности или неправильной организации труда, когда, по словам Никодима Святогорца, плоть измождается «без крайней к тому нужды».

Немногие люди задумываются над тем, что не все дела, после которых наступает усталость, бывают праведными или нужными. А, исходя из этого, усталость будет тщетной и греховной, и может приводить к телесным болезням.

**Троицкие Листки** (ст.194): «Все вы, друзья мои, трудитесь и работаете, и хотя всякая работа, сама по себе, есть дело доброе и Богу угодное, однако же, может быть, и часто бывает, пополам с грехом. Можно работать день и ночь, и в то же время тяжко грешить; можно целый век трудиться, потеть, изнурять себя, — и погубить душу свою навеки».

**Нравственное богословие Е. Попова (**Грехи против 6-ой заповеди, грех: Изнурение самого себя занятиями по должности, ремеслу или в торговле): ««Труд глупого утомляет его» (Еккл.10,15); «Бдительность над богатством изнуряет тело, и забота о нем отгоняет сон» (Сир.31,1). Когда силы человека непрерывно возбуждены или напряжены; когда он не дает себе ни малейшего отдыха; отказывает себе и в прогулке на свежем воздухе или же, напротив, не уходит с улицы, работая; когда не уделяет определенного или только свободного часа, чтоб подкрепить себя пищей (для обеда и ужина); мало спит ночью, не хочет заснуть и днем, не смотря на позыв ко сну, который всего вернее доказывает нужду отдохновения; когда таким-то образом он проводит жизнь свою изо дня в день по пословице «вечно суетится»: тогда неизбежно укорачивается его жизнь. … Затем в самом основании неумеренности в занятиях по службе, по ремеслу и для торговли преступна. Она происходит или от честолюбия или из корыстолюбия, а более всего – от современной роскоши. Роскошь-то, которая в каждом сословии ныне своим образом проявляется, она-то увеличивает нужды и для удовлетворения нужд заставляет браться за многое, решаться на новые и новые дела или только удвоить утром меру прежнего занятия. Христианин! Пощади и свою телесную природу от изнурения. Лучше ведь ленивый слуга, чем больной и отживающий свои дни. Так и тело - слуга нам до тех пор, пока здорово».

Например, тщетная усталость бывает, если мы заботимся об украшении дома, или чтобы произвести впечатление, или по своему пристрастию.

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.2, гл.2): «Женщины обычно не имеют меры в делах. Им хочется прибавлять к своим делам и заботам всё новые и новые. Имея много сердца, женщины могли бы очень успешно вести "домашнее хозяйство" своей души, но вместо этого они растрачивают сердце по пустякам. … (Вопрос) Геронда, одна мать сказала мне: "Я телесно слаба и очень устаю. Ни дел своих не успеваю сделать, ни времени для молитвы у меня не остаётся". (Ответ) Для того чтобы оставалось время для молитвы, она должна упростить свою жизнь. С помощью простоты мать может очень преуспеть. Мать имеет право сказать "я устаю", если она упростила свою жизнь, а много трудится лишь потому, что имеет много детей. Однако если она теряет своё время, стараясь, чтобы её дом произвел впечатление на чужих людей, что тут скажешь?».

Подобная усталость вызвана угождением плоти.

**Иннокентий Херсонский** (Лекции, л. 6): «В чем состоит угождение плоти? Самое слово «угождать» показывает это; ибо мы угождаем, когда предупреждаем желания чьи-либо, исполняем их без рассуждения, заботимся о ком до усталости: плоти мы угождаем, когда слишком уже заботимся о ней, — когда чрево становится как бы нашим богом».

Также, желая иметь множество удобств, некоторые люди сами поселяют в себе тревогу и усталость, и это ведет к ссорам в семье.

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.1, ч.2, гл.3): «…блаженны те, кому удалось упростить свою жизнь, освободить себя от удавки этого мирского усовершенствования - от множества удобств, равных множеству затруднений, и избавиться от страшной душевной тревоги нынешней эпохи. Если человек не упростит свою жизнь, то он будет мучиться. Тогда как, упростив ее, он избавится и от этой душевной тревоги. …Сейчас в беседах с мирскими людьми я тоже подчеркиваю значение простоты. Потому что в большинстве из того, что они делают, необходимости нет, и их снедает душевная тревога. Я говорю людям о безыскусности и аскетичности, я не перестаю взывать: "Упростите вашу жизнь, чтобы исчезла душевная тревога" И большинство разводов начинается как раз с этого. У людей много работы, им надо сделать столько всего, что идет кругом голова. Работают и отец, и мать, а дети остаются без призора. Усталость, нервы - даже малый пустяк приводит к большому скандалу, а затем автоматически следует развод. Люди доходят уже и до этого. Однако, упростив свою жизнь, они будут и полны сил, и радостны. Да, душевная тревога - это сущая погибель. …Если бы жившие в Фарасах женщины поглядели на ту роскошь, которая присутствует сегодня даже во многих монастырях, то они бы воскликнули: "Бог низвергнет с неба огонь и попалит нас! Бог нас оставил!" Фарасиотки справлялись с работой в два счета. Спозаранку они выгоняли коз, потом наводили порядок в доме, потом шли в часовню или же собирались где-нибудь в пещерах, и та, что немножко умела читать, читала житие дневного Святого. Потом начинали творить поклоны с молитвой Иисусовой. Но ведь кроме этого они еще работали, уставали. Женщина должна была уметь обшивать весь дом. А шили вручную. Ручные швейные машинки и в городе-то были редкостью, а в селе их не было и подавно. Хорошо если на все Фарасы была одна швейная машинка. И мужчинам они шили одежду - очень удобную, а носки вязали на спицах. Всё делали со вкусом, с любовью, но при этом и время у них оставалось, потому что всё у них было просто. Второстепенное фарасиотов не заботило. Они переживали монашескую радость. И если, скажем, ты замечал, что одеяло лежит на кровати неровно, и говорил им: "Поправьте одеяло", то в ответ слышал: "Тебе это что, мешает молиться?"».

Или, например, есть люди, которые очень следят за чистотой, или очень пекутся о приготовлении разнообразной еды, или часто занимаются облагораживанием своего дома и т.п., и, конечно, они очень загружены и очень устают, но устают от своих пристрастий и страстей. А вот пример, как от любви к порядку и чистоте в доме, человек может поступать не по любви, а по чрезмерной строгости.

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.2, гл.2): «Некоторые матери, желая, чтобы каждая вещь в их доме красиво лежала на своём месте, притесняют, душат своих малышей тем, что не позволяют им сдвинуть с места стул или подушку. Они заставляют детей жить по законам казарменной дисциплины, и таким образом дети, родившись нормальными, вырастают, к несчастью, уже не вполне нормальными. Если неглупый человек увидит, что в многодетном доме каждая вещь лежит на своём месте, то он придёт к выводу, что здесь либо дети умственно отсталые, либо мать, отличаясь жестокостью и деспотизмом, принуждает их к военной дисциплине. В последнем случае в душе детей живет страх, и от этого страха они ведут себя дисциплинированно. Как-то раз я оказался в доме, где было много детей. Как же радовали меня малыши своими детскими шалостями, которые разрушали мирской чин, гласящий: "каждая вещь на своем месте". Этот "чин" есть величайшее бесчинство, весьма отнимающее силы у современного человека».

Может быть и так, что человек может не успевать делать дела по дому или сильно уставать, если он медлителен или берется за все дела сразу. Например:

Интернет – источник: «Вот я ничего не успеваю, может конечно не совсем я "рабыня", но как-то иногда день за днем, работы накапливается... Вроде и огорода нет и свиней не кормить, и хлеб не печь..., но не успеваю, неправильно планирую. Взялась гладить, смотрю дырочка, стала зашивать, думаю, надо бульон сварить, пошла на кухню, там сначала посуду помыть надо. Вспомнила, что утюг не выключила, пошла, думаю пока теплый поглажу.. Потом надо бульон... Картошку начистила, надо маникюр в порядок... Дурдом. И это у меня семья с одним ребенком 3 года, ходит в сад. Но помогать некому. Да и что помогать, я какая то бестолковая...».

И вот что на это говорит христианское учение.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 4-й зап., грех: Напрасная медлительность на деле, или в исполнении дел): «Вот мы, встав утром, принимаемся за исполнение своих дел и обязанностей. Но и в самой деятельности не тратим ли мы напрасно времени? Пусть разом всего нельзя сделать. Господь Бог мог же сотворить мир в одну минуту, но употребил на сотворение его целые дни, чтоб научить нас постепенности и внимательности в наших делах. Однако ж зачем же нам без всякой цели медлить? Хорошо не торопиться—приступить к делу в видах лучше обдумать его, если особенно это дело с какой либо стороны для нас новое: но медлить за ним, когда уже приступили, например, просто сидеть, или стоять, или оставаться в ожидании кого либо или чего либо,—это значит не достигать полного успеха в деле, а иногда и доводить дело до такого исхода: «уже поздно, уже напрасно…». Посмотрите на мастера золотых дел: он и самые частицы золота при своей работе собирает. Так и для нас среди самой работы—деятельности малейшие части времени должны бы быть частицами золота, между тем как мы проводим их в каких либо пустых спросах или разговорах, а также и в значительных промежутках от одного дела к другому.—Нет, христианин,—медлительность, вялость и беззаботность в делах неумное качество! И ты не давай пропадать у тебя напрасно не только дням и часам, но и минутам! Промедлим, напрасно простоим на каком либо деле, а потом будем торопиться, да торопиться с опущениями для дела».

Бывает и так, что усталость и нехватка времени при необходимых делах происходят когда человек до этого потратил много времени на отдых (например, придя из школы домой, ребенок лег спать или играл на компьютере, и поэтому уроки приходится делать допоздна, и естественно он устает и сетует на занятость).

А вот, что говорится о тщетной усталости, когда человек печется о родных, а им этого не надо было.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 4-й зап., грех: Излишняя хлопотливость в делах): «Есть люди, у которых руки полны дел и голова, так сказать, кружится от забот. Но эти дела и заботы их не возложены только на них другими …, но изысканы ими самими».

А вот как о подобном говорят люди.

Интернет – источник: 1). «Я хотела рассказать про свою сестру. Она вышла замуж и весь день убирала, пылесосила, стирала, начищала, что бы к приходу мужа все выглядело идеально. Естественно к его приходу сама она была "никакая", и не могла ему уделять должного внимания. Так вот и когда он сказал "в чем дело???" она говорит "но я устала я же весь день тут все мыла и т.д. и т.п." на что он ответил - "да оно мне надо, чистота эта и порядок, если ты при этом неухожена и уставшая, мне нужно чтобы ты улыбалась, когда я прихожу домой, а на остальное я внимания не обращаю"». 2). «Моя мама все время кричит: я для вас стараюсь, убираю, стираю, и т.д., а я ей говорю: «А мне это не надо. Ты же не для меня это делаешь, а потому что сама так хочешь».

Есть случаи, когда человек налагает на себя слишком много трудов, а потом ропщет и жалеет себя. И это также относится к неразумному попечительству. (Следующее поучение о молитве и посещении храма, но оно нам тоже подходит, применительно телесных забот)

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.293): «Пишешь мне о своем болезненном состоянии, что ты изнемогла до крайности, а между тем общая трапеза не может тебя удовлетворить, вследствие чего часто ропщешь. И, несмотря на такое изнеможение, ты наложила на себя подвиг ходить ко всем службам церковным и, кроме того, ежедневно прочитываешь в келье Акафист, Евангелие и Псалтирь, по главе, вследствие чего тебе нет времени отдохнуть и нет усердия к послушанию. При твоей болезненности можешь к церковным службам в будни совсем не ходить, потому что и здоровым можно оставаться только до Шестопсалмия, кто имеет послушание. Келейное правило, которое ты на себя наложила, советую совсем оставить и употреблять это время на отдых, тогда и к послушанию будет более охоты, и дух будет спокойнее. Не забывай, что послушание — выше поста и молитвы, а от ропота старайся воздерживаться по мере сил».

Следует знать, что иногда и бесы внушают брать чрезмерный труд, чтобы потом человек роптал и уже ничего не мог делать для духовной пользы (например, молиться или читать Святое Писание и учения святых отцов) или не имел сил делать дела необходимые для попечения о ближних.

**Феофан Новоезерский** (Наставления, 259): «(Враг) то отчаянием и расслаблением, иногда внушает излишнее тщание к рукоделию, чтоб привести до изнеможения, а после сделать совсем неспособною».

А бывает так, что люди, выполняющие домашние дела и организованы, и не медлительны и умеют правильно организовать свой труд; но их ближние слишком требовательны, например, к еде (чтобы было разнообразие или только свежеприготовленное), или ближние считают, что в доме должна быть идеальная чистота и убирать надо каждый день, или, например, муж практически тиранит жену, придираясь к малейшему непорядку. В таких случаях женщина несет на себе тяготу пристрастий и страстей родных людей.

Итак, исходя из этого, возможно, многим из нас, которые устают телесно, следует пересмотреть свои дела.

**Амвросий Оптинский** (Письма к мирским особам, п.78): «Трудами и хлопотами по хозяйству не отягощайтесь; только старайтесь действовать разумно, не увлекаясь пристрастными заботами».

**Феофан Затворник** (Письма, П.1322): «Не знаю, какие хлопоты принесет вам смотрение за садом и усадьба. Потому ничего не могу сказать о сем. Вообще же без хлопот как жить? И закона такого нет. Самые большие пустынники заводили у себя огородцы для овощей, и хлопотали, конечно, около их. Надобно только вести дела, чтобы хлопоты не поглощали, - и вдаваться в них, не как в главное дело, а как в приделок».

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.49): «…всякое дело, сознанное достодолжным, надо делать со всем усердием - это есть долг, огражденный страшным прещением (угрозой): проклят всяк, творяй дело Божие с небрежением. Но забота, или многозаботливость, точащая сердце и покоя ему не дающая, есть болезнь падшего, который взялся сам устроить свою судьбу и мечется во все стороны. Она разбивает мысли и даже на том деле, о котором хлопочет, не дает им сосредоточиться. Так вот извольте вникнуть и, если найдете, что и Вас одолевает иногда эта забота, потрудитесь прогнать ее и не давать ей хода. Усердие к делам имейте и, делая их со всем тщанием, успеха ожидайте от Бога, Ему посвящая и самое дело, как бы оно мало ни было, - а заботу подавляйте».

**Феофан Затворник** (Письма, п.119): «То, что у Вас времени недостает по причине хлопот и семейных и внесемейных дел, тоже милость. Кому все некогда, тот не имеет, когда поскучать от праздности и безделья; не имеет вместе и опасности, какой подвергаются праздные. Одно только надо бы устранить: именно душевную из-за того непокойность. И мне думается, что это удобно достигнуть, не гоняясь за многоделанием, а делая со всем вниманием лишь то, что предлагается сделать течением дел. В основу положить надо крепкую веру, что все случайности с нами идут от Господа; каждою из них Господь предлагает нам сделать, что требуется по Его заповедям в таких обстоятельствах, - и смотрит, как мы поступим, угадаем ли волю Его и, угадавши, сделаем ли угодное Ему? Кто поимеет сие во внимании, тот всегда одно только дело и будет иметь на душе, не томя себя другими. Сделав одно, за другое возьмется и т.д. до тех пор, пока сомкнет глаза, чтобы заснуть. Так всякий день. Никакой многости дел не будет видеть душа и томиться тем не будет. Всегда у нее одно только дело - пред лицом Господа».

### О разумном подходе к телесной усталости

А теперь скажем о том, к телесной усталости следует подходить разумно.

Так, во-первых, святые отцы говорят, что нельзя чрезмерно нагружать тело.

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.231): «Немощное тело не надо нудить сверх силы».

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл.85): «Когда тело немощно и будешь принуждать его к делам, превышающим силы его, тогда в душу твою влагаешь омрачение за омрачением и вносишь в нее большое смущение».

Как видим, по связи души и тела при сильной телесной усталости душа впадает в печаль.

Но, во-вторых, также и нельзя его держать в постоянном покое, потому что при телесном расслаблении из-за лени и праздности душа становится нерадивой, слабовольной и ищет удовольствий.

Итак, следует придерживаться этих принципов:

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.61): «Поблажать себя и льготы позволять не должно; но и тяготы большие вдруг налагать на себя не надо».

**Василий Великий** (Подвижнические уставы…, гл.4): «…Божественное Писание повелевает работать, приводить тело в движение и больше подкреплять немощь других, нежели самому искать руки других, но нимало не велит истощать и расслаблять тело неумеренными изнурениями. …Подвижнику надобно быть свободным от всякого надмения и, идя путем истинно средним и царским, нимало не уклоняясь ни в ту, ни в другую сторону, не любить неги и не приводить тела в бессилие излишеством воздержания».

**Вонифатий из Феофании** (Ответы на вопросы от разных лиц, в. 225): «Общий закон для всех телесных упражнений должен быть таков: не надобно быть никогда праздным, но не должно упражняться или заниматься делом чрез меру по силам. … Если, с одной стороны, постыдно вести жизнь изнеженную, то, с другой стороны, нехорошо чрез меру утруждать себя, надобно держаться средины между этими двумя крайностями».

**Климент Александрийский** (Педагог, кн.3, гл.10): «…как в порядке вещей, чтобы работа предшествовала еде, так очень дурно, обременительно и нездорово, если кто напрягается через меру. Не следует поэтому оставаться совершенно бездеятельным, но не следует и быть исключительно лишь работником».

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.35): «…будь мудр и рассудителен в поднятии телесных подвигов — постов, бдений, трудовых работ и подобного. Они существенно необходимы, и без них не мечтай преуспевать в духовной жизни, но и в них знай и держи мудрую меру. Мера сия — средина между самоугодливою поблажкой плоти и безжалостным измождением ее до изнеможения без крайней к тому нужды. Средину сию ищи опытом и делом, а не теорией, и в правило при сем возьми постепенность, идя снизу кверху. Ищи и обрящешь».

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п.44): «Иной не может сурово и жестоко жительствовать, и ему (такой образ жизни) вместо пользы вред приносит; а крепким и здоровым не надобно давать себе послабления и, конечно, сугубо (усиленно) надобно понуждать себя на (труды) оные».

**Амвросий Оптинский** (Письма к разным лицам, п.97): «Пишешь, что иногда к обычному правилу прилагаешь лишние поклоны от усердия до усталости, а после и обычного не выполняешь... (Или можно сказать, в один день много по дому делаешь, а на следующий день сил уже не хватает – от сост.) Полезнее постоянно продолжать умеренное делание, нежели иногда излишнее совершать, иногда же и должное оставлять по причине неумеренной усталости. Не зря пишут святые отцы: «Умеренному деланию цены нет»».

(Далее приведем поучение, в котором говорится о духовной деятельности, но нам оно также подходит и в отношении телесной деятельности)

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.11, 1-10): «Экономьте силы, или, вернее сказать, пользуйтесь ими с разумным расчетом. Нельзя слишком перегружать и переобременять себя непосильными подвигами, ибо вы не выдержите этого напряжения в течение долгого курса жизни. Но, с другой стороны, нельзя слишком ослаблять интенсивность духовной жизни, ибо неизбежным результатом этого всегда будет лень, апатия и постепенный упадок духовных сил. Необходимо найти средину, или, как говорят святые отцы, идти царским путем. Чувство известного напряжения воли всегда должно быть в ощущении, но это не должно сопровождаться истощением духовной силы. А для того, чтобы найти этот средний, или царский, путь, необходима та добродетель, которая в аскетике называется рассуждением».

Также даются советы следить за тем, чтобы сильно не утомляться и делать небольшие перерывы.

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.2): «Геронда, нужно ли чрезмерно напрягаться на работе? Может, жалея себя, я отгоняю Благодать Божию? (Ответ) - Нет, дурашка! Нужно наблюдать за собой и останавливаться, прежде чем наступит момент, когда у тебя уже не будет сил».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.144): «Много не налегай на работу. Когда чувствуешь слабость, надо давать отдых себе – всех делов не переделаешь, все хорошо в меру».

И если усталость от прежнего труда небольшая, то нужно стараться делать дела с малого и если есть силы постепенно переходить к более тяжелым делам, а если нет сил, то делать не трудные дела.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.61): «Тяготы и трудности лучше, начав с малого, понемногу прибавлять. Так, действуя незаметно, можно дойти до таких себя преутруждений, которые будут гораздо значительнее вами намеченных, но которые не будут подавлять. Почему думаю, что вам лучше некоторые труды умерить теперь, и потом понемногу подбавлять их».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.51): «Тяжелые труды и здорового человека могут сломить и сделать бессильным. А по моему грешному мнению, пусть она (дочь) хоть и легкое имеет занятие, только чтобы всегда была бы за делом. … Дело же таким должно быть, чтобы она была в движении, например, мести пол, мыть посуду и подобное».

### Усталость тела легко переходит в дальнейшее разленение души

И прежде чем продолжить вопрос о действительной телесной усталости, следует сказать о том, что усталость тела легко переходит в разленение души. Этот вопрос поможет людям, которые, возможно, обманываются тем, что они не ленивы, т.к. немало трудятся, и прикрываются своей усталостью в то время, когда в них уже начала действовать лень.

Ранее мы уже говорили, что люди обычно не разделяют действительную усталость от лени, а также речь шла о том, что уныние – это бессилие души, а не тела, когда душа не желает понудить себя на труд. Напомним, что при страсти уныния прежде ослабляются душевные силы, а затем телесные ощущают некую расслабленность, а при усталости наоборот: вначале нет сил у тела, а затем ослабляется сила души.

Вообще в отношении разных дел у грешного человека в разной мере проявляются то нерадение и нежелание, то слабость.

**Ефрем Сирин** (В исправление тех, которые предаются страстям…): «…к делам (люди являются) нерадивыми и расслабленными».

По связи же тела и души затем происходит некое взаимное влияние. Так, когда утомлено тело, то это сказывается на душе, и наоборот.

**Евфимий Зигабен** (Толковая Псалтырь, пс.7,15): «… когда душа наша утомлена, то нам изменяют при этом и телесные наши силы».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.4, гл.2): «Раз (человек) будет усталый душой, то и телесный отдых не будет восстанавливать его силы. Душевная усталость — вот что выматывает человека».

**Амвросий Оптинский** (Письма к отдельным лицам, п.169): «…при телесной слабости прибавляется и слабость душевная, по сказанному: «немоществует тело, немоществует и душа» (Канон молебный ко Пресвятой Богородице, богородичен по каноне. - Ред.)».

**Иннокентий Херсонский** (Лекции, л.6): «Болезнь тела может много действовать на состояние души, — производит в ней уныние, тоску, недеятельность; и наоборот, болезнь душевная может оказывать большое влияние на тело, — производит в нем сухость, бледность, мрачность во внешнем виде».

**Симеон Новый Богослов** (Добротолюбие, т.5, ст.49): «Расслабление и тягота телесная, пребывающая в душу от лености и нерадения, отбивают от обычного правила и производят омрачение ума и малодушие».

А из этого следует, что к действительной телесной усталости легко присоединяется лень души. И поэтому святые отцы, говоря об усталости, говорят и о неком разленении, которое наступает, когда уже силы восстановлены.

**Исаак Скитский** (Собесед. 1-е Иоанна Кассиана, гл.36, примеч.): «…от утомления происходит какое-то расслабление, разленение».

**Бл. Августин** (Исповедь, кн. 8, гл.5): «…мы весьма часто, особенно если сильно устали, желаем продолжить приятный для нас покой и охотно предаемся ему, хотя уже наступило время для дел».

А это значит, что может быть и так, что человек, вначале чувствуя обычную усталость, расслабляется при отдыхе (при этом думает, например: как же я устал). А затем продолжает пребывать в этом расслаблении и уже не желает напрячь свои силы на какой-то труд (и уже при этом он думает, например: как же не хочется), потому что ему стало лень опять телесно напрягаться.

Кстати заметить, что лень усугубляется после приема пищи и после того, как человек полежит.

**Феофан Затворник** (Сборник проповедей «Слова о покаянии…», В неделю 5-ую Великого поста): «А что произойдет от плотоугодия и особенно чревоугодия, того и перечислить нельзя. Отсюда тягость в голове, великое отягощение в теле и расслабление в мышцах, …леность… ом­рачение и холодность сердца, огрубелость ума и помыслов, омрачение, густой и непроницаемый туман, простирающийся по всей душе, сильное уныние и скука при всяком деле Божием…».

**Феофан Затворник** (Письма, п.525): «После всенощной (труда – от сост.) посидеть немножко можно; потому что если ляжете, и разлежитесь».

(Это хорошо видно по некоторые людям (зачастую мужьям и детям), которые придя с работы, поужинав и полежав, ссылаются на усталость, хотя тело уже отдохнуло)

И вот именно этого перехода от усталости к разленению грешный человек не замечает и не осознает. И притом, что тело уже отдохнуло, он продолжает говорить, что он уставший (а это бессилие дает страсть лени, которая есть мнимая усталость, и которая обессиливает душу, когда тело не бессильно, а человек осознано или неосознанно лукавит о своей усталости).

Заметим, что есть и еще одни признак, по которому можно определить действительно ли ты уставший, или у тебя мнимая усталость от лени: при усталости человек желает что-то делать, но не может из-за бессилия или болей, а при лени человек не хочет делать, ни при силах, ни тем более при усталости.

Но вернемся к тому, что происходит после того, как подступила лень к уже отдохнувшему человеку. Т.к. человек не может находиться в полной бездеятельности и ему надо все же чем-то заниматься, то душа выбирает развлечения, например, посмотреть телевизор или посидеть за компьютером допоздна (и на это хватает сил). А когда уже увлекся каким-то развлечением, то принудить себя потрудиться человек не желает еще больше (о праздности мы будем говорить позже).

Так происходит и у жен, у мужей, и у детей. Только последние после отдыха от усталости так и не напрягаются, и увлекаются развлечениями, потому что в семье есть женщина, которая и приготовит, и уберет. Заметим, что у ленивых людей, не желающих трудиться дома, уже изначально действует бессилие души (уныние) по нелюбви к труду и самолюбию. К тому же немало мужчин и детей уверенны в том, что они не должны ничего делать по дому, а все должна делать жена или мать (об этом будет идти речь позже). Женщина же чувствует ответственность перед родными (конечно, это не касается тех женщин, которые ленятся, жалеют себя и ничего не делают), и это понуждает ее трудиться по дому и при усталости и без нее, хотя, как правило, она и не прочь была бы также поступать, как ее родные.

Итак, человек немало трудящийся все же может иметь лень, как не главную страсть, которая наступает после отдыха.

### При телесной немощи у самолюбивого грешника также расслабевает и страдает душа

Мы уже не раз говорили о связи души и тела, и о том, что когда тело или душа ослабевают, то у них может происходить взаимное бессилие.

**Иннокентий Херсонский** (Лекции, л.6): «Болезнь тела может много действовать на состояние души, — производит в ней уныние, тоску, недеятельность; и наоборот, болезнь душевная может оказывать большое влияние на тело, — производит в нем сухость, бледность, мрачность во внешнем виде».

Но и сама душа обессиливает, т.к. начинает скорбеть, видя, что страдает то, через что проявляется ее жизнь.

**Бл. Августин** (О книге Бытия, ч.7, гл.19): «…когда она (душа) чувствует страдания тела, то беспокоится тем, что, с расстройством равновесия в теле, затрудняется её деятельность, которою она присутствует в теле, управляя им, и это беспокойство называется скорбью. …В таком случае расстраивается её напряжение: она как бы старается, но не может исправить пришедшего в упадок».

Также святые отцы говорят, что при страдании тела более страдает душа.

**Бл. Августин** (О граде Божием, кн.21, гл.3): «…если присмотреться повнимательней, то страдание, называемое телесным, скорее, имеет отношение к душе. В самом деле, страдает, собственно, душа, а не тело, даже когда причина страдания души заключается в теле, когда страдание чувствуется там, где повреждено тело. … Таким образом, душа страдает вместе с телом в той его части, где происходит что-нибудь, что причиняет страдание».

Это страдание души при телесной немощи обусловлено тем, что она знает, что когда тело придет в полный упадок, то ей придется расстаться с ним.

**Бл. Августин** (О книге Бытия, ч.7, гл.19): «Наконец, когда эти, так сказать, её (души) служители (телесные члены) от какого-либо повреждения или расстройства приходят в совершенный упадок, то с остановкою вестников ощущения и служителей движения, как бы не имея уже причины присутствовать дольше [в теле], она оставляет, его».

Но это тяжело для души грешника, потому что он не представляет, как это жить без тела, через которое она получала удовольствия.

Также душа сама по себе склонна к страданию, расслаблению и страху.

**Бл. Августин** (О граде Божием, кн.21, гл.3): «Страдает она и одна, хотя находится в теле, когда по какой-нибудь, часто невидимой, причине бывает печальна при совершенно здоровом состоянии тела».

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл 32): «…(душа склонна к) расслаблени(ю) или (боязни) при устремлениях на нее всякого рода стеснительных обстоятельств».

Кстати заметить, что если человек обижается, боится, сильно переживает, печалится и т.д., то от этих негативных эмоций души будет страдать и тело.

**Платон, Митр. Москов.** (т.13, Слово в неделю 4-ю Великого Поста): «…при мучениях душевных должно непременно страдать и тело».

А это значит, что многие наши телесные болезни происходят от страстных страданий души.

# Раздел 2.4. О греховном саможалении тела

А теперь поговорим о том, что обычно люди очень жалеют свое тело, когда необходимо напрячься что-то сделать и когда оно устало и недомогает.

Вообще саможаление особо проявляется тогда, когда человек страдает. Страдание может быть телесное (усталость и болезнь) или душевное, например, обида. В контексте наших бесед о ведении домашнего хозяйства речь идет о саможалении при телесной усталости или недомогании.

## 2.4.1. Саможаление – враг, а люди считают его «другом»

Вначале рассмотрим, чем является саможаление для человека.

Жалеть себя – естественное чувство, но у самолюбивого грешника это чувство сверх меры и неправое.

**Нравственное богословие Е.Попова** (Грехи против 2 запов., грех: Самолюбие и излишнее саможаление вместо самоотвержения): «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 душою (2Кор.5,10). Но правильную любовь к себе человек заменяет самолюбием и излишним саможалением, самоугодием. …Человек только себя любит и жалеет, безразборчиво выполняя пожелания своей души и плоти».

Почему же самолюбие любит жалеть себя? При саможалении человек утешает себя тем, что он себе сочувствует и любит себя, при этом видит себя очень хорошим, но только сейчас он несчастен. И именно поэтому человек считает саможаление верным и приятным.

Примечательно то, что самолюбивая душа принимает саможаление, как доброго своего друга, а на самом деле оно враг, но этого не знают многие и многие люди.

**Феофан Затворник** (Письма, п.1454): «Вы на саможаление, как видится, смотрите очень легко, почитая случаи уступки ему неважными действиями. Тут у вас большая ошибка».

**Феофан Затворник** (Сб. «Слова о покаянии…, В неделю Крестопоклонную (…о крестах внутренних)): «Саможаление есть самый льстивый наш изменник и враг. Первое исчадие самолюбия. Жалеем себя и губим себя сами. Думаем, что добро себе делаем, а делаем зло».

**Феофан Затворник** (Сб. «Слова о покаянии…, В неделю Крестопоклонную (Или погибать…)): «Враг-то нам первый кто есть? Саможаление — враг самый льстивый и самый опасный. «Послабь, говорит,— немножко, утомился!» Видите, за нас стоит. А послушай его и послабь себе в чем? Одно послабление поведет к другому, другое - к третьему и так далее, а потом все и расслабнет…».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.31): «Саможаление — враг. Не оно, а сам ты. Ведь сам себя жалеешь; кто же виноват? Сам себя жалеешь, сам себя и разжалей, и делу конец. А ты прикидываешься, будто саможаление пришло откуда-то со стороны, и тебя насилует. Совсем не со стороны пришло; оно твое собственное, доморощенное чадо, или ты сам, прикидывающийся насилуемым и лукавящий пред тобою самим».

Также мало кто знает, что саможаление это наказание Божие грешнику.

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.2): «Человек, падший от Бога, обратился к себе — и наказан саможалением».

Врагом саможаление является и потому, что через него легко приближаются бесы.

**Феофан Затворник** (Письма, п.971): «Вред от поблажки (саможаления) тот особенно, что в толпу этих мыслей и образов протискивается враг, я в сумятице засеменяет худые сочувствия, желания и даже намерения. Несколько кратное повторение этого образует недобрый самоугодливый строй внутри».

И примечательно то, что бесы притворяются нам друзьями, которые очень нас любят и жалеют.

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.2): «Это вопль (самопощадения) самый обольстительный: враг стоит будто за нас, умоляет, чтобы мы сжалились над собою».

Все ли христиане так воспринимают свое саможаление? К сожалению, опыт говорит, что нет…

Но следует заметить, что не у всех людей есть такое неправое отношение к саможалению. Приведем несколько высказываний обычных людей об этом.

Интернет – источник: 1) «Говоришь себе - вот такая я бедненькая и несчастненькая, судьба меня так кинула (или человек вот этот так обидел) - а я и сделать-то нечего не могу, и мне себя жааалко! То есть ты как бы погружаешься в чувство собственного бессилия… Жалостью к себе ты делаешь себя слабой. Чаще всего это не реальная слабость, а страх действовать или взять на себя ответственность. 2). Желание быть жертвой связано с желанием быть хорошей. 3). В жалости к себе есть одна составляющая, которая, как мне кажется, приносит вред: это осуждение и неприятие окружающего мира, людей».

### Саможаление – это самолюбие, телолюбие, самоугодие и малодушие

Для того чтобы разобраться в чем же конкретно саможаление есть враг, далее скажем, что означает понятие «саможаление».

Святые отцы называют саможалением самолюбие, телолюбие (плотолюбие) и самоугодие.

**Максим Исповедник** (Главы о любви, сотн. 2-я, 4): «…самолюбие же есть телолюбие (или саможаление)».

**Феодор Эдесский** (Добротолюбие, т.3, 93): «Самолюбием же называем мы страстное расположение и любовь к телу с исполнением плотских пожеланий».

**Никита Студит** (Добротолюбие, т.4, сотн.1, 28): «Есть же самолюбие неразумная любовь к телу, или саможаление, которое делает монаха (христианина) самолюбивым, душелюбивым и телолюбивым».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1112): «Корень всякого зла есть самолюбивое сердце, или саможаление, самощадение».

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.15): «…самолюби(е), или неразумн(ая) люб(овь) к себе в самоугодии и в саможалении».

**Феофан Затворник** (Рукописи из кельи – 2, гл. Душеполезное слово о добродетелях…): «…самоугодие, или неразумное любление и страстное пристрастие к телу».

**Феофан Затворник** (Письма, п.541): «Телолюбие, плотоугодие, поблажка, саможаление, это разные имена одного и того же».

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.2): «…саможаление, чувственность, человекоугодие и земность (что только и жизни, что на земле) суть характеристические черты грехолюбивого сердца, — следовательно, и коренные возбудители греха и главные за него воители. Самим нам, грешным, и не открыть бы их, и если бы не указал их Спаситель, конечно, мы и не знали бы их».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.49): «Себя-пожаление идет заодно с самоугодием и вообще с самолюбием и есть корень всех послаблений, опущений, равнодушия и беспечности. Слыхали вы фразу: живущий в нас грех? — Вот он-то и есть саможаление со свитою его».

Саможаление неотделимо и от некоего страха за себя и свое тело, т.е. состояния «малодушия».

**Амвросий Оптинский** (Письма к отдельным лицам, п.112): «От самолюбия… и ропот, и самооправдание, и нехотение ничего потерпеть, а вследствие всего этого малодушие».

**Георгий Затворник** (Письма, п.1.140): «…размышляя о немощи моей, малодушествует дух мой»

**Григорий Богослов** (Песнопения таинственные, Определения, слегка начертанные): «Великодушен тот, кто все переносит с благодушием; а не переносить и малости — знак малодушия».

Также стоит заметить, что есть и другое значение слов «жалеть себя», которое применимо к грешнику, когда это касается того, чтобы не грешить и спасаться (но, именно этой правой жалости к себе нет у грешных людей). Например:

**Никон Воробьев** (Письма, п.120, 176): «Пожалей себя; проси, чтобы открылись твои глаза и увидели бесчисленные грехи твои и не видели грехов чужих. … Пожалейте себя, спасайтесь. Что пользы, если весь мир приобретете, а душе своей повредите».

Такая жалость к себе относится к правильной любви к себе, которая у грешника заменена самолюбием.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетическая проповедь, поуч. 2 в 25-ю неделю): «Правильная любовь к себе заключается в исполнении животворящих Христовых заповедей: «Любовь же состоит в том, чтобы мы поступали по заповедям Его», сказал святой Иоанн Богослов (2Ин.1,6). Если ты не гневаешься и не памятозлобствуешь - любишь себя. Если не клянешься и не лжешь - любишь себя. Если не обижаешь, не похищаешь, не мстишь; если долготерпелив к ближнему твоему, кроток и незлобив - ты любишь себя. Если благословляешь клянущих тебя, творишь добро ненавидящим тебя, молишься за причиняющих тебе напасти и воздвигающих на тебя гонение, то любишь себя… Если приносишь Богу тщательные и теплые молитвы из сердца сокрушенного и смиренного, то любишь себя. Если ты воздержан, не тщеславен, трезвен, то любишь себя… Должно сказать, что весьма редкий из человеков любит себя. Большая часть людей ненавидит себя, старается сделать себе как можно больше зла. Если измерить зло, соделанное человеку в его жизни, то найдется, что лютейший враг не сделал ему столько зла, сколько сделал зла человек сам себе. …Какая бы тому была причина? …Причина заключается в том, что мы правильную любовь к себе заменили самолюбием, которое внушает нам стремиться к безразборчивому исполнению пожеланий наших, нашей падшей воли, руководимой лжеименным разумом и лукавою совестью. Мы увлекаемся и корыстолюбием, и честолюбием, и мщением, и памятозлобием, и всеми греховными прихотями! Мы льстим себе и обманываем себя, думая удовлетворять любви к себе, между тем как удовлетворяем только неудовлетворимому самолюбию нашему. Стремясь удовлетворять самолюбию нашему, мы злодействуем себе, губим себя».

### Саможаление выражается в заботливости о своем здоровье при каких-либо трудностях или необходимости напрячься

А теперь скажем о том, что саможаление – это реакция на трудности. (Есть и еще одна реакция на трудности и скорби - страх за страдания своего тела, которое обозначается словом «малодушие», но о нем скажем позже)

Обращаем внимание, что можно работать не чувствуя усталости и тогда саможаление практически не появляется. А можно работать, когда телесная немощь чувствуется. И вот этот последний труд у некоторых святых отцов называется «болезненными трудами», и именно они сопровождаются саможалением.

Мы уже говори о том, что грешник при трудностях и страданиях (больших или малых) склонен поникнуть под печалью, и предаться малодушию и ропоту (по Иннокентию Херсонскому). И всем известно на собственном опыте, что:

**Дмитрий Ростовский** (Апология для утоления печали человека…): «…немощное человеческое естество, когда слу­чаются скорби и мучения, более склонно к роптанию, нежели к благодарению, к сетова­нию и малодушию, нежели к радости и веселию».

Это происходит потому, что самолюбие само по себе слабо, и любит, чтобы ему никто и ничто не мешало, и ничто его не напрягало. И будучи глупым, самолюбие, во всех проявлениях, доставляет человеку трудности, хотя и считает, что облегчает ему жизнь.

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.341): «…у нас много трудностей и от мудреного нашего самолюбия, которое малодушно любит отраду и пространство и покой».

Саможаление грешника появляется всегда, когда что-то происходит не по его воле, а особенно если это сопряжено с трудностями.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Римл.12, 12): «…саможаление, не любящее ничего прискорбного».

Прискорбным есть и болезнь, и усталость, и какие-то неприятности, и безденежье и др., и именно тогда люди жалеют себя.

При трудных ситуациях или тех, которые только представляются трудными, человек желает поблажить телу, побыстрее отделаться от трудностей и утешить себя чем-то приятным (примеры этому можно видеть в поведении каждого человека и дома, и на работе).

**Максим Исповедник** (Главы о любви, 2-я сотн., ст. 60): «Страсть самолюбия внушает… щадить тело, и снисходить ему в пище под видом сохранения здоровья, и разумного управления телом».

**Иосиф Исихаст** (Толков. на «Десятигласную… трубу», гл. Звук трубы 8): «…согласно святым отцам, во время усталости и утомления от подвига человек может с большей легкостью быть окраден снисходительностью к телу. Ведь наша природа, испытывая усталость, действительно всегда ищет покоя».

**Иннокентий Херсонский** (Сб. «Слова и беседы на Богородичные праздники», Слово в день Успения Пресвятой Богородицы): «…мы так и живем, чтобы угождать себе; малейшую скорбь души стараемся удалить, и малейшую язву тела исцелить».

Далее хотелось бы сказать, что саможаление (самоугодие) у грешника проявляется и тогда, когда он устал или немощен, и когда чувствует себя здоровым. Но только они разные. При телесной немощи человек часто констатирует, что он устал и жалуется в мыслях и на словах, и хотел бы, чтобы страдание тела закончилось; а когда он чувствует себя здоровым, жалоб нет, но есть желание делать то, что телу приятно и не обременительно. Так, саможаление бывает при страсти лени, когда человек не ощущает никаких телесных немощей, и не несет болезненных трудов, а ему просто не хочется что-то делать. Напомним, что говорилось о лени ранее. Пока человека никто не трогает и не просит что-то сделать, его саможаление, или самоугодие, не выражается открыто. Но как только его затронут, он тут же начинает ссылаться на усталость и представлять себя жертвой.

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 16 сентября): «Отчего это, никто так не жалуется на труд, как вы, ленивые? Отчего, когда вам приходится понести, хотя и самое легкое бремя труда, тогда вы никому после этого не даете покоя, всем жалуетесь, кричите, что и измучились вы страшно, и делать более ничего не можете, и здоровье ваше расстроилось, и многое другое подобное?».

К тому же, т.к. если какое-либо дело не нравится или кажется трудным (даже если оно и нетрудное), то ленивому человеку обязательно будет жаль напрячь себя на преодоление этих трудностей.

И обязательно саможаление бывает, когда человек испытывает какие-то телесные немощи и трудности, т.е. при болезненных трудах. Тогда у него появляется скорбь о себе несчастном. А если еще при немощах надо что-то делать, то это для души вообще становится трагедией (и именно об этом саможалении мы будем говорить далее).

Кстати заметить, что пока человек молод и здоров, он обычно жалеет себя по лени. Но если он заболеет или будет сильно утомлен, то обязательно у него начнется саможаление из-за трудностей.

Почему же человек жалеет себя и в здравом, и немощном состоянии? Потому что грешник постоянно пытается сделать так, чтобы ему было приятно и удобно. А это значит, что когда тело здорово и имеет силу, то душа радуется и ищет еще больших наслаждений для плоти и для себя.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.586): «Наша плоть… когда здорова и вкушает удовольствия плотские, тогда восхищается, скачет и выходит из себя».

Поэтому ленивый отвращается от труда, который кажется ему страданием, и ищет легкой и приятной жизни, живя в самоугодии плоти, т.к. стремится делать только то, что телу приятно или доставляет покой. И именно поэтому у него не будет открытого саможаления, и проявится оно только тогда, когда надо напрячься. И как уже не раз говорилось, тогда ленивый откажется от труда под предлогом, что он устал или немощен.

И конечно, если же у человека есть немощи от болезней или усталости, то душа печалится о теле и жалеет его.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.586): «Наша плоть унывает и понуряет голову, когда подвергается немощам».

И делает это опять-таки оттого, что:

**Бл. Диадох** (Подвижническое слово, гл.54): «…(душа) вещественных вожделевая услаждений, не хочет она отрешиться от житейских благ, так великою почитает тяготою - не иметь по причине болезней возможности пользоваться приятными для плотской жизни вещами».

Обращаем внимание, что саможаление, как скорбь о себе, относится к понятию «скорбь». Вообще же у святых отцов речь идет о скорбях, как о несчастных и тяжелых жизненных ситуациях. И хотя домашние дела (уборка, приготовление еды и т.д.) нельзя отнести к скорбным ситуациям, но мы условно отнесем их к ним только потому, что делание их может происходить при телесных немощах, или болезненных трудах. Если при необходимости делать что-то по дому у человека нет телесной немощи, то это нельзя относить к понятию «скорбь».

### Душа грешника жалеет тело и боится за него

Ранее мы говорили, что телесная усталость и отдых естественны для организма. И то, что как только в нашем теле происходят какие-то неприятные ощущения усталости или боли человек обращает внимание на изменение в самочувствии также естественно.

Так, ощутив в теле бессилие или боль, самолюбивый грешник начинает не только констатировать ощущения («ой, ноги (голова, спина) болят»), но и жалеть себя и бояться за себя. И у него появляются саможалеющие мысли, которые обычно звучат так: «ох, как я устал» или «я уже не могу», или «как мне плохо» и др. Так реагирует душа на усталость или недомогание тела.

Подобное саможаление показывает, что душа относится к себе и телу «как мать с нежно любимым детищем».

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.2,6): «…в сердце грехолюбивом постоянно живет и качествует противоположное (самоотречению) — саможаление… Человек-грешник обходится с собою, как мать с нежно любимым детищем: жаль в чем-нибудь отказать себе, в чем-нибудь поперечить; не может одолеть себя, чтобы в чем-нибудь поднять на себя руку».

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.1, В.в): «Человек же, живущий во грехе, пространно питает и греет плоть свою и не может принять смелости отказать ей в чем-нибудь или ее чем-нибудь озлобить. …Живущий в грехе жалеет себя и обходится с собою, как с больным местом».

Т.е. мы грешные очень любим свое тело, очень жалеем его и боимся, чтобы оно не перетрудилось или не заболело, хотя это естественные процессы для организма. Так, организм бывает в состоянии бодрости и достаточной мускульной силы, а бывает в состоянии утомления и слабости. И в нем действуют свои природные законы, когда при обессиливании после некоторого отдыха происходит восстановление сил, а после болезни после лечения происходит выздоровление. Это было заложено Господом при сотворении человека.

**Василий Великий** (Беседы, б.5): «…(Господь) посредством сна и против воли нашей разрешает нас от непрерывности трудов, и чрез малое успокоение опять приводит в бодрость сил».

Но мы, по своему самолюбию, реагируем на естественные вещи, происходящие с телом, как на трагедию и несчастье, хотя наш ежедневный опыт показывает, что утружденное тело через какое-то время восстановит силы и все будет нормально. Заметим, что зачастую это не такое утруждение, когда человек падает в совершенном бессилии и не может даже, например, поесть. Но грешная душа ни о чем об этом даже не задумывается, когда каждый раз жалеет естественно обессилившее тело, чуть ли не как умирающее.

Почему же происходит такое неразумное сочувствие души к естественным физиологическим процессам?

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.5): «…по теснейшему сочетанию (души) с телом, (душа) приняла его в свою личность, то своими считает и все потребности телесные. Оттого говорим: я хочу есть, пить, спать, хочу ходить, гулять, работать… и прочее. Усвоив себе все потребности телесные, душа своим делом считает и удовлетворение их и хлопочет о пище, питии, сне, одежде, крове и о всем прочем, всячески желая добиться того, чтоб тело было покойно и не тревожило ее своими докучливыми требованиями. Это отношение души к телу, которое она держит не учась, а сама собою, по внутреннему некоему понуждению, обнаруживается в ней вроде некоего инстинкта — животолюбием, телолюбием, желанием покоить тело и доставать все для того потребное».

Для животных естественно, что они ищут покоя телу, т.к. их души неразумны. У человека тело должно быть подчинено душе для приобретения ею добродетелей, например, смирения, терпения, любви и т.д.

**Бл. Августин** (О граде Божием, кн.19, гл.14): «Так, если бы мы были животными неразумными, мы не желали бы ничего, кроме упорядоченного состояния частей тела и успокоения позывов, — ничего, кроме покоя плоти и удовлетворения желаний, чтобы мир тела споспешествовал миру душевному. Ибо отсутствие телесного мира мешает и миру неразумной души, так как она не может достигнуть успокоения позывов. Вместе же то и другое благоприятствует тому миру, который имеют между собою душа и тело, т.е. миру упорядоченной жизни и благосостояния…. Но поскольку человеку присуща разумная душа, то все то, что имеет общего с животными, он подчиняет миру разумной души, чтобы то или другое обсудить умом и соответственно этому что-либо сделать, чтобы было у него упорядоченное согласие суждения и действия, которое мы назвали миром души разумной. Желать, чтобы его не беспокоили болезненные ощущения, не волновали потребности, не разрушала смерть, он должен для того, чтобы узнать что-либо полезное и соответственно этому познанию устроить свою жизнь и нравы».

Следует знать, что когда душа скорбно реагирует на бессилие или болезненность тела, то это говорит о том, что она порабощена телу.

**Бл. Диадох** (Подвижническое слово, гл.54): «Когда мы крайне тяготимся приключающимися нам расстройствами телесного здравия, ведать должно, что душа наша еще порабощена телолюбию».

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.1): «Главное зло в отношении к телу — теплолюбие и жаление тела. Оно отнимает всякую власть у души над телом и делает первую рабою последнего; напротив, не жалеющий тела не будет в своих предприятиях смущаться опасения со стороны слепого животолюбия».

А значит, в человеке властвует воля плотская.

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п.13): «…вол(я) плотск(ая), приклоняющ(ая) нас к телесному покою и научающ(ая) обращать ум к плотским страстям».

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в.124): «…воля плотская состоит в том, чтобы упокоить тело в каком-либо случае».

Поэтому душа, боящаяся за свое тело, есть малодушная душа.

**Филарет Дроздов** (т.3, 87. Слово в неделю 20-ю по Пятидесятнице): «… малодушные связаны страхом».

Кстати сказать, что практически все христиане, которые пришли к вере, и перестали исполнять явно греховные дела, продолжают исполнять волю плотскую, т.е. они не делают каких-то дел по заповедям любви и жертвенности, потому что жалеют свои физические и душевные силы, а значит не идут по истинному христианскому пути.

С. М. Зарин (Аскетизм…гл.4,2): «Физические и душевные силы и способности (личности) — мало того, что не приспособлены к деятельности по началам «духа»,— они уже приобрели навыки и склонности функционировать в направлении диаметрально противоположном. Сущность обновленной жизни —самоотверженная любовь; между тем психофизические силы и потребности не привыкли к ограничениям, стеснениям и лишениям. Например, человек иногда действительно и искренне хочет послужить ближним тем или иным путем, но его останавливает боязнь лишиться возможности удовлетворять своим, по-видимому, неискоренимым потребностям так, как они удовлетворяются обычно, — он опасается вреда для своего здоровья, если не поспит, напр., столько, сколько привык, и как этого требует, по его убеждению, организм, и под. Одним словом, препятствием к осуществлению самоотверженной христианской деятельности может явиться, как и действительно очень часто является, «саможаление», хотя идущее у человека возрожденного уже не из центра его личности, но из периферий, из неприспособленности или слабости его психофизических сил и способностей. Во всяком случае и после «обращения» человека ко Христу его телесные и душевные силы остаются не только неприспособленными к новой жизни, но и сохраняют заметный уклон в сторону именно противоположную».

### При жалении тела нарушаются заповеди о служении другим людям

Если не учитывать, что саможаление это форма порока самолюбия, то, казалось бы, что плохого в том, что человек любит свое тело, жалеет его и оберегает. Если это разумный подход к потребностям тела, то в этом нет ничего плохого. Но если телолюбие мешает человеку исполнять заповедь о труде для своих потребностей и заповедь о любви к ближнему (т.е. трудиться для блага ближнего), а также удаляет христианина от богопочитания и служения Богу, то вред и неправость именно в этом.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 1758): «Самолюбивый человек жалеет себя для блага других. И гортани ему жалко для научения других, если он учитель или священник; и всего сердца ему жалко, потому что он, так сказать, от полсердца служит ближним, а часто и вовсе без сердца; и сил физических жалко, он боязлив как заяц, и боится, как бы не заболеть от трудов, и – покоится».

Такое отношение души к телу не дает человеку исполнять заповеди, потому что, жалея себя, он не сможет жертвовать своими телесными силами ради других, хотя эти силы через какое-то время восстанавливаются. Например, если жена попросит помочь мужа или ребенка (уже по возрасту способного помочь), а они отказываются по причине усталости (мнимой или даже действительной), то они неосознанно показывают, что любят себя и свое тело более чем жену и мать; и это грех.

**Иннокентий Херсонский** (О грехе и его последствиях, гл. Слово о существе греха,): «…грех, когда человек, могши сделать что-либо доброе, не делает того по своему нерадению или малодушию».

И это все мы видели в примерах из жизни, когда люди, не желая утрудить свое тело, перекладывают заботу о себе на ближних, не хотят помогать, в то время как сами удобно устроились на диване перед телевизором или на стуле перед компьютером. Так делает самолюбие и телолюбие.

А те, кто действительно трудятся на благо родных, казалось бы, поступают по любви, хотя и склонны жалеть свое тело, делая дела по хозяйству, но делают это со скорбью и жалобами. И пусть у этих людей менее саможаления плоти, потому что они все же утруждают ее ради других, но саможаление и ропот портят добродетель любви (об этом мы будем еще говорить далее).

Христианское учение четко говорит, что самолюбие (а значит и саможаление) не может жертвовать собой ради исполнения заповедей, и это противоречит заповедям Христовым.

**Максим Исповедник** (Добротолюбие, т.3, Умозрительные и деятельные главы…, ст.106): «Как Богу никто не может чисто служить, иначе, как совершенно очистив душу, так и твари не может он служить, не лелея тело самоугодливо».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1133): «Любовь к Богу и ближнему, в настоящем нашем поврежденном состоянии, без самопожертвования не бывает и быть не может; кто хочет исполнить заповеди о любви к Богу и ближнему, тот должен заблаговременно обречь себя на подвиги и лишения ради любимых. «Любовь познали мы в том, что Он положил за нас душу Свою: и мы должны полагать души свои за братьев» (1Ин. 3, 16). «Нет больше той любви, как если кто положит душу свою за друзей своих» (Ин. 15, 13)» .

Но грешник даже не задумывается о заповедях и грехе, когда жалеет свое тело и не желает напрячь свои силы для ближнего и для своих нужд.

### При саможалении, как правило, происходит раздражение, гнев и др. негативные эмоции

Говоря о саможалении, как о враге, нельзя не сказать о связи гнева и жаления тела.

Наверное, каждый из нас знает на опыте, как будучи усталым, он становится недовольным, нетерпеливым, гневается, обижается и т.д. Кстати заметить, что многие из людей привыкли оправдывать свое раздражение или гнев усталостью, но это не должно быть оправданием у христианина.

Что же это значит гнев при усталости?

Во-первых, при усталости и саможалении в полной мере начинает действовать самолюбие, от которого обязательно проявляется холодность к другим людям, раздражительность, мстительность, обида, не желание делать доброе дело и мн. др.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1112): «…от самолюбия или чрезмерной и незаконной любви к самому себе проистекают все страсти: холодность, бесчувственность и жестокосердие по отношению к Богу и ближнему, злое нетерпение, или раздражительность, ненависть, зависть, скупость, уныние, гордость…».

**Максим Исповедник** (Главы о любви, 4-я сотница,18): «Если «любовь долготерпит, милосердствует» (1Кор.13,4), то малодушествующий при печальных приключениях, злобствующий на опечаливших его и отсекающий себя от любви к ним, не отступает ли от цели Божия Промысла?».

Во-вторых, т.к. саможаление относится к страсти печали, то по законам действия страстей после печали появляется гнев.

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

Примечательно то, что 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 с обычною приветливостью принимать посещение даже любезных лиц и родственников наших и что ни было бы сказано ими в приличном разговоре, нам все кажется неблаговременным и лишним и мы не даем им приятного ответа, когда все изгибы нашего сердца наполнены желчною горечью».

В-третьих, мы уже ранее говорили, что христианин должен трудиться с охотой и по личной инициативе. Но мы, ленивые и жалеющие себя, редко так делаем, и именно поэтому мы часто недовольны и ропщем.

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.11): «…если когда случится нам для Господа и изнемочь несколько или даже и сверх сил, не будем роптать. Ибо кто ропщет, то явно о себе дает знать, что трудится не по собственному изволению».

В-четвертых, у грешника гнев стоит на защите самолюбия.

Так, когда человеку не хочется что-то делать, а тем более если это дело сопряжено с какими-то трудностями, то по законам греха саможаление обязательно будет недовольно тем, что надо утрудить плоть; а также самолюбие будет недовольно тем человеком, кто понуждает его к этому делу. Например, мать просит взрослую дочь убрать в квартире или купить продукты, но дочь, понимая, что для этого надо напрячься телесно и возможно немало потрудиться или нести тяжести, начинает роптать и раздражаться на мать. В этом случае гнев происходит еще до того, как тело действительно напрягалось и устало, и т.к. дочери жаль своих сил или времени, то она гневается.

И после исполнения дела саможаление также может быть недовольно тем человеком, который причинил его телу страдание в форме усталости. И проявляться оно может обвинениями и ропотом иногда в мыслях, а иногда открытыми укорами.

Также раздражение может быть и от саможаления действительно уставшей женщины, которая понимает что ей нужно еще напрягаться, например, приготовить ужин после работы, убрать и т.д. И когда она видит, что ей никто не помогает, то жалея себя, от безысходности она может начать кричать на ближних, что она устала, например: «я, такая больная, уставшая, несу сумки с магазина или готовлю тебе еду, или работаю с утра до вечера, а ты ничего не делаешь…». Такой гнев можно отнести к гневу отчаяния, когда душа через крик желает заставить другого человека пожалеть ее и помочь.

Заметим и то, что если действительно уставший и жалеющий себя человек начинает раздражаться, обижаться, укорять и т.д., то, даже если он действительно делает много и хорошего для других, его самолюбие все портит.

**Амвросий Оптинский** (Письма к отдельным лицам, п.110): «Самолюбие наше примешивается и противодействует каждому доброму делу, и портит и растлевает оное».

И получается, что человек и делает для других, а добродетели не приобретает. И если бы он не малодушествовал, не укорял, не обижался и т.д., а все также делал, то приобретал бы себе венцы. А так, он и трудится, но доставляет только пользу телесную, а не духовную.

Итак, вполне понятно и то, что находясь в таком состоянии (саможалении, обидах, раздражении) женщина, которая в основном делает все по дому, может быть зачинщиком ссор с родными (за исключением случаев, когда она боится ближнего, например, если муж имеет властный и жесткий характер и она не может выразить свое недовольство). И т.к. все эти состояния происходят от самолюбия, то значит, что человек и делающий что-то и естественно устающий, все равно согрешает.

Есть и еще один примечательный факт относительно гнева при усталости. Усталость сопряжена с бессилием, а гнев с силой отвержения. И когда при усталости обессилившего тела душа гневается и человек кричит, то он приходит в еще большее бессилие. Но это не волнует душу, которая в безумии защищая тело, наносит ему еще больший удар. Также гнев при усталости тела говорит о том, у человека нет полного бессилия (т.к. на крик силы есть), а это он просто жалеет себя.

Отметим и то, что раздражение может быть не только от усталости. Оно может быть от саможаления эгоиста, который всегда настроен на то, что он не должен трудиться (обычно это мужья и дети, за некоторым исключением). И когда таких людей попросить что-то сделать, то они, жалея себя и защищая себя от труда, но, не будучи немощными, будут кричать или что они устали, или что это не их обязанности.

### В саможалении всегда есть обида на того, кто тебя не жалеет, не ценит, не помогает, не благодарит

Самолюбие в форме саможаления, не может быть без обиды, которая звучит, например, так: «Я бедный и несчастный и ко мне плохо относятся».

Поэтому кратко остановимся на обидах, потому что во всех ранее приведенных высказываниях людей о своей усталости, четко видна обида на ближних за то, что они не сочувствуют их усталости и не помогают. Обычно это свойственно женщинам, которые видят, что их родные равнодушны к их усталости и они ничего не делают ни для того, чтобы о себе позаботиться (например, убрать после себя), ни для того, чтобы что-то сделать по заботе о других членах семьи.

Во-первых, при обиде человек мучается, считая других злыми, или что они делают зло, а на самом деле его мучает собственный грех самолюбия и малодушия.

**Иоанн Златоуст** (т.7, ч.2, бес.79): «….не будем мучить себя обидами других, причиняя тем сами себе вред, и расслабляя свои душевные силы. Мучение происходит не столько от злобы ближних наших, сколько от нашего малодушия».

Во-вторых, обиды происходят оттого, что человек желает, чтобы его пожалели, или от того, что он явно или скрыто ждет благодарности за свои труды.

Н. Д. Гурьев (Страсти и их воплощение в болезнях): «Обидчивость - желание лучшего отношения к себе, чем то, которое человек наблюдает в окружающих. Разумеется, что человек обижается тогда, когда считает себя заслуживающим лучшего отношения, когда к нему относятся не так хорошо, как он сам считает справедливым и правильным. Во внешнем - может проявляться требованием по отношению к себе признания, уважения, высокой оценки, заботливости, предупредительности и т.д. …При достаточной выраженности этого качества, человек холит и лелеет возникшее чувство обиды, жалеет себя и этим услаждается и даже, если не желает зла обидчику, всячески уклоняется от прощения, не желая расставаться с причиной этого "сладкого" чувства. …Проистекает от гордости - самолюбия – саможаления».

Обиды также бывают связаны и с местью, например, когда обидевшаяся жена или мать перестают что-то делать для родных.

Об обидах часто говорят жены и родители, считая, что родные или дети неблагодарны за все, что им делают и делали. Это касается и частных случаев (например, покупка какой-то вещи для ближнего, а ему это не понравилось) и более общих вещей (например: я его растил, все для него делал, а он меня не любит или неблагодарный).

Вот что говорят святые отцы о том, как желание благодарности и признательности портит любое доброе дело.

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.2, ч.2, гл.5): «…если человек ждет признания своих заслуг, то он теряет все. Если же сделавший благодеяние в добром помысле скажет так: "Даже хорошо, что он забыл добро, которое я ему сделал" или так: "Может быть, он был расстроен или устал и потому разговаривал в таком тоне", то он оправдывает ближнего и не теряет сам. Когда мы не ждем воздаяния, то имеем чистую мзду. Христос сделал для нас все, а мы Его распяли. …Итак, будем всегда стараться делать добро, не ожидая за него воздаяния».

**Лука Крымский** (Проведи, т.1, Неделя 19): «… те, которые нам творят добро и получают от нас взамен добро, не имеют особого основания благодарить нас, ибо воздаем мы им добром за добро; какая же нам благодать за то от Господа? Нравственной заслуги в этом нет. "И если взаймы даете тем, от которых надеетесь получить обратно, какая вам за то благодарность? Ибо и грешники дают взаймы грешникам, чтобы получить обратно столько же" (Лк. 6,34). От нас требует Господь, чтобы мы давали взаймы, не рассчитывая получить обратно, не требуя совсем того, чтобы отдавали. Это правильно, глубоко правильно…».

И если ты всё делаешь для родных, а тебе отвечают грубостью и неблагодарностью, то не огорчайся. Этому не огорчению помогает восприятие своего труда как дела, которое ты делаешь ради Господа и исполнения Его заповедей о любви.

**Схииг. Савва** (Ответ на вопросы о монашестве, гл. Покаяние): «Помогал ты человеку: кормил, поил, одевал, обувал его, а он вместо благодарности восстал на тебя, - не огорчайся и не ропщи, а по-прежнему люби его. Ты помогал ему ради Бога. Господь и вознаградит тебя в свое время, а от человека не ожидай и не требуй ни внимания, ни благодарности».

Далее будем говорить о том, что происходит с душой человека, когда он действительно телесно устает.

## 2.4.2. Когда и какими мыслями обычно проявляется саможаление

Далее будет раскрыт механизм действия саможаления, о котором не догадываются многие и многие люди, т.к. привыкли к нему и не обращают внимания на его проявления, не считая это плохим и вредным. Это будет вопрос о саможалеющих мыслях и словах. Заметим, что это очень важный вопрос в деле познания своих страстей и противления саможалению.

### Зачастую жалобы на свою телесную немощь являются проявлениями лукавства и страстей

Но вначале отметим, что мысли о своей телесной немощи не были бы грехом, если бы человек, осознав, что устал, только констатировал об этом, понимая, что просто надо отдохнуть какое-то время, а потом можно начать что-то делать. Но малодушный и склонный к печали начинает постоянно повторять себе или другим о том, как он устал. Если человек повторяет в себе саможалеющие мысли, то, как мы увидим далее, он наносит вред самому себе, т.к. это отбирает у него силы. Если же человек жалуется другим, то делает он это зачастую для того, чтобы его не просили что-то делать и его не трогали, или просто пожалели, потому что он очень хороший и сейчас страдает. А это, как мы уже говорили ранее, относится к лукавой усталости.

Кстати сказать, как правило, у тех, кто ничего не делает, саможалеющих мыслей намного меньше (т.е. они мысленно могут произносить это несколько раз при ощущениях усталости и потом не произносят, потому что они уже отдыхают, но вслух об этом могут говорить другим, чтобы их не трогали). А у тех уставших, кому еще надо трудиться, саможалеющих мыслей много, и, выполняя работу, они очень часто мысленно повторяют о том, как они устали и как им плохо. Это в основном касается женщин, которые занимаются хозяйством после работы, и у многих саможалеющие мысли являются одними из основных.

Заметим, и то, что хотя люди действительно устают и как бы имеют право на жалобы, но их саможалеющие мысли не лишены страстей. Так, жалующийся часто завидует тому, кто находится в лучшем положении, или осуждает его, или гневается на него, или желает точно также провести время праздно, в ничегонеделании, например, перед телевизором или компьютером, вместо того, чтобы послужить ближним и сделать нужное дело.

Как мы уже отмечали ранее, грех и то, когда самолюбивый человек так поставил себя в семье, что постоянно ссылаясь на усталость или неумение, он ничего не делает для себя и для блага других. В этом случае саможаление бывает, когда тело возможно и не устало, но душа не желает напрячься на выполнение какого-то дела. Зачастую это касается мужей и детей. И они прегрешают и против заповеди о труде, и против заповеди о любви к ближним.

И если у женщин жалость к себе при усталости еще в некой мере оправдана, то у других членов семьи жалость к себе может быть эгоистичной и лукавой. Мы же будем сейчас говорить о саможалении на действительную усталость. Укажем некоторые особенности этого порока для того, чтобы нам было легче его видеть в себе и не поддаваться ему.

### Саможалеющие мысли имеют типичные словесные формы

Итак, рассмотрим типичные саможалеющие мысли, которые имеют форму некого нытья или ропота, и которые много раз повторяются в уме.

Особо обращаем внимание на такое словесное выражение саможаления и недовольства, как междометие, которое употребляется со словом «устал» или «болен». Как известно, междометия являются заменителями известных определенных выражений и целых предложений. Так, есть междометия эмоциональные, которые выражают чувства (радости, печали, удивления, сожаления, страха, гнева, возмущения, презрения, отвращения и т. п.). Вот как о кратких словах с междометиями, передающими скорбь, говорит свт. Иоанн Златоуст.

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.2, О Марфе, Марии и Лазаре…): «Где "увы, мне", там скорбь души».

У саможаления есть типичные междометия, которые употребляется со словом «устал», например: «ох, устал» (или «ох, как я устал»), «уф, устал», «ах, как я устал», «ой, как я устал», «ой, как мне плохо», «ой, как у меня болит (спина, нога, голова)», «мне тяжело, я не могу» и т.п. Также к этим типичным формам могут добавляться сравнения, например, «устал, как собака, вол» и т.п. Вот эти типичные формы обозначим словом «нытье». Оно не является констатацией факта (хотя люди именно так его воспринимают), потому что для констатации достаточно одного раза отметить в мыслях; а для нытья характерно частое повторение эти слов. При констатации также нет чувства скорби, а при «нытье» есть страдание.

Некоторые люди «ноют» только в мыслях, а другие могут жаловаться, как мысленно, так и другим людям. Если человек жалуется вслух, то это означает, что он уже какое-то время повторял в уме саможалеющие мысли. Но душе мало, чтобы она только одна себя пожалела, ей надо, чтобы ее пожалели и другие, и тогда человек жалуется другим.

Интернет – источник: «Что бы там ни говорили, жалость нам приятна, она нам «душу греет». Мы хотим, чтобы нас пожалели и обласкали, чтобы нас поняли и поддержали».

Также саможаление может усугубляться мыслями о том, что другим легче, чем тебе и тем, что ты очень болен или постоянно устаешь.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 26): «Что теперь бывает уныние (бессилие – от сост.), это от немощи телесной. Непрестающее неможение производит иной раз чувство оставления всеми: отсюда пожаления себя и это жалостливое чувство, которое кажется унынием (бессилием) или сопровождает его».

Думаю, что многим из нас хорошо знакомы и эти словесные формы и жалостливые чувства.

Заметим, что мы делаем акцент на типичных мыслях, во-первых, для того, чтобы людям, которые хотят научиться замечать саможаление и отвергать его, было легче и быстрее его видеть. А, во-вторых, потому что эти словесные формы несут энергию бессилия и печали, и утяжеляют перенесение телесной немощи (и это мы разберем далее). Но люди не склонны обращать внимания на мысли, сетование (жалобы) и смущения, которые порождают различные страсти.

### О саможалении, как малодушии, которое проявляется до исполнения дела и усталости

Говоря о саможалеющих мыслях надо учитывать, что саможаление бывает до усталости (или до исполнения дела), во время и после. Начнем с рассмотрения саможаления до усталости или до начала дела.

Мы уже говорили, что саможаление всегда происходит, когда человек сталкивается с некими трудностями для него или с тем, что ему не хочется что-то делать, потому что это дело ему или не нравится, или потому что будет трудно в разной мере.

Хотелось бы заметить, что у нас, грешников, страдания о трудностях происходят тогда, когда этих трудностей почти нет, и когда у нас еще есть силы что-то делать. Так, в отношении домашних дел трудностью представляется, например, помыть посуду или пропылесосить. Понятно, что это не является само по себе скорбным обстоятельством, но мы реагируем на него, как на что-то тяжелое и скорбное. А в отношении наших телесных сил, так всегда ли мы падаем от телесного бессилия, чтобы не могли сделать что-то по дому?

У святых отцов такое устрашение перед трудностями называется малодушием (или упадком духа), которое не приличествует душе умной и стремящейся к истинному благу.

**Антоний Великий** (Добротолюбие, т.1. 170 глав, гл.78): «Душе умной и подвизающейся не должно тотчас падать духом и устрашаться, когда случится что скорбное, чтоб не быть осмеянной за боязливость».

Вообще малодушие имеет значение слабости и переживания при скорбях и неприятностях (немощь тела также относится к скорби), и есть одной из форм саможаления.

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.2, беседа 10): «Малодушен не переносящий обид, малодушен не переносящей искушений…».

**Феофан Затворник** (Толк. на 1Солун, 5, 14): «Малодушен тот, кто падает в духе от неприятностей, несчастий, от притеснений, гонений и лишений, от скорбей и болезней…».

К малодушной (немужественной) душе относится и то, если она ищет изнеженностей и удовольствий, и то, если она переживает и скорбит при каких-либо неблагоприятных обстоятельствах.

**Нил Синайский** (Письма, п.2.136): «Не должно ни в радости предаваться неистовству и напрасно надмеваться, ни в горестных обстоятельствах предаваться неразумию, падать духом и утопать в печали. Это свойственно душе немужественной и изнеженной».

(Мы будем сейчас говорить о малодушии при скорбных и неприятных обстоятельствах)

Кратко укажем, что обычно происходит с человеком, когда он сталкивается с какой-либо ситуацией, которая ему не нравится или в какой-то мере трудна. Слушая или видя что-то, чего не хочется переживать или делать, у человека тут же происходит оценка, что это будет неприятно или трудно, и чувствуется упадок духа (как мы говорим «расстраиваемся», а это действуют малодушие и саможаление). При этом в воображении рисуются картины, в которых изображаются тяготы, и которые душа воспринимает как действительные. Потом появляются мысли саможаления, при которых упадок духа еще более усугубляется. И затем ум начинает решать проблему как выйти из этой ситуации, и предлагаются варианты. Иногда бывает, что подобные расстройства души быстро проходят, потому что находится вариант, как выйти из этой ситуации и человек успокаивается. А иногда или выход не находится, или человеку нравится страдать и он повторяет и повторяет пережитые моменты, и от этого еще долго находится в малодушном упадке духа, который затем и приводит к раздраженности, а значит к конфликтам.

Далее. Как мы уже говорили, о своем теле боятся люди самолюбивые и телолюбивые (и это практически каждый из нас). И если человек очень переживает за немощь тела и печалится, то он малодушен. Это переживание может быть и в чрезмерной заботе о телесных потребностях, и при ситуациях, где нужно утрудить тело и перенести какую-то немощь.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.44): «…будучи управляемы самоугодием и саможалением, слишком большую обнаруживают заботу о сохранении телесного здоровья; и такими усердными о нем бывают попечителями, что при встрече самого малого труда и лишения дрожат, боясь потерять здоровье, и ни о чем они столько не думают, ни о чем с таким удовольствием не говорят, как о сохранении своей жизни».

Именно из-за этой формы саможаления – малодушия люди не исполняют добрые и благие дела. (В основном святые отцы говорят о подвигах в деле спасения, но мы будем приводить эти поучения, потому что принцип действия саможаления одинаков)

**Феофан Затворник** (Сборник слов «Внутренняя жизнь», ст.14): «Вы хотите начать какой-либо подвиг (труд – от сост.), несколько тяжелый, но саможаление не допускает до того и отнимает всю к тому силу».

**Никита Стифат** (Добротолюбие, т.5, сотн.1, 28): «… только что выступившему на подвиги (на благие дела – от сост.) ничто так не препятствует исполнять дела заповеди, как всезлобнейшее самолюбие (жаление плоти). Оно служит препоной к преуспеянию даже и ревностным. Оно влагает в них мысль о неисцельных болезнях и страданиях тела (если станут строго жить) (или много работать – от сост.) и тем охлаждает жар ревности душевной и склоняет ее отказаться от злостраданий (произвольных лишений) ради добродетели, как навета против самоугодливой жизни».

Кстати сказать, страх о теле является сатанинским делом, потому что при нем человек не помнит о промысле Божием и Его попечении о каждом человеке.

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл 32): «…когда этот страх бывает о теле, тогда делается сатанинским, потому что человек поколебался в вере своей в Промысл Божий и позабыл, как печется и промышляет Бог о подвизающихся ради добродетели, ежечасно назирая над ними, о чем и Дух Святой говорит устами Пророка: «Очи Господни на праведныя» и прочее (Пс.33:16) … И Сам Господь как бы от Своего лица сказал боящимся Его: «Не приидет к тебе зло, и рана не приближится телеси твоему» (Пс.90:10)».

И если человек боится за свое тело и жалеет его, когда надо послужить ближнему при телесной немощи и тем исполнить заповедь о любви к Богу и человеку, то он любит свою плоть больше чем Бога, не говоря уже о другом человеке.

**Максим Исповедник** (Добротолюбие, т.3, Умозрительные и деятельные главы…, 86): «Ничто так не обличает настроения души, как восстания плоти изможденной: ибо если она поддастся им, то покажет, что любит плоть паче Бога; а если пребудет непоколебленной такими приражениями, то обнаружит, что чтит добродетель паче плоти».

Для малодушия характерно и то, что при его действии помутняется ум, и человек не может здраво рассуждать над ситуацией, потому что его внимание сосредоточено на себе, несчастном. А при таком помутнении христианин не помнит ни о заповедях любви и добродетелях смирения, терпения и т.п.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 1Сол. 5, 14): «…в час скорби и малодушия выпадают из памяти и сердца все утешительные истины христианские».

### О мыслях при малодушии

При саможалении до усталости (или малодушии, или страховании самолюбия), когда человек видит перед собой много работы или трудности, его нежелание сопровождается досадой и упадком духа (кстати, именно в момент досадливости немало людей произносят бранные слова), а затем появляется переживание–страдание о будущих трудностях. Тогда он видит в воображении трудности и себя страдающим и думает о том, как ему будет тяжело, или что он устанет, или что заболеет, или ему будет это неприятно и т.п. (Все эти мысли и образы проносятся очень быстро в уме). Например, появляются мысли типа: «Ой, как же я это все сделаю?!», «Опять неприятность. Это выше моих сил!», «Тю ты, как мне это уже надоело. Я этого не выдержу» и др. При этом происходит в разной мере упадок духа, некое отчаяние и жалостливость к себе.

После мыслей–сетования о себе, несчастном, могут добавляться и причины, по которым человек не может что-то сделать, например: «Мне врачи не разрешают (чего-то)», «Я не отдохну или не высплюсь», «Мне будет плохо или будет болеть спина (ноги, голова)» и др. Например, когда человеку нужно сделать какое-то дело (помыть посуду или убрать в доме по необходимости или по просьбе другого человека), а ему не хочется, потому что по опыту знает, что это дело или утомительное, или скучное, то еще до начала дела он будет в мыслях или вслух приводить доводы о том, почему он не может этого сделать. Также он будет хотеть переложить труд на другого или вообще будет говорить, что сделать это невозможно (т.е. происходит все то, что происходит при лени, как нежелании трудиться).

**Феофан Затворник** (Сборник слов на Господские … дни, Слово на коронацию): «Малодушие боится и бежит опасностей (а также трудностей и напряжения – от сост.)…, малодушие ищет как бы сложить весь труд на другого, …малодушие хотело бы не быть или, по крайней мере, перестать существовать, пока минует опасность…».

Вообще перечисление возможных трудностей относится к злым помыслам, исходящим от греха и бесов.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 20): «…злой помысл, усиливаясь ввергнуть тебя в нерадение, станет представлять тебе, что для стяжания добродетели (или какого-то дела - от сост.) … неизбежно тебе поднять величайший труд, и притом многие дни, что враги твои сильны и многочисленны, а ты один и немощен, что тебе надлежит сделать много, и притом великих дел, чтоб достигнуть такой цели…».

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.5, ст.30-56): «…(дух злобы) будет пользоваться всеми средствами, чтобы нагромоздить перед вами массу самых неожиданных и трудных препятствий. Главным образом он старается действовать на ваш эгоизм, возбуждая в вас чувство саможаления, которое и может быть побеждено только самоотречением».

Все эти картины в воображении и предположения до дела о возможных трудностях порождают душевную тяготу еще до того, как появилась физическая усталость от деятельности.

Есть и еще одна форма выражения малодушного саможаления до исполнения дела – это возмущение и ропот о предстоящем деле.

**Иосиф Исихаст** (Письма, п.32): «Малодушие же — мать нетерпеливости. …От малодушия рождаются многие чада: ропот, непослушание, бесстыдство, сетования, хула, отчаяние и другие подобные им».

**Дмитрий Ростовский** (Проповеди и поучения, 17. Слово в неделю святых жен мироносиц): «…немощь человеческая, малодушествуя, ропщет».

Ропот может быть и при лукавой усталости, когда человек не устал, а просто не хочет делать. Например, муж или ребенок, настроившийся на отдых возле компьютера, и не желающий что-то сделать для себя и семьи, при обращении к нему будет малодушествовать, не желая напрячь себя на труд, и будет возмущаться и роптать, что он много работает или это не его обязанности.

Ропот бывает и тогда, когда человек действительно устал или болен. Так, нередко бывает когда, например, уставшая женщина приходит с работы, видит немытую посуду, оставшуюся после завтрака и обеда членов семьи, и понимает, что ей придется еще и это делать. Или, например, понимает, что ей надо приготовить ужин и заняться другими домашними делами. Ей становится жалко себя, и обычно это сопровождается упадком духа и недовольством с возмущением типа: «опять я», «все на мне», «я что крайняя, или служанка», «а другие ничего не делают» и мн.др. Эти и подобные возмущения мгновенно произносятся в мыслях, и часто произносятся вслух. Такое поведение соответствует малодушию, которое не может обойтись без ропота на других.

Святые отцы говорят, что подобного ропота не должно быть у тех, кто ищет спасения.

**Феофан Новоезерский** (Наставления, 426): «…мысль … будто «я одна, будто нет других, я больна, другие ничего не делают, все одна я», это не свойство спасающихся».

Также при саможалении обязательно начнется осуждение других людей, в данном случае, родных, которые ничего не делают по дому, и из-за которых человеку приходится страдать.

Кстати сказать, что при саможалении и малодушии мы виним других и ропщем, как бы успокаивая себя тем, что я хороший, а другой плохой. Но это не приносит истинного покоя, а еще больше смущает.

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.338): «…других же винить — нисколько нас не успокоит, а еще более смутит».

Примечательно то, что многие люди сетуют о трудностях, но потом все равно делают дела (но есть немало случаев, что и не делают). И вот это конечное пересиливание себя и исполнение дела создает впечатление, что человек не ленивый и не малодушный или всегда поступает по любви; и тем более это впечатление усиливается на фоне других людей, например, родных, которые ничего не делают. Это впечатление от себя самого, при не обращении внимания на малодушные и саможалеющие мысли, создает и укрепляет самообольщенный дух самоправедности, в то время как человек согрешал пусть не делом, но в мыслях и желаниях.

### Саможаление в форме «нытья» при телесной немощи

Далее рассмотрим саможалеющие мысли, которые появляются, когда человек уже находится в затруднительном положении, в данном случае, чувствует утомление или боль, т.е. саможаление при телесной немощи. Подобное саможаление может появляться как при делании какого-либо дела, так и уже после дел.

Если при малодушии в мыслях выражается страх за будущие страдания, и обычно бывают перечисления возможных болезней или немощных состояний, то при наступлении телесной немощи в мыслях идет констатация, что болит или как устал. Например: «ох, как у меня болит голова (ноги, спина)», «ох, у меня нет сил», «как мне плохо, как я устал», «как мне все это надоело» и т.п. Эти слова периодически повторяются и сопровождаются неким жалостным нытьем (именно поэтому мы обозначили их как «нытье»). Между этим нытьем могут быть воспоминания о том, как ты много работал, могут быть возмущения типа: «я не служанка» или могут появляться и отчаяние в разной мере, которое говорит, например: «Жить не хочется», «Что это за жизнь?» и другие мысли. При этом человек чувствует себя разбитым или раздраженным, и душа как бы уходит в болезнь и усталость и постоянно об этом думает. Заметим, что ум страдающего человека постоянно думает об объекте страданий, и при немощи телесной человек постоянно концентрирует внимание на том месте, которое болит.

И если малодушие, как страх перед будущим делом, нудит не приступать к нему, то саможаление при немощи, когда человек что-то делает, призывает послабить или бросить дело: «брось делать, ты так устал», «сколько же можно это делать, надо отдохнуть», «мне тяжело, я больше не могу» и др.

**Феофан Затворник** (Сборник проповедей «Слова о покаянии…», В неделю 4-ю Великого поста): «Среди какого-либо дела как стрелою пролетит помышление, что ты, чай, уже довольно успел. Пролетит такое помышление, и будто нет его. Но след его как царапина остается на душе; и только пропусти это без внимания, начнут тотчас расслабляться силы и возникать в душе позывы: то на послабление себе, то на развлечение, то на отложение обычной строгости в порядках. Поддайся последнему, и недалеко будешь от падения».

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.3): «Чем кто уступчивее, снисходительнее к себе, тем долее тянется дело, с остановками, неровностями. Это зависит от саможаления, или неотделения себя от страсти: жалея будто себя, человек лелеет врага и вражит против себя сам».

Такие послабления относятся к действию саможаления в форме самоугодия, при котором человек ищет себе поблажек и послаблений (оно может быть и перед трудами).

Как правило, люди не обращают внимания на подобные мысли и слушают их. И получается, что они уступают плоти и саможалению.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.31): «Хорошо, что ты хоть видишь в себе саможаление и готов восстать против него. А другие совсем этого не видят. К тебе и обращу речь, чтоб воодушевить тебя на прогнание сего врага твоего. Из твоих дальнейших слов я заключаю, что ты неважным считаешь действия, допускаемые по саможалению и самоугодию. — Тут у тебя большая ошибка. Действия такие, сами по себе, точно бывают неважны; но нельзя сказать, чтоб неважно было присутствие в душе твоей саможаления и самоугодия. …А то бывает так, что, пожалев себя, оставляем дела, какие по совести сочли нужными для себя».

Так как мы рассматриваем домашние ситуации, то особо отметим, что часто бывает так, что по пути домой после работы или какой-либо деятельности (например, похода по магазинам) начинается часто повторяющееся нытье: «Ох, как я устал», «как болят ноги (спина)» и т.п. Такие мысли и настрой создают еще большее чувство страдания, и человек приходит домой в плохом настроении и относится к себе, как к страждущему. И если его что-то или кто-то задевает, то тут же происходит гнев, который будет защитой себя, несчастного. А если к тому же человек спланировал или понадеялся, что, например, он будет отдыхать и никто его не будет трогать, а окажется, что его планы нарушаются, то обязательно будет печаль и гнев.

**Бл. Августин** (О граде Божием, кн.21, гл.3): «…желание, обманутое недостижением того, к чему оно стремилось, или потерей того, чего достигло, переходит в страдание».

Следует знать, что в «нытье» или скорбных помыслах нет никакого толка, и они только расстраивают душу еще больше.

**Игнатий Брянчанинов** (Письма к разным лицам п.39): «В скорбных помыслах никакого нет толку: от скорби не избавляют, никакой помощи не приносят, только расстраивают душу и тело. Значит, они от бесов — и надобно их отгонять от себя».

И так как саможаление проявляется в форме нытья и не только при телесной немощи, то приведем одно мирское наблюдение об одном дне из жизни человека, у которого саможаление одна из главенствующих страстей, а значит он постоянно жалеет себя, жалуется и недоволен другими людьми и обстоятельствами. Обычно таких людей называют «нытиками». И хотя мы говорим о саможалении, которое может и не быть главной страстью человека, которая формирует его характер, но приводим это наблюдение, потому что в нем очень хорошо переданы мысли человека, которые часто бывают и у нас, когда мы недовольны и жалеем себя. А также хорошо видно, что саможаление обязательно связано с осуждением, завистью, обидой и др. негативными чувствами.

Интернет – источник: «Звенит будильник. Нытик лихорадочно вскакивает, думает: «Ох, опять так рано вставать! Надоело! Голова–то, голова вся мутная». Умываясь, смотрит в зеркало: «Ой, рожа-то, рожа, глаза б не видели. Как я устал!». Второпях пьет кофе, напяливает на себя привычные шмотки. «Опять на эту… работу... А там этот Андреас чего стоит, вечно свысока на меня смотрит. И фрау Бинке... так бы и врезал ей!». Солдатским шагом идет на автобусную остановку. А автобус уже стоит. Нытик бежит изо всех сил. Двери закрываются перед носом, и автобус благополучно отъезжает, но без Нытика. Он в ярости: «Вот…, это он специально у меня перед носом дверь закрыл. Видел же, что я бегу. Да чтоб тебя...» Мерзнет на остановке. Подъезжает следующий автобус, уже полный. Нытик влезает в него, распихивает всех, но так и не находит места, чтобы сесть. Думает: «Что за жизнь, а? Ну почему я не могу, как белый человек, на своей машине на работу ездить? - смотрит в окно, там ряд машин проезжает. – Вон, какой толстяк противный сидит за крутым Пассатом. Чем он лучше меня?». Тем временем толстяк оглянулся и увидел в окне автобуса искривленную физиономию Нытика, простодушно улыбнулся. Нытик: «Во зараза, улыбается, издевается, наверно!». Выходит из автобуса и мчится, чтобы успеть вовремя. Прибегает, на часах – 8.10. В голове: «Опять опоздал! И что они все на меня так смотрят? Андреас улыбается, радуется небось, что я не вовремя. А Фрау Бинке...». Фрау Бинке: «С Вами что-то случилось?». Нытик: «С чего Вы взяли? со мной все хорошо. Это с Вами, наверно, что-то случилось. У Вас такой нездоровый вид!». Думает: «Старая ведьма, не могла промолчать? А ну их всех...». Рабочий день закончился. Нытик устал, замучился, голова болит: «Ненавижу, ненавижу эту работу! Хочу домой поскорей!». Снова садится в переполненный автобус, думает: «Я - самый несчастный человек на земле. Ну, почему мне так не везет?!». Встречает знакомую - она цветет и пахнет, спрашивает его, как дела. Нытик: «Плохо. Голова постоянно болит. Устал, как собака. На работе достают. Дома жена пилит... А ты, я смотрю, неплохо выглядишь!». …Убитый завистью, плетется домой и думает: «… ну почему мне так тяжело? - случайно наступает (в грязь), - Вот …! Ну что это такое, Господи!», – отчаянно восклицает Нытик, вытирая ботинки о траву. …Побежал домой, а там - никого. В голове: «Опять жена куда-то ушла, наверно, любовника завела. Ох...» Позвонил другу, пожаловался на жизнь. Пришла жена. Скандал. Нытик: «А ну все.....» Напился пива и плюхнулся в кровать».

А вот как о нытиках говорит свт. Василий Кинешемский.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.14, 1-11): «Недовольство, неудовлетворенность у нас стали, кажется, заразною, повальною болезнью? В литературе появился даже особый тип так называемого нытика — человека, который только жалуется, стонет и ничего не делает. "Мы — дачники... — говорит писатель Горький о русской интеллигенции, — мы суетимся, ищем в жизни удобных мест... и отвратительно много говорим..., разве легко и свободно жить среди людей, которые всё только стонут, всё кричат о себе, насыщают жизнь жалобами и ничего, ничего больше не вносят в нее?.." …Недовольство — наша общая болезнь. Вряд ли можно было найти в России за последние двадцать лет много людей вполне довольных жизнью, и причина этого заключается в материалистическом понимании жизни, в желании найти свою долю счастья исключительно в области земных благ. Это стремление развивало алчность, желание как можно больше захватить в свое личное обладание, и в то же время требовало готового, дарового счастья без необходимых для этого усилий и труда. Не получая желанного счастья, ибо на этом пути его не могло и быть, люди ворчали, жаловались, злобились, винили друг друга и, создавая общую атмосферу недовольства, отравляли свою и чужую жизнь».

##

## 2.4.3. О чувствах при мыслях саможаления, которые угнетают и лишают сил

Говоря о мыслях саможаления и малодушия, мы уже указывали, что при них происходит внутренняя тягость, но сейчас остановимся на этом подробнее.

### Саможаление относится к страсти печали, при которой происходит тягота, отчаяние, страдание

Тот человек, который очень много жалеет себя, имеет главной страстью страсть печали (и именно поэтому мы говорили, что некоторые жены, которые могут много трудиться дома, когда их родные ленивы, не являются безгрешными; и если у родных главная страсть – лень, то у таких жен – печаль).

Усталость, а от нее и саможаление, относятся к астеническим состояниям, когда у человека есть чувства подавленности, угнетенности, бессилия и т.п., и по христианскому учению это обозначается как страсть печали. А значит, иногда семейные ссоры происходят от этой страсти.

Мы говорим об усталости, как виде страсти печали, но иногда святые отцы употребляли слово «уныние» и в отношении печали, потому что и в том, и в другом случае - это бессилие, и потому что печаль и лень зачастую связаны между собой.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.1): «Шестой подвиг предлежит нам против духа уныния (беспечность, нерадение, совершенное расслабление, упадок духа), которое сродно с печалью».

**Инок Агапий** (Спасение грешников, ч.1, гл.14): «Уныние, согласно Иоанну Дамаскину (книга “О вере”), есть некая скорбь, охватывающая человека и заставляющая его пренебрегать духовным, препятствующая начинать любую боголюбезную работу, а если человек ее уже начал, то чтобы он ее не закончил. Другие говорят, что уныние — это порок, который склоняет человека печалиться по отношению к духовному».

Вообще, печаль - это скорбь о ком-то или о чем-то по причине того, что кому-то плохо, неудобно, неприятно, А при самолюбии, конечно, это будет скорбь, страдание о себе, потому что тебе неудобно, неприятно, невыгодно и т.д. Мы уже отмечали, что по связи души и тела при сильной телесной усталости душа впадает в печаль. И эта печаль будет печалью о себе, несчастном и жертве.

Кратко остановимся на вопросе о страсти печали.

Итак, страсть печали имеет два вида. Первое обессиливание и страдание бывает после гнева, зависти, осуждения и других злых чувств, потому что на злобные чувства душа тратит очень много своей энергии. Второй вид – это малодушие и саможаление при трудностях.

**Иоанн Кассиан** (Добротолюбие, т.2, Общее очертание страстей и борьбы с ними, 18): «Печали два вида: первый - что посещает по прекращении гнева, или причиняется нанесенными убытками и потерями, и не исполнением желаний; второй происходит от опасений и страхов за свою участь, или от неразумных забот».

И если при гневе происходит некий выброс негативной энергии и потом происходит бессилие от потери энергии, то при печали негативная энергия направляется вовнутрь себя, и т.к. это энергия негативная, то она также несет бессилие.

Страсть печали имеет множество тяжелых эмоциональных и умственных проявлений: это и обида, и жалобы, и неприязнь, и мн. другое.

**Нил Синайский** (К Евлогию монаху, сл. 2): «Печаль есть сожительница утрат, собеседница неудачи, … сообщница воздыхания, соученица уныния, жалоба на огорчение, памятник обиды, помрачение души, суровость нравов, опьянение благоразумия, усыпительное противоядие, облако на лице, червь во плоти, падение помыслов, толпа порабощения».

**Иоанн Кассиан** (Посланик к Кастору…, кн. 9, гл.1): «…(печаль) совершенно расслабляет и угнетает, не позволяет ни совершать молитвы с обычною ревностью сердца, ни с пользою заниматься священным чтением, не попускает быть спокойным и кротким с братиями; ко всем обязанностям трудов или богослужения делает нетерпеливым и неспособным».

Так, когда человеку жалко себя, то он может чувствовать обиду, некое разочарование, отчаяние, безысходность, одиночество, чувство несправедливости к себе, унижение и др. Все эти чувства как бы накапливаются в сердце и делают человека скорбным, замкнутым, подавленным и т.п.

Сама по себе печаль есть немощь, а если это печаль по телесным страданиям, то эти страдания усугубляются.

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §404): «Когда печалишься, что находишься в немощи, то тем самым немощь не умаляется, но умножается, как сам это можешь чувствовать, ибо и сама печаль есть немощь. И так печаль в немощи большую соделовает немощь, ибо немощь с немощью совокупляется».

Вообще при печали еще более изнуряется тело и душа, а ум помутняется.

**Платон, Митр. Москов**. (т.11, Слово на Воздвижение Честнаго Креста): «Печалью несчастия не облегчит, но еще оное более умножит. Ибо кроме изнурения сил телесных помутит и расстроит свою мысль».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, ч.4, гл.3): «Печаль обезоруживает человека. Высасывает все соки душевных и телесных сил и не даёт ничего делать. Отравляет душу и в тело вносит беспорядок. Бьёт по самым чувствительным местам тела, вызывает страх и им изнуряет человека».

Те, кто имеют эту страсть главной, нередко доходят до крайнего изнеможения, которое сейчас принято называть «депрессией».

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.2, О священстве слово 5): «Уныние и непрестанные беспокойства могут сокрушить силу души и довести ее до крайнего изнеможения».

При печали душа входит как бы в темноту.

**Иоанн Лествичник** (Лествица, гл. Краткое содержание предыдущих слов): «…чрезмерная печаль делает душу как бы дымною и темною».

Кстати сказать, что враг рода человеческого очень любит, когда человек в печали. И в данном случае, он нашептывает человеку мысли саможаления.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.20): «К чувству утомления всегда и прицепляется враг, чтобы подсечь ревность, внушая: «Видишь, сколько потрудился; дай себе льготу».— О нас печется,— а между тем роет яму».

Вообще, когда человек греховно на что-либо реагирует, то чувствует внутренние мучения от своих страстей, а не его мучают другие люди. И поэтому святые отцы говорят:

**Иоанн Максимович** (Царский путь Креста Господня, гл.11,12): «…беспорядочная душа сама себе мука».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскет. опыты. ч.1, Слово утешения к скорбящим инокам): «…ропот, …жалобы на судьбу нашу, ... сердечн(ая) печаль и тоск(а), от которых слабые души страдают более, нежели от самых скорбей».

**Григорий Нисский** (О блаженствах, сл.3): «Так, раздражительность, гнев, страх, боязнь, дерзость, состояние печали и удовольствия, ненависть, ссора, бесчеловечие, жестокость, зависть, ласкательство, памятозлобие, нечувствительность, и все страсти, представляющиеся против нас действующими, составляют список каких-то мучителей и властелинов, как пленника какого, власти своей порабощающих душу».

Поэтому, если мы не хотим мучиться внутри, то не стоит разрешать себе жаловаться на тяготы и жалеть себя.

### При саможалении увеличивается бессилие

Все святые отцы говорят, что при саможалении и малодушии увеличивается бессилие.

**Феофан Затворник** (Сборник слов на Господские… дни, Слово на коронацию): «…малодушие есть плод истощения сил…».

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.2, О священстве слово 5): «Если душа при всякой… неприятности станет беспокоиться и раздражаться, то она не может быть бодрою, изнемогая от печали».

Поэтому следует знать, что если при усталости и немощи, когда тело уже обессилено, добавляется энергия (или лучше сказать «не энергия») печали от саможаления души, то ощущение обессиливания увеличивается. А по тому факту, что у саможаления есть определенные междометия и словесные формы, то их многократное произнесение не только выражает обессиливание или тяготу, но и может усиливать эти ощущения. И чем больше человек повторяет мысленно и вслух, что он устал или что ему тяжело, тем больше он чувствует усталость и немощь. Это означает действие страстного помысла саможаления.

Также саможаление и малодушие ослабевают рвение к делу и настойчивость, а значит, что почувствовав усталость и пожалев себя, человек не будет хотеть что-то делать из-за еще большего утруждения.

**Григорий Палама** (Триады…, Триада 2, ч.1): «…унывать, то есть по малодушию ослаблять настойчивость».

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. колосянам, 3,5): «…саможаление, которое подсекает подвижническую энергию».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день года, Неделя 26-я по Пятидесятиице, вторник): «Потрудитесь наблюсти за собою хоть в продолжение одного дня и увидите, что саможаление кривит все дела наши и отбивает охоту делать их. Без труда и напряжения ничего не сделаешь; а понудить себя жаль, — вот и остановка. Есть дела, которые хочешь, не хочешь, надо делать. Такие дела делаются неопустительно, хоть и трудновато. Но тут саможаление побеждается саможалением. Не станешь делать — есть будет нечего».

(Часто бывает так, что в семье буквально «есть будет нечего» понимает тот, кто, например, готовит еду, и, пересиливая себя, делает это (обычно это жена и мать). А тот, кто не делает этого, жалея себя, тот требует, чтобы его накормили (зачастую это муж и дети))

Слабость бывает не только от реакции на трудности и скорби, но и от злых чувств и гнева.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 17): «…вдаемся в осуждение ближнего, и через то ослабевает наша сила духовная».

**Ефрем Сирин** (Слово о добродетелях и пороках, гл. О зависти и соперничестве): «Горе завистливому, потому что сердце его всегда из­немогает от печали, тело снедается бледностью, и силы его истощают­ся».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Что яд аспидов, то раздражительность и памятозлобие, потому что они и лицо изменяют, и мысль возмущают, и жилы расслабляют, и производят в человеке недостаток сил к совершению дела; а кротость и любовь отдаляют все это».

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «…в служении и послушании брата … ропщущего не телесная немощь столь люто его угнетает и расслабляет, но недоброе расположение души к ближнему, кроющееся в его сердце».

Примечательно и то, что когда человек испытывает телесную немощь, а у души еще есть силы разгневаться или раздражиться, то таким образом она еще более себя обессиливает, т.к. для гнева нужно потратить энергию. И это значит, что человек наносит себе еще больший урон. Например, жена, пришедшая уставшая домой, и по пути домой жалеющая себя, начинает кричать на ребенка, что он не помыл посуду. Этим она еще больше себя опустошает, вместо того, чтобы отдохнуть какое-то время и или спокойно попросить ребенка это сделать, понимая, что он просто чем-то увлекся и забыл, или самой помыть. Тем самым, сохраняется душевное спокойствие и утверждается терпение и смирение, которые приносят духовную пользу. А если вести себя так, как мы себя обычно ведем, раздражаясь и крича, то мы наносим вред и телу, и душе, хотя нам кажется, что мы делаем это для своей пользы, в данном случае, для необходимого нам телесного отдыха, и для пользы ребенка, потому что мы должны его воспитывать.

### Саможалеющие мысли усиливают страдания души и тела

Но не только обессиливание несет саможаление, но и причиняет еще большие страдания, чем они есть на самом деле (хотя многие и многие люди считают, что жалея себя, они облегчают их).

Не зря печаль обозначают словом «едкая», «жало» и др., т.е. то, что мучает и делает больно.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.9, гл.1): «…жало едкой печали».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Печаль снедает сердце человека, впадшего в нее».

**Григорий Богослов** (Песнопения таинственные, Определения, слегка начертанные): «Скорбь – есть угрызение сердца и смущение».

А значит и саможаление, как вид печали, приносит страдание, при котором человек чувствует себя несчастным.

И т.к. при телесной немощи страдает тело, то выходит, что своим саможалением душа увеличивает страдание, и тогда как бы накладывается страдание на страдание.

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.325): «…в болезненном положении, когда и слабость телесная, и малодушие внутреннее беспокоят и отягощают человека».

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.338): «…(малодушие) зело (очень сильно) отягча(ет) немощных душой и телом».

Поэтому, если саможаление происходит, когда мы уже испытываем телесную немощь, и жалеем себя словами типа: «Я устал», «Я больше не могу», «Как мне плохо», «Я ничего не хочу» и т.п., или злимся на ближних, или высказываем им недовольство в уме и вслух, то тем самым еще более угнетаем себя, и даже небольшая усталость кажется невыносимым измождением, и также чувствуется отчаяние, при котором ситуация кажется беспросветной и безнадежной.

**Исаак Сирин** (слова подвижнические, сл.79): «…(малодушие) порождает в человеке одолевающую его силу уныния, в котором ощущает он подавленность души, и это есть вкушение геенны; сим наводится на человека дух исступления, из которого источаются тысячи искушений: смущение, раздражение, хула, жалоба на судьбу, превратные помыслы… и тому подобное».

Человек, который сталкивается с некоторыми трудностями, имеет образ человека, который стоит в углу. А если он начинает жалеть себя, то он выглядит как человек, наносящий себе удары и еще больше забивающий себя в угол и делающий себе больно, вместо того, чтобы выйти из угла.

Также святые отцы говорят, что при страданиях неприятности и трудности представляется душе сильнее, чем она есть на самом деле.

**Георгий Затворник** (Письма, п.3, 13): «Застрадалась ты, любезная сестра моя, до чрезвычайности, потому что в мыслях своих увеличиваешь свои неприятности, а они, право, не так велики, как ты их себе представляешь; притом же очень маловременны, изменяемы и ничтожны».

Это происходит оттого, что до исполнения дела, которое мы не хотим исполнять, в воображении рисуются трудности, и душа, им веря, считает, что так и будет, и уже заранее малодушествует. Но если без помутнения ума посмотреть на дело, особенно на привычные домашние дела, то они не являются какими-то непосильными трудами.

Такому преувеличению проблем или трудов помогает и враг рода человеческого.

**Георгий Затворник** (Письма, п.1, 77): «Иногда бывает скорбь величиною с червяка; но враг, возмутитель душевный, выводит ее, как большого слона, представляя чрез мысли глазам нашим, чтобы уязвить сердце».

Поэтому святые отцы говорят, что малодушные и саможалеющие мысли обращают легкое в тяжелое.

**Григорий Богослов** (Слова, сл.18): «Не станем малодушными помыслами обращать легкое в тягостное».

**Филарет Дроздов** (т.4, 138. Слово в день обновления храма…): «Не должно преувеличением трудностей питать леность и малодушие».

**Лев Оптинский** (Письма, письмо к Ч. А. И. от 15.01.1826): «Насчет же вашего малодушия, которое видится непоредку, отягощает и обременяет вашу душу…».

**Макарий Оптинский** (Письма к мирским особам, п.177): «…когда стужаете (беспокоитесь, огорчаетесь) и малодушествуете, то более отягощаете себе оный крест».

Также и обвинения других людей в своих трудностях и ропот отягощают человека.

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п. 13): «…если же он будет малодушествовать, смущаться, обвинять каждого, то он только отягощает самого себя, новые навлекая на себя искушения».

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п.10): «Ты ропщешь, но тем самым увеличиваешь свои скор­би».

**Макарий Оптинский** (Письма к мирским особам, п.61): «… опасайтесь ропота и малодушия, ибо чрез них те же самые скорби тяжелее бывают».

### Дела при саможалении, жалобах и ропоте теряют цену перед Богом

Итак, саможаление отбирает силы у человека и приносит ему еще большие страдания. Но и это не весь его вред. Саможаление и ропот делают труды человека бесполезными в духовном плане.

Как известно, большинство дел делаются людьми не потому, что они любят других людей или какое-то дело, а потому у них нет другого выхода. Так, например, человеку не хочется готовить еду, но ему приходится что-то приготовить, т.к. тогда он останется голодным. Или рано или поздно приходится мыть посуду, потому что не из чего будет есть. Или, например, под натиском родителей детям приходится убрать в своей комнате, потому что боятся наказания. Причем, в таких ситуациях, как правило, люди ропщут, жалея себя, но все равно делают дело. Так вот именно такое вынужденное и ропотливое исполнение дел не имеет никакой ценности перед Богом и для нашей будущей участи.

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.1, беседа 8): «Лучше ничего не делать, нежели делать с ропотом, так как при этом и самое дело теряет цену».

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Колос. 4.2): «Но можно и терпеть, и в напряжении себя держать,— и в то же время быть недовольным таким трудом, выдерживать его с некоторою ропотливостью. Такого рода помысел или чувство отнимает всю цену пред Богом терпения и бодрствования».

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 2 Кор., 9,7): «…подаяние (или выполнение какого-то дела – от сост.), даемое со скорбью и вынужденно, есть мертвое подаяние (или дело – от сост.) и никакого воздаяния не заслуживает. Убивает его сжатость сердца и отсутствие радушия при даянии. …Когда дают (или делают что-то – от сост.), а сердцем жалеют и болят, что дают: это знак скупости (или лени и эгоизма – от сост.); а нуждою означается вынужденность; не от сердца и не самоохотно дают, а будучи вынуждены, то необходимостью повиновения, то общностью дела, то другими какими внешними уважениями. Не будь этих понуждений, и подаяния не было бы (и дело не делалось – от сост.)».

**Тихон Задонский** (т.5, Письма келейные, п.120): «…знай, что хотя и хотения твоего не будет, и роптать будешь, однако будешь пить (уготованную Богом чашу), но с большей горестью и без всякой твоей пользы. Бог, Который налагает крест, Тот и помогает нам носить крест. Но помогает соизволяющим и хотящим и повинующимся, а от ропщущих отходит, и так сугубая им бывает тягость».

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «… если к приходящим (или нуждающимся – от сост.) не показывать подобающего радушия и любви, но прошение с холодностью и в молчании служить им, только за послушание, то и такое приятие останется без великой награды и приобретения, тем более с негодованием, роптанием и смущением, которого не может даже утаить, но явно с укорением износит. … Того ради и лишает себя воздаяния и приплодия, то есть духовного благодатного дарования, и уподобляется тем людям, упоминаемым в евангельской притчи: которые во время веруют и с радостью приемлют, во время же печали или гонения [или напасти] отпадают, соблазняются и не совершают плода».

К сожалению, мало кто из христиан видит свое отпадение от веры в делах домашних. Мы привыкли говорить только слова о любви, смирении, жертвенности и т.п., но как только от нас требуется все это проявить к своим родным через исполнение домашних дел, то мы даже не осознаем, что все эти добродетели надо проявлять в своем доме и семье.

Также не увенчаются и жалобы в уме или вслух на тяготы и труды.

**Василий Великий** (Беседы, б.1): «Унывая, никто не венчается; смущаясь духом, никто не приобретает победы»

**Паисий Святогорец** (духовная брань, ч.2, гл.3): «…если, выбившись из сил, ты скажешь об этом [другим], то все твои труды идут насмарку. Что, думаешь, Христос наградит тебя за то, что ты жалуешься на свою горькую участь? [Если и "наградит", то] разве что оплеухой».

**Схиигум. Савва** (Поучение 26-е в неделю о самаряныне): «Если я скажу вам, что я устал, то вы посочувствуете мне, и я себя пожалею и потеряю награду; но сила Божия в немощах совершается».

Итак, нам, самолюбивым и постоянно жалеющим себя, следует помнить, что если человек, который что-то делает, ждет благодарности от других, или обижается, или жалуется, или жалеет себя, то он, делая доброе дело, не приносит духовной пользы себе, не действует по истинной любви и не получит награду от Господа.

На этом закончим рассматривать, как действует самолюбие через лень, усталость, саможаление и многопопечительность при выполнении домашних дел тех, кто делает основную работу и тех, кто не делает. И думаю, многие из нас посмотрели на свои мысли, чувства и проблемы по-новому. Далее перейдем к вопросу о том, как бороться с печалью и скорбными помыслами, что облегчает усталость и как следует поступать по любви.

# Раздел 2.5. Советы святых отцов о естественном и христианском противлении малодушию и саможалению

В этом разделе приведем различные советы святых отцов о том, что нужно противиться своему малодушию и саможалению, которые, как мы видели, проявляются, когда мы устали или ленимся, а нам надо еще выполнять какую-то работу, например, по дому.

Не поддаваться этим порокам надо потому, что:

**Феофан Затворник** (Письма, п.944): «…жаление - источник всех неисправностей, всех поблажек себе и опущений должного. Оттого у Господа стоит на первом к Нему шагу: «да отвержется себе»».

**Феофан Затворник** (Письма, п.971): «Без противления саможалению нельзя быть доброму самоуправлению».

Конечно, это противление саможалению есть брань против самолюбия.

**Феофан Затворник** (Письма, п.961): «Вопрос ваш, - как быть с «я»? очень естествен в душе, вступившей в путь к самопознанию. Как быть? Тереть его и стереть в порошок. … Вся жизнь на это назначается. Прием к сему прост: не слушать «я» - и идти ему наперекор. Дела его: своему уму верить, своей воле следовать, своему чувству сочувствовать. Самое осязательное обнаружение его жизни есть - саможаление. Отречение от всяких проявлений «я» и делание наперекор ему есть его стирание. Заповедь о сем слышали из уст Самого Господа: «да отвержется себе»».

Далее мы будем приводить советы святых отцов естественного характера, которые можно применять всем людям, независимо от веры в Бога, и также будут приведены советы в христианском духе.

Заметим, что не стоит нам, грешникам, ждать, что после того, как мы прочитали о саможалении, оно не будет в нас появляться. К сожалению, будет, т.к. за всю свою жизнь мы привыкли именно так реагировать на трудности или на то, что не нравится нашему самолюбию. И более того, кто станет внимательным к своим мыслям и чувствам, тому будет казаться, что саможаление усилилось и его слишком много. Но предупредим, что это не оно усилилось, а это человек стал больше видеть, что в нем происходит, а эти мысли и эмоции были у него всегда. И если он не очнется сейчас от своей слепоты о себе, то и на Суд он придет в таком же страшном состоянии, как сейчас, только будет уже поздно. Поэтому возблагодарим Бога, который открывает нам наши пороки в этой жизни, чтобы мы успели познать их, покаяться и избегать греха. Слава Тебе, Господи, показавшему нам свет, и подай силы противостоять своему самолюбию!

### Грешник склонен страдать от того, что не является скорбным обстоятельством

Изначально, особо хотим отметить тот факт, что ни одно наше повседневное домашнее дело не относится само по себе к действительным скорбным обстоятельствам, из-за которого нужно впадать в печаль. Домашние неприятности могут относиться к понятию скорбные обстоятельства, если случается, например, разрыв труб или пожар. Но к ним не могут относиться, например, поломка стиральной машины или неисправность крана. О том, что уборка квартиры или приготовление еды, а тем более, например, стирка, т.к. у многих есть стиральная машина, не являются тяжелыми трудами, мы говорили ранее. Также домашние дела не являются скорбными обстоятельствами по тому принципу, что приходится человеку пережить при каких-то действительных трудностях, например, нельзя сравнить уборку в квартире или приготовление еды, даже если это приходится делать очень уставшему человеку, с пребыванием невинного человека в тюрьме.

Но мы, грешники, когда сталкиваемся с какими-то незначительными и естественными трудностями, в рассматриваемом нами вопросе – с обычной усталостью или с мелкими домашними неприятностями - воспринимаем ситуацию так, словно это великое скорбное обстоятельство. И только из-за нашей неправой реакции малодушной и слабой души мы называем скорбью то, что таковым не является. И наша внутренняя скорбь, состоящая из переживаний, волнений, страха, жалости к себе по поводу того, что не является, по сути, скорбными обстоятельствами, является скорбью глупой и грешной души от наших страстных желаний, когда мы хотим чтобы нам было удобно, выгодно и приятно, а также от наших мыслей, в которых много надуманного и преувеличенного. И от таких неправых реакций происходит помрачение ума и утяжеление неприятного или трудного.

**Филарет Дроздов** (т.3, Слово в день Благовещения Пресвятыя Богородицы): «Не только слова, подлинно укоризненные, и действия в самом деле оскорбительные, скоро выводят нас из терпения; но и неприятности легкие, слова ненамеренные, обличения справедливые и умеренные возмущают до глубины сердца, до раздражения и ожесточения. Не очищенная от страстей душа, при самом слабом действии возмущающей силы от вне, как нечистая вода, поднимает из глубины свой ил и прах, и ко внешнему возмущению присоединяет гораздо более тяжкое внутреннее помрачение».

Все неправые реакции при малых и больших неприятных ситуациях показывают, что мы самолюбивы и малодушны и страдаем от своих же страстей.

**Амвросий Оптинский** (Письма, п. 341): «Жалуешься на трудную жизнь. Зато сказано в Писании утешение (1Кор. 3: 8): «Каждый получит свою награду по своему труду». Но у нас много трудностей и от мудреного нашего самолюбия, которое малодушно любит отраду и пространство и покой, и желало бы легко наследовать Царствие Христово, Который и на кресте молился за распинателей Своих. Мы все это забываем, потому и малодушествуем часто».

**Василий Великий** (Беседа, б.4): «Душе слабой и ни мало не укрепленной упованием на Бога свойственно чрез меру надрываться и падать под тяжестью скорби. Как черви всего чаще заводятся в деревьях менее твердых, так скорби зарождаются в людях более изнеженного нрава».

Поэтому следует, прежде всего, осознавать является ли какая-нибудь трудность действительной скорбью или это только наша душа видит трагедию, потому что ее самолюбию что-то не нравится…

### Для того чтобы исправляться и правильно поступать, нужна духовная рассудительность

Так, прежде чем сказать о том, как противостоять своему саможалению и малодушию, следует сказать о рассудительности.

У способности рассудительности есть два вида. Кратко охарактеризуем их.

Первый вид – рассудительность о том, как конкретно поступать в той или иной ситуации, в данном случае, при семейных отношениях и домашних делах. Такая рассудительность - естественная способность каждого человека и относится к понятию «душевный рассудок», который занимается обустройством внешней жизни и решает возникшие проблемы. А так как человек грешен, а значит, самолюбив, то к этому виду рассудительности относится и понятие «плотской разум», который направлен на служение самолюбию. Или точнее сказать, на решение внешних задач и проблем таким образом, чтобы грешнику было приятно, удобно, выгодно и никто, и ничто не задевало его чести, а интересы других людей или не учитываются, или учитываются постольку поскольку. Этого присоединения самолюбивого рассуждения к природной способности рассудка не замечают и не знают многие и многие люди, и считают, что они не согрешают в своих рассуждениях и решениях.

Второй вид рассудительности (или духовный разум, который уже есть великой христианской добродетелью) занимается духовными вопросами, связанными с верой в Бога, внутренней жизнью человека и самоанализом. При этой рассудительности человек стремится познать, что происходит с ним в мыслях, чувствах и воле в той или иной ситуации. И, к сожалению, видит, что весь он исполнен страстей, но это спасительное видение.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.73): «Настоящее самопознание есть ясновидение своих недостатков и немощей, в такой мере, что ими переполнено все. И поставьте такую заметку, что, чем более видите вы себя неисправною и достойною всякого укора, тем более вы подвигаетесь вперед».

Духовный разум направлен против плотского разума самолюбия, его мыслей, желаний и чувств. К этому виду относится и самоанализ христианина перед исповеданием своих грехов. Но, заметим, что самоанализ должен быть не только перед исповеданием грехов, которые уже совершил человек на деле, но и при каждой ситуации в его жизни еще до того, как он не согрешил, т.е. когда грех зарождается в мыслях. Но, несмотря на то, что многие и многие христиане имеют самоанализ уже после совершения греха и на исповеди, все же у них более развит самоанализ, чем у людей неверующих и не исповедующихся, редко признающих себя неправыми или согрешающими. Также духовный разум христианина, помня о заповедях Божиих, решает жизненные задачи и проблемы, руководствуясь заповедями, чтобы не согрешать ни в каком деле, слове и мысли. Заметим, что люди, не идущие по пути очищения от своих страстей, очень редко анализируются себя, и если они это и делают, то только потому, что их мучает совесть.

Говоря об этих двух видах рассудительности, нельзя не заметить, что каждый грешник имеет преимущественно рассудительность первого типа (плотской разум), когда он решает необходимые внешние задачи и проблемы с учетом своих самолюбивых интересов. При такой рассудительности человек ищет способ как ему поступить, чтобы ему было удобно, выгодно, приятно, чтобы его не обидели, чтобы не нарушилась человеческая справедливость, чтобы он не понес никакого телесного, морального и материального урона, и чтобы другой человек не смел, например, его унижать или наносить ему вред.

У истинного христианина рассудительность должна быть и первого вида, но только как естественная способность (т.е. решение внешних задач, но без уклона к самолюбию), и обязательно второго (т.е. решение внутренних задач и проблем, причем этому уделяется большее внимание, чем первому).

Приведем простой пример, как соединены эти два вида. Мы уже не раз говорили, что человек должен разумно относиться к своим телесным силам, и отдыхать когда это необходимо.

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в.559): «…при (естественном унынии от бессилия телесного) должно испытать силу свою и упокоить тело, по страху Божию».

Так, вопрос о необходимом отдыхе очень прост и относится к естественной рассудительности (т.е. и ребенок знает, что после усталости следует отдых). Обращаем внимание, что в этом поучении есть слова «испытать силу свою», т.е. рассмотреть насколько ты устал или у тебя еще есть силы потрудиться. Это и есть самоанализ от духовного разума. Но почему в поучении добавляются слова «по страху Божию»? Потому что здесь речь идет об отношении человека к самому себе; а по законам греха самолюбия он легко уклонится на самоугодие и саможаление, которые предпочитают отдыхать, когда в этом нет физической необходимости или сверх должного, или отдыхать за счет труда другого человека и др. И чтобы этого не произошло, необходим страх Божий, в понятие которого входит отсечение зла и лукавства, совестливость, различение добра и зла, истины и лжи, стремление поступать по заповедям Божиим и не согрешать и мн. др. Так, страх Божий, в ситуациях с усталостью, например, способствует видению, как переходит усталость в лень и праздность; позволяет уходить от страданий, когда ты себя жалеешь и боишься за себя; позволяет понимать, почему другие люди становятся для тебя врагами и ты гневаешься и обижаешься на них; просвещает тебя, и ты четко понимаешь, что тобою очень часто руководит или лень, или самоугодие, или эгоизм, и ты, например, просто перекладываешь дело на другого человека, а не пытаешься его исправить и воспитать. Видя всё это в себе, христианин начинает обличать свое самолюбие, каяться и понуждать себя к делу. И это уже рассудительность другого вида – духовного разума, как рассудительность познания себя и своих страстей.

Но, к сожалению, немало христиан, которые руководствуются плотским разумом и не обращают внимания на то, что с ними происходит внутри.

**Феофан Затворник** (Созерцание и размышление, ст. Нравственный перелом): «(Есть христиане) которые по внешнему порядку жизни - совершенные христиане, а внутри у них и не знать что. Такие люди не думают, что надо им кое-что переменить в себе, а между тем их состояние крайне плохо. Это - девы юродивые. Снаружи и у них тоже светильники, как быть следует, а внутри пусто - ни масла, ни светильни. …Как привыкли жить, так и живут. Да это бы еще ничего, а то беда, что, остановившись на одной внешней форме спасительного христианского жития, они не входят внутрь посмотреть, что у них в сердце и уме, и позволяют произрастать там всякого рода нечистотам и непотребствам; они как бы застывают вовне, а главное - считая себя праведниками, всех других ставят в ряд грешников, особенно тех, кто не отдает должной справедливости их мнимой святости, оттого подозрительность и пересуды, пересыпанные самовосхвалением, составляют главный их недуг. Боже, избави попасть в эту колею!».

Далее приведем некоторые характерные особенности этих видов рассудительности для того, чтобы увидеть свои ошибки.

Первой особенностью, как мы уже отмечали, является то, что плотской разум рассуждает так, чтобы оградить человека от какого-либо ущерба – морального и материального, и чтобы все было, как грешник желает, как ему выгодно и приятно. Духовный же разум рассуждает не с учетом своих самоугодливых интересов, а с учетом заповедей Божиих о любви и самопожертвовании, по совести и христианским добродетелям.

Второй особенностью рассуждений является то, кого человек видит виновным в своих страданиях и кого он пытается изменить. При плотском разуме самолюбивый грешник всегда будет стараться изменить или наказать других людей, которые, как ему кажется, заставляют его страдать по разным причинам.

Так, в то время, когда душа страдает (волнуясь, переживая, боясь), она желает уйти от страдания и решает, что ей надо изменить или ситуацию, или другого человека. Она не осознает, что страдает она от своей реакции своего самолюбия, которое ни за что не желает себя обделить в чем-то, когда видит, что кто-то или что-то угрожает ее материальным, телесным или душевным интересам. Так, руководствуясь первым видом рассудительности, душа ищет варианты, как изменить то, что во вне, чтобы ей не страдать. Заметим, что есть и такое неправое мнение, что если человек исповедается в своих грехах, то все внешние неприятности и скорби у них или членов его семьи закончатся, и Бог не будет их наказывать (о том, что скорби не есть наказания Божии речь шла в теме «Что такое «скорбь» по христианскому учению…») Причем когда человеку не удается изменить ситуацию или других людей, то от этого он еще более начинает страдать и жалеть себя. Страдающей душе, считающей себя жертвой и несчастной, даже не приходит на ум, что надо изменить свое отношение к ситуации и людям, и при этом зачастую пожертвовать некоторыми своими интересами.

Тот же, кто руководствуется вторым видом рассудительности (духовным разумом), при затруднительных ситуациях смотрит на то, что с ним происходит внутри, и его не интересуют поступки других людей. И если он видит, что страдает, то ищет причину своего страдания в себе и понимает, что это страдает или услаждается его страстная самолюбивая душа, которая желает, чтобы ей было хорошо, удобно, выгодно, а так не происходит. Тогда человек старается изменить свою греховную реакцию на добродетельную, путем противления своим мыслям, самоукорением, молитвой, смирением, прощением и покаянием.

К примеру, если посмотреть на то, как люди задают вопросы священникам при проблемных ситуациях, то можно увидеть, что это вопросы от плотского разума, и в них обязательно будет вопрос о том, как сделать так, чтобы ситуация изменилась или как изменить другого человека. И опыт показывает, что практически никогда не звучит вопрос: «что со мной происходит, почему я так страдаю? что мне делать со своими мыслями и чувствами? как мне не согрешить? что мне мешает исполнить заповедь?» и т.п. Также обязательно будет рассказ о том, что человек – жертва, а другие люди – плохие, и что они неправильно себя ведут по отношению к человеку или другим людям (кстати сказать, человек может и не говорить именно так, но весь его рассказ это демонстрирует). Затем будет вопрос, что надо сделать, чтобы не позволять другим так себя вести. Это логика всех грешных людей и именно так мы рассуждаем при затруднительных обстоятельствах. Например, люди часто рассказывают о том, как их родственники ведут себя неправильно; обычно это рассказы или о том, что им грубят или не слушаются, или о том, что им не помогают по хозяйству или в каких-то делах, или о материальных трудностях из-за родных и мн.др. Сами люди в этих рассказах представляются и добрыми, и умными, и смиренными, и трудолюбивыми, и не жадными, и хотят хорошего, и служат родным до изнеможения и т.п. При этом они обязательно спрашивают о том, что же им делать с такими плохими родственниками. Эти рассказы, по сути, являются не просто констатациями фактов, как это представляется людям, а это жалобы, осуждение и отчаяние. Этими рассказами люди, незаметно для себя, утверждаются в своей самоправедности и уверенности, что они «борцы» за блага ближних. Так рассуждает плотской ум, и люди, задающие вопросы, даже не догадываются, что ими правит самолюбие, саможаление и самоугодие, которые прикрылись благими намерениями о спасении ближних.

Если бы вопрошающим руководил духовный разум, то он бы спросил: что мне делать с собой, когда в отношениях с ближними я кричу, злюсь и ненавижу их? что мне делать с собой, когда мне жалко себя, или жалко денег? или что мне делать с собою, когда я хочу, чтобы меня благодарили, ценили, потому что я такой хороший, или хочу, чтобы мне помогали, т.к. тоже хочу отдохнуть и развлечься, как и другие? и т.д. Но, к сожалению, люди так не спрашивают; и не делают они это потому, что грех, правящий ими, не любит себя обличать и смотреть на свои пороки, а при таких вопросах будут очевидны их страсти, например, саможаление, жадность, гордость и тщеславие.

Следующей характерной чертой рассудительности от плотского разума, которая не согласуется с духовным разумом (в котором всегда есть память о Боге и Его заповедях), является то, что грешник или не знает, или не помнит, или не желает исполнять заповеди Божии. Он всегда или часто будет оправдываться тем, что он не может их исполнить, т.к. он или немощен, или потому что это другой человек плохой, а он жертва, и это другому надо исполнить заповеди по отношению к нему. Например, в отношении заповеди о прощении долгов: «Всякому, просящему у тебя, давай, и от взявшего твое не требуй назад» (Лк.6,30), самолюбивый рассуждает, что это не я должен простить долг, а это другой не должен у меня просить или должен отдать, что брал, чтобы не нанести мне ущерб. Или в отношении заповеди о служении всем людям: «кто хочет быть первым, будь из всех последним и всем слугою» (Мк.9:35), самолюбивый рассуждает, что это ближний должен мне помогать и служить, а не я должен быть ему слугою; или в отношении заповедей о любви самолюбивый считает, что раз его любят, то должны ухаживать за ним, лелеять, уступать, прощать и т.п., а он будет вести себя, как ему будет удобно и выгодно. Поэтому, если мы ждем исполнения заповедей от других, оправдывая тем свое неисполнение, то это признак действия плотского разума.

Также, нередко случается, что нерадивый и самолюбивый христианин может сказать, что он знает, что есть заповедь на тот вопрос, о котором он спрашивает; но при этом говорит, что он не может так поступить и пытается оправдаться, как ему кажется, весомыми обстоятельствами, в которых он винит не себя, а как бы сомневается, что эта заповедь в данном случае применима для него. Это явление, по Феофану Затворнику, называется перетолкованием заповедей, и происходит оно от больной совести, которая служит самолюбию и эгоизму.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.1,В, в, бб): «…повреждению и искажению подвергается законодательствующая совесть, если встречается с эгоизмом и ему подчиняется. Здесь сначала ее законы перетолковываются, потом извращаются и наконец заменяются совсем иными, самовольными и даже противными законам истинным. …В подобных обстоятельствах тотчас рождается недоумение касательно истинного смысла заповеди, мы спрашиваем с сомнением: да так ли это должно понимать? таково ли требование закона? ко всем ли он идет? идет ли ко мне и моему положению? При этом раздумье дела большей частью только отстраняются, оставляются до другого времени под сомнением; но скоро затем представляются мысли в угоду сердцу, закон перетолковывается, и мы удаляем себя от исполнения его под разными предлогами».

Это опять-таки есть принцип действия плотского разума.

Тот же, кто имеет преимущественно второй тип рассудительности (духовный разум), помнит заповеди Божии и, видя, как по саможалению, самоугодию и малодушию он не желает их исполнять, кается в этом и понуждает себя поступить по заповедям.

Нельзя не сказать, что человек с первым видом рассудительности, которая ищет виновных во вне и желает, чтобы мне было удобно и выгодно, никогда не приобретет покоя сердца, смирения, прощения и др. добродетелей. Он всегда будет страдать, волноваться, бояться, жалеть себя и переживать, потому что его постоянно будут жечь и мучить его страсти (пример этому мы видели, когда рассматривали вопрос о том, что происходит при саможалении).

**Феофан Затворник** (Сборник «Слова о покаянии», В неделю Крестопоклонную): «(Страсти причиняют) тяготу, болезненность, страдание… Какая же страсть не болезненна? Гнев жжет; зависть сушит; похоть расслабляет; скупость есть и спать не дает; гордость оскорбленная убийственно снедает сердце; и всякая другая страсть: ненависть, подозрительность, сварливость, человекоугодие, пристрастие к вещам и лицам – свое причиняет нам терзание; так что жить в страстях то же, что ходить по ножам или угольям босыми ногами, или быть в положении человека, у которого змеи сосут сердце».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскет. опыты. ч.1, Слово утешения к скорбящим инокам): «…ропот, …жалобы на судьбу нашу, ...сердечн(ая) печаль и тоск(а), от которых слабые души страдают более, нежели от самых скорбей».

Грешники даже не подозревают, что истинное расстройство бывает не так в течении дел и в поступках других людей, как в неправильных мыслях, желаниях и чувствах человека.

**Иоанн Златоуст** (т.12, ч.2, сл.10): «… истинное расстройство и замешательство не в течение дел, а в находящемся в таком состоянии помысле; и для него не будет никакой пользы от благоустройства в делах, хотя бы он пользовался величайшим благоустройством, пока он не уничтожит расстройства и замешательства, находящихся в нем самом».

Итак, когда человек греховно на что-либо реагирует, то чувствует внутренние мучения. И в этом случае уместно сказать:

**Иоанн Максимович** (Царский путь Креста Господня, гл.11,12): «…беспорядочная душа сама себе мука».

И находясь в таком тяжелом состоянии, человек стремится изменить не себя, а ситуацию или других людей?! Бедные мы, бедные…

Особо отметим, что каждый человек осознанно или неосознанно считает себя добрым, умным, правильным и т.п. И это плод плотского разума, который никогда не смотрел на себя честно и без обольщения. При этом такой человек, истинно не видя, что происходит с ним в мыслях и чувствах, уверен, что он все видит и знает о себе. Но он не знает. Потому что для этого нужно постоянное духовное делание, такое как трезвение с самообличением и самоотвержением, о котором плотской человек даже не догадывается и не знает ни правил, ни принципов этого духовного делания. У грешника есть только прелестное (лукавое и приукрашенное) мнение о себе, о своих мыслях, желаниях и чувствах, которое постепенно формировалось от разных страстей.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, В,в,бб): «…самолюбие держит в голове человека постоянную мысль, что он лучше других, скрашивает свои недостатки и кажет человека себе самому всегда хорошим. Удовольственность уверяет, что наслаждения так нам естественны, что без них быть нельзя; потому — что отказывать себе в них, когда сама природа расположила к ним? А рассеянность и ветреность не позволяют вникнуть и разобрать, в чем сила. У сребролюбия сколько прав! Нельзя прожить — береги про черный день, дом — яма и проч., а между тем забота все гонит вперед и вперед. Гордость говорит: кому ж и занять те или другие должности? Если все станут отказываться, тогда что? — уж поставлен на такой дороге, что ж сделаешь?.. А тут лезут в глаза некоторые добрые на вид свойства, поддерживаемые тоже страстью. …По влиянию сих причин ни один из обладаемых страстями не считает себя худым, не видит нужды в исправлении, не видит, что исправлять».

А если грешник не видит, что в себе следует исправлять, то у него не будет развиваться духовный разум самопознания.

У кого какая рассудительность, пусть каждый ответит сам. Но, к сожалению, опыт показывает, что практически все современные христиане действуют только по первому типу самолюбивой рассудительности, плотскому разуму. Но мы все же продолжим наши беседы, основываясь на духовный разум познания себя и исправления себя.

### Некоторые советы естественного характера о том, как не создавать поводы к саможалению

А теперь вернемся к вопросу о том, как сопротивляться своему саможалению и малодушию. Но прежде приведем советы, в которых речь идет том, как не создавать себе самому поводы к саможалению.

Заметим, что в этих советах нет явно выраженного христианского духа, как наставлений связанных с заповедями Божиими, с законами действия греха и т.п. Эти советы естественны для каждого человека. Но это не умаляет их, и для нас, немощных, они будут очень полезны, если мы последуем им.

Что касается рассматриваемого нами вопроса о том, как поступать, когда человек устал, с точки зрения первого вида рассудительности, то в разделе 3.2.3.1: «О разумном подходе к телесной усталости» мы приводили примеры советов отцов о том, что нельзя лениться, но и нельзя переутомляться, а также советы о том, чтобы следить за тем, чтобы сильно не утомляться и делать небольшие перерывы или делать легкие дела. Также в разделе «О том, что телесная усталость нередко бывает от многопопечительности или неправильной организации труда» говорилось, что в своей усталости могут быть виноваты сами люди, потому что они или не умеют разумно организовать свой труд, или действуют по многопопечительности без крайней к тому нужды. К этим советам еще можно добавить совет о том, что надо учиться рассуждать о важности и необходимости дел, которые надо выполнять. Если душа видит, что ей нужно делать и то, и то, например: и приготовить еду, и погладить, и постирать шторы, то от этой массы дел придет в саможаление и отчаяние. Но если рассудит, что т.к. она не успеет все сделать, то надо выделить необходимое дело, в данном примере, приготовить еду, а погладить и постирать шторы можно в другой день. Подходя к делам таким образом, человек не будет создавать поводы к чрезмерной усталости и печали по этому поводу.

Эти советы имеют естественный характер и чтобы их придерживаться нужно благоразумие и рассудительность при разных обстоятельствах и состояниях тела.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл.44): «… безопаснее и полезнее для тела и для души мерный образ жизни, управляемый благоразумием, при котором берутся во внимание и потребности душевные и особое сложение телесное с состоянием здоровья: ибо не для всех одна мера в сем отношении, хотя для всех один закон — тело держать в услужении духу».

Так, трудолюбивый должен быть рассудительными в двух направлениях: следил за тем, чтобы он не только не изнурял себя, доходя до печали, а и чтобы следил за тем, чтобы не быть многопопечительным.

**Феофан Затворник** (Письма, п.119): «(Трудолюбивому) только надо бы устранить, - именно душевную из-за того непокойность. И мне думается, что это удобно достигнуть, не гоняясь за многоделанием, а делая со всем вниманием лишь то, что предлагается сделать течением дел».

Далее приведем и другие советы.

Есть совет: не смотри на других, которые отдыхают.

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п.15): «Не должно… обращать внимания на то, что другие, по какой-либо случающейся потребности или нужде, бывают успокоены, чтобы и самому не пожелать покоя, и вообще не должно думать, что успокоение (тела) легко для души».

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п. 397): «...Эту мысль отложи, что другим предоставлен покой, а тебе только нет. Какой покой? Хоть на небо занеси без смирения, не обрящешь покоя, и там страсти не дадут покоя».

Т.е. не следует думать о родных, которые сейчас, возможно, спят или развлекаются, когда ты трудишься, потому что в твоем сердце появится саможаление, обида, осуждение, ропот, укоры, зависть и т.п., и тем ты будешь мучить сам себя. Также не следует считать, что телесный покой это есть великое благо.

Есть совет: не считать, кто сколько сделал.

**Авва Исаия** (Духовно-нравственные слова, сл.1): «Не любопытствуйте о том, какие работы сделаны другими, ни о том, кто трудился более, брат ли более тебя, или ты более его».

Это значит, чтобы не жалеть себя, не следи за другим, желая укорить его в том, что он мало сделал, а тебе досталось больше работы; не выставляй свои труды на вид; не ищи человеческой справедливости, которая далека от божественной справедливости по любви, при которой человек берет себе худшее, а другому оставляет лучшее, или сам делает больше работы, а другому оставляет меньше.

Следующий совет заключается в том, чтобы не настраиваться на отдых или безделие.

Так, нередко женщина может мечтательно предполагать, что, например, к ее приходу домой муж приготовит ужин или ребенок помоет посуду, или люди настраиваются на то, что они придут домой, поужинают и сядут, например, за компьютер, развлечься. Но когда всего этого не происходит, то появляется досада и раздражение, и это приводит к конфликтам. Поэтому лучше не настраиваться на такие мечтательные идеи об отдыхе, т.к. это заранее расслабляет душу. А надо быть готовым к тому, что тебе, возможно, придя домой, еще надо будет что-то делать и это правильно, потому что ты и твои родные имеют естественные потребности, для удовлетворения которых нужен труд. Такой настрой соответствует следующему наставлению святых отцов о готовности к скорбям и трудностям.

**Нил Синайский** (Мысли, которые могут человека отводить от тленного…): «Будь готов к скорбям и приобретешь большую пользу».

Что касается страхований о будущих трудностях, т.е. малодушия, есть совет о том, чтобы по возможности делать дело сразу, чтобы не появлялись мысли о тяжести будущего дела.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 20): «Ко всякому делу, которое имеешь делать, отнюдь не замешкивай приступать, потому что первое недолгое мешкание приведет тебя ко второму, более долгому, а второе — к третьему, еще более долгому, и так далее. От этого дело начинается слишком поздно и не поспевает в свое время или совсем оставляется как обременительное».

Против малодушия есть и совет о том, что в любых тяжелых обстоятельствах следует стараться сохранить реальный трезвый взгляд на проблему или ситуацию.

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.1, К Стагирию…, сл.1): «Многие из кажущихся несчастий представляются великими и невыносимыми, пока не будут хорошо рассмотрены; а кто рассмотрит их разумно, тот найдет, что они гораздо легче, чем о них думали».

Так, например, не так трудно убрать в комнате или помыть посуду, как тебе кажется, когда ты или не хочешь это делать или устал. Или, например, нет великого несчастья в том, что ты сегодня очень устал и тебе тяжело, потому что организм отдохнет через какое-то время. Или, например, в том, что другой человек сказал о тебе плохо, нет никакой реальной трагедии, потому что это только его слова.

Также для того чтобы не ослабевать от малодушных мыслей, когда тебе предстоит делать то, что тебе не нравится или что тяжело, нужно думать только о ближайшем деле, и в Писании о нем говорится, как «о завтрашнем дне».

**Достопамятные сказания** (Об авве Пимене, ст.126): «Спросили авву Пимена: к кому относится слово Писания: «не заботьтесь о завтрашнем дне» (Мф. 6, 34)? Старец отвечал: оно идет и к человеку, который находится в искушении и малодушествует, чтобы он не заботился и не говорил: «сколько времени я пробуду в этом искушении?» Но лучше ему думать и ежедневно говорить о том, что сегодня».

Тому, кто привык произносить свое саможаление перед другими людьми и жаловаться, есть и такой совет: научитесь молчать и не выносите свою нечистоту.

**Иоанн Златоуст** (т.5, ч.2, Беседа на Пс. 140): «Если в нас рождается какой-нибудь скверный помысл (в данном случае «нытье» или возмущение другими и жалоба на них– от сост.), то надобно подавить его внутри, и не допускать ему переходить в слова. Если малодушие заставляет тебя роптать, то нужно истребить и этот корень, содержать дверь крепко и хранить строго. …Тогда только следует говорить, когда слова полезнее молчания».

Также, у святых отцов есть замечания, что веселость помогает при усталости.

**Серафим Саровский** (Жизнь и наставления, сост. Александр Милеант): «Еще он говорил: “Веселость — не грех. Она отгоняет усталость, а от усталости ведь уныние (печаль) бывает, и хуже его нет».

Многим известно и такое естественное явление, когда при усталости и болезненности человек начинает, например, разговаривать и отвлекаться от мыслей о немощи, и тогда она не так чувствуется.

Облегчение, происходящее от веселости души или ее увлеченности разговорами, происходит по связи души и тела. Так, если душа находится в благом расположении, то она более легко смотрит на немощь тела и своей реакцией не утяжеляет его состояние, а если душа печалится или унывает, то это отражается и на теле.

**Иоанн Златоуст** (т.7, ч.1, беседа 34): «…все прекрасное зависит от души. Если душа радуется, то розы рассыпает по ланитам; если печалится, то, отъемля всю красоту у тела, все облекает в черную одежду. И если постоянно находится в радостном состоянии, то и тело бывает в безболезненном состоянии; если же находится в печали, то и тело становится слабее и бессильнее паутины».

Это хорошо видно, когда мы делаем что-либо в хорошем настроении, или нам нравится дело, то мы практически не чувствуем усталости, и наоборот, если мы ноем, жалеем себя, то и при нетяжелой работе в теле чувствуется еще большая немощь. Поэтому всегда следует сохранять бодрость духа и оптимистичный настрой.

### Для того чтобы не мучиться от своих неправых переживаний следует наблюдать за собой, замечать, когда начинается жаление себя, и отвергать эти требования самоугодия

А теперь приведем советы, которые исходят от духовного разума и христианского духа, в которых есть советы о духовном делании, о христианских добродетелях, память о Боге и Его заповедях.

Начнем разговор с такого делания, как трезвение, или видение о чем ты сейчас думаешь и отвержение страстных помыслов, потому что тому, кто желает бороться со своим самолюбием, надо быть внимательным к своим мыслям и эмоциям.

Исходя из всего вышеизложенного, тем, кто любит жалеть себя, следует понимать, что если начинаются внутренние страдания, то это знак того, что пришел враг, и сейчас начнет тебя мучить. И враг этот – твое самолюбие, которое надо отвергнуть, чтобы не страдать.

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.2): «(Вопрос) (При усталости) меня мучает моё собственное "я"? (Ответ) Ну, конечно! Отбрось своё "я". Если отбросишь – воспаришь».

**Феофан Затворник** (Письма, п.961): «Начните наблюдать над собою, и замечайте проявление своего я, и затем - идите против, во всем и большом и малом».

Приведем пример отвержения страстного помысла саможаления. (Мы приводим начальные стадии брани с помыслом, но, к сожалению, мало кто из людей способен замечать страстные помыслы с самого начала. У тех, у кого нет навыка трезвения, те видят свои мысли, когда они уже повторялись множество раз или принесли очень тяжелые чувства. Также зачастую люди понимают только проблему, а конкретные мысли помнят очень смутно, и передают их через мнение о том, что они думали, а не сами мысли. Но мы все равно приведем эту схему, надеясь, что она все равно поможет тому, кто захочет бороться с саможалением)

Так, при телесной усталости или недомогании, или неприятных ситуациях изначально надо научиться замечать (трезвиться), когда мы начинаем внутри произносить «нытье»: «как я устал», «как у меня болит что-то», «я уже не выдерживаю», «как мне это надоело», «я больше не могу», «сколько можно» и т.п., или замечать, когда в мыслях и воображении предполагаются не радужные картины нашего будущего.

Если не получается сразу осознать подобные мысли по привычке к ним или потому, что нет навыка трезвения, то обращайте внимание на появление некого душевного бессилия и чувства, что ты несчастен, которые происходят от помыслов «нытья» и малодушия, рисующего трудности. Также будет чувствоваться, например, страх, обида и раздражение, и это уже будет сигналом к тому, что с тобою происходит что-то неправое.

Поэтому надо прекратить думать об этом и, как бы встрепенувшись, осознать, что сейчас печаль будет забирать у тебя силы, придавать тяготу, а потом ты, возможно, начнешь раздражаться. Т.е. ты понимаешь, что у тебя начинаются страстные реакции твоего саможаления (или ты уже охвачен ими) и им нельзя поддаваться.

**Филарет Дроздов** (т.3, Слово в день Благовещения Пресвятыя Богородицы): «Помысли, что … уныние (печаль) отнимает силу; и потому не должно медлить в бесплодном смущении, должно воспрянуть от уныния (печали); и неослабными подвигами приобрести победу над страстями и похотями, а с ними душевный мир и радость спасения».

Также очень важно не доверять тем мыслям и образам, которые возникают в уме, рисуя трудности.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1120): «Не верь плоти своей, когда она расслабевает и отказывается служить тебе… Это - мечта. Преодолей себя, помолись усердно, и увидишь, что слабость тела твоего была ложная, призрачная, а не действительная».

Не следует верить и тем мыслям, которые обвиняют Бога, людей или обстоятельства, и тем, которые передают саможаление, отчаяние, самооправдание и т.п., потому что именно они будут мучить человека.

**Феодор Едесский** (Добротолюбие, т.3, 100 душеполезнейших глав, гл.35): «…помыслам злым не дадим порождаться в сердце, чтоб потом не страдать от них горько».

И так как против страсти печали действуют добродетели мужества, бодрости и терпения, то отвергается она некой суровостью к себе.

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд1): «Стала зарождаться жалость к себе или чувство своего хорошества — поспеши отрезвить себя и отогнать эту блажь какою-нибудь суровостью и жестокостью к себе, особенно выяснением здравого понятия о ничтожности того, что лезет в голову».

Эта суровость к себе заключается в твердом и мужественном обличении себя. Так, например, следует с решимостью сказать: «а вот и мое самолюбие или лень заговорили» или «ты сейчас так расстроился, потому что тебе жалко себя, поэтому не буду тебя слушать» и т.п. Т.е. надо вынести о себе правое суждение о том, что в тебе сейчас действует грех, а значит надо отвергнуть его предложения.

Заметим, что если человеку, действительно, очень тяжело, то неразумная строгость к себе может привести к обратному эффекту, когда тело и душа совсем расслабеют. Поэтому, когда бывает очень сложно, иногда следует не строго обличать себя, а уговаривать и подбадривать (чуть позже об этом скажем).

После осознания и отвержения нужно тут же помолиться Господу о том, чтобы Он не дал действовать саможалению, и чтобы дал силы совершить заповеди любви при обычных домашних делах.

**Моисей Оптинский** (Письмо к о. Антонию от 26.11. 1849): «Вдаваться в печальные мысли о случившемся не должно, а возлагать всю печаль на Господа. Это нужно».

**Инок Агапий** (Спасение грешник, ч.1, гл.23): «…когда нас окружают воды скорбей, что часто случается в нашей обычной жизни, не должны задерживать свой мысленный взгляд на собственной подавленности, чтобы не прийти в смятение или не смалодушествовать. Нет, мы должны обратить взор к Небу, где наше спасение. Мы призовем в смиренном молении Божественную благодать и милость, потому что помощь к нам приходит с Неба».

(О молитве мы еще скажем чуть позже)

А затем следует совершить те дела, которые необходимы для себя и ближних, и делать это во славу Божию.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.31): «Самолюбие для себя все хочет делать, а Вы делайте все во славу Божию и благо других, не имея себя в виду, не жалея себя».

Обязательно следует знать, что если вы не отвергнете в самом начале саможалеющие помыслы (как и любой другой страстный помысел), то с промедлением вы будете чувствовать себя еще более несчастным, а также вам будет все тяжелее и тяжелее противостоять им.

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.31): «Если случится с тобой огорчение, то потерпеть оное – не крайнее еще зло; тяжело же и опасно оставаться в огорчении».

Для тех, кто не умеет трезвиться и отвергать помыслы самообличением и молитвой, приведем в помощь одно из поучений об этом.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.6, ст.14-29): «…борьбу лучше начинать тогда, когда страсть еще не вышла из первой стадии своего развития — из области мысли. Боритесь, как только почувствуете первый позыв какой-либо страсти, как только мелькнула о ней первая мысль. Когда страсть начнет осуществляться на деле и когда, подчинясь ей, вы уже сделаете что-нибудь для ее удовлетворения, тогда остановить ее неизмеримо труднее. Даже в том случае, если вы уже пали, совершив грех на деле, если даже начали привыкать к нему, все же дальнейшая, самая энергичная борьба должна вестись в области мысли. Отталкивайте от себя самый образ греха и позыв к нему, как только он появится в мыслях. Научитесь побеждать страстную мечту, ибо здесь корень греха. «Извнутрь, из сердца человеческого, — говорит Господь, — исходят злые помыслы, прелюбодеяния, любодеяния, убийства, кражи, лихоимство, злоба, коварство, непотребство, завистливое око, богохульство, гордость, безумство» (Мк.7, 21-22). Остановить грешные мысли так, чтобы они нас совершенно не беспокоили, мы не можем. Это от нас не зависит, ибо они часто навеваются посторонней враждебной нам нечистой силой, которая не щадит при этом самых святых минут и благочестивых настроений. Они возможны даже во время самой горячей и напряженной молитвы. Однажды к старцу пустыннику пришел его молодой ученик, жалуясь на обуревающие его грешные помыслы. Старец вывел его в поле. «Распахни полы... Открой пазуху!» Ученик повиновался. «Можешь ты остановить ветер, чтобы он не проникал под твою одежду?» «Не могу, авва!..» «Так и мысли... Мы не можем остановить их налет. Мы можем с ними лишь бороться, не позволяя задерживаться в душе...». Как лучше и целесообразнее это делать? Лучше бороться с мыслями не отрицательными, а положительными методами. Твердить про себя: "Не буду об этом думать! Не хочу! Не допущу!" — это мало помогает. Лучше попытаться думать о чем-нибудь другом и дурные мысли заменить хорошими. Полезно на этот случай что-нибудь уже иметь наготове: образы Священной истории, вопросы веры и нравственности…. Святые отцы обыкновенно пользовались при этом краткими молитвами, чаще всего молитвой Иисусовой, чтобы отвлечь мысль от искушения. Иногда приводили на память тексты Священного Писания, направленные против соблазна и разбивающие его нашептывание. Текстами Священного Писания пользовался, как мы знаем, и Господь, чтобы отразить нападения диавола, когда тот приступил к Нему с искушением в пустыне. В-третьих, вступайте в борьбу сразу, не медля ни минуты и не делая никаких уступок. Компромиссы обыкновенно ведут к поражению. …Итак, чем раньше начинать борьбу, тем вернее победа. Чем скорее, тем лучше. Вступив в борьбу, нужно вести ее решительно, без колебаний. "Кто колеблется, тот пропал", — говорит английская пословица. Отбросьте всякое саможаление и не делайте никаких уступок эгоизму. Уступки все равно не спасут, и этим путем мира с диаволом не купишь. Наоборот: там, где он замечает слабость, там усиливает нападение. Сейчас же последуют новые искушения, еще более серьезные, которые потребуют новых уступок».

На этом окончим вопрос о трезвении и отвержении страстного помысла, т.к. он очень обширен и для этой практики нужен духовный руководитель; и вернемся к вопросу о том, как противостоять саможалению.

## 2.5.1. Об утешении подбадриванием

Вполне понятно, что при саможалении душа пытается утешить себя. Поэтому особо выделим вопрос о принципах утешений себя.

Далее мы будем говорить об основных видах возможных утешений, когда человеку трудно. Это - утешение путем подбадривания, утешение от любви и утешение от обращения к кому-то за помощью. И будем рассматривать, как они происходят у людей неверующих и христиан.

Начнем с утешения себя подбадриванием.

### Следует приучить себя утешаться не «нытьем», а естественным правым утешением – подбадриванием

По тому факту, что при саможалении и малодушии происходит упадок духа, следует произносить утешительные и подбадривающие слова, обращенные к себе, например: «ничего страшного», «справлюсь» и т.п.

**Иоанн Златоуст** (т.2, ч.1, О статуях беседа 6-я): «Печаль есть рана души, и - должно непрестанно лечить ее словами утешения».

Тем самым это позволяет удерживать душу от печали, расслабления и саможаления или вывести из этих состояний, когда человек уже упал духом.

Утешение подбадриванием себя является правильным естественным утешением, так как утешение по своей природе должно быть облегчением.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 1Тим., 4, 13): «Бл. Феофилакт …(объясняет об утешении) что оно имеет предметом своим «уговорение и возбуждение чувствующих в себе упадок нравственной энергии»».

Обращаем внимание, что очень часто мы и подбадриваем себя и уговариваем, например, убрать в доме, когда не хочется. То есть мы знаем это правило на своем опыте, но пользуемся им неосознанно и не всегда.

Итак, в случае если человеку трудно и он «ноет» или желает оставить дело, то он может утешать себя словами типа: «потерпи, скоро закончишь работать и отдохнешь» и потихоньку трудиться дальше. А на помыслы малодушия (страхов) говорить себе: «не все так страшно».

**Иосиф Исихаст** (Письма, п.23): «Не печалься, не сетуй, не унывай. Найди в себе отвагу, ибо радость и умиление к тебе придут. "Мужайся, душа моя", — говори».

**Из жития святой Синклитикии** (Евергетин, т.3, гл.13): «Даже если у нас возникнет некоторое уныние, мы не впадем в малодушие, но станем понуждать себя, как делают усердные путники. Если случится ему дорогой чуть приболеть, он не отказывается от путешествия, даже если до цели еще очень далеко. Он утешает себя такими словами: «Еще немного - и покажется гостиница, там и отдохну». Господь, глядя на приложенные усилия, дает ему силы, сглаживающие все трудности пути. А лень и бездействие приводят лишь к обнищанию - человек лишается духовных даров и даже самых необходимых телесных».

Вот как говорится об этом на примере молитвы у свт. Никодима Святогорца.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 20): «… если, говорю, помысл нерадения станет представлять тебе (что будет тяжело), не слушай его; а напротив, так представляй себе дело, что, конечно, надо делать тебе дела, но немного; что и труд надлежит тебе подъять, но очень малый и не многие дни; что и врагов встретишь, но немного, а только одного какого… Если будешь так поступать, то нерадение начнет отступать от тебя, вместо же него, под действием благих помышлений и чувств, начнет входить в тебя мало-помалу тщаливая (тщательная) о всем должном ревность и завладеет наконец всеми силами души твоей и тела твоего. Таким же образом поступай и в отношении к молитве. Если для совершения какого-либо последования службы требуется, положим, час молитвенного труда, и это кажется тяжелым для твоей лености, то ты, приступая к сему, не думай, что тебе придется час стоять, а воображай, что это продолжится какую-нибудь четверть часа, и незаметно простоишь молитвословствуя эту четверть; простоявши же ее, скажи себе: “Простоим еще четверточку: это немного, как видишь”; потом то же самое сделай для третьей и четвертой четверти и кончишь, таким образом, это дело служения молитвенного, не заметив трудности и тяготы. Если же иной раз в продолжение этого случится почувствовать такую обременительность, что она мешает и самой молитве, то оставь на время молитвословие и потом опять, спустя немного, берись за него и докончи недоконченное. Так же поступай и в отношении к рукоделию и к делам послушания твоего. Покажется тебе, что таких дел много, ты и мятешься, и готов руки опустить. Но ты не думай об этом множестве дел, а скрепя сердце, берись за первое предлежащее и делай его со всем усердием, как бы других совсем не было, и сделаешь его покойно; потом таким же образом поступи и в отношении к другим делам, и все переделаешь спокойно, без смятения и хлопотливости. Так и во всем поступай, и ведай, что если ты не возьмешься за разум и не станешь так поборать чувств притрудности и обременительности, какие представляет тебе враг от предлежащих тебе должных дел, то нерадение совсем, наконец, одолеет тебя, так что ты не только тогда, как будет предлежать тебе какой-либо труд, но и когда он еще далеко впереди видится, будешь чувствовать, как будто у тебя гора на плечах, будешь тяготиться тем и мучиться, подобно невольникам, в безвыходном невольничестве состоящим. Так и во время покоя не будешь ты иметь покой и без дел будешь чувствовать себя обремененным делами».

Итак, уговаривайте себя и подбадривайте при трудностях и нежеланиях. К сожалению, мы, грешные, вместо того, чтобы уговорить себя потерпеть и побудить себя к чему-то, наоборот своими мыслями «нытьем» утяжеляем свое состояние. Так не легче ли после констатации, что ты устал или что-то болит, сразу перейти к подбадриванию и уговорам себя потерпеть, а не начинать «ныть» постоянно повторяя, какой ты несчастный.

Кстати сказать, естественное подбадривание относится к мыслям от душевного рассудка (первого типа рассуждения, о котором мы говорили ранее). И не относится к духовному разуму и христианскому понятию «отвержение страстного помысла», т.к. в нем нет ни понимания, что сейчас в тебе действует грех, ни самообличения, ни молитвы. Но, тем не менее, это и не греховный способ понудить себя не расслабевать и потерпеть.

### О христианском утешении себя подбадриванием, в котором есть самообличение и напоминание себе о христианских истинах

Итак, несмотря на то, что естественное подбадривание себя - это эффективное утешение, которое восстанавливает упадок духа, но для христианина этого мало. Потому что для истинной духовной брани против страстей необходимы христианские способы.

Но прежде чем о них сказать, предостережем тех людей, которые, возможно, уже постарались противостоять своему саможалению и увидели, что это возможно. Дело в том, что самолюбивая душа – очень горделива, и для нее характерно впадать в самодовольство, самоуверенность, самохвальство и т.п., даже от самых малых трудов и успехов.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл.1 Коринф. 4,8): «Не успели вкусить начатка от плодов веры, уже и сыты; не успели малость некую стяжать из ведения христианского и христианских добродетелей, как уже и богатыми себя считаете?».

Поэтому после успешных попыток отражений страстных помыслов грешнику надо быть внимательному к тому, чтобы не возгордиться. Тем более что, во-первых, тому, кто, вдохновленный познанием, которое получил в вышеизложенном материале, попробовал противостоять своему саможалению в первый раз, не известны еще все правые методы брани. А, во-вторых, святые отцы говорят, что даже тому, кто шел путем самопознания своих страстей и духовной брани и очистился от многих страстей, тому надо быть очень внимательным к себе, а то все эти страсти вернутся обратно.

**Нил Афонский** (Посмертные вещания, ч.1, гл.46, примеч.) «…после избавления от грехов, после победы над страстями не следует впадать в самодовольство, самохвальство, но должно смиренно помнить о своих прежних грехах, иначе, в наказание за самохвальство, прежние грехи вернутся обратно».

Мы же, никак не можем сказать, что мы победили свои страсти, потому что многие из нас их еще толком и не увидели….

А теперь поговорим о христианском подбадривании себя.

В христианском утешении подбадриванием есть две существенные особенности, которые можно обозначить как «обличения-утешения» христианскими истинами.

Первая особенность - христианин должен подбадривать себя не только словами «потерпи» и др., но должен говорить себе и христианские истины о Христе, о заповедях, о грехе, о тяготах святых и др. Например, мы привыкли говорить себе при подбадривании: «ну, потерпи, надо же доделать дело», или «терпи, а что тебе остается…», или «еще чуть-чуть и отдохнешь» и др. А христианину следует подбадривать себя, например, следующими словами: «терпи, Господь сказал: «претерпевший же до конца спасется»», или «ну не расслабевай, нужно исполнить заповедь о любви к ближнему», или «не жалей плоти своей, вспомни, как Господь терпел крестные страдания», или «послужи ближнему даже если тяжело, и тем послужишь Богу» и т.п. (О некоторых христианских истинах, которые следует себе говорить, речь пойдет чуть позже). Это позволит помнить о Боге и заповедях, помнить, что ты христианин и поэтому у тебя должны быть христианские добродетели. И таким образом у человека начнет действовать в силе духовный разум (о котором мы говорили выше). Но, к сожалению, думаю, что большинство из нас, все же зачастую подбадривают себя (если вообще это делают) по первому типу, т.е. от плотского разума, а значит так, как делают все неверующие люди.

И вторая особенность христианского утешения и подбадривания - оно обязательно должно быть с обличениями себя. В вопросе о трезвении мы говорили, что надо себя обличать, чтобы отвергнуть саможаление. Т.е. после осознания, что в тебе сейчас действует печаль и самолюбие, которые не желают понудить себя что-то сделать или довести дело до конца, разумно будет произнести себе обличение и молитву, а после подбадривать себя.

Примечательно то, что если подбадривать себя на какое-то трудное дело или при твоих немощах простыми словами без христианских истин, то они не будут настолько действенны. А христианские истины напоминают об обязанностях и необходимости поступать по заповедям, и это придает мужества и рвения.

**Иоанн Златоуст** (т.3, ч.1, Беседа на слова апостола: "О, если бы вы несколько были снисходительны…»): «Как конь, намеревающийся перескочить крутую стремнину, устремляется, чтобы переброситься, но, увидев пропасть, обессилеет и отстраняется, а потом, видя, что всадник сильнее побуждает его, опять берется и опять испытывает тоже самое, и, чувствуя необходимость и насилие, долго стоит и ржет на краю пропасти, чтобы, ободрив себя, отважно осмелиться на это дело».

И именно этим отличаются рассуждения плотские и духовные: при плотских человек будет только «ныть» или подбадривать себя простыми словами, а при духовных – понимать, что с ним происходит внутри, обличать себя, молиться и затем подбадривать не только обычными словами, но и христианскими истинами.

**Иоанн Кассиан** (Послание Кастору…, кн.9, гл.13): «Какими средствами должно изгонять печаль из сердца. Итак, эту гибельную страсть мы можем выгнать из себя, если ум наш, постоянно занятый духовным размышлением, будем ободрять будущею надеждою и созерцанием обещанного блаженства. Ибо этим способом все роды печалей… мы можем победить, когда постоянно ободривая себя созерцанием будущих, вечных предметов, пребывая непоколебимы, не будем упадать духом при настоящих несчастных приключениях, а при счастливых обстоятельствах не станем возноситься, будем смотреть на то и другое, как тленное и скоропреходящее. (В Добротолюбии сказано, что печаль врачуется молитвой, надеждою на Бога, поучением в слове Божием, и обращением с благочестивыми людьми)».

Вот некоторые примеры обличений на свое малодушие с памятью о Боге и Его заповедях.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в.31): «…что изнемогаешь в скорбях, как человек плотской? Или не слышал ты, что предстоят тебе скорби… Разве не знаешь, что много скорбей у праведного (Пс. 33, 20) и ими он испытывается, как золото огнем? Посему, если мы праведны, то будем испытаны скорбями; если же, напротив, грешны, то потерпим оные как достойные того, ибо от терпения опытность (Рим. 5, 4)».

**Авва Исаия** (Духовно-нравственные слова, сл.4, 32): «Если схватит тебя немощь, …не малодушествуй, но возблагодари Бога; если увидишь, что душа твоя мятется от того, скажи ей: «не лучше ли для тебя эта немощь, чем геенна, в которую имеешь пойти?» - и она успокоится в тебе».

Почему говорят о геенне, ведь тело действительно в немощи, и в чем оно виновато? Да, тело в немощи, но если душа пожалеет его и не исполнит заповеди о любви к ближнему или не проявит смирения перед Богом в скорбных обстоятельствах, то тем согрешит. Так, если кто-то из родных попросит тебя о чем-то, а ты откажешь ему, жалея утруждения своего тела или времени, то тем самым ты приближаешь себя своими грехами к аду.

Мы уже говорили ранее, что мы, грешники, не склонны к духовному разуму, который дает здравое осознание того, что с тобой сейчас происходит; но склонны к лукавству, лени, эгоизму, оправданию себя, духовной слепоте и др. Поэтому для того, чтобы не прельщаться своей праведностью, своими трудами, своими подвигами и т.п., нам надо постоянно видеть правду о себе и обличать себя в своих страстях и пороках, т.е. надо развивать рассудительность самопознания.

Отметим, что зачастую и голос совести (относящийся к понятию духовный разум) понуждает нас к трудам, когда мы расслабеваем. И это также относится к форме самообличения, но оно не настолько вольное и великое, как осознанное самообличение с добровольным укорением себя. Вот пример подобного внушения совести, когда св. подвижник поддается малодушию, а затем, руководствуясь заповедями, голосом совести и сочувствием к другим людям, меняет решение поблажить себе.

**Варсонофий Оптинский** (Душеполезные поучения преп. Оптинских старцев): «Сегодня я очень плохо чувствовал себя, и думаю: «Надо отдохнуть, лягу». «Брат Никита, — говорю я <преп. Варсонофий>, — сегодня не будем отпирать женскую половину, в первый раз за три года. А я лягу, до трех часов не будите меня!» Лег, а помысл говорит: «А может быть, там пришла какая-нибудь раба Христова, со скорбью или другой какой насущной нуждой своей — как же так? Надо отпереть...» Позвал брата Никиту, сказал, чтобы он отпер, а сам встал, вскоре вся слабость прошла. А там, действительно, пришли которых надо было принять, и вот Господь подкрепляет в таких случаях».

Кстати заметить, что самолюбивый грешник при саможалении может не слушать голос совести и отвергать ее внушения. Так, например, если спроецировать случай, описанный преп. Варсанофием, на грешника, то он мог на внушения совести ответить: «ну, ничего не случится, если я один день не приму кого-то, подождут до завтра» или «ой, мне так плохо, что я не смогу и сидеть» и др. Также даже если грешник и подбадривает себя, то никогда не укоряет себя, а наоборот считает себя несчастной жертвой или героем.

### О естественных добродетелях против малодушия и саможаления – терпении, бодрости духа и мужестве

И прежде чем перейти к вопросу о христианских утешениях, скажем о том, какие естественные добродетели способствует подбадриванию себя. Это: терпение, бодрость духа и мужество, которые помогают преодолеть усталость и лень.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Колос. 4.2): «Чувство утомления (прогоняется) терпением; позыв на послабление и разленение — бодренностью и напряжением».

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл.79): «Всякое тесное обстоятельство и всякая скорбь, если нет при них терпения, служат к сугубому мучению, потому что терпение в человеке отвращает бедствия, а малодушие есть матерь мучения».

**Петр Дамаскин** (Творения, кн.2, О терпении): «(Терпению) свойственно умерщвлять отчаяние, умерщвляющее душу. Оно научает душу утешать себя и не унывать (не падать духом) от множества браней и скорбей».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.511): «… главное надо иметь мужество, т.е. всеми мерами стараться понуждать себя на всякое добро, на немощи меньше надо обращать внимания. Разные немощи да скуки – лени и нерадению внуки. Терпение, и смирение, и самоукорение потребно нам во всяком деле иметь».

И именно по причине этих добродетелей ранее говорилось о том, что правое утешение себя, когда тебе тяжело - это просить себя потерпеть и приободриться.

Заметим и то, что некоторые люди не совсем правильно понимают значение «терпения».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.73): «Вы называете себя не имеющею нетерпения, потому что все исполняете легко, охотно и без чувства трудности. Но нетерпение не это есть; а то, когда кто, исполняя положенное, молитвы ли, или поклоны, или другое что, тяготится тем. И при этом не всякий подлежит укору в нетерпении. Кто, несмотря на такое чувство тяготы, исполняет все, как должно, нимало себе не поблажая, тот не есть нетерпелив, а есть победитель нетерпения, и настоящий терпеливец. Но кто, почувствовав тяготу от какого-либо дела, бросает его или доделывает кое-как,— молитвы, например, спешно дочитывает, не стараясь ни внимать, ни сочувствовать читаемому — тот страдает нетерпением и подлежит за то укору. А что вы и дома и в церкви выдерживаете службы и правила (или трудитесь по дому – от сост.) легко и охотно — за это благодарите Господа. Не думайте, однако ж, что вы уже совсем свободны от нетерпения. …Кто искренно возревновал о спасении, тот не дает хода нетерпению, а всякий раз, как оно появляется, прогоняет его и восстановляет охотность к деланию, при котором оно появилось. Так за одним, за другим, за третьим делом, — и за всеми поступает он. Появится нетерпение, он прогонит его и охотно начинает и кончает дело. — Когда, наконец, труженик такой ко всем делам привыкнет и сроднится с ними так, что делание их сделается некоею потребностью; тогда нетерпеливость опять пропадает и поглощается навыком».

###

### В христианском терпении есть упование на Бога и христианину должно быть свойственно самопожертвование

Итак, естественными добродетелями против саможаления и малодушия есть терпение, мужество и бодрость духа, и они есть в разной мере у всех людей. У христиан эти добродетели соединены с обращением к Богу и упованием на Него, и обозначаются словами «по Богу», например, «терпение по Богу».

**Нил Синайский** (Письма, п. 3.35): «Во время искушений великая помощь — терпение по Богу. Ибо Господь говорит: «терпением вашим спасайте души ваши» (Лук. 21, 19). Не сказал: в посте вашем, или в безмолвии вашем, или в псалмопении вашем, хотя все это способствует спасению души, но — «терпением вашем». «Терпением»,— то есть во всяком, какое ни придет, искушении, во всякой скорби, будет ли это обида, или уничижение, или бесчестие от какого бы то ни было человека, важного и неважного, или телесная немощь, или восстание сатанинских браней, или какое бы то ни было искушение от людей, или от демонов».

Если же мы терпим без памяти о Боге, Его заповедях и промысле, то в этом нет христианского духа. Обратите внимание, как говорят святые отцы о добродетелях – в них есть всегда слова о надежде на Бога и смирении перед Ним.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.586): «…нужно благодушно терпеть скорби и болезни плотские, духом мужаться и возлагать упование на Бога».

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.179): «И у меня, грешного, по временам к вечеру стали делаться головные нервные боли — и от усталости и от слабости желудка. Делать нечего! Надобно потерпеть и покориться Всеблагому Промыслу Господа, хотящего всем спастися и в разум истины прийти...».

**Феодор Санаксарский** (Краткие поучения старца, 10): «Терпение в том состоит, чтобы во всех прискорбных и трудных обстоятельствах не унывать и не печалиться, как в телесных трудах, так и в душевных помыслах, но мужественно и благодушно, претерпевать все злострадания даже до смерти, в надежде на милосердие Божие, по слову Господню: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф. 2,28). И еще: «претерпевший же до конца спасется» (Мф. 10,22)».

Обратим особое внимание, что христианское терпение позволяет и поплакать и воздыхать при действительных скорбях, но не позволяет впадать в малодушие, ропот и печаль.

**Василий Великий** (Беседа, б.4): «….ни женщинам, ни мужчинам не позволяется много сетовать и плакать, но можно опечалиться несколько во время скорби и пролить не много слез, впрочем, тихо, без роптаний и воплей, ни раздирая на себе одежды, не посыпая себя пеплом, без всяких других подобных сим неблагопристойностей, допускаемых людьми, которые не сведущи в небесном».

**Феофан Затворник** (Краткое учение о Богопочитании, О терпении): «Терпение есть такое расположение духа, предающегося воле Божией, по которому христианин, угнетаемый бедствиями, не подавляется чувством скорби, но остается столько спокоен, что, не останавливаясь, продолжает исполнять дела звания своего и бывает свободен от уныния, малодушия и ропота. Терпение христианское не есть совершенная нечувствительность или бесстрастие, которое проповедовали некоторые языческие мудрецы. Скорбь, которую причиняют нам бедствия, столь же естественна, как и желание освободиться от нее. Даже внешние знаки внутренней скорби — слезы и воздыхания не исключаются терпением. Это подтверждается примером Божественного ходатая нашего. Не позволительно христианину только роптать на свои несчастия и быть подавляему чувством их».

В отношении добродетели мужества в Святом Писании есть множество призывов быть сильным. Например:

**Амвросий Оптинский** (Письма к отдельным лицам, п.244): «Мужайся, и да крепится сердце твое. Среди докучливых, а иногда устрашающих искушений вражиих утешай себя апостольскими словами: «верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести» (1Кор. 10: 13), и часто повторяй это слово для укрепления себя».

Есть еще и такая христианская добродетель, как безжалостность к себе и самопожертвование, которая заключается в постоянной готовности послужить Богу и людям.

**Феофан Затворник** (Письма, п.312): «Безжалостность к себе, готовность на всякую услугу другим и предание себя всецело Господу, с молитвенным в Нем пребыванием - се производители жизни духовной».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1112): «Не жалей себя никогда ни в чем, распни себя - своего ветхого человека, гнездящегося преимущественно в плоти, - ты отсечешь все свои страсти. Терпи благодушно все, что случается неприятного для плоти, не щади ее, иди напротив ей, и ты будешь истинный последователь Христов. Вся мудрость христианина в том, чтобы ему в жизни своей благоразумно идти напротив своей плоти во всем…».

Многим и многим из нас стоит запомнить, что христианин не должен падать духом ни при каких трудностях и неприятностях.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл.103): «…нам следует, не падать духом ни в каком труде, и ни при какой скорби, но употреблять силу свою, работая от всей души».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 736): «Ты скорбишь, падаешь духом. Почему же так? Разве где есть такая заповедь? Разве Господь сказал во святом Евангелии: Падай духом! – Ведь этого нет. Напротив, Милосердый Господь всем хощет спастись и в разум истины придти. А ты падаешь духом. Как это неразумно! Не падать духом должна, а во всем, во всем укорять себя за нерадение и смиренно каяться пред Господом, и вместе надеяться на милосердие Божие».

При бодром духе и саможертвенности, у желающего жить по Христовым заповедям, нет саможаления, а есть готовность помогать другим, несмотря на свое бессилие или трудные обстоятельства..

**Филарет (Дроздов)** (т.3, Слово в день Рождества Пресвятой Богородицы): «Когда ваши родители, сродники, ближние требуют помощи, утешения, служения, между тем как вы сами в нужде, в скорби, в немощи: соберите последние силы ваши; забудьте свою скорбь для облегчения их скорби; разделите с ними последнюю крупицу и последнюю каплю. Вспомните Иисуса, среди мучений крестных, пекущегося о спокойствии Своей Матери».

Если христианин будет поступать так, как советуют святые отцы, то такое делание домашних дел будет деланием во славу Божию.

**Троицкие Листки** (ст.194): «Как работать во славу Божию, на пользу ближним, и во спасение души своей? …Исполняйте же (ваши работы) с любовью и кротостью; работайте с благоговением и страхом Божиим, всегда благодаряще Бога; работайте со всяким усердием и радением, сколько у кого есть силы и времени. Работая так, вы будете работать во славу Божию, для пользы ближних и во спасение души своей. …Работа безропотная, перенесение скорби, предание себя воле Божией, все это само собой приведет вас в Царство Небесное; и чем больше будете трудиться, чем крепче терпеть, тем ближе станете к Царствию Божию».

### Примеры утешительных слов святых отцов на разные скорбные обстоятельства с памятью о христианских истинах

А теперь приведем многочисленные примеры христианских утешений. И пусть они навсегда останутся в нашей памяти, и мы всегда ими пользовались, помоги нам, Господи!

Но прежде чем привести эти примеры сделаем несколько существенных замечаний.

Первое. Во время беспокойства мы склонны «ныть», придумывать в воображении тяжелые перспективы, обдумывать, как изменить ситуацию или людей, вместо того, чтобы в это время не падать духом и произносить себе христианские утешения, которых великое множество в Святом Писании и учениях святых отцов. Вот как обличает об этом свт. Георгий.

**Георгий Затворник** (Письма, п.2.312): «Утешай себя словом, возвещающим блаженство плачущим ныне. Вольно (довольно) сердце свое наполнять такими мыслями, от которых смущается душа и унывает (печалится) сердце:—посмотри, не следствия ли это каких-нибудь оставшихся в памяти воображений?...».

Второе. Мы не умеем противостоять своим помыслам, которые исходят от страстей, приносят нам страдания и ведут ко греху. Мы или лелеем их, постоянно повторяя в мыслях одно и то же, а если и пытаемся от них избавиться, то делаем это неправильно. Кстати сказать, что люди мира нашли, например, такой способ избавиться от мыслей:

Интернет-источник: «Исследователи из Университета … предлагают ещё один способ бороться с дурными мыслями: по их мнению, иногда достаточно просто записать их на листе бумаги, а потом разорвать этот лист в мелкие клочки и выкинуть».

Христиане не должны пользоваться такими сомнительными методами, потому что любой дурной или мучащий помысел исходит от той или иной страсти, и для того, чтобы избавиться от нее нужно знать законы действия страстей, нужно уметь трезвиться, обличать себя, молиться и каяться. И только таким путем страсти ослабевают и уменьшаются помыслы от них, а не тем, чтобы сделать что-то внешнее и якобы избавиться от проблемы. На примере вышеназванного абсурдного способа хорошо видно, как плотской разум избавляется от внутренних проблем путем реальных действий, без познания себя и изменения себя и своего отношения к чему-либо.

Третье замечание. Те истины, о которых мы будем говорить, все христиане хорошо знают, и не только знают, но и часто их произносят. Это слова о скорбном пути, о смирении, о воле Божией и т.д. Но зачастую произносят они это, когда поучают или наставляют других. А когда эти истины нужно сказать себе и по ним поступить, то об этом многие и многие христиане не помнят или не хотят по ним поступать. Далее мы приведем немало утешительных слов и, надеюсь, что со временем мы приучимся произносить их для себя, и причем от сердца.

Четвертое замечание. К сожалению, те истины, о которых будет сказано далее, не всегда являются утешениями для наших грешных душ, и произнося их умом, сердца они не трогают. Но все равно следует приучать себя их произносить. Польза от этого будет, во-первых, в том, что мы все же будем стараться уходить от печали и саможаления христианским путем, и, во-вторых, со временем эти истины станут для нас близкими, живыми и заменят все те неправые помыслы и «нытье», к которым мы привыкли за всю свою жизнь.

Итак, когда мы говорили о христианском подбадривании себя, то речь шла о том, что надо обличать себя, например, в самолюбии, саможалении и малодушии, и напоминать себе разные истины из Святого Писания, жизни Иисуса Христа, святых и т.п. и это уже будет рассуждение от духовного разума и обозначили их как утешения-обличения.

### а) Примеры утешений при некоторых действительных скорбных обстоятельствах

Ранее мы уже говорили, что нельзя сравнить неурядицы при домашних делах с действительными скорбными обстоятельствами. Но сейчас приведем примеры утешений себя при скорбных обстоятельствах для того, чтобы показать принцип христианских утешений. А также на их примере хорошо видно, что тяжелые ситуации следует воспринимать не так, как мы привыкли – трагедийно, с видением только тягот внешней жизни, невидением духовной пользы, а также без памяти о Боге и Его промысле.

Например, как и чем должен утешать себя человек, попавший невинно в тюрьму.

**Иннокентий Херсонский** (Слово, сказанное в Вологодской тюремной церкви): «…не усомнимся исповедать и то, что подвергающиеся заключению без вины имеют особенное право утешать себя тем, что Сам Господь и Спаситель разделяет с ними узы их».

А вот пример утешений себя в случае, если человек кому-то материально поможет, а потом сам останется без средств.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в.630): «(Вопрос) Если кто, увлекшись безрассудно, издержит на благотворение и то, что ему самому нужно, и после раскается, то как ему утешать себя, чтобы не поглотила его диавольская скорбь? Ответ. Прежде всего, да укорит он себя за нерассудительность, и да воззовет помысел свой из печали, говоря: "Так как это издержано на доброе дело, то Человеколюбивый Бог силен помиловать меня и устроить по воле Своей"».

Или вот ответ на жалобу о том, что стало меньше работы и заработки стали меньшие.

**Феофан Затворник** (Письма, п.793): «Сократились средства, и труды по делам вашим сократятся. Об этом нечего беспокоиться. Божие дело. Давал Бог больше и поручал побольше. Теперь дает поменьше и поручать будет поменьше. На нет - суда нет. Сему надо покориться, Почувствуете умаление (средств), Бог смиряет: покоритесь. Или Бог пролагает путь к тому, чтоб вы нашли, наконец, субботу (отдых) после дней деланья».

Следующий пример утешения при обидах и оскорблениях.

**Феофан Новозерский** (Наставления, 32): «Когда кто оскорбит, утешать себя надобно мыслью, что Бог милостив,—и скорбь пройдет, а которая сестра оскорбила, за ту помолиться: «Господь и исправит всех». Мы вредное от врага для души своей принимаем; попробуем же для души своей принять от Спасителя полезное лекарство, хотя и горькое: «претерпевший же до конца спасется» (Мф.10, 22). Мстить, негодовать, роптать, жаловаться, быть в неудовольствии, уязвить кого словом, для нас кажется приятным,—и враг этому радуется. Что может быть лучше примера Христа Спасителя? Чудеса Его отвергали, Его Самого ругали, били, наконец ко кресту пригвоздили, а Он при последнем издыхании сказал: «Отче, отпусти им; не ведят бо, что творят» (Лук. 23, 34)!».

И последний пример утешений-обличений себя при уходе за больным родственником, особенно если он старенький или очень болен. (И т.к. это распространенная ситуация, то для помощи заботящимся приведем примеров побольше)

**Феофан Затворник** (Письма, п.887): «Трудились много больного ради и свалились. Вам можно утешать себя тем, что не по своей вине свалились. Хоть А. и не стоит того, но Господь по милости Своей и ради вашей материнской любви и терпения ради оскорбляющего вас, примет уход за ним, как уход за Собою: «болен был». Даруй вам Господи оправиться».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.120): «Ухаживай за больными, как за Самим Христом, и за это ты получишь спасение и на земле будешь избавлена от тяжелых страстей. … Кто охотно ради Христа делает туне (без платы), тот и получит от Него во сто крат больше и наследует жизнь вечную. За твой доброхотный труд тебе должен будет не человек, а Сам Бог».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.5, гл.2): «Те, кто с любовью и терпением ухаживает за больными, за калеками и тому подобными, своей жертвой стирают свои грехи. Если же у них грехов нет, то они освящаются».

**Паисий Святогорец** (Отцы-святогорцы и святогорские истории): «В одной келлии неподалеку от Карей подвизались два румына. Однажды один из них тяжело заболел, а другой, к сожалению, ленился за ним ухаживать и настойчиво просил святого Пантелеймона либо побыстрее исцелить больного, либо забрать его из сей жизни. Он хотел избавиться даже от того небольшого труда, который исполнял, ухаживая за больным. И вот однажды, когда он опять молился святому Пантелеймону, тот явился ему и говорит: "О чем ты просишь? Ты обнажен от добродетелей, а за то, что ухаживаешь за своим братом, получишь от Бога небольшую награду". Эти слова святого Пантелеймона поразили монаха. С тех пор он с большой готовностью ухаживал за больным и просил Господа дать ему еще много лет жизни, чтобы можно было заботиться о нем и тогда, когда он состарится».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.3, гл.2): «Несколько дней назад ко мне пришла одна женщина и попросила: "Отче, моя мать разбита параличом. Как же я устала! Восемь лет переворачивать её с одного на другой бок!" Слышишь, что творится? Дочь говорит о своей матери в таком тоне! "О, — говорю, — твоя проблема решается очень просто! Сейчас я помолюсь, чтобы тебя на восемь лет разбил паралич, а твоя мать выздоровела и за тобой ухаживала". — "Нет, нет, отче!" — закричала она. "Четыре года, — говорю, — по крайней мере, четыре года тебе необходимо! Как же тебе только не стыдно? Что предпочтительней? Быть здоровым, не испытывать боли и ухаживать за больным человеком, имея при этом мзду от Бога, или страдать, быть не в состоянии пошевелить ногой, смиряться и просить: "Принеси мне, пожалуйста, утку, поверни меня на другой бок, подвинь меня к стене..."?" Когда эта женщина услышала то, что я ей сказал, она немного устыдилась».

На этом закончим приводить примеры утешений себя на действительные скорбные обстоятельства и перейдем к вопросу о том, что должен напоминать себе христианин, когда видит, что он жалеет себя и малодушествует при малейших трудностях или телесных немощах.

### б) Примеры утешительных слов о том, что христианский путь – путь скорбей и путь познания своих страстей

Несмотря на то, что мы говорили, что никакой домашний труд не является скорбным обстоятельством, все же в некой мере его можно считать таковым в тех обстоятельствах, если человеку абсолютно не помогают ближние и ему приходится все делать самому и при этом он очень сильно телесно страдает. И именно это относится в некой мере к понятию «скорбный путь». Но даже притом, что неправое отношение родных приносит трудности, христианин не должен малодушествовать и печалиться.

Так, когда тяжело, христианин должен утешать себя тем, что он идет по правому пути, т.к. для спасения лучше терпеть в скорбях, просить помощи Божией, чем жить в удовольствиях, забывая и о Боге, и о спасении. (О том, что наша жизнь – есть скорбный путь, мы уже много говорили в теме «Что такое «скорбь» по христианскому учению…», и поэтому мы не будем на этом останавливаться, а только приведем примеры утешений)

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл.36): «Не Дух Божий живет в тех, которые пребывают в покое, но дух диаволов, как сказал некто из любящих Бога: "Клялся я, что умираю всякий день". Тем и отличаются сыны Божии от прочих, что живут они в скорбях, а мир гордится роскошью и покоем. Ибо не благоволил Бог, чтобы возлюбленные Его покоились, пока они в теле, но паче восхотел, чтобы они, пока в мире, пребывали в скорби, в тяготе, в трудах, в скудости, в наготе, в одиночестве, нужде, болезни, уничижении, в оскорблениях, в сердечном сокрушении, в утружденном теле, в отречении от сродников, в печальных мыслях, имели иной взгляд на всю тварь… И исполнилось на них слово Господа: «...в мире скорбни будете», но о Мне возрадуетесь (Ин.16:33). Господь знает, что живущим в телесном покое невозможно пребывать в любви Его, и потому воспретил им покой и услаждение оным».

**Амвросий Оптинский** (Письма к отдельным лицам, п.237): «А чтобы тебе не малодушествовать паче меры в скорбях твоих, старайся помнить и не забывать, что «многими скорбями надлежит нам войти в Царствие Божие» (Деян.14,22)».

**Амвросий Оптинский** (Их жизнеописания в Бозе почившего оптинского старца иеросхим. Амвросия, ч.1): «Когда найдет хандра, не забудь укорять себя, вспомни, сколько ты виновата пред Господом и перед собою, и сознай, что ты недостойна ничего лучшего, и ты тотчас почувствуешь облегчение. Сказано: «многи скорби праведным» (Пс. 33, 20) и «многи раны грешным» (Ср.: Пс. 31, 10). Такова жизнь наша здесь — все скорби и скорби, а ими-то и достигается Царствие Небесное. Когда будешь непокойна, повторяй чаще: «взыщи мира, и пожени и» (ищи мира и следуй за ним) (Пс. 33, 15)»

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.661): «Ты жалуешься на скорби. А у кого их нет? У каждого человека свои скорби, только для постороннего глаза они незаметны. Притом скажу тебе в утешение, что только через терпение скорбей и можно спасти свою душу. Замечают святые отцы: если бы не было скорбей, не было бы и святых. И Господь дал, нам такую заповедь: «В терпении вашем стяжите души ваша» (Лк. 21, 19)».

**Макарий Оптинский** (Письма к монахам, п.19): «Не вижу таковых скорбей, которые были бы невы­носимы. Если какие случаются, то получаю и помощь Божию, чтобы понести оные. Невозможно же, чтобы со­вершенно избавиться от них, когда нам Господь наш Иисус Христос оставил их, яко наследие. Сам бо пострадал за нас. И святые апостолы, между многими учениями о терпении и необходимости скорбей, написали и сие, что «многими скорбями подобает нам внити в Царствие Небесное» (Деян.14, 22). Посему, не ища добровольно скорбей, долж­но повиноваться воле Божией. Какие Ему угодно послать нам скорби, принимать должны все с благодарением».

Вот примеры утешений в трудных обстоятельствах о том, что напоминается себе, что эта жизнь временная, а впереди, по милости Божией, будет вечная радость.

**Амвросий Оптинский** (Письма к мирским лицам, п.169): «…мы живем-то в юдоли плача, поэтому и приходится проводить время-то иногда скача, а иногда плача. Будем хоть утешать себя тою мыслью, что эта — юдоль плачевная — временная. Все промчится, все промелькнет как тень, как эхо, и настанет вечность постоянная, неизменяемая, бесконечная, и — о, дабы для нас блаженная — светлая! Будем надеяться, что Господь, по беспредельному милосердию Своему, не лишит нас сей милости».

Следует думать не о том, как и из-за кого или чего тебе трудно и плохо, а о том, что скоро неприятность окончится и «претерпевший все, спасен будет».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.360): «Терпишь скорби по хозяйству. - Что делать? Утешай себя той мыслию, что несравненно лучше и полезнее терпеть скорби от людей, нежели оскорблять их. Сказано в Св. Писании: «претерпевший же до конца спасется» (Мк.13,13, Мф.10.22)».

**Иоанн Постник** (Послание к деве, преданной Богу): «Думай не о скорбях, но о радостном окончании их, не о ранах, но о почестях; исчисляй не нападающих, но благоугождающих. Святой Стефан взирал не долу - на камни, но горе - на венцы. … Сим утешай себя: краткое время труд, и во век века успокоение. Облегчай труд надеждою; ибо за печалью следует радость».

Следующее утешение себя при малодушии, когда в воображении рисуются тягостные картины.

**Максим Грек** (Нравоучительные сочинения, сл.18): «…так как ты говоришь: я малодушен, то утешай себя словами (Псалмопевца), который говорит: «далеко удалился бы я, и оставался бы в пустыне» (Пс. 54, 8). А как он помогал себе там, когда беспокоили его малодушие и буря, — слушай внимательно: «чаях,- говорит, Бога, спасающего мя от малодушия и от бури» всяких мысленных треволнений, воздвигаемых бесами. Этому праведнику подражай и ты, по силе своей, вооружаясь верою и непостыдною надеждою на человеколюбие Спасителя, и всячески получишь помощь от Него, ибо «близ,- говорит, - Господь всем призывающим Его во истине: волю боящихся Его сотворит, и молитву их услышит, и спасет я» (Пс.144, 18. 19)».

###

### в) Для того чтобы устыдить себя при малодушии и саможалении при усталости можно напоминать себе о телесных страданиях святых

Ранее мы говорили о том, что мы очень любим свое тело и всячески оберегаем его от трудностей и страданий, и как только ощущаем в нем какие-то изменения к худшему, тотчас видим в этом трагедию.

При этом мы, христиане, знаем, что в христианстве есть такие понятия как: «самоумерщвление», «самоозлобление» и «безжалостность к телу».

**Феофан Затворник** (Письма, п.541): «Телолюбие, плотоугодие, поблажка, саможаление, это разные имена одного и того же. Противно им (против них есть) самоумерщвление, которое начинается некою неприязнью к телу, желанием помучить его и делание этого с некиим удовольствием».

**Максим Исповедник** (Добротолюбие, т.3, Умозрительные и деятельные главы…, 82): «Для добродетели благотворно подвизаться среди болезненных трудов; ибо в таком случае она благодушно все претерпевающим в награду приносит бесстрастие души, по коему душа, любовью соединяясь с Богом, отторгается расположением от плоти и мiра. Измождение тела есть укрепление души».

Знаем и то, что святые подвижники несли тягостные труды и добровольно изнуряли свое тело.

**Лука Крымский** (Проповеди, т.1, Слово в неделю о блудном сыне. Плоть и дух): «…послушайте слова одного из величайших святых, преподобного Антония Великого: "Возненавидь все мирское и покой телесный, ибо они сделали тебя врагом Богу. Но как человек, имея врага, ведет с ним брань, так и нам надобно брань вести с телом, чтобы не покоить его…". Слышите вы, любовь ко всему мирскому и покой плоти делают нас врагами Богу. …Так говорил великий святой, всю жизнь свою посвятивший только Богу. Так говорят и все подобные ему бесчисленные подвижники благочестия, отшельники, монахи. Они возненавидели плоть свою, возненавидели все утехи мира, все прелести, все соблазны мира. Они тело свое хлестали, как вьючное животное, как раба ленивого и непослушного. Они изнуряли плоть свою постом и бдением и достигали власти духа над телом».

**Феофан Затворник** (Путь ко спасению, отд.3. 2Б): «Ни у одного святого не находим льготной жизни: все жили сурово, в стеснении, ослаблении, иссушении, озлоблении плоти. Затем у святого Исаака Сирианина стеснение плоти почитается условием спасения. Жалеющий плоть стоит на пути прелестном, скользком, обманчивом, мнительном».

И все это и другое мы знаем, но когда сталкиваемся с трудностями, все это забывается. Поэтому нам надо учиться помнить эти христианские истины; и поможет этому память о скорбных путях Господа нашего и святых.

**Иннокентий Херсонский** (Сб. Великий Пост. Слово в Великий Понедельник): «Господь разве не утомлялся для нас? Послезавтра вы услышите от святого Иоанна, как Он, утруждая от пути, седяше тако на источнике Иаковле (Ин. 4; 6). Однако же это утомление не мешало Ему делать Свое дело, беседовать с женою самарянкою и привести ее к сознанию своих грехов. И когда ученики говорят Ему: «Равви, яждь», - Он не оставляет Своего дела, не обращается к пище, а говорит: «Мое брашно есть, да сотворю волю Пославшаго Мя и совершу дело Его» (Ин. 4; 34). Вот как поступал для нас Господь наш!»

**Иосиф Ватопедский** (Ватопедские оглашения, гл22): «Нас часто угнетает малодушие, парализуя члены, так что можно подумать, что уже невозможно взять себя в руки и продолжить свое служение. Угнетает утомление от исполнения ежедневных обязанностей, а также еще и те временные условия, в которых оказываются братия, несущие послушание вне монастыря, и еще многое другое, что относится к жизни в Обители. …(Но) утомление и пот, которые мы ощущаем от непрестанного поста и злострадания, есть лишь легкие следы того великого самоотречения, которое имели Отцы, всю жизнь воевавшие с врагом и умертвившие грех, чтобы принять, наконец, в награду свободу и просвещение ума Благодатью».

**Амвросий Оптинский** (Письма к мирянам, п.139): «Не унывай, а утешай себя мыслью, что ты не лучше святого царя Давида, который во всю свою жизнь претерпевал семейные расстройства и скорби, более твоего не во сто ли раз».

Будем напоминать себе и о том, что есть люди, которым намного тяжелее, чем нам.

**Из жития святой Синклитикии** (Евергетин, т.3, гл.13): «А если кто-то сетует на трудность дела, то пусть вспомнит, сколько в миру людей с больными руками и ногами, не только богатых, но и бедных, которые ни днем, ни ночью не знают покоя, всегда мучаясь от неутолимой боли и подвергаясь беспрерывной пытке тяжкими оковами недомогания».

Но заметим и тот факт из опыта, что чем больше человек самолюбив, тем менее его совесть обличает его при примерах людей, которым еще хуже, чем ему. Самолюбцы и эгоисты обычно на это говорят: «а мне от этого не легче, что другим тяжело». И поэтому если мы не почувствуем угрызения совести при таких увещеваниях, то это знак того, что у нас слишком развито наше самолюбие и жестокосердие.

Думаю, многим из нас, телолюбивым, малодушным и жалеющим свое тело при домашних трудах для себя и своих ближних, нужно чаще читать следующее обличение своей душе о ее привязанности к телу.

**Паисий Величковский** (Крины сельные…, сл.1): «Слышала ты, любезная душа моя, о том, как проводили свою жизнь святые отцы! Ах, душа моя! Хотя немного подражай им: не были ли у них слезы? Ох, горе, душа моя! Не были ли они печальны, худы и измождены телом? Ох, горе, душа моя! Не были ли у них телесные болезни, большие раны и душевное со слезами сетование? Ох, горе, душа моя! На такими ли, как и мы телом немощным обложены они были? Ох, горе, душа моя! Не было ли у них пожеланий прекрасного, сладостного и легкого в мире сем и всякого телесного покоя. Да, желали; и тела их поистине болели; но они изменяли пожелания на терпение и скорби на будущую радость. Они раз навсегда все отрезали, почли себя за мертвых, нещадно мучили сами себя в духовном подвиге. Видишь ли, душа моя, как трудились святые отцы, не имея покоя во всяком злострадании, покорили плоть духу, исполнили все прочие заповеди Божии и спаслись. Ты же, жалкая (душа моя), нисколько не хочешь понудить себя (как святые подвижники), от малых трудов изнемогаешь, унываешь и никак не вспоминаешь смертного часа и не плачешь о своем согрешении; но привыкла, несчастная душа моя, объедаться, опиваться и лениться; разве не знаешь, что ты самовольно позвалась на мучения? И нисколько не терпишь; как же хочешь спастись? Хоть с сего времени восстань, любезная душа моя, сделай, что я тебе говорю. Если не можешь так как святые отцы трудиться, то хотя по силе твоей начни; со смирением в сердечной простоте послужи всякому; зазирая (упрекая) свою немощь и осуждая себя, говори: «горе тебе, душа моя, окаянная, горе тебе скаредная; горе тебе всескверная, ленивая, нерадивая, сонливая, жестокая; горе тебе погибшая». Итак, мало-помалу она умилится, прослезится, в себя придет и покается».

### г) Утешения христианина от понимания того, что трудности – это испытания, которые ему посылает Бог

Христианину следует помнить, что он не должен никогда малодушествовать, потому что он должен иметь смирение перед любыми обстоятельствами, которые ему посылает Бог.

**Анатолий Оптинский** (Житие и поучения иеросхимон. Анатолия): «...Всякий благоразумный загодя не плачет, а ждет, что пошлет ему Господь. А что Господь пошлет — хорошее ли, худое ли, с радостью принимает и старается по силе терпеть. А не стерпит — кается в малодушии. А мы с тобою замалодушествуем, еще не видя беды или скорби, и скорбим прежде, чем придет скорбь. Христианка, живи по-христиански».

**Феофан Затворник** (Письма, п.119): «В основу (хлопот и семейных и вне семейных дел) положить надо крепкую веру, что все случайности с нами идут от Господа; каждою из них Господь предлагает нам сделать, что требуется по Его заповедям в таких обстоятельствах, - и смотрит, как мы поступим, угадаем ли волю Его и угадавши, сделаем ли угодное Ему? Кто поимеет сие во внимании, тот всегда одно только дело и будет иметь на душе, не томя себя другими. Сделав одно, за другое возьмется и т.д., до тех пор, пока сомкнет глаза, чтобы заснуть. Так всякий день. Никакой многости дел не будет видеть душа, и томиться тем не будет. Всегда у нее одно только дело пред лицем Господа».

Святые отцы говорят, что тот, кто печалится, кто ропщет, кто жалеет себя, тот не имеет любви к Богу и отвергается Его промысла.

**Максим Исповедник** (Главы о любви, сотн.4-я, 17.18): «…кто не хочет случайностей тяжелых подъять, печальных перенести, болезненных перетерпеть, тот шествует вне Божией любви и цели Провидения. Если «любовь долготерпит и милосердует» (1Кор. 13,4), то малодушествующий при печальных приключениях, злобствующий на опечаливших его, и отсекающий себя от любви к ним не отступает ли от цели Божия Промысла?».

(В следующем поучении речь идет о ропоте брата, у которого послушание было принимать посещающих, но оно также будет нам полезно, т.к. суть ропота одна, независимо от вида работы)

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «…оправдывает себя такой немощью и недугами, но Господь не ведает ли состояния души его и тела, и не возмог ли бы управить или удержать посещающих до того времени, когда он обретался бы в силе, в крепости и в свободном досуге? Но если всеведущий Господь, видя желание его к подвигам и телесному удручению, соизволил большего ради труда и подвига, послать их к нему во время его изнеможения, по достоинству сугубо и светлее увенчан будет. Следовало бы лучше этому брату возрадоваться о таком случае, в котором смог бы своим благодушным терпением истинное свое служение, усердие и любовь к Богу оказать, ибо в отраде и благоденствии, но в злоключении и терпении вера наша и усердие к Богу показуется. Он же вместо покорности к Богу и послушания своего к настоятелю, сугубо возроптал, то есть и на пришедших, и на братий, не помогающих ему. От этого же да познает, что внешностью только одною служит Богу, ибо тогда только усердно и охотно творит свое послушание, когда здрав и силен или по его хотению бывают посещающие. В противном же случае дряхлствует и смущается».

Многим из нас следует воспитывать в себе память Божию, а значит, во всех неприятностях и трудностях иметь смиренную покорность перед волей Божией.

**Тихон Задонский** (т.5, Письма келейные, п.120): «Лучше во всем, что ни приключится противное (неприятное), отдаваться на волю Божию, без которой ничего не бывает, и все терпеть без негодования, роптания и с охотой, ибо это будет делом послушания, покорения и добродетели; а если будешь без охоты и с негодованием (неприятное воспринимать), то это будет делом непослушания, непокорности и порока. Первое свойственно Духу, покоряющемуся воле Господа своего, а другое — духу противящемуся. Верному рабу Божию свойственно полагать в себе и говорить так: «что хочет Бог мой, хочу и я. Хочет мне в болезни быть, хочу и я. Хочет мне в нищете быть, хочу и я. Хочет мне бесславие терпеть, хочу и я. Хочет мне в темнице или в заточении быть, или умереть, хочу и я. Приключилось мне то, претерплю, да будет воля Господня. Он мне эту чашу дал, испью ее, данную от Него»».

Обращаем опять внимание на то, что здесь перечислены такие скорбные ситуации, как болезни, нищета, темница, которые никак нельзя сравнить с домашними делами, которые мы выполняем дома. Они есть малые искушения, а мы и их не можем смиренно перенести.

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п.13): «…если кто перенесет искушение с терпением и смирением, оно пройдет без вреда для него; если же он будет малодушествовать, смущаться, обвинять каждого, то он только отягощает самого себя, новые навлекая на себя искушения, и не получает совершенно никакой пользы, но лишь вредит себе, тогда как искушения приносят большую пользу тому, кто переносит их без смущения. …Посему человек не должен малодушествовать в печали, происшедшей от случившегося с ним искушения, и не уклоняться от него, но переносить его со смирением, считая, что он должен был потерпеть это».

Мы просто не видим, например, в уборке или мытье посуду того, что это есть воля Божия для того, чтобы ты послужил другим людям или чтобы в терпении и смирении пережил какие-то неправые действия твоих родных – в данном случае, что они не хотят ничего делать по дому.

Святые отцы также говорят, что смирение перед волей Божией приносит облегчение, а не смирение – еще большую скорбь, и мы страдаем и печалимся только потому, что не хотим принять волю Божию.

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п.10): «Ты ропщешь, но тем самым увеличиваешь свои скор­би, а когда ты подклонишь смиренно выю свою под руку Божию и будешь себя винить, кроме всех других вин, за нетерпение и ропот, то получишь облегчение и утешение в скорбях твоих».

**Иоанн Максимович** (Илиотропион…, кн.4, гл.5): «Один из церковных писателей повествует: Христос Господь, явившись одной из подвижниц деве, сказал ей: «Знай, что все наказания, встречающиеся здесь людям, зависят от их воли. Если бы воля была направлена к добродетели и была бы истинно покорна и согласна с Моей волей, то труды, болезни, скорби и другие неприятности, которые встречаются каждому человеку в жизни, не были бы для него наказанием, ибо он переносил бы их с радостным и благодушным сердцем по любви ко Мне, рассуждая и твердо веря, что они постигли его по Моей воле или Моему попущению для неизвестной ему, но доброй цели. Ум такого человека во всяком телесном страдании бывает свободен и самые страдания его облегчаются мыслью, что его воля во всем сообразна и покорна Моей воле». Таким образом, дух человеческий, отвергшись своей воли, умиротворяется и успокаивается, даже пребывая еще и в здешнем мире (жизни)».

Поэтому мы должны научиться воспринимать исполнение домашних дел (при приятных или неприятных ситуациях) как исполнение заповедей и воли Божией.

**Иоанн Крестьянкин** (Письма, гл. Заповеди Божии): «Волю Божию можно и нужно выполнять в любом деле и при любых занятиях и на любом месте. Дело не в том, чем мы занимаемся, но как относимся к делу и что для нас главное. …Так не сетуй на внешнее, но исповедуй свою немощь, и смирится вознесенная было гордыня».

**Феофан Затворник** (Письма, п. 1333): «Пусть смотрит на труд ухаживания за малюткою не как на дело, от людей возложенное, и для людей делаемое; а как на дело, самим Господом порученное, и Ему приятное. Пусть зрит Господа и в сознании говорит Ему: «Тебя ради Господи делаю. Помоги мне, и прими благосклонно труд мой сей»».

**Феофан Затворник** (Письма, п.275): «Вы жалуетесь на хлопоты, развлекающие и не дающие помнить о Господе. Попробуйте так понять все дела свои по хозяйству и по другим отношениям, как бы они прямо от Самого Господа были вам назначаемы; не вообще только, а частно всякое дело таковым понять. Тогда, приступая к делу и совершая его, можно содержать в мысли и то, что вам следует исполнить его, как было бы приятно Господу. Чрез это при делании мысль будет с Господом. Если в конце, сознав помощь Божию, возблагодарите Господа, то вот и в конце Господь. Если затем, в том же порядке исполните второе - третье и так далее до конца дня; то вот вы весь день с мыслию о Господе. А это ведь и есть то, что требуется, то есть ходить в присутствии Божием. Отсюда будет чувство к Господу, чувство страха, благоговеинства, преданности, благодарения. Чувства и есть молитвы без слов».

### д) Христианин не будет жалеть себя и малодушествовать, если будет воспринимать домашнюю жизнь и трудности в ней через духовный смысл и пользу

Так как у христиан в силе должен быть развит духовный разум, то многим из нас следует научиться воспринимать любые неприятности и трудности через духовную пользу.

Вот пример, как следует смотреть на укоры. Мы обычно видим в них, что нас незаслуженно кто-то обвиняет, и мы поэтому – жертвы, а другие – плохие. А вот, как должен воспринимать их христианин.

**Филарет Дроздов** (т.3, Слово в день Благовещения Пресвятыя Богородицы): «Кто восстает против тебя и возмущает мир души твоей? Укоризна? – размысли, справедлива ли она. Если несправедлива: то стрела пролетела мимо тебя; от чего ж тебе быть больным, когда ты не ранен? Если же справедлива: то не сетуй на укорителя, как на врага, который наносит рану, но благодари его, как врача, который открывает ее и побуждает тебя к уврачеванию оные. Обида ли, делом нанесенная, раздражает тебя? – размысли, что лучше, обидчиком ли быть, или обиженным? Без сомнения лучше быть невинным, нежели виновным. Размысли и о том, лучше ли раздражаться, или терпеть? Раздражение может сделать вдруг и виновным, и более прежнего несчастным, напротив того, терпением и непорочность сохраняется, и несчастие уменьшиться может».

Также чрез то, что происходит с тобой при неприятных ситуациях в домашнем быту, христианин, если будет внимательным к себе, может увидеть свои страсти, т.е. познать себя, и в этом есть великая духовная польза от тягот.

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.57): «…опытные в жизни духовной говорят, что (неприятные) случаи даже могут приносить пользу душе. Именно: через неприятные случаи мы познаем, что мы нетерпеливы, а если нетерпеливы, значит, самолюбивы. А познание это должно расположить нас к самоукорению и покаянию, и молитвенно просить у Господа помилования. — Без неприятных же случаев человек склонен к самомнению».

Также следует помнить, что смиренный труд ради других до изнеможения несет прощение многих наших грехов. Вот пример об этом из жития святого Антония Нового.

**Отечник Игнатия Брянчанинова** (Антоний Новый): «Братия, усмотрев, что он (Антоний) способен ко всякой работе, брали его с собою, и, дав ему в руки лопату, заставляли копать землю. Удручаемый трудом, омываемый непрестанно потом и слезами, он воздыхал и молился мысленно Богу: «Господи! Виждь смирение и труд мой, и остави вся грехи моя» (Пс. 24, 18). По прошествии довольного времени он видит во сне некоего мужа в великой славе. Муж этот держал весы в руке своей; на левой стороне весов положены были все грехи Антония, содеянные им от юности, а на правой все добродетели. Сперва, обе чаши весов стояли на одной высоте; потом начала перетягивать левая, в которую положены были согрешения. Тогда славный муж, взявши лопату, которою копал Антоний, положил в правую чашу, которая и перетянула тяжесть согрешений, а славный муж, взглянув на Антония, сказал: «вот! Бог показал тебе значение трудов твоих, и простил тебе все согрешения твои»».

Относительно труда при усталости ради служения другим людям христианин должен воспринимать свой труд, как исповедничество.

**Иосиф Ватопедский** (Ватопедские оглашения, гл.7): «Разве это не исповедничество, когда мы, усталые и перегруженные работой, вынуждены продолжать свой труд безропотно, ради послушания, поскольку в этом явилась необходимость? Разве это не исповедничество, когда на нашем пути появляется возможность наслаждения или отдыха или когда нам воздают почести, а мы предпочитаем узкий и тесный путь (ср. Мф.7,14)? Разве это не исповедничество, когда лентяи и во всем соблазняющиеся люди нас осуждают и презирают, а мы безропотно все это переносим, будто бы это терпит кто-то другой? Ведь мы знаем, что закон злострадания, который мы добровольно восприняли, есть не что иное, как убеждение, что желающие спастись «будут гонимы» (2Тим.3,12)! Боголюбивейшие отцы и братия, это поприще исповедничества принадлежит вам, и блажен, кто сохранит сия и уразумеет милости Господни (ср. Пс. 106, 43)».

Также в утешение тем, которые не имеют помощи в домашних делах от родных, скажем о том, что Господь никогда не забудет ваш жертвенный труд и вы духовно счастливые люди, т.к. "блаженнее давать, нежели принимать" (Деян. 20, 35)

И еще немаловажная польза от того, что у вас много работы по дому: над вами не властвует другая страсть – праздность, которая делает человека не способным ни к труду, ни к духовным подвигам, ни к служению ближним (о ней будет идти речь далее).

Вообще, если мы будем понимать смысл скорбных и трудных ситуаций, которые нам посылает Господь, то мы никогда не будем жалеть себя и жаловаться, а будем еще и искать их.

**Амвросий Оптинский** (Общие праздничные приветствия, Смысл скорбей): «Всеблагий Господь праведным посылает различные скорби, во-первых, для того, чтобы не ослабевали в подвигах благочестия и, разленившись, не уклонились в противную сторону, и не погибли… (В контексте нашей темы это означает: лучше много трудиться и уставать, чем отдыхать в праздности, например, за компьютером или у телевизора – от сост.). Во-вторых, праведным Господь посылает различные скорби для того, чтобы через это они совершенно очистились от грехов и страстей, и получили велие воздаяние в будущем веке…» (В контексте нашей темы это означает: если человек придет уставшим домой, а уже кто-то и убрал и еду приготовил, то, как можно воспитать терпение, как жертвовать своими силами и временем ради другого, как бороться с самолюбием, когда все легко и удобно – от сост.) …Всем вообще говорит Господь — и праведным, и грешным: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас; возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим; ибо иго Мое благо, и бремя Мое легко» (Мф.11: 28-30): и паки: «Терпением вашим спасайте души ваши... Претерпевший же до конца спасется (Лк. 21: 19; Мф. 10: 22). (В контексте нашей темы это означает: не утружденный человек не зовет Господа на помощь и не учится кротости и смирения – от сост.)».

## 2.5.2. Об утешениях, происходящих от памяти о Боге и молитвы

Итак, рассмотрев утешения от подбадривания себя христианскими истинами, скажем о великом утешении христиан – это утешение от Бога. И рассмотрим мы его с позиции, как следует христианину искать утешения у Бога.

Всем известно, что христианин должен искать утешения у Бога и для этого он должен обращаться к Нему с молитвой. И именно этого не делают люди неверующие или маловерующие, особенно при саможалении и печали. Но именно этого, как правило, не делаем и мы, христиане, когда испытываем трудности при утомлении в повседневных делах (при скорбных обстоятельствах мы это еще хоть как-то делаем).

Мы уже немало сказали о том, что при трудностях люди обычно начинают «ныть» и роптать. А это значит, что их ум находит время и силы произносить все эти бесполезные слова. А вот, чтобы произносить молитву и просить Бога о том, чтобы Он подал терпение, бодрость духа и силу жертвовать собой, мало кто помнит и знает. И даже те, кто вспоминают об этом, и те опять быстро уходят на помыслы саможаления. Это можно проверить, если понудить себя вместо слов саможаления произносить молитву, то можно увидеть, как через очень быстрое время в уме опять мысли о себе, ропот и т.п.

Далее поговорим об утешении от Бога, в которое входит несколько понятий: это и память о Боге, и молитва к Нему о помощи, и благодарение со славословием.

### В утешении себя христианин должен напоминать себя о Боге

Итак, истинный христианин утешается упованием на Бога, Милующего и Спасающего. Только надо при печали вспомнить о Нем.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 26): «И когда тягота одолевать начнет, вызывайте (память о том, что Бог никогда не оставляет) и утвердите его посреди между вами и тяготою, - и чувство (тяготы) или утишится, или совсем исчезнет. Уповающего на Бога милость обыдет. Упование не посрамит. Пойте - Заступнице Усердная. Блажим Тя вси роди. Тебе необоримую стену».

Вот как обличает себя и подбадривает памятью о Боге свт. Тихон.

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §335): «Как подобает утешать верою скорбящую душу. «Почему прискорбна ты, душа моя? И почему смущаешь меня? Уповай на Бога, ибо я исповедуюсь Ему, говоря: «Спасение лица моего, и Бог мой» (Пс.41:6). В великой печали человек не знает сам, что делает. В таком случае, возлюбленный христианин, «возложи на Господа печаль твою, и Он тебя пропитает», — говорит тебе святой Давид (Пс.54:23). Утешай себя бесконечным милосердием Божиим, «ибо не навечно отринет Господь, ибо смиривший помилует по множеству милости Своей» (Плач 3:31-32). «Господь мертвит, и живит, низводит в ад скорбей и возводит; Господь делает нищим и обогащает, смиряет и возвышает» (1Цар 2:6-7). Если и говорят тебе враги твои, дьявол и слуги его: «Где Бог твой?» — беседуй со своей душой, утешай ее со святым Давидом: «Почему прискорбна ты, душа моя?»—и прочее. Хотя и говорится тебе в помыслах: «Где Бог твой?» Но ты обещай: «близ Господь всем призывающим Его во истине» (Пс.144:18)».

### Утешением для христианина есть то, когда он выполняет домашние дела с памятью о Боге и во славу Божию

Так как усталость бывает телесная и душевная, то христианину следует, устав телом в той или иной мере, не давать при телесном утруждении уставать душе, и делать это следует путем молитвы. Так, если христианин будет что-то делать руками и повторять молитву или петь духовное песнопение, то он не только будет делать телесное доброделание для себя и своих родных, а и будет доставлять пользу своей душе тем, что помнит о Боге.

**Нил Синайский** (153 главы, 16): «Молитва есть врачевство от печали и уныния».

**Тихон Задонский** (Плоть и дух, гл.34): «Молитвой избавляемся от печали, скорби и получаем утешение душе нашей, ибо молитва печальному, как прохлаждение во время зноя».

**Новый Эклогион** (Житие … препод. … Кирилла Филеота): «…препод. (Кирилл) говорил: "Если руки твои заняты работой, язык твой должен воспевать песнопе­ния, а ум - молиться, потому что Бог требует от нас в качест­ве долга, чтобы наши ум и помышления всегда были заняты Им».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.525): «Без скорбей и болезни не спастись нам, а за труды Господь не оставит, только делай без ропота. …Почаще старайся молитву Иисусову творить, с ней веселее будет работать».

**Старец Паисий** (Отцы-святогорцы и святогорские истории, предисл.): «(У одного святогорского старца) руки … неустанно работали на благо других, а ум и сердце духовно трудились в непрестанной молитве: "Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя"».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.2, гл.2): «(Вопрос) Геронда, как быть, если мать имеет и много детей, и много работы? (Ответ) Но разве она не может, выполняя дела по дому, одновременно молиться? Меня к Иисусовой молитве приучила мать. Когда мы, будучи детьми, совершали какую-нибудь шалость, и она была готова рассердиться, то я слышал, как она начинала вслух молиться: "Господи, Иисусе Христе, помилуй мя". Сажая в печь хлеб, мать произносила: "Во имя Христа и Пресвятой Богородицы". Замешивая тесто и готовя пищу, она тоже постоянно произносила Иисусову молитву. Так освящалась она сама, освящались хлеб и пища, которые она готовила, освящались и те, кто их вкушал».

К тому же молитва будет давать определенное облегчение телу, а если еще и благодать Божия покроет нас своею милостью, то мы вообще не будем чувствовать усталости.

**Дмитрий Ростовский** (Летопись, События в 6-м столетии 4-го тысячелетия): «Для любящего Христа не бывает тяжелым какой-либо, хотя и величайший труд, совершаемый ради любви Христовой и ради славы святого имени Его».

К тому же любое домашнее занятие, делаемо в одиночку, позволяет христианину, занятому целый день на работе и находящемуся постоянном общении с другими людьми, побыть в уединении и помолиться.

### Облегчение приносит молитва к Богу о помощи

К понятию «утешение от Бога» входит не только память о Боге, но и молитва, в которой человек просит помощи.

О чем правильно просить Бога не в тяжелых скорбных обстоятельствах, а когда нам тяжело телесно или душевно от своей печали и самолюбия при повседневных делах?

Мы обычно просим, чтобы была разрешена скорбная ситуация (хотя она и не есть таковой) или чтобы люди изменились по отношению к нам. Т.е. мы руководимы плотским разумом, который желает изменить ситуацию и других людей так, чтобы нам было удобно и выгодно. А святые молились от духовного разума, т.е. о том, чтобы Господь подал облегчение их душе, которая мятется от своих страстей, дал ей смириться перед волей Божией, дал терпение и подал истинную радость вместо печали.

**Амвросий Оптинский** (Письма к разным лицам, п.190): «В болезнях телесных и огорчениях душевных и в разных внешних обстояниях помози, Господи, все это переносить благодушно и с покорностью воле Божией».

**Нектарий Оптинский** (Из наставлений старца Нектария): «При всяких неудачах старец велел говорить: “Господи, верю, что терплю должное и получаю то, что я заслужил, но Ты, Господи, по милосердию Твоему прости и помилуй меня”, — и так повторять несколько раз, пока не почувствуешь мир в душе. Молись, чтобы Господь воцарился в сердце твоем, — тогда преисполнится оно великой радостью, и никакая печаль не в силах будет потревожить тебя. Для этой цели старец советовал молиться так: Господи, отверзи двери милости Твоей».

**Феофан Затворник** (Толков. на 118 псалом, ст.76, 77): ««Да будет же милость Твоя утешением моим, по слову Твоему к рабу Твоему. Да придет ко мне милосердие Твое, и я буду жить; ибо закон Твой - утешение мое» (Св. Амвросий говорит) «Иной, … смиренный бедствиями, молится о том, да престанут искушения, да укротит Господь свирепствующую против него бурю бед; а пророк, как крепкий и мужественный борец, уразумевший, как бедствия и скорби возводят душу к совершенству, желает не скорбности удалить, не противности отклонить,— просит пресечь не все то, что причиняет утомление и труд, а молится, чтобы во время притрудной борьбы его против бури искушений подано было ему утешение, чтобы мужественным духом переносить наносимое, и чтобы не ослабеть от приражений печали и уныния. Таким образом, он умоляет благость Божию не попустить, чтобы, быв лишен помощи, подаваемой утешением, не прекратил он, не кончив, начатого им доброго воинствования. …Тесные обстоятельства производят два рода действий: наводят печаль и подрывают энергию. В предыдущем стихе пророк молился о милости утешения, которым отгоняется печаль, а здесь молится об оживлении энергии. Пусть, как бы так он говорил, пусть все остается, как есть, — пусть буду состоять я под смирительным гнетом, но у меня опускаются руки, слабеет мужество: вдохни же в меня непоколебимую твердость и неустрашимую бодрость сердца, чтоб и я сам сознавал, и другие видели, что как ни тесно мне, но я нимало не слабею в нравственных силах, а все тот же, все так же бодро выступаю на борьбу с лишениями и скорбями».

Поэтому и нам, когда действительно тяжело, следует обращаться к Господу за помощью, сознавая, что этот непокой сердца и наше страдание происходит, потому что мы очень любим себя, жалеем, обижаемся, не желаем трудов и т.п.

**Амвросий Оптинский** (Письма к мирянам, п.139): «…мы должны быть рассудительны, то есть должны, прежде всего, заботиться о получении милости Божией и спасения вечного, а не о том, чтобы возвращать… временные блага, которые выпали и выпадают из ослабленных рук (вашего) сына. Впрочем, силен Господь исправить и его, если только он захочет преклониться под крепкую руку Божию. Нужно смиренно и с верой молиться Богу о сем, да вразумит его и нас».

**Георгий Затворник** (Письма, п. 3, 238): «Терпения ли вам недостает? Обратите мысль ко Господу и воздохните: «Господи! видишь мое нетерпение и малодушие; буди милость Твоя, даруй мне терпение и великодушие, и как Тебе угодно, благоустрой о моем спасении. Да призывается непрестанно имя Твое в сердце моем, да люблю Тебя паче души моей и паче всей твари, точно так, как Ты Сам повелел еси. Царю мой и Боже мой! не оставь меня».

**Антоний Оптинский** (Письма к разным лицам игумена Антония, изд. 1869, с.34): «...Когда мы столь немощны и слабы, что ни дать себе чего, ни отбросить от себя чего тяготеющего не можем, то вкупе помолимся Матери Божией и попросим: «Исполни, Чистая, веселия сердце мое, Твою нетленную дающи радость, веселия рождши Виновнаго, печаль греховную потребляющаго, и мир (спокойствие) подающего всяк ум преимущий».

### Облегчение в телесных и душевных тяготах приносит благодарение Богу и славословие

Ранее мы уже упоминали, что веселость и радость не позволяют падать духом и пребывать в печали. Это есть естественное средство. Но есть еще более великое противление печали – радость о Боге, в которой есть и благодарение Ему, и понимание промысла Божьего, и надежда на Бога и спасение, а также любовь к Нему. Поэтому в печали и скорбях следует также молиться Богу и славить Его.

**Нил Синайский** (Письма, п. 3.105): «При всяком горестном для нас событии весьма полезно и крайне необходимо благодарить Бога, Промыслителя и Судию человеческой жизни. Ибо, если при всяком печальном обстоятельстве окажемся благодарными, то, без сомнения, сподобимся наград, уготованных победоносным мученикам».

**Амвросий Оптинский** (Письма, п.338): «…(для малодушных)… нет ничего полезнее, как Бога благодарить за все случающееся приятное и неприятное, и никого не винить, кроме себя самих, за многое и во многом повинных».

**Игнатий Брянчанинов** (Письма к разным лицам п.39): «Отгоняются же скорбные помыслы благодарением Богу. Благодарение сперва успокаивает сердце, потом приносит ему утешение, впоследствии принесет и небесное радование — залог, предвкушение радости вечной».

**Георгий Задонский** (Письма, п.3, 124): «Радуйтеся о Господе! А вы печальны?.. Что ж делать? Буди сердцу вашему утешением Иисус Христос, Един могущий истинно утешать печальную душу. Грусть прогоняется молитвою и чтением Псалтыри; не только же прогоняется грусть, но, при усердном внимании к читаемому слову, озаряется душа и просвещается мысль, Да и самое сердце исполняется радости о Господе. Вот чем надлежит заниматься печальной душе, а не унывать, не отчаиваться».

Так, вместо того, чтобы повторять «нытье» как ты устал и как у тебя что-то болит, следует понуждать себя петь или «Богородице Дево, радуйся…», или «Царю Небесный Утешителю…», или другую любимую радостную молитву. И если так сделаете, то хотя и тело будет болеть, но душа не будет страдать о нем. А радостное благодарение Богу наполнит ее силою и терпением. И тогда человек получает истинное утешение, исходящее от Духа Святого Утешителя.

## 2.5.3. Об утешениях от силы любви при трудной телесной деятельности

Итак, мы рассмотрели, что душа может утешаться (или облегчать свои переживания) подбадриванием себя; и для христианина это должны быть не только обычные слова, но и обязательно слова о христианских истинах и молитва. А теперь рассмотрим вопрос, что утешения в трудностях и служении другим людям происходят от любви.

### О труде по любви к человеку, при котором не ощущаются трудности и усталость приятна

Итак, у естественной любви есть свойство – облегчение в трудностях, которое придает силу человеку и делает легким - трудное, неприятное - приятным. И так любовь действует у каждого человека, независимо от веры или неверия, когда он не действует по самолюбию, а способен к жертвенности.

**Платон, митроп. Московский** (т.5, Слово на день преп. Сергия): «…ничто не бывает трудно, когда мы … думаем угодить лицу любимому».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.397): «…любви свойственно радоваться при оказании помощи любимому».

**Филарет Дроздов** (т.2, Слово к восприемлющим обет сердобольных вдов): «…естественная человеческая любовь облегчает трудные дела… Например, мать часто в глубокую ночь непринужденно бодрствует над своим младенцем, а кормилица не может победить сна? Не силою ли матерней любви уничтожается трудность долговременного бдения?».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.2, гл.2): «Мать страдает, выбивается из сил, но ни боли, ни усталости при этом не испытывает. Она принуждает себя [к работе], но, любя детей, любя свой дом, всё делает с радостью. Человек, который целыми днями лежит на боку, устаёт больше, чем она. Помню, когда мы были маленькими, наша мать должна была носить воду издалека, а ещё готовить, печь хлеб, стирать одежду, да к тому же работать в поле. При этом еще и мы — дети — не давали ей покоя: когда мы ссорились между собой, к её многочисленным делам и хлопотам прибавлялись ещё и судейские обязанности! Однако она говорила: "Это мой долг. Я обязана делать всё это и не роптать". Она вкладывала в эти слова добрый смысл. Она любила дом, любила своих детей и от дел и забот не выбивалась из сил. Она всё делала с сердцем, с радостью. И чем больше проходит лет, тем сильнее мать любит дом. Её годы уже не те, что раньше, однако, несмотря на это, она жертвует собой всё больше и больше, чтобы и внучат вырастить. У неё остается всё меньше сил, однако она совершает все свои обязанности от сердца, и её силы превосходят даже силы её мужа, и те силы, которые сама она имела в молодости».

(Но у всех ли матерей есть такая жертвенность от любви, чтобы без ропота и недовольства служить родным?! Пусть каждый ответит себе сам…)

Итак, такое облегчающее свойство любви в христианстве определяется как «труд любви».

**Феофан Затворник** (Толк. на 1 Сол.1,3): ««…непрестанно памятуя ваше дело веры и труд любви…» …Труд предполагает действование с утомлением, тяготою, приболезненностию. Но труд любви не замечает и как бы не ощущает того. И в нем есть терпение, но терпение любви, любовью поглощаемое. Это, можно сказать, труд беструдный, или нетрудящий».

А что происходит при самолюбии с этим свойством любви? Если сказать просто, оно не действует, т.к. для того, чтобы любовь дала силу, нужен акт самопожертвования.

Так, при труде любви человек уставая, не устает, а тот, кто себя любит, тот даже не работая, будет уставать.

**Старец Паисий** (Отцы - святогорцы и святогорские истории, гл. Возвращение к Богу…): «Для того, кто из чистой любви устает ради своего ближнего, усталость становится отдыхом. А тот, кто любит самого себя и ничего не делает, устает даже от того, что сидит без дела».

И если у самолюбивого человека любовь к ближнему умаляется, когда ему тяжело, и он ропщет и жалуется на других, то при истинной любви трудности возвышают любовь и она становится сильнее.

**Феофан Затворник** (Сборник слов, посвященных Богоугодной жизни вообще, ст. Любовь — венец подвижнических трудов…): «Пусть он (в ком внедрено сие чувство или сия сила) в постоянном труде, но ни труда, ни потов, ни скорбей, ни препятствий не видит и не ощущает. Ибо самые трудности в путях любви не умаляют, а возвышают любовь, как ветер не гасит, а больше и больше усиливает, расширяет пламень огня».

И если для самолюбивого человека лишить себя удобства или отдыха ради служения другому – это тяжкое бремя, то для имеющего истинную жертвенную любовь – это добровольный подвиг, который получит благословенное воздаяние.

**Филарет Дроздов** (т.5, б.278): «…если ты лишаешь себя приятности, удобства, покоя, чтобы утешить и успокоить ближнего; ущербляешь нужное для тебя, чтобы помочь нужде ближнего: то ты проходишь подвиг, который может привести к венцу; сеешь семя, которое способно принести обильную жатву благословений и воздаяний».

Святые отцы также говорят, что тот, кто что-то делает с любовью к другим и любит труд, то ощущая телесную усталость, не будет душевно усталым, а если нет ни того, ни другого, то человек страдает от своего греха.

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.4, гл.2): «Если человек трудится со смирением и любовью, то всё [что он делает] будет просвещённым, очищенным, радостно благодатным, и сам он будет чувствовать в себе внутреннее восстановление сил. …Кроме этого, если человек делает свою работу без любви, то он устает. Например, если кто-то не любит работу и для того, чтобы окончить её, надо подняться в гору, то только один вид этой горы отнимает у него силы. Тогда как другой, делая то же самое от сердца, идёт и взлетает на гору, сам того не замечая. К примеру, если человек рыхлит грядки или пропалывает огород от сердца, то он может работать несколько часов и не уставать — несмотря на солнцепёк. Если же человек работает не от сердца, то он то и дело останавливается, зевает, жалуется на жару и страдает. …Работая от сердца и испытывая радость, человек не выбивается из душевных сил, и телесная усталость тоже исчезает. Удовольствие, которое чувствует человек, любочестно выполняющий свою работу, — это доброе удовольствие. Это удовольствие дал Бог, для того чтобы не уставало Его создание. Это — восстановление сил через усталость».

Но мы привыкли укорять других в не помощи нам, привыкли жаловаться и т.д., и тем самым мы не только теряем возможность даже в мелких домашних делах исполнять заповеди о любви, но и вредим себе тем, что, не имея духа жертвенности, обессиливаем себя.

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.2, ч.3, гл.2): «…в нашу эпоху великодушие является редкостью, потому что пришли себялюбие, корысть. Редкостью является человек, который скажет: "Я уступлю свою очередь другому, а сам подожду." Как же немного таких благословенных душ, что думают о другом! …Добро является добром лишь в том случае, если делающий его жертвует чем-то своим: сном, покоем и тому подобным. Потому и сказал Христос: "...от лишения своего...." Когда я делаю добро, отдохнув, оно недорого стоит. Однако если я устал и, к примеру, выхожу показать дорогу кому-то просящему об этом, то это стоит дорого. Когда я, предварительно выспавшись, провожу ночь без сна там, где нуждаются в моей помощи, то цена этому невелика. Если же при этом и беседа мне по душе, то я и вовсе могу сделать это для того, чтобы порадоваться общению и немножко развлечься. Тогда как, устав и идя на жертву, для того чтобы помочь другому, я испытываю райскую радость. Тогда я захлебываюсь в Божием благословении. А если человек тяготится не только тем, чтобы помочь другому, но даже и тем, чтобы сделать что-то для себя самого, то он устает и от самого отдыха. Тот же, кто помогает ближнему, отдыхает и от усталости. Если в человеке есть жертвенный дух, то, увидев кого-то, к примеру, физически обессиленного, работающим и уставшим, он скажет ему: "Сядь, отдохни маленечко" и сделает его работу сам. Тот, кто выбился из сил, отдохнет телом, а тот, кто ему помог, ощутит духовное отдохновение. Какое бы дело ни делал человек, он должен делать его от сердца, в противном же случае делающий не меняется духовно. То, что делается от сердца, не утомляет. Сердце - это словно самозаряжающееся устройство: чем больше оно работает, тем больше и заряжается. Вон бензопила, когда попадает на трухлявый пенек, фыркает: "фр-р-р..." и глохнет. Но, попадая на твердое дерево, она упирается в работе, подзаряжается и пилит. И не только в даянии, но и в случае, когда предстоит взять что-то, мы не должны думать о себе, но всегда стремиться к тому, что приносит покой душе другого. В нас не должно быть алчности. Мы не должны помышлять о том, что имеем право взять сколько мы хотим, а другому пусть не останется ничего. (Вопрос) Опять, Геронда, все возвращается к духу жертвенности. (Ответ) Так ведь это и есть основа всей духовной жизни! И знаешь, какую радость ощущает человек, принося себя в жертву? Он не может выразить переживаемой радости. Наивысшая радость происходит от жертвы. Только жертвуя, человек пребывает в родстве со Христом, потому что Христос есть Жертва. Еще здесь человек начинает переживать рай или ад. Человек, делающий добро, радуется, потому что ему воздается за это божественным утешением. Делающий же зло переживает муку. Мой собственный покой рождается от доставления покоя другому».

Поэтому будем помнить, что делая что-то для других, будучи сам уставшим, человек поступает по любви, которая жертвует своими силами и интересами. Но, к сожалению, дух самолюбия не дает нам так поступать…

В христианстве это свойство любви раскрывается в более полной мере, потому что оно сопряжено со смирением, любовью к Богу и ближнему, как образу Божьему.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.8, 1-10): «Чтобы иметь благотворное влияние на человеческое сердце, подвиг служения должен удовлетворять известным обязательным условиям, которые сообщают ему внутреннюю духовную силу. Во-первых, этот подвиг должен быть соединен с любовью; служение только внешнее, холодное, без внутреннего участия вряд ли произведет благотворное впечатление и даже может быть не оценено, как не ценим мы платных услуг наемной прислуги или услуг чиновников в присутственных учреждениях. …Второе условие плодотворности подвига служения — это смирение. Даже любовь не может возродить человеческое сердце без смирения. … Смирение в подвиге служения состоит не столько в том, что человек берет на себя самую низкую и грязную работу, но главным образом в полном бескорыстии и отсутствии эгоистических мотивов любви. … Можно любить, забывая себя, любить для другого, не ожидая для себя ровно ничего и думая лишь о счастье любимого, хотя бы для этого пришлось пожертвовать личным счастьем и осудить себя на безысходное горе и страдание. Эта смиренная любовь, которая «не ищет своего» (1Кор. 13, 5), и есть великая непреодолимая сила служения. …Наконец, третье обязательное условие силы христианского служения состоит в том, что оно должно совершаться в Боге. Это значит, во-первых, что исходным его началом должна быть заповедь Божия, а основным мотивом — послушание воле Божией. "Я служу ближнему, потому что этого хочет и требует Господь", — вот мысль, которая должна составлять начальную основу служения. Только в этом случае оно является устойчивым, постоянным и становится независимым от каприза переменчивых настроений и личных колеблющихся симпатий и антипатий. Во-вторых, это значит, что сущность чувства, побуждающего к служению, должна быть любовь к ближнему в Боге, то есть любовь к тому бессмертному, неизгладимому образу Божию, который есть в каждой душе и который может только потускнеть, но не исчезнуть совсем. "Я люблю ближнего потому, что он — Божье творение и носит в себе образ Божий", — вот формулировка этого чувства».

Заметим, что если к телесной усталости не присоединять даже простые слова о любви к людям, например: «я делаю, потому что люблю других, и хочу, чтобы им было хорошо» и др., то каждый по собственному опыту знает, что это ожесточает, делает человека хуже и приводит к конфликтам.

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.1, ч.2, гл.5): «Телесная усталость, будучи лишенной духовного смысла, или, лучше сказать, происходя без духовной необходимости, при которой она могла бы быть оправдана, - ожесточает человека. Даже самая смирная лошадка, если ее заездить, начинает лягаться…».

Но христианин не должен ограничиваться только словами о любви к людям, как это делают люди неверующие, главное, чтобы он руководствовался заповедями Божиими и делал что-то для любимых ему людей, как для Бога. Например, вместо слов о том, что он делает что-то для других, потому что любит их, должны быть слова: «я делаю это по заповеди Божией о любви».

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.6, 30-56): «…(даже) если человек руководится в своей деятельности по видимости альтруистическими мотивами, то есть заботой о ближних, но если он не берет для себя за основу Господа и Его учение, то обыкновенно его деятельность не создает истинного счастья для людей, влечет за собой множество разочарований и никогда не выдержит того страшного испытания, которое ожидает каждого человека и его дела на будущем Суде Божием. Поистине никто не может положить другого основания, кроме положенного, которое есть Иисус Христос (1Кор. 3, 11)».

## 2.5.4. Об обращении к кому-то за утешением

Итак, мы рассмотрели утешения путем подбадривание себя естественными словами и христианскими истинами и памятью о Боге, а также утешения, происходящие от силы любви. А теперь рассмотрим вопрос об утешениях с точки зрения к кому человек обращается за утешением, а это: к себе, к другим людям, и самое главное для христианина - к Богу.

### Грешная душа ищет утешения в любви к себе

Начнем разговор о тщетном утешении самолюбивого человека от обращения к самому себе.

Самолюбивый грешник, жалея себя, ищет утешение у самого себя. Ему приносит удовольствие то, что он любит себя и переживает за себя. Но он не знает, что при самолюбии совершается обман греховной любви к себе, когда душа, считая, что любит себя, не видя своих греховных страстей, еще больше наносит себе раны.

**Игнатий Брянчанинов** (кн.3, Аскетическая проповедь, п.2): «Какая причина тому, что мы почти беспрестанно делаем себе зло, между тем как постоянно и ненасытно желаем себе добра? Причина заключается в том, что мы правильную любовь к себе заменили самолюби­ем, которое внушает нам стремиться к безраз­борчивому исполнению пожеланий наших, на­шей падшей воли, руководимой лжеименным разумом и лукавою совестью. Мы увлекаемся и корыстолюбием, и честолюбием, и мщением, и памятозлобием, и всеми греховными прихотями! Мы льстим себе и обманываем себя, думая удов­летворять любви к себе, между тем как удовлет­воряем только неудовлетворимому самолюбию нашему. Стремясь удовлетворять самолюбию нашему, мы злодействуем себе, губим себя».

Истинно же любит себя не тот, кто, например при саможалении «ноет» и делает себе еще хуже, а тот, кто отвергает эти мысли и эмоции. Поэтому христианское учение и говорит, что истинно любит себя тот, кто отвергает страсти и удовольствия или страдания от них, и исполняет заповеди, которые направлены на искоренение наклонностей и привычек самолюбия.

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Кто соблюдает заповеди, тот любит себя, а кто пренебрегает ими, тот вредит своей душе».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетическая проповедь, Поучение 2 в 25 неделю): «Правильная любовь к себе заключается в исполнении животворящих Христовых заповедей: «Любовь же состоит в том, чтобы мы поступали по заповедям Его», сказал святой Иоанн Богослов (2 Ин. 1:6). Если ты не гневаешься и не памятозлобствуешь - любишь себя. Если не клянешься и не лжешь-любишь себя. Если не обижаешь, не похищаешь, не мстишь; если долготерпелив к ближнему твоему, кроток и незлобив - ты любишь себя. Если благословляешь клянущих тебя, творишь добро ненавидящим тебя, молишься за причиняющих тебе напасти и воздвигающих на тебя гонение, то любишь себя…. Если приносишь Богу тщательные и теплые молитвы из сердца сокрушенного и смиренного, то любишь себя. Если ты воздержан, не тщеславен, трезвен, то любишь себя».

Все эти проявления правильной любви к себе заключаются в том, что человек не желает мучиться от внутренней боли при злопамятстве, обиде, мщении, злобе, саможалении и т.д. Он, замечая негативные чувства в себе, тут же осознает, что сейчас его мучит самолюбие и его страсти (например, сребролюбие, гордыня и др.), а не другие люди или ситуация. И тогда человек, руководствуясь заповедями Божиими, сопротивляется этим внутренним болям, молится об избавлении от этих мучений, старается простить другого человека, не осудить, понять его, укорить себя и т.д. И таким образом он облегчает состояние своей души и по милости Божией происходит прекращение внутреннего мучения от негативных эмоций. А это в свою очередь помогает понять и другого человека, которого мучат такие же страсти, оказать ему милость или простить его.

Поэтому только правильная любовь к себе может помогать человеку, когда он видит, что грех приносит ему страдания, а значит надо уклониться от него, в данном случае отвергнуть саможаление. Но мы, к сожалению, не умеем так любить и жалеть себя, а своим самолюбивым саможалением делаем себе еще хуже.

### Христианин должен искать утешения у Бога, а не у себя

Итак, грешник через саможаление ищет утешение в себе и в своей неправой любви к себе. Это не приличествует христианину, и он должен обращаться к Богу и искать у Него истинного утешения и помощи.

**Евергетин** (т.3, гл.13, из св. Ефрема): «Если твоя душа малодушествует, скажи ей слово утешения, и Господь укрепит твое сердце».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Не давай печали сердцу твоему, но утешай себя о Господе».

**Исидор Пелусиот** (Письма, ч.2, п.219): «Душу, погруженную в печаль, ничто не может так возвеселить, как памятование о Боге. … Печаль человеческая, отвергающая всякое утешение, не уступающая никакой отраде, от одного памятования о Боге легко проходит и обращается в ничто».

Это означает, что душа утешается тем, что у нее есть защитник и помощник Бог, который все делает для ее блага. И при трудных обстоятельствах человек отдает Богу решение проблемы.

Чем быстрее это будет сделано, тем меньше человек будет испытывать эмоциональные страдания. А чем дольше он позволит себе жалеть себя и просматривать устрашающие картины в воображении, тем тяжелее ему будет выйти из тягостного состояния.

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.2, Против аномеев. Сл.5): «…печаль, пока скопляется внутри, помрачает наш ум, а когда разрешится словами молитвы и соединенными с нею слезами, и выйдет извнутри вон, то оставляет в душе великую ясность, так как в душу молящегося входит, как некоторый луч, помощь Божия».

Но, к сожалению, не все мы, христиане, ищем поддержку у Бога сразу и пламенно. По собственному опыту и по тому материалу, который изложен выше, мы видим, что мы очень часто не обращаемся к Богу и не ждем от Него помощи и утешения, а сами по своей самости начинаем себя утешать «нытьем». Но вместо утешения получаем еще большее страдание.

В саможалении душа концентрируется на себе и забывает о Боге милующем, утешающем, помогающем. Нам, малодушным и маловерным, надо только обратиться к Нему за помощью. Но мы так не привыкли, мы привыкли страдать в своем саможалении и самости.

Мы абсолютно не помним, что Господь всегда рядом и готов в любое мгновение помочь.

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в.165): «Близок Бог, сказавший: не оставлю тебя и не покину тебя (Евр.13, 5; ср. Нав.1,5)».

**Феофан Затворник** (Письма, п. 26): «Бог никого не оставляет. У Него все дети. Нет пасынков. И тяжелые случайности и состояния - все на добро нам направляется. Если бы мы могли узреть это, не было бы ни в чем тяготы. …Помоги вам Господи пребывать так».

Мы забываем, что истинное утешение и силу человек может получить только от Бога.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 526): «… чувствуя бессилие свое, вы за силою обращаетесь не туда, куда следует. Обратитесь туда, где черпает силу св. Павел, исповедавший: «вся могу о укрепляющем мя Господе» (Флп.4:13)».

Недаром наш Бог называется Утешителем.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1540): «Дух Святый называется Утешителем по существу Своему, которое есть мир, радость и блаженство бесконечное, и по действию Своему на души верующих, которых Он утешает, как мать, в их добродетелях, в их страданиях, скорбях и болезнях, в их подвигах за веру; - называется еще Утешителем в противоположность злому духу уныния, который часто приражается к душам нашим. …Дух Святый совершенно необходим всем нам во всех благих делах наших: Он есть наша сила, крепость, свет, мир, утешение».

**Дмитрий Ростовский** (Летопись, События в 6-м столетии 4-го тысячелетия): ««Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф. 11, 28). Он — возглавие для трудолюбивых, на котором не только в будущей жизни упокоятся все трудившиеся здесь ради Него, но и в настоящей сей жизни сладко упокоеваются те, которые любовь Божественную в сердцах своих имеют, считают жизнь сию странствованием и усердно стремятся к горнему отечеству, проливая свой пот и принимая на себя неленостные деннонощные труды. Ибо каждый из таковых, если только возведет ум свой к любимому своему Владыке, во имя любви Которого трудится, тотчас для него всякий труд становится легким».

Господь не только успокаивает мятущуюся душу, но и приносит радость, стоит только вспомнить о Нем.

**Григорий Богослов** (Слова, сл.17): ««Вспоминаю, - говорит (Псалмопевец), - Бога и трепещу» (Пс.76:4). Что легче воспоминания? Вспомни и ты и возвеселишься. Какое удобное лечение! Какое скорое врачевание! Какое величие дара! Вспомни о Боге, и Он не только успокаивает малодушие и скорбь, но производит и радость. Желаешь ли услышать и другие слова о человеколюбии (Божием)? Если, сказано, обратившись, воздохнешь ко Господу, то спасен будешь (Иез.33:19). Смотрите, как спасение соединено с воздыханием. Ты не успеешь еще выговорить слова, Он скажет: «Я здесь!» и скажет душе твоей: "Я - спасение твое!" (Пс.34:4)».

Поэтому если христианин страдает и жалеет себя, то это знак того, что Он маловер, который не помнит о Боге и не надеется на Него.

**Иоанн Максимовича** (Илиотропион…, кн.5, гл.4): «Каждому необходимо всегда держать в памяти слова Мудрого: "Надейся на Господа всем сердцем твоим" (Притч. 3:5). Много есть не имеющих такого упования, которые во всем ожидают только помощи от людей. Потому Бог нередко предоставляет их собственной их воле и их суетным пожеланиям».

По тому факту, что люди привыкли искать утешений и помощи у других людей, христианское учение говорит о том, что есть высшее утешение, которое ищется у Бога.

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в.832): «Не ищи усильно помощи от людей; ибо имеющий надежду на человека скоро падает. Помощь Божия сильнее помощи бесчисленного множества людей; ибо Писание говорит: «Господь за меня - не устрашусь: что сделает мне человек?» (Пс. 117, 6). Итак, утверди сердце свое в Господе, мужайся, крепись, и Господь будет с тобою».

Итак, выше мы привели достаточно утешений тем, кто трудится на благо ближних или для своего блага, чтобы им не расслабевать и не печалиться. И если мы будем так воспринимать, все что случается с нами в нашей жизни, то приобретем христианский душевный покой, исходящий от любви, смирения и кротости.

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п.363): «Когда хочешь получить истинный покой душевный, то послушай Господа, заповедавшего нам: «научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим» (Мф.11, 29). Видишь, чему более повелевает Господь научатися — смирению и кротости, которые только могут нас успокоить, но наука эта не от одного раза и не в один день или год приобретается, но многим временем, понуждением себя и помощью Божиею».

На этом окончим вопрос об утешениях христианского порядка. И мы увидели, какое великое множество различных утешений есть у христиан, и стыд нам, если мы печалимся и жалеем себя при малой трудности, не говоря уже о более серьезных скорбях. Поэтому будем знать, если мы внутренне страдаем и после прочтения этих бесед, в которых нам открыта истина и указаны пути спасения от страстей, то мы страдаем только от нашего нерадения и старых привычек. И на Суде у нас не будет оправдания, потому что: «Раб же тот, который знал волю господина своего, и не был готов, и не делал по воле его, бит будет много; а который не знал, и сделал достойное наказания, бит будет меньше. И от всякого, кому дано много, много и потребуется, и кому много вверено, с того больше взыщут» (Лк.12, 47-48). Думаю, ко всем нам, познавшим о духовных законах, которые расписаны в этом материале можно отнести следующее поучение:

**Никон Воробьев** (Письма, п.38): «Надо делать, тогда из делания возникнут вопросы нужные и полезные, а говорили мы достаточно много. Это ко всем относится. Вы все избалованы в этом отношении. Многие хотели бы хоть частичку узнать, что вы уже знаете и понимаете, да не могут, а вы и знаете, и не делаете, а такой раб бит будет много. Долго ли мы будем хромать на оба колена? Хоть бы смиряться нам, если уж не делаем, но и этого нет».

### Для человека естественно, что он ищет утешения в любви другого человека, но грешник у грешника не найдет истинного утешения

А теперь скажем о том, что люди, когда им тяжело физически или душевно, по естеству ищут любви и утешения у других людей. Человеку хочется, чтобы его кто-то пожалел, сказал ему ласковое слово и т.п.

**Нил Синайский** (Письма, п. 1.227): «Как на вздымающемся в высоту море, среди высящихся отовсюду волн, ладья тонет, так и душа, когда отовсюду окружило ее уныние (как печаль – от сост.), вскоре бывает подавлена, если не найдет, кто простер бы к ней руку и утешил ее».

В семейных отношениях жене отведена роль душевной утешительницы мужа.

**Иоанн Златоуст** (т.4, беседа 38): «…муж от внешних тревог и бурь мог прибегать к ней, как к пристани, и находить в ней всякое утешение. Жена ведь дана мужу в помощь, чтобы муж с ее утешением мог переносить все, случающееся с ним в жизни».

**Вонифатий из Феофании** Ответы на вопросы от разных лиц, в.177): «Вопрос. Для чего дана жена мужу? Ответ старца Вонифатия. Жена дана мужу для вспомоществования ему, для того, чтобы он, при ее утешении, мог удобно переносить все с ним случающееся. Если жена честна и ласкова, то сообщество ее не только послужит мужу утешением, но и во всех случаях подаст ему великую помощь, все трудное сделает легким и удобным, и не попустит почувствовать нисколько тех неудовольствий, какие случаются и вне дома, и в доме. Настанет ли душевная буря? Добрая жена, как искусный кормчий, приведет в тишину и благоразумием своим много утешит мужа».

А муж, в свою очередь, должен быть «убежищем, пристанью и защитой» для жены.

**Иоанн Златоуст** (т.4, Восемь слов на Книгу Бытия, сл.4): «… «к мужу твоему обращение твое», т.е., он будет для тебя убежищем, пристанью и защитою; при всех встречающихся бедствиях даю право к нему обращаться и прибегать».

(И об этом мы будем говорить подробно в другой главе)

Что касается дружеских отношений, то друзья также есть утешителями, а вернее сказать, Бог подает через других людей утешение.

**Вонифатий из Феофании** Ответы на вопросы от разных лиц, в.27): «Вопрос. Можно ли найти истинное и полное утешение в дружестве? Ответ. Утешение есть дар небес и от небес только,— из дальних стран горнего отечества нашего,— можно получить оное. А потому не друг наш утешает нас, но Бог посылает нам друга или в утешение, когда мы в огорчении, или на вспоможение, когда находимся в нужде, или для уврачевания, когда мы больны, или для советов, когда в недоумении, и не знаем, на что решиться».

Так говорится об образе истинных утешителей. Но многие ли из нас, грешных, ими являются. Всегда ли мы помогаем нашим ближним, всегда ли по-христиански их жалеем и утешаем, всегда ли мы даем верные советы, а не по пристрастию или в угоду своему и чужому самолюбию? Думаю, что нет, хотя нам кажется, что мы умеем и утешать, и советовать, и помогать.

Почему мы не можем истинно утешать других людей? Потому что, во-первых, нами правит плотской разум, который, решает ситуации так, чтобы сделать себе или своему ближнему так, как нам или ему удобно, приятно, выгодно, а не другим.

**Тихон Задонский** (т.5, Краткие нравоучительные слова, сл.5): «К плотскому относится… немилосердие и старание только о себе самом, а к духовному — милосердие…, сочувствие, и желание помочь ближнему».

К тому же плотской разум старается менять ситуации и других людей, а не разбираться с тем, что происходит внутри человека.

И, во-вторых, почему мы не можем быть истинными утешителями - потому что мы сами страстны и самолюбивы. А это будет проявляться, например, когда грешник, слушающий жалобы другого грешника, может быть пристрастен к жалующемуся или к тому на кого жалуются, и тогда он примет сторону того, кто ему более симпатичен. Или, например, бывает и так, что ситуация у того, кто жалуется схожа с ситуацией того, кто слушает жалобу и тогда он судит о ней с точки зрения своего самолюбия, которое стремится, чтобы было ему удобно и выгодно. Также по тому факту, что каждый грешник самолюбив, он не может дать истинной и полной любви, потому что будет жалеть себя, не желая помочь другому или ему сострадать. Например, кто-то жалуется или просит помощи, а человек в это время занят собой или своими проблемами и делами, и тогда он может пожалеть себя для помощи или добрых слов. Также, например, когда кто-то хочет, чтобы мы его пожалели или ему помогли, то мы понимаем, что тогда нам надо будет чем-то пожертвовать, а мы этого не хотим. Это хорошо видно на примере, когда жена или мать жалуется, что она устает, а муж и ребенок ее не жалеют, потому что тогда им придется взять часть ее работы на себя.

А вот как, например, описывается, как самолюбивый грешник может давать советы.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 10-й запов., Семь дел милосердия духовного, Подать ближнему благовременный совет): «…еще в делах, нисколько не соприкасающихся нашей личности (например, как полечиться от простуды, от зубной боли), мы имеем в готовности совет, и—совет искренний, по желанию помочь ближнему. Но там, где идет речь о жизни семейной или о службе общественной,—там мы, совсем большею частью так, как предвидим для самих себя пользу от поступка ближнего в известном случае, там мы стараемся извлечь из нужд ближнего личную какую либо выгоду или лично угодить себе. Это значит: «иной советует в свою пользу» (Сир.37,7). Это значит «своекорыстный совет» вместо искреннего. О! где же это ныне скорые, искренние и доброжелательные советники? Прежде всего, посоветуются с самими собой, справятся с собственным чувством в отношении к тому делу, на которое требуется дать совет, и тогда советуют. Если же дело будет совсем безинтересное для них, тогда уклоняются от совета, отвечают сухо: «сами знаете»».

Кстати сказать, нашим самолюбивым и саможалеющим душам не полезно, чтобы нас жалели, говорили ласковые слова и т.п., потому что мы тогда еще больше расслабеваем; а когда к нашей жалости добавляется еще и жалость другого, то мы или утверждаемся в своей хорошести, или не делаем того, что должны были сделать, чтобы послужить ближнему и Богу.

# Раздел 2.6. О том, что многие люди не склонны помогать ближнему

И так как жалеющий себя человек всегда желает получить помощь от другого человека не только словом, но и делом, то кратко рассмотрим вопрос о помощи людей друг другу в их общих или частных нуждах.

Заметим, что в отношении помощи другому и ситуации бывают разные, и люди ведут себя по-разному. Так, одни помогают без принуждения, по собственной инициативе, а другого надо просить; одни тут же выполняют просьбу, а другим надо сказать много раз; одни помогают, видя усталость ближнего, а другим все равно и т.д. Относительно собственной инициативы, то, конечно, она стоит выше помощи, которая происходит после просьбы. И если человек не проявляет инициативу, когда видит, что другому тяжело или очень хлопотно, а тем более, если он не помогает после просьбы, то он творит неправду и согрешает.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Римл. 1,18): «…неправда (есть)… всякое неисполнение того, что должен кто делать для ближнего и не делает. И не помочь ближнему, когда видишь и можешь, — есть неправда».

Прежде чем привести примеры рассуждений людей и увидим их поведение, хотелось бы, во-первых, выразить надежду, что тот материал, который мы рассмотрели выше, поможет дать трезвую оценку, что происходит с людьми в примерах под влиянием страстей и греха. А, во-вторых, хотелось бы поделиться своими чувствами: когда читали духоносные поучения святых отцов о христианских истинах и утешения от них, в которых был покой, смирение, мудрость и величие, казалось, что ты пьешь из чистого источника, а примеры выглядят как грязные нечистоты, исходящие из грешных сердец. Причем не только из сердец людей из примеров, но зачастую и из наших такое же зловоние…

### Примеры о том, как люди, у которых в силе самолюбие, эгоизм и лень, могут относиться к усталости родных и к помощи вообще

А теперь приведем примеры, как могут родные относиться к усталости тех, кто много работает для их домашнего блага. И увидим, что зачастую родные не являются утешителями и помощниками, а являются теми, кто еще больше приносит трудов и страданий. И, как мы уже четко понимаем, происходит это от того, что ими правят пороки самолюбия, эгоизма и лени.

Итак, в разных семьях есть разные случаи. Немало примеров, когда близкие не сочувствуют уставшему человеку и не обслуживают ни себя, ни общие нужды. Такое отношение ближних (а это, как правило, муж или взрослые дети) более всего возмущает женщин.

Интернет – источник: 1). «Я считаю, что если жена пришла вечером с тяжелой работы (например, работает кассиром в круглосуточном супермаркете, 12 часов в день) и у нее нет сил даже на то, чтобы самой помыться, то мужчина, просто обязан помочь ей с ужином и посудой. Или заработать на посудомоечную машину, и не лениться самому ее загружать, если жены нет рядом, а не ждать пока жена придет и сама кнопку нажмет. А то есть такие мужья эгоисты, которые даже ложку из шкафа сами не достанут, считают, что жена должна прийти и торжественно её ему подать». 2). «Все равно нужно как-то делить обязанности и делать все вместе, я считаю. А если работает, то и тем более. Он устает, видите ли, а она что лошадь ездовая на работе пахать, да еще и дома все сама... Несправедливо как-то получается!».

А вот как мужчина рассказывает о своей усталости, отказываясь помогать и общаться с женой, и ждет, чтобы к нему относились бережно.

Интернет – источник: «Меня злит моя жена! Злит ее непонятливость! я устаю на работе, прихожу домой, чтобы спокойно отдохнуть за компом или посмотреть телевизор. Но она все время лезет с разговорами. Причем я просил ее не лезть - не помогает. Начинаем сориться. Она обижается, что я не делаю комплименты. Да, не делаю. Комплимент надо заслужить. И хорошее отношение надо заслужить. Она все время цепляется ко мне. Я зарабатываю деньги, основной доход идет от меня, она работает за несчастные гроши. И живем мы с ее родителями. Неужели не понимает, что мне и так тяжело жить не в собственном доме?? зачем еще лезть?? Пристает с сексом… А я не могу, я устаю. Я могу расслабиться, играя на компе, но никак не в постели. А мне ж еще и на работу».

Немало и таких случаев, когда муж требует, чтобы жена уделяла ему внимание, и даже не верит, что она может уставать.

Интернет – источник: «Моему малышу сейчас 1 год и 4 месяца. Три-четыре месяца назад я начала чувствовать такую жуткую усталость, к 7-8 вечера готова упасть и не шевелиться, а еще надо купать, кормить и спать укладывать. Засыпала на ходу, сейчас усталость начала проявляться в том, что у меня появилась бессонница. Что делать не знаю. Вроде у меня здоровый малыш и все бы хорошо. Ну, просыпается по ночам раза 3-4, ну болеет иногда, иногда капризничает, иногда днем спать укладываю по три часа. Так... проблемы как у всех. Также как все - готовлю, стираю, убираю, глажу. И все бы ничего, если бы не тот факт, что муж мне поставил условие: за 4 месяца я должна начать меньше уставать, иначе он со мной разведется, так как я ему уделяю мало времени. Нет, он всегда сытый, одежда выглажена, я истерик не закатываю, люблю его. Просто когда ребенок засыпает в 22.00 и надо бы уделить внимание мужу (сходить в кино или в ресторан), я просто падаю и засыпаю. К тому же я не все время с ребенком, в 8 вечера с работы приходит свекровь и берет ребенка на себя, а я в это время готовлю ужин и делаю прочие дела, которые не успела сделать днем. Муж мне даже машину купил, чтобы мне было проще, но как-то дел от этого только прибавилось, теперь в мои обязанности входит еще и покупка продуктов, и все семейные дела, связанные с перемещением по городу. Я пыталась объяснить мужу, что устаю, что мне не до веселых посиделок и прочих радостей. Но он и слышать ничего не хочет. Говорит, что не понимает, как я могу уставать от собственного ребенка. Типа он смотрел передачу про мать, которая вырастила семерых детей и ничего. А я, значит, слабая, неорганизованная, рассеянная, бесхарактерная и т.д. и т.п. Ему такая жена не нужна, ему не нравится, что ребенку достается все мое внимание, а ему почти ничего».

А из следующего примера очень хорошо видно, как люди, жалеющие себя, считают, что они больше устают, или что они больше делают, и перечисляют это другому. Также в этом примере приведен хороший пример того, как супруги договариваются между собой.

Интернет – источник: «Муж приходит с работы. Я ему говорю: «Я сегодня так сильно устала!» Его реакция (шутливым тоном): «И отчего же ты устала? Ты же ничего не делала!» Моя реакция: я начинаю злиться, и, по настроению, или просто дуюсь и перестаю с ним разговаривать, или начинаю перечислять, сколько я всего переделала. Разгорается ссора. Я: «Мне кажется, что ты не замечаешь или не ценишь, сколько всего я делаю за день. По-моему, ты думаешь, что я тут весь день бездельничаю, раз я не работаю. На самом деле я целый день смотрю за малышом и еще успеваю переделать кучу других дел, и под вечер просто выбиваюсь из сил!» Он: «Мне кажется, ты тоже часто думаешь, что на работе я развлекаюсь. На самом деле у меня каждый день обычно очень напряжен, и вечером я и правда сильно уставший. И я не думаю, что ты ничего не делаешь…» Я: «Пока я занимаюсь стирками и глажками, из-за которых у меня уже стала становиться сухой кожа на руках, ты занимаешься интересной работой, сидя перед компьютером. Может, поменяемся? Давай ты будешь сидеть дома с ребенком?» Он: «Мы ведь решили, что по крайней мере, пока малышу не исполнится год, ты будешь сидеть с ним дома. Хотя я не возражаю, если ты найдешь работу. А с ребенком я итак часто остаюсь, по вечерам или на выходных, пока ты ходишь на свой маникюр или в спортклуб». Я: «Да, это правда. Я тебе очень благодарна за это. Но пока ты сидишь с ребенком дома, ты больше ничем не занимаешься. А я за это время успеваю и постирать, и убрать, и погладить, и есть приготовить… Получается, что у меня нагрузка по домашним делам больше». Он: «Когда я смотрю за ребенком, еще что-то я делать уже не буду, это так. Не забывай, пока ты сидишь с ребенком, я целыми днями работаю, а не отдыхаю в сауне или в кафе с подружками, как ты на выходных. Но у меня и по дому тоже очень много обязанностей, которых ты даже не замечаешь. Например, я всегда оплачиваю счета. Я тебя ведь не заставляю идти в банк со счетами?» Я: «Я не так уж часто куда-то хожу отдыхать! А отделение банка находится в здании твоей работы! Я и правда думаю, что это не отнимает у тебя много времени!» Он: «Отнимает. Потому что до того, как я иду в банк, мне надо разобраться, когда и чего нам надо оплачивать. Еще я всегда слежу за тем, чтобы компьютер и другая техника нормально работали. И записываю все диски, с нашими многочисленными фото и видео. И еще много чего делаю, например, слежу за лекарствами и поливаю цветы, потому что ты все время забываешь, и у тебя они засыхают». Я: «А я, например, всегда занимаюсь ремонтом обуви и одежды». Он: «Ну да, сдаешь в соответствующую службу». Я: «Кажется, проблема в том, что каждый из нас считает, что делает больше другого. На самом деле, у каждого из нас обязанностей достаточно много и поделены они примерно пополам. Что будем делать?» Он: «Давай начнем с того, что ты перестанешь меня дергать по мелочам или злиться по всякой ерунде и будешь давать отдыхать по вечерам». Я: «Ну ты тогда тоже, например, смотри после ужина за ребенком, а я буду отдыхать. И не говори мне больше, пожалуйста, что я ничего днем не делаю! Надеюсь, вчера ты убедился, что это не так! А еще давай постараемся больше общаться друг с другом в конце дня, ну хотя бы вместе посмотрим какой-нибудь фильм».

В данном случае люди нашли оптимальный вариант, но зачастую бывает так, что мужья или дети привыкли не заботиться и не помогать, оправдываясь любыми предлогами, и со временем их очень и очень трудно подвигнуть на какую-либо помощь, и из-за этого происходят конфликты.

Интернет – источники: 1). «(Дочь не сильно много делала по дому до 13 лет), но вот в последние месяцы я стала активно пытаться переложить на дочку часть обязанностей по дому, а именно: подмести полы, пока меня нет (мою я сама 1-2 раза в неделю…); погладить хотя бы свое белье; иногда, если я не успеваю приехать раньше, приготовить что-то несложное на ужин, например рис/гречку, сосиски отварить, пожарить замороженные овощи или замороженные уже готовые котлеты. Каждая моя такая просьба встречает сильное сопротивление. Дочка обижается, говорит, что я пытаюсь превратить ее в прислугу, что она не обязана, что она и так делает очень много. Дела, которые она делает постоянно: ходит в сад за братом и убирается (без мытья полов) в своей комнате, иногда посуду моет за всеми, т.е. моем мы ее по очереди. Говорит, что никого из ее подруг не заставляют «батрачить» по дому, что максимум, о чем их просят, это убраться у себя. Чему я в принципе охотно верю, т.к. знаю подруг. Семьи их обеспеченнее нашей, у одной подруги убирается и готовит приходящая прислуга, у другой мама не работает, плюс еще бабушка, которая пылинки с внучки сдувает, по три раза кофточку будет переглаживать, если та не удосужилась повесить. Мне вот кажется, что если девочка в 13 лет час-полтора потратит на помощь по хозяйству, ничего страшного не случится». 2). «Ирина, 35 лет, в браке 13 лет. Образование высшее. По специальности филолог. Работает коммерческим директором в фирме. Муж — по профессии программист, ему 39 лет. Двое детей, 11 и 5 лет. Отношения в семье всегда были ровными. …Когда Ирина перешла на работу из госучреждения в коммерческую фирму, работа стала отнимать у неё много времени и сил. Она попыталась просить мужа взять на себя некоторые обязанности по дому, в частности, отводить младшего сына в детский сад и забирать его, так как ей приходилось каждый раз отпрашиваться с работы, чтобы вовремя забрать ребенка, а это руководством не одобрялось. Ирина просила мужа взять на себя и обязанность по закупке продуктов, так как она с работы приходила поздно, и многие магазины были уже закрыты. Но муж не согласился, сказав, что он тоже устает, и пусть она перейдет на другую работу, раз ей так тяжело. Никакими уговорами переубедить мужа Ирине не удавалось, он лишь сердился и заявлял, что раньше она справлялась со всем сама, пусть и дальше сама справляется. Они несколько раз ссорились, но ситуация не изменилась». 3). «В первые годы семейной жизни, если ещё нет детей, все это может не сказываться на взаимоотношениях супругов. Молодой женщине не так уж трудно купить продукты на двоих, приготовить ужин, прибрать квартиру и постирать. Некоторым женщинам даже нравится, что они все делают сами, и у них все хорошо получается. Но все до это до определенного времени. Рано или поздно появятся дети, женщина может заболеть или будет уставать от двойной нагрузки — и на работе, и дома, — и только тогда она начинает предъявлять супругу претензии, упрекает, что он ей ничем не помогает, а она тоже работает и тоже устает. Но муж уже привык к спокойной и беззаботной жизни. Он не понимает, почему он должен что-то менять в сложившемся стереотипе своей жизни и брать на себя какие-то обязанности в ущерб своему отдыху. Он никогда не занимался хозяйством и не знает, сколько времени и сил оно требует. Он полагает, что вся это дается легко, что жене по силам самой справиться с этими обязанностями, это «женское дело». Он считает ниже своего достоинства выполнять хозяйственные дела, так как это «не мужское дело». И тогда возникают конфликты. Жене уже трудно одной тянуть «семейную лямку», а он недоумевает, почему она раньше со всем справлялась, а теперь ей это стало в тягость. Он ведь не знает, сколько на это затрачивается труда. И такого мужа «перевоспитать» и приучить к домашней работе уже очень трудно».

Следующие примеры об отношении к усталости другого человека из христианского источника.

Так, есть люди, которые сами ничего не делают, переложив всё на другого, а есть такие, которые и делают, но и те и другие не обращают внимания, что кому-то тяжело.

**Нравственное богословие Е.Попова** (Грехи против 6-ой запов., грех: Изнурение другого чрезмерными трудами по должности или на работе): ««Кийждо брата своего да не отяготит в трудех» (Лев.25,46). Есть между тем люди, которые сами нисколько почти не занимаются делами своей должности и слагают все бремя этих дел на другого, который имеет собственные занятия, а главное—слаб здоровьем. …Иные же делают и сами: но, желая по каким либо личным расчетами сделать больше,—уже не дают совсем покоя ни днем, ни ночью другим, над которыми старшинствуют… Некоторые, чрезмерно преследуя свои материальные выгоды, заставляют рабочего до крайнего изнурения сил обрабатывать положенную ему плату или жалованье,—не дают ему вздохнуть. Все это значит: «хоть умри, да делай». Пусть сами изнуряемые так не просят себе облегчения, например, по своей скромности или из опасения огорчить отказом в занятии старших себя. Таким образом, разрушая свое слабое здоровье, они постепенно доходят иногда до гроба. Но молчанием их не могут оправдываться в расстройстве их здоровья и в преждевременной смерти те, которые наложили на них не по силам бремя трудов, между тем, как имели право и возможность облегчить для них это бремя. Тягость их трудов они должны бы чувствовать по собственным человеческим силам, должны бы примечать особенно по тому очевидному признаку, что они худеют, стараются поскорее сесть или лечь после занятий, сказываются больными и лежат действительно в постели. Есть тут бережливость здоровья и жизни других? частью не убийство ли это? ….—Ты, христианская душа, будь жалостлив к слабосильным, возлагая на них труды. Примечай благовременно, как бы они не пали под бременем трудов, возложенным от тебя».

Но, конечно, есть и немало таких людей, которые, видя усталость другого человека и, сочувствуя ему, помогают или не просят его о помощи себе (и благодарение Богу за таких людей).

Интернет – источник: 1). «Когда я вижу, что жена пришла уставшая с работы, я предлагаю ей отдохнуть немного и потом помогаю ей и приготовить ужин и посуду помыть». 2). «Я, - говорит одна женщина, - часто вижу, как мой муж уставший приходит, заваливается на диван и ничего не хочется и я его понимаю, а вот в выходные пытаюсь более ни менее эксплуатировать его раб. силу».

Что касается ссор родителей с детьми из-за домашних дел, то очень часто дети не хотят что-то делать, и если исполняют, то делают это под давлением. Есть и такие, которые считают своих матерей или бабушек за прислугу. Но есть дети, которые считают, что надо помогать по дому, даже если видят, что им не хочется, а другие делают это с удовольствием. И вот примеры, когда дети помогают родителям; и радостно, что есть такие дети.

Интернет – источник: 1). «Меня родители в детстве и не заставляли, я сам прекрасно всё понимал. А кто будет убирать в доме? Родители, которые работают, зарабатывают деньги и приходят уставшие? Они тоже могут сказать: "зачем нужно, мы не обязаны тебя содержать", так что таких разногласий и споров даже не возникает, не вижу тут ничего зазорного, если дети неблагодарные то (большое строится из малого) и на дальнейшую помощь от них можно не рассчитывать, тоже скажут: "я ж тебе не в помощники нанимался/нанималась"» 2). «У меня с этим проблем нет. Раз в неделю делаю генеральную уборку у себя в комнате, и пылесосю и мою полы по всей квартире, а что здесь такого? Я уже не ребёнок чтобы взваливать на родителей такие мелочи, в мытье полов нет ничего ужасного, после уборки в квартире чистота и свежесть. Просто подростки не понимают что родителям тяжело, они работают, и обязаны по их мнению, ещё делать всю домашнюю работу, а то видите ли у их детей важные занятия: посиделки перед компом, ТВ, гульки с распитием пива и курением. Я считаю, если ребёнку уже есть 14 лет, то он может начинать помогать родителям по дому, сначала по просьбам родителей, а потом сама начала убирать и убираю по сегодняшний день, нечего жить в свинарнике!». 3). «Ребенка надо приучать либо готовить, либо пользоваться стиралкой, либо мыть полы. Так и родителям легче, и ребёнок потом сам себя обслуживать сможет. Мне в детстве в 12 лет предложили выбрать: либо я варю супы, либо мою пол. Я выбрала то, что проще - мыть пол. Теперь я делаю это за 5 минут и не замечаю». 4). «Родители, сами должны всё делать, что ли? … Родители работают значительно больше детей, даже если эти дети и подрабатывают и учатся. При том, что например, моя мама стирает (т.е. загружает в машинку), гладит и готовит 2/3 еды, лично меня мучает совесть, по-моему, она делает слишком много! Я, соответственно, готовлю оставшуюся 1/3 еды, мою посуду и обувь, убираю в квартире. Ну и все вместе мы работаем на даче. И это правильно - мы - семья, поэтому каждый что-то должен делать не только для себя, но и для всех».

(Мы не будем приводить примеры о том, как дети не хотят что-то делать по дому, но, думаю, многие знают об этом на собственном опыте)

###

### В семье, где есть истинная любовь, существует взаимопомощь, согласие, благопопечение и жертвенность

Итак, из ранее приведенного материала и из последующего мы увидели и увидим совершенно не радужную картину семейных отношений. В частности, те, кто не хотят помогать, прикрывая свою лень и эгоизм, забывают или делают вид, что забывают, что существуют законы любви и естественной справедливости. Напомним, что поступать по справедливости – обслуживать себя и равно распределять дела между членами семьи. А поступать по любви – уметь жертвовать своим покоем, интересами и выгодами. Поэтому далее кратко рассмотрим, что говорит христианское учение о том, какие добродетели в христианской семье должны быть в силе, чтобы был мир в семье.

Вначале приведем поучения о том, что в христианских семьях должна быть взаимопомощь. И так как в семье живут любящие друг друга люди, то рассмотрение этого вопроса не может быть без вопроса о том, как поступает человек по любви.

Вообще, каждый семейный человек должен заботиться о членах семьи и о домашнем благоустройстве.

**Троицкие Листки** (ст.754): «…заботиться о семействе есть священная обязанность семьянина, и по суду апостольскому, кто о домашних своих не печется, тот хуже неверного (1Тим. 5; 8)».

Но христианин должен не просто заботиться о ближних, а должен это делать через угождение Богу и при каждом деле исполнять Его заповеди.

**Феофан Затворник** (Письма, п.327): «Вы - жена, вы - мать, вы – хозяйка (то же самое относится и к мужчинам – муж, отец, хозяин - от сост.). Обязанности по всем сим частям изображены в писаниях Апостольских. Просмотрите их и возьмите на совесть исполнять. Ибо сомнительно, чтобы спасение могло устроиться помимо исполнения обязанностей, которые налагаются званием и состоянием. Ибо как то и другое от Бога, то, то и другое может быть обращено: или на угождение Ему, если верою исполняется, или на оскорбление Его, если не исполняется».

О том, кто и как заботится и управляет в семье, мы будем подробно говорить в главе: «Разногласия в семье, происходящие от неправого главенства и от гордости». А сейчас скажем не о законе взаимоотношений между мужем и женой, а о любви, которая сглаживает все разногласия, и которая сама корректирует взаимоотношения любящих людей. (Заметим, что все поучения святых отцов относятся как к мужчинам, так и женщинам)

Как известно, одной из целей брака есть взаимная помощь в жизни.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 7 запов., грех: Неумеренность в супружеском ложе): «Вторая (цель брака): разделение между мужем и женой домашнего труда, или взаимная помощь в жизни (Быт.2,18)»

**Григорий Богослов** (Песнопения таинственные, Советы Олимпиаде): «Радости и все скорби мужа для себя почитай общими. Пусть и заботы будут у вас общие; потому что через это возрастает дом».

**Платон, Митр. Москов**. (т.3, Слово на … бракосочетание их императорских высочеств): «…брачнии входят в сообщение, чтоб в жизненном подвиге делить им все трудности, и друг другу ко облегчению бремени споспешествовать взаимною помощью, советом и утешением. И потому называются супруги, яко едино тягости ярмо мужественно влекущие: и для того же при бракосочетании пьют из единой общей чаши».

Уже, исходя из этого, понятно, что в некоторых семьях, примеры о которых приводились ранее, нарушается этот порядок.

**Иоанн Златоуст** (т.9, ч.2, беседа 21): «…ничто так не заставляет любить, как почтение и попечительность. …Многие, хотя сердечно друг друга любят, однако же, не подают руки помощи».

**Амвросий Оптинский** (Письма к мирским особам, п.140): «…люди должны трудиться, и справедливо и наравне с другими нести тяготу, как впряженные волы ровно несут свое ярмо: если один из двух будет отставать, то другому бывает труднее... Если бы супруги ровно, по-христиански, разделяли тяготу жизни своей, тогда людям и на земле было бы жить хорошо. Но как супруги часто бывают упруги, оба или один из двух, то наше благополучие земное и не упрочивается».

Далее скажем о взаимопомощи и благопопечении, которые исходят от любви.

Истинная любовь получает удовольствие от блага другого, спешит на помощь, отвергая свою волю и страсти, жертвует своими интересами, считая великим долгом помочь ближнему, милосердствует и т.п. У святых отцов множество поучений об этом, и далее приведем только малую их часть, с надеждой, что эти слова у одних пробудят их совесть, а других подкрепят в деле служения ближним.

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.2, беседа 4): «…мать… заботится о своих детях и радуется этим заботам. Хотя забота сама по себе неприятна, но когда она бывает о детях, то доставляет великое удовольствие».

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.2, отд.2, 3б): «Истинное благожелание услаждается благом другого и порывается на помощь и содействие нуждающемуся, почему рождает из себя деятельное и заботливое попечение о благе другого. Это так неизбежно, что пресекается только невозможностью содействовать».

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Галатам, 6, 22-23): «Милосердие… — сердоболие и сострадательность, с готовностью все сделать в благо другого. Как мать болит о детях, так милосердие о всех христианах. Их благо — его благо себя не помнить. Оно готово себя раздеть, чтоб одеть другого, себя оставить голодным, чтоб накормить другого, свое тело здоровое отдать больному, а его, больное, взять себе. Оно паче всех добродетелей восхвалено будет на суде».

**Иннокентий Херсонский** (Слово при первом посещении города Изюма): «Где любовь - там взаимная помощь и услуга; там высший служит низшему, там нет рабов, все братия о Христе».

**Максим Исповедник** (Главы о любви, сотн.1, гл.40): «Дело любви составляют: усердное благодетельство ближнему, великодушие, терпение и благоразумное пользование вещами».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §342): «…плод любви к ближнему есть милость к ближнему и благотворение».

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст.108): «Любящий любимому ни в чем не откажет в помощи, если только может, как видим это в действии на примере любви между мужем и женой, между родителями и детьми, между братьями и сестрами, и между другими нелицемерными».

(к сожалению, из примеров мы видели, что этого может не быть между родными людьми)

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 702): «Молитва общая от лица всех и в жизни учит нас делиться житейскими потребностями с другими, чтобы и в жизни у нас было все общее и как бы едино, чтобы во всем была видна любовь взаимная, также чтобы каждый свои способности употреблял во благо других, кто как может, а не скрывал талант свой в земле, не был бы эгоистом и ленивым. Мудр ты - дай совет немудрому; образован - научи невежду; силен - помоги бессильному; богат - помоги бедному».

**Платон Митр. Москов**. (т.4, Слово в неделю мироносец): «Как нет ничего сего союза (любви родных, например мужа и жены) святее, и нужнее к благополучию человеческому: так по тому сильнейшим образом обязывает супругов хранить между собою согласие и верность. От сего зависит благоразумное дому управление, честное детей воспитание, порядочное домочадцев содержание, ко облегчению нужд житейских наибольшее утешение. А без того все развращается, и колеблются основания благословенного обиталища».

**Феодор Студит** (Наставления, сл.2): «Все вы друг для друга послушники, друг другу помощники, как живые члены одного тела. Если глаз не станет руководить руки, если одна рука не станет поддерживать другую, если нога не станет ступать также как сего требует благо всего тела, если вообще каждый член начнет действовать по своей воле; то они не только своей крепости не сохранят, но с расстроением себя самих, расстроят и все тело. Потому да радуется всяк, когда ему придется поболее потрудиться для других, терпя хлад, дождь и жар; да плачет же и сокрушается сидящий без дела, как непотребный член, в теле не для тела живущий и достойный одного отсечения».

(у нас же, грешных, наоборот, служащий другим плачет, а сидящий без дела радуется)

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.1, гл.1): «Между собой супруги должны иметь очищенную любовь — для того чтобы получать друг от друга взаимное утешение и быть в состоянии исполнять свои духовные обязанности. Чтобы прожить в согласии, они должны, прежде всего, положить в основание жизни любовь — ту драгоценную любовь, которая заключается в духовном благородстве, в жертвенности, а не любовь ложную, мирскую, плотскую. Если присутствует любовь и жертвенность, то один человек всегда ставит себя на место другого, понимает его, испытывает за него боль. А принимая ближнего в своё страдающее сердце, человек принимает в своё сердце Христа, Который вновь исполняет его Своим невыразимым радованием. … Однако если, Боже упаси, между супругами нет любви, то они, даже находясь рядом, могут быть, по сути, друг от друга далеко. Поэтому каждый из супругов должен стараться всю свою жизнь сохранить любовь к другому, принося себя в жертву ради него. Плотская любовь соединяет мирских людей внешне, только до тех пор, пока они обладают [необходимыми для такой плотской любви] мирскими качествами. Когда эти мирские качества теряются, плотская любовь разъединяет людей, и они скатываются в погибель. А вот когда между супругами есть настоящая драгоценная духовная любовь, то, если один из них потеряет свои мирские качества, это не только не разъединит их, но объединит еще крепче».

**Лука Крымский** (Сб. Евангельское злато, ст. Будем делать добро): «Апостол Павел в Послании к галатам пишет: «Носите бремена друг друга и таким образом исполните закон Христов» (Гал.6:2). Самое простое объяснение призыва «носите бремена друг друга» заключается в том, что встретив человека с тяжелой ношей, мы должны помочь ему донести ее. Можно облегчать бремена друг друга в семье, если она дружна, едина и проникнута любовью. В такой семье дети стараются помогать родителям, а те, в свою очередь, всемерно облегчают бремя своих детей. Хорошо, если бы так было всегда! Хорошо, если бы люди всячески старались помочь один другому, спокойно переносили бы недостатки и пороки окружающих. Но мы не умеем терпеть то, чем болен дух наших ближних, это вызывает у нас раздражение. Но надо их любить, только тогда мы исполним закон Христов, который весь заключается в одном: «Возлюби ближнего своего, как самого себя» (Мк. 12:31). Если же возлюбим ближних, то со смирением будем облегчать им тяготы жизни…. Все мы убоги и несчастны, ибо смирения у нас очень мало. А если смирения не имеем, значит, нет у нас ничего».

Вообще, христианский подвиг заключается в том, что человек поступает по любви, не видя ее у другого или не ожидая от него чего-то доброго, или лишая себя удобства ради ближнего.

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.1, беседа 26): «…жена, не ожидай доброты от мужа, чтобы после того показать и свою, – в этом не будет ничего важного; и ты, муж, не ожидай благонравия от жены, чтобы после того и самому быть любомудрым, – это уже не будет подвигом; но каждый, как я сказал, пусть первый исполняет свои обязанности».

**Троицкие Листки** (ст. 11): «…если ты лишаешь себя приятности, удобства, покоя, чтобы утешить и успокоить ближнего, уменьшаешь нужное для тебя, чтобы помочь нужде ближнего, — то ты проходишь подвиг, который может привести к венцу, сеешь семя, которое способно принести обильную жатву благословений и воздаяний».

**Иннокентий Пензенский** (Богословие деятельное, ч.2,гл.4): «…когда мы по любви к ближнему делаем что-нибудь та­кое, что соединено с нашей невыгодой; (и) когда эта любовь доходит до того, что мы для пользы других не то­лько претерпеваем величайшие невыгоды, но и саму жизнь нашу, если потребуется, не замедлим подверг­нуть опасности. То, что делается в пользу других с собственной невыгодой, обычно называется благодея­нием. Благодеяние это в Св. Писании именуется любо­вью или милосердием, потому что мы должны любить не словами, но делом (1 Ин. 3, 18)».

Также следует сказать, что взаимопомощь должна быть не по угождению себе и другому и не без разбора. Благопопечение по любви должно быть об истинно полезном и необходимом, должно быть скорым, но не суетливым и т.д.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.2, отд.2, 3б): «Вообще, надо так настроиться, чтобы содействие исходило не из угождения себе, не из угождения другим, а из одной — внутренней, истинное благо зрящей и к нему все направляющей любви. Прочное, твердое и трезвенное благопопечение сим способом и образуется. Тогда христианин и желает только того, о чем должно попещись, и печется о том, чего пожелать другому должно. И это есть здравое состояние любви к ближним, без которого и до которого благожелание с благопопечением могут идти врозь, одно другому мешая и даже противореча. …К отличительным свойствам благопопечения принадлежит неотсрочное, скорое, всеусильное вспомоществование, какое сочтено нужным по соображению с целью. Оно не мятется в суете, а идет ровно, степенно, но и не недугует отлаганием и отсрочками. У него закон: пользуйся всяким случаем, ибо он уже не повторится».

Также, в христианстве любовь к Богу неразрывна с любовью к людям, и если христианин будет помнить о Боге и стремиться жить по любви к Нему, то служение людям будет не тягостным.

И именно потому нам бывает тяжело при семейных отношениях, что мы не любим ни Бога, ни ближнего, а любим только себя; не видим мы и того, что мы не исполняем заповеди Божии.

**Макарий Египетский** (Семь слов, сл.2, гл.11): «За сею же заповедью (о любви к Богу) не трудным делается исполнить и вторую, — разумею заповедь о любви к ближнему. Первое предпочитай всему прочему, и о сем старайся больше, нежели об ином; в таком случае за первым последует и второе. Если же кто, вознерадев о сей великой и первой заповеди, разумею заповедь о любви к Богу, …вознамерится только посвятить себя второй заповеди, попечению о внешнем служении; то невозможно ему будет исполнять сию заповедь здраво и чисто. Ибо коварная злоба, как скоро усмотрит, что ум лишен памятования о Боге, любви и стремления к Нему, или представляет повеления Божия неудобоисполнимыми и трудными, и возбуждает в душе ропот, печаль и жалобы на служение братьям, или обольщает человека самомнением о своей праведности, и убеждает почитать себя досточестным, великим и вполне исполняющим заповеди».

Итак, мы, будучи духовными младенцами, не имеющими ни любви к Богу, ни к людям, должны идти путем служения людям, для того чтобы учиться отвергать свое самолюбие и делать дела по заповедям любви.

**Макарий Египетский** (Семь слов, сл.3, гл.7): «Тем, которые, по духовному младенчеству, не могут вполне посвятить себя любви духовной, надлежит принять на себя служение братьям с благоговением, с верою и со страхом Божиим, и служить как Божией заповеди и как делу духовному, а не ожидать себе от людей награды, или чести, или благодарности, вовсе не давать места ропоту, или высокоумию, или нерадению и разленению, чтобы не осквернилось и не повредилось доброе сие дело, но тем паче было благоугодно Богу по нашему благоговению, страху и радости».

### Примеры о том, что многие мужчины не только не хотят помогать, но и требуют, чтобы им помогали в самых простых нуждах

Итак, есть немало людей (зачастую это мужья и дети), которые не хотят помогать ближнему (зачастую жене и матери), когда тот обратился за помощью. И более того, не хотят и сами элементарно себя обслуживать, а постоянно требуют помощи от другого человека; и сейчас скажем об этом.

Судя по опыту, есть такие мужья, которые эгоистичны и ленивы настолько, что даже когда ничего не делают, то не хотят для себя сделать самых простых вещей, и постоянно требуют заботу о себе от жены. Обычно этот принцип называется: «подай, поди, принеси». Как правило, такие мужья прикрывают свою лень и эгоизм словами о том, что они устали и им нужен отдых, или словами о том, что он – мужчина и это не его обязанность делать что-то по дому (хотя в данном случае их даже и не просят ничего делать, а они не хотят даже чуть-чуть напрячься для себя в элементарном). (Напомним, что примеры приводятся для того, чтобы увидеть - не делаем ли сами также)

Интернет – источники: 1). «Муж постоянно командует: принеси, отнеси, дай, подай, даже если пульт в двух шагах от него, а я в другой комнате зовет меня. Сегодня мою посуду на кухне, он в зале смотрит фильм, слышу громкий зов, захожу, орет: «ты (почему) не идешь, когда я зову?» Я говорю: «я посуду мою не слышу». Он: «что ты врешь: все ты слышишь, ты специально (игнорируешь). Принеси мне футболку с балкона». Я психанула, говорю: «сам (поднимись) и принеси, (надоел) уже». Сидит злой и красный». 2). «У нас в семье есть такая проблема - муж любит, чтобы я ему все подавала - чаю там, хлеба или водички ему встань и налей. Вроде бы не проблема, но сам при этом сидит в интернете или на диване лежит, а я как обычно занята (прибираюсь или ребенка кормлю, или сама кушаю). Считаю это некрасиво - просить другого человека подать что-либо, когда сам особо ничем не занят... Я воспитана не так - тебе надо ты и возьми. Но его мама к другому приучила - все его просьбы мигом выполняет… Вот и вчера… все хорошо, настроение отличное, я на кухне прибираюсь - он мне: "сделай мне бутерброды". А сам на «Одноклассниках» сидит. Ну, меня и прорвало, поругались. Он считает, что это вообще не проблема - встать и подать то, что он просит. Вроде бы да, не проблема, но если я ему откажу - обидится и недели две не будет разговаривать. Приходится подрываться. Считаю это спекуляцией на чувствах. … Почему не наоборот? – он, допустим, стоит посуду моет, а я на «Одноклассниках» сижу и ему такая вальяжно: "сделай-ка мне бутерброды"... Даже представить себе такой картины не могу, не по-людски это как-то. Если я ничем особо не занята - то вообще не зацикливаюсь на этом, но если я занята - меня такие просьбы злят, и начинается ругань… Короче поругались сильно, понимаю, что из-за ерунды поругались, и наверное я не права. Думала, вечером приду домой и как-нибудь сглажу ситуацию, но не успела… Пришло от него сообщение: "собирай вещи и уходи, достала". Я в шоке». 3) У меня ситуация такая: мой муж полностью лишен самостоятельности в быту (например, не может разогреть себе еду, когда собирается куда-то или на работу. У него не закрывается рот: "дай трусы, дай носки, дай джинсы", после еды и ванны оставляет полный разгром, свежеубранную квартиру умудряется превратить в бомжатник за считанные секунды). Постоянно меня гоняет: то принеси ему в постель йогурт, то персик перед сном, то еще что-нибудь... Встаю каждый день в 6 утра за 30 мин. до его подъема, чтоб сделать ему кофе, кашу и бутерброды, так как даже если я с вечера это все приготовлю, то он не в состоянии достать их холодильника бутерброды, погреть кашу в микроволновке и залить кофе! Сейчас я сильно простужена... От него не дождалась никакого внимания - ни чая, ни меда с молоком... Так еще и продолжает меня гонять! как его проучить? как его выдрессировать? я устала от такого отношения, хоть на стенку лезь... Тут попросила его белье на балкон развесить - ничего не сделал, там холодно, я больная сама вешала! Я ему регулярно высказываю, что он обнаглел, на что мне всегда один ответ: "Ты ж жена, тебе должно быть приятно за мной ухаживать" Говорю ж... до свадьбы даже еду мне не разрешал готовить, типа я сам, а сейчас из себя такую недотрогу неадаптированную к быту корчит!». 4). «(Мой муж постоянно дергает меня разными просьбами). Если он хочет кататься на американских горках, то я должна следовать за ним, невзирая на панический страх и тошноту. Даже шнурки просит меня завязать. На последнем я сломалась и спросила, чем по его мнению муж должен отличаться от ребенка. Он удивился и честно сказал, что думает, что жена должна относиться к мужу как мать, то есть кормить, напоминать все, чесать пятки и петь колыбельную песню, но и он согласен понянчиться со мной. Так что, поняв, что мужа мне не изменить, я стала извлекать из этого пользу. Теперь супруг застегивает мне босоножки, приносит ночью в постель бутерброд, если мне лень идти из постели к холодильнику, ходит со мной по магазинам ….».

(Но, понятно, что далеко не все мужчины будут делать так, как этот муж, обычно считают, что только за ними должны ухаживать)

### В семье каждый человек в некой мере должен обслуживать себя и заботиться о ближних

О том, что христианин должен стараться обслуживать свои нужды сам, трудиться на благо семьи и всячески облегчать труд родных говорилось при рассмотрении вопроса о лени в разделах: «Христианин должен заботиться о своих телесных нуждах, чтобы не быть в тягость другим» и «Христианин должен, сопротивляясь своей лени, служить ближнему по любви к нему и ради заповедей Божиих». Это все необходимо выполнять не только ленивому, но и тому, кто устает, но только с поправкой - после того, как силы будут восстановлены. Разница лишь в том, что в случае лени человек должен превозмочь свою лень, а здесь превозмочь саможаление.

Итак, христианин должен, во-первых, стараться сам себя обслуживать, чтобы не обременять других, например, в уборке своих вещей, мыть за собой посуду и др.

**Климент Александрийский** (Педагог, кн.3, гл.10): «…служение самому себе есть правильное телесное упражнение».

Тем самым он не будет позволять действовать своему самолюбию, эгоизму и лени и будет поступать по справедливости. И тем, что он не обременяет ближних попечением о себе, он проявляет любовь. (Конечно, здесь речь не идет о делах, которые он физически не может сделать один) Вот пример одной христианки.

**Троицкие Листки** (ст. 706): «Жители города Мурома свято чтут память праведной Юлиании, погребенной в селе Лазаревском, близ этого города. …(Вот пример как она жила; она никогда) не требовала, чтобы ей кто на руки воды подал, а говорила: "Кто же я-то, убогая, чтобы служили мне такие же люди, создания Божии?"».

Во-вторых, христианин должен стараться облегчать труд ближних, независимо от того для себя они что-то делают или для всей семьи. Тем самым он будет оказывать любовь ближнему, и опять-таки действовать против своего самолюбия, которому часто не хочется что-то делать для других.

**Амвросий Оптинский** (Переписка с мирскими лицами, п.82): «Каждый христианин обязан по силам своим и сообразно своему положению трудиться на пользу других, но с тем, чтобы все это было во время и в порядке…, и чтобы успех наших трудов представлять Богу и Его святой воле».

**Василий Великий** (Правила пространно изложенные, в.42): «…каждый в деле своем должен поставлять целью вспоможение нуждающимся, а не собственную свою потребность. Ибо таким образом избежит осуждения за самолюбие и примет благословение за братолюбие от Господа, Который говорит: «так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне» (Мф.25, 40)».

И так как основную работу по дому все же делает женщина, то муж и дети должны по любви облегчать ее труды.

А вот пример, как раньше все люди старались помочь друг другу и не только своим родным.

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.2, ч.2, гл.3): «(В былые времена) ехал, например, кто-то куда-то на телеге, встречал на дороге знакомого, спрашивал: "Откуда идешь, куда путь держишь? Туда же и я еду. Садись, вместе поедем" Или если человек хотел куда-то ехать на лошади, шел к соседу и спрашивал его: "Собираешься куда? Если можешь обождать, я через три часа еду на лошади и могу взять тебя с собой" Или говорил: "Завтра еду туда-то. Приходи, переночуешь у нас, чтобы пораньше вместе выехать Люди думали о ближнем и, когда могли в чем-то помочь, не уклонялись от этого. У людей был добрый интерес, и спрашивали они на всякий случай, чтобы выручить».

И, в-третьих, христианин должен быть примером другим в том, как он обслуживает себя, как выполняет просьбы других, как помогает и т.д. Так, сын, видя, как отец помогает матери, будет делать то же самое и в отношениях с матерью и затем с женой. Или если дети видят, как родители помогают своим родителям, то и сами будут помогать им.

Далее приведем христианское обличение тем, кто не желает помогать по дому ближнему. (Хотя в нем говорится о помощи неродным людям, но тем, кто не помогает матери или жене в попечениях об их собственных нуждах и общих нуждах родных, будет полезно увидеть, как должно поступать, когда видишь, что другой человек, даже не родной, устал)

**Троицкие Листки** (ст. 324): «Представим себе, братие, жаркий летний день. Страдная рабочая пора. Солнце уже склонилось к закату. Кто помоложе да посильнее, уже покончили полевую работу и разошлись по домам. Только одинокий жнец — бедняк, обливается потом, дожиная свою убогую полосу; или где-нибудь усталый труженик, пахарь, едва плетется за сохою, желая докончить пашню под озимый посев; а вот там — жница-вдова согнулась над снопом…, собирая колосья на чужой ниве, только не для себя, а для хозяина нивы, которую подрядилась сжать. Близ нее, где-нибудь на меже, плачет ее сиротка-дитя; оно плачет, а мать спешит докончить работу, и только сердце ее отзывается болью на крики родного малютки: что поделаешь? некогда!.. Не правда ли, други мои, — знакомая картина наших родных полей! И вот ты проходишь мимо этих тружеников, счастливый тем, что ты не одинок, ты успел раньше их окончить свой труд дневной и теперь спешишь в родную хату на отдых... Остановись, брат, посмотри на эту усталую жницу или на этого почтенного старца, согнувшегося и без серпа под тяжестью лет... Ведь если не словом, то самим видом своим не говорят ли они тебе: "Видишь, брат, мы устали, дело валится из рук, сил больше нет, а докончить работу нужно — необходимо нужно! Помоги, друг, ради Господа!" — Что ж? Вот тебе прекрасный случай сделать доброе дело. Подойди к кому-либо из таких тружеников с заветным русским приветом: "Бог тебе в помощь, брат или сестра! Дай — я тебе помогу, вдвоем у нас спорее дело пойдет". Что ж, говорю, ужели упустишь этот случай, который посылает тебе Сам Бог для твоего же счастья? Ведь подумай только: поработаешь полчаса, четверть часа, а сколько благодарности-то тебе будет, как твое сердце-то возрадуется, когда совесть твоя скажет тебе, что ты сделал дело истинно доброе христианское, дело, которое в очах Божиих будет дороже рублевой милостыни! Или скажешь: "Я сам устал не меньше их, не знаю, как до хаты добраться". Смотри, брат, правду ли говоришь? Не обманываешь ли только совесть свою? Знай, что если потрудишься для бедняка-соседа полчаса, четверть часа ради Бога, то от этой работы не только не устанешь, а даже бодрее станешь, силы в тебе прибудет, и ты, веселый и довольный, придешь в хату свою! Спросишь, может быть, почему так? Да потому, что Бог видит твое дело доброе, видит, что ты делаешь его просто по братской любви, и благословляет тебя невидимою Десницей Своей; видит и бедняк, которому ты помогаешь, любовь твою и за тебя крепко сердцем Богу молится — вот и радуется душа твоя, да и тело твое не чувствует усталости... Ах, друг мой, если бы ты знал, как приятно оказывать помощь ближнему, то сам бы стал искать постоянно случая к этому, сам бы, например, пошел к больному соседу и сказал бы ему: "Позволь, брат, я вспашу или сожну твою полосу, привезу тебе дров или другое что сделаю, а ты помолись за меня". И как бы он усердно помолился за тебя! И Бог услышал бы эту молитву благодарного сердца его и благословил бы труды твои, и ты успел бы и свое дело сделать, и ему помочь, и сам бы после стал удивляться, как все успешно у тебя идет! …Бог помогает в трудах тому, кто не считается с ближним своим, а кто охотно, с любовью готов ему помочь в его трудах непосильных. А у нас, грешных, часто как бывает? Просит человек помочь в его трудах, а ему отвечают: "Мне, брат, и своего дела не переделать; с чего это ты взял, чтоб я стал работать еще на тебя?" — Не правда ли, братие, какое бессердечие, какая холодность к ближнему! Если уж и в самом деле тебе недосужно, то хоть добрым, ласковым словом утешь, — зачем оскорблять труженика упреком, и притом вовсе от тебя не заслуженным? Тяжело, братие, и говорить о таких самолюбцах. Так и видно, что в их безжалостных сердцах нет ни искры той благодатной любви, которая согревала и привлекала бы к ним сердца людские; так и веет холодом от этих людей, хочется уйти от них подальше, чтоб и самому не заразиться этой холодностью или не погрешить пред Господом Богом грехом осуждения ближнего... То ли, други мои, заповедал нам возлюбленный Господь наш Иисус Христос, Который и Сам никогда никому в помощи не отказывает? То ли читаем мы даже в законе Моисеевом, — в том строгом законе, который гласил: «око за око и зуб за зуб?» Раскройте книгу Исхода и читайте в главе 23-й стих 5: «...если увидишь осла врага твоего» — слышишь? — речь идет тут даже не о человеке, а просто о бессловесном рабочем животном, об осле, и притом не о твоем собственном, а о чужом, об осле врага твоего:... «если увидишь, — говорит Моисей, — осла врага твоего упавшим под ношею своею, то не оставляй его»; …не моги проходить равнодушно мимо его, — но «развьючь вместе с ним», — помоги врагу твоему поднять на ноги бедное животное! Вот как даже Ветхий закон Моисеев милостиво велит относиться к чужому несчастью, велит помогать даже врагу, даже скоту твоего врага в его непосильной работе! Как же нам, христианам, отказывать в помощи ближнему — другу, соседу, нашему же брату? Как не грешно нам, чадам Нового Завета — Завета любви и истины, считаться за каждый шаг, за каждую пустую услугу, какую оказываем друг другу? Братие! Как же и когда же мы поймем, когда познаем всю красоту, всю благодатную обновляющую силу христианской любви, если не будем опытом с нею знакомиться? Как мы полюбим сердцем добродетель, если не будем исполнять ее самим делом? А она достолюбезна, она достохвальна, она в самой себе заключает счастье и блаженство, какое только возможно на земле!».

Итак, при каждом деле следует осознавать, что делание чего-то для других и обслуживание себя для облегчения другим заботы о себе – это дело любви, а неделание для других и обременение других заботами о себе – это дело самолюбия. И именно так, по любви, должны относиться христиане к домашним заботам о ближних, превозмогая свое самолюбие в виде лености и саможаления. А Господь будет всегда Помощником нам в деле исполнения заповедей любви, только бы мы не забывали ни о цели трудов, ни о молитве к Нему!

**Феодор Студит** (Огласительные поучения и завещание, п.6): «Тщательный в делах и старательный в послушании, ему порученном (к этому относится и труд по обслуживанию себя и помощь ближним – от сост.), пусть еще более старается, как бы он служил Господу, а не человекам, чтобы показать себя делателем искуснейшим, избирая более трудное, радуясь и трудясь в служении ближнему своему, зная, что великая награда уготовляется для него в царствии небесном. И просто сказать, …имеющий малое или великое послушание, будем все переносить мужественно, безостановочно стремясь вперед, и пламенно желая вечных благ; будем претерпевать все охотно и исполнять все по Бозе, пользуя самих себя, и питая такую любовь друг ко другу, чтобы каждый готов был и душу свою положить за брата своего, и духовно и телесно. Если так будете делать, то утешит вас Сын Божий, который ради послушания истощил Себя до беспредельной меры смирения, так что Он, Владыка всего, сделался рабом, и вкусил смерти, смерти же крестной».

##

### Примеры о прикрытии некоторыми мужьями своей лени и эгоизма словами об обязанностях жен и мужей

Когда мы приводили примеры о том, что некоторые мужья не желают помогать женам и обслуживать себя, то мы видели, что зачастую они оправдываются тем, что домашние хлопоты – не мужское дело. А сейчас кратко остановимся именно на этой лукавой позиции мужчин о том, что он должен дома отдыхать, а жена работать.

Как правило, ленивые и эгоистичные люди прикрывают свои пороки мнением, что какое-то дело не есть их обязанностями, и они не должны это делать. Им удобно придерживаться такого мнения, чтобы лениться и жить в свое удовольствие насколько это позволяет ситуация и другие люди. И мужья, которые постоянно или периодически говорят об этом жене, не исключение.

Как известно, есть такой исторически сложившийся порядок, что муж – добытчик и глава семьи, а жена ведет домашнее хозяйство. И с одной стороны, на самом деле, такой порядок естественен. А с другой стороны, во-первых, изменился порядок общественной жизни, а, во-вторых, подобное утверждение, как самооправдание, в основном говорят мужчины, у которых явно выражены страсти: эгоизм, лень и праздность. И говорят они это для того чтобы ничего не делать по дому. И это ведет к конфликтам.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Ефес. 5, 25): «…эгоизм с его (мужа) стороны делает невозможными благоденствие и сладость семейной жизни».

(О том же, какими должны быть мужья и жены и каковы их обязанности мы будем очень подробно говорить в другой главе. А сейчас приведем только примеры о том, как ведут себя некоторые мужчины и как страдают их жены, а потом начинают их ненавидеть).

Понятно, что мужчинами очень удобно прикрываться определенными исторически сложившимися обязанностями мужей и жен, а женщин это очень возмущает.

Интернет-источник: «Женщина, так же как и мужчина, работает. После работы в магазин - купить поесть, дома - постирать, у ребенка уроки проверить, приготовить, вымыть посуду. А мужчина пришел, на диван, и футбол до одурения... Женщина что домработница?».

А теперь приведем чем обычно оправдываются мужья, которые не хотят ничего делать по дому.

Во-первых, самое распространенное оправдание мужчин, то, что они считают себя добытчиками (и немало случаев, когда они ими не являются).

Интернет – источник: «Жену полностью содержу, так она хочет чтоб я ей еще и по дому помогал, стирать убираться и готовить я и сам могу – она-то мне зачем?».

Кстати, есть и жены, которые считают, что если они зарабатывают достаточно денег, то зачем им муж.

Интернет – источник: «Если жена содержит мужа, то зачем она выходила замуж?».

А вот один из многочисленных примеров о том, как жалуются жены на мужей, которые считают, что они добытчики и не должны ничего делать по дому.

Интернет-источник: «Муж работает. Зарплата - гордиться нечем. Устает и вечно зол. Деньги дает на еду и квартплату. Я работаю дома, за маленькую зарплату, жду ребенка. Живем у него. Еду тоже на свои покупаю и одежду (себе). Ничего не прошу. Принципиально перестал помогать по дому. Сказал, что теперь будем воевать (т.е. он назло ничего помогать не будет), т.к. я - отвратительная жена, на которую ни в чем нельзя положиться. Его не устраивают какие-то моменты (как я что-то делаю по дому). Но молчит. Я не догадываюсь. Сам не сделает. Например, рубашка не глаженая в шкафу, сухое белье не снято в тот момент, когда оно сухим стало... и т. д. Сказал, что он ходит на работу (для семьи), а раз я дома, то делать он не собирается ничего. Это есть мое вложение в семью и для того я существую. Он работает, а я дома. Все раскидывает (где снял, там и положил), еду за собой не уберет. Поест у компа, насорит, не уберет никогда, побреется - шерсть в раковине. Ладно. Заболела. Слабость, сердцебиение, лежала. Ни пол помыть, ни убраться толком. Только кушать готовила. Попросила его пол помыть. Такой был скандал: "Я прихожу домой, устал, хочу отдохнуть, а ты мне только мозг выносишь!". Поняла, отстала... Правда, я так ужасна?»

(О конфликтах по поводу заработка денег для нужд семьи подробно будет идти речь в главе «Конфликты в семьях от страсти сребролюбия»)

Во-вторых, некоторые мужья не помогают женам по желанию главенствовать и командовать.

Интернет – источники: 1) «Здравствуйте, я в тупике, замужем 5 лет, дочке 12 лет и совместному сыну 2 годика. Муж отказывается меня понимать. Сдала на права 3 года назад, машину не дает, я утеряла уже навыки, помогать в вождении не хочет. Прошу помыть ребенка перед сном, делает вид, что не слышит, иду сама мою. Прошу сформулировать письмо официальное, говорит, не майся ерундой. Все, что я ни предлагаю, игнорирует. Он военный, начальник, привык командовать. Я обижена и устала от такого отношения. Хотя семьянин он хороший, домашний». 2). «А у меня мой супруг - эгоист, недавно при очередной ссоре, я сказала, что неплохо было бы мне помогать по дому, дочка уже становится большой, а он ничего как не делал, так и не делает, на что мне он ответил: «Ты находишься в декрете, вот и сиди и помалкивай, свои обязанности надо выполнять, готовить, убирать, ведь это твои обязанности» На что я спросила: «а какие обязанности у тебя?» так он мне сказал: «Никаких!!!» Денег зарабатывает мало..., по дому ничего не делает, так еще и хамит!!! так стало обидно и противно....». 3) «Мой парень говорит, что сначала девушка должна сделать мужчине приятно, подарить ему нежность и ласку, и только потом, когда мужчина захочет он уделит внимание и ей. Женщина была создана в помощь мужчине: убирать, готовить, стирать и т.д., а мужчина за это будет ее защищать, когда понадобится».

Кстати сказать, есть и женщины, которые оправдывают свою лень и эгоизм тем, что их надо беречь и лелеять и они не должны заниматься хозяйством.

В-третьих, многие мужчины оправдывают свою лень и эгоизм устоями их семьи, когда мама все делала по дому, а отец ничего не делал. Такие ленивые и эгоистичные люди так воспитаны своими родителями и не могут вести себя по другому, т.к. порочные навыки в них укоренились, а добродетели нет.

Вот, как женщины, у которых мужья ничего не делают, говорят о том, что мать мужа все делала сама, и он так воспитан.

Интернет – источник: 1). «Мой муж совсем не помогает мне по дому! …Виновата во всем свекровь, он у нее единственный, а она все делает сама, пашет, как трактор. Лет 10 у нее уже муж - пенсионер, старше на 10 лет, который целыми днями смотрит телевизор и в 8 вечера ложится спать... Даже сейчас, наблюдая мужа в их доме, вижу, как она ходит за ним, вроде как разговаривает, а руки автоматически складывают брошенные им как попало вещи...». 2). «От мужа помощи не дождешься, но я сильно на него за это не обижаюсь, потому что он вырос в семье, где отец ничего не делал, даже носки себе не стирал и вещи из шкафа достать не мог. А жена его перед работой обувала и шнурки завязывала, а когда он приходил с работы, разувала его и раздевала, И самое главное она считала что это правильно, всё так и должно быть, и сыновьям своим в голову это же вбила. Нет, мой муж, конечно же, сам одевается и разувается, но всё остальное..... увы, это сложно». 3) «Подруга встречалась с парнем два года. Так этот ленивец, не то что кружку за собой помыть не мог, …а сказал, что все его обслуживать должны, так как он привык, что дома за него всё делает мама. Так что мы – девушки, женщины, отчасти виноваты в том, что у нас такой мужской пол ленивый и инфантильный».

А теперь приведем обобщенные мнения мужчин на домашний труд.

Есть мужчины, которые считают, что домашние дела и дети – это только обязанность женщин, и обычно это звучит так: «Мужчина - работать. Женщина все остальное - стирать, готовить и т.д.». При этом одни иногда соглашаются помочь в тяжелом деле, а некоторые никогда. Вообще, одни считают унизительным для себя делать что-то по дому, а другие так не считают. Есть мужчины, которые считают, что домашние дела – это не труд по сравнению с их работой, а есть, которые ценят и понимают, что жене тяжело. Есть мужчины, которые считают, что они должны делать только мужскую работу, а есть и те, которые считают, что для этого есть, например, сантехник или электрик. Некоторые мужчины, которые жили одни, считают, что они все умеют и это делать не трудно. Но есть и такие, которые, несмотря на то, что сами себя обслуживали, с радостью переложат это на жену. Например:

Интернет – источник: «А у меня проблема не в том, что муж ничего не может сделать. Он довольно долго жил один, готовит просто отлично, пальчики оближешь, всякие "мужские" дела тоже делает сразу, не откладывает почти никогда. Правда насчет мытья полов сразу мне сказал, что не будет этим заниматься. Ну а я готовить особенно не умела, когда мы поженились. А у него позиция такая, что по дому всё должна делать жена. И кушать он хочет 3 раза в день разные блюда, квартира должна быть чистая. Я стараюсь, готовить научилась, вкусно вроде, готовлю и завтрак, и обед, и ужин. А вот недавно я попыталась поднять тему детей, так он мне выдал, что если у нас родится ребенок, то я вообще не буду ничего успевать и он мало того что спать по ночам не будет, так еще и всё придется делать самому. Еще сказал, что он себе не такую жену представлял. Можно подумать с закрытыми глазами женился. Просто еще дурной пример перед глазами - жена друга всё всегда успевает, когда тот даже палец о палец не ударит, всё мне её в пример ставит».

А теперь приведем мнения жены и мужа на то, как ведутся дела у них дома, и увидим, что у каждого есть своя правда, каждый обвиняет другого и каждый ищет своего, т.е. типичная схема действия самолюбия каждого, когда каждый видит себя жертвой и при этом другой плохой.

Интернет-источник: «Говорит 32-летняя Тамара: «Ему нет дела до моих проблем. Лишь бы его персона была обхожена. Пусть хоть землетрясение, но чтобы ужин был на столе, а наутро была чистая рубашка и выглаженный костюм. Он считает, что того, что он мне дает на хозяйство, должно хватать. Он не знает, что продукты дорожают чуть ли не каждую неделю. Если я говорю, что мне не хватает, муж заявляет, что я плохая хозяйка, покупаю все в дорогих магазинах, ленюсь ездить на оптовый рынок. Но у меня нет времени ездить туда, я все покупаю по пути. И так целый день кручусь, как могу, жизнь у меня суматошная. Утром отвожу детей к маме, ей тяжело ездить к нам, а вечером забираю. Работаю полный рабочий день. Потом магазины, ужин, уборка. Мама сидит с детьми, ей стирать некогда, так что все на мне. Продукты для неё тоже я покупаю – она же не может ходить по магазинам с двумя малышами. Мечусь от одного дела к другому, ложусь после всех. На цыпочках вхожу в спальню, муж уже спит, и я каждый раз надеюсь, что «пронесет». Но стоит мне лечь рядом, у него пробуждается рефлекс. Я совершенно измучена, мне завтра рано вставать, чтобы успеть приготовить всем завтрак, а до работы отвезти детей к маме. …По опыту знаю, что если скажу, как я устала, – будет скандал. Он начнет орать, что слышал это от меня тысячу раз, что у других тоже есть дети, но жена не жалуется, да и муж на неё не жалуется (у нас есть друзья, у которых тоже двое детей, но Рита не работает, а я работаю – разница есть?). Я сто раз мужу объясняла эту разницу между мной и Ритой, а он заявляет, что мне не надо работать, это моя блажь. Но я не могу бросить работу – от длительного перерыва я все профессиональные навыки потеряю. Да и работа мне нравится. Хоть платят пока не очень много, но с перспективой интересных командировок. Почему я должна сидеть дома, деградируя профессионально, – только лишь для того, чтобы быть всегда готовой ублажать мужа в постели? Так ведь у нас не патриархат».

А вот что говорит муж этой женщины:

«Великий труд – сварить детям кашу или яйца! По-моему, это делают все женщины, не жалуясь. Муж зарабатывает, а жена ведет хозяйство и ухаживает за детьми – по-моему, это нормальное распределение обязанностей. Тамара видит собственную дискриминацию в том, что я езжу на машине, а она на общественном транспорте. Но пока у нас нет возможности иметь две машины. Она требует, чтобы я отдал ей свою, я, естественно, не соглашаюсь, – мне она нужна по работе. Да и просто смешно – я, деловой мужик, буду ездить на встречи на метро, а моя жена будет ездить по магазинам на машине. Дешевле ей сидеть дома. И дети будут лучше присмотрены. Теща – такая же лентяйка, как моя жена. Безалаберная, в квартире грязища, холодильник вечно пустой. Привыкла у тестя на шее сидеть и ждать, когда тот принесет «заказ» с работы. Днем теща обязательно спит, а дети в это время предоставлены сами себе. Детей она кормит одной сухомяткой или полуфабрикатами. Ну, хоть вы объясните Тамаре – зачем она цепляется за свою работу? Ее зарплата никакого значения для нашего бюджета не имеет. Я семью обеспечиваю. Не шикуем, но и жаловаться не приходится. Целый день мотаюсь, чтобы заработать (я получаю определенный процент от посреднической деятельности), прихожу домой весь в мыле и что? Я ещё должен картошку чистить, ужин готовить? Могу ведь и не ужинать дома, раз ей так тяжело приготовить ужин, схожу в ресторан. А дети? Хватит и того, что они у тещи едят чипсы, соленые палочки и прочую ерунду вместо нормального обеда. А насчет того, что будто бы я к ней чуть не каждую ночь пристаю, – неправда. У меня тоже, бывает, сил совсем нет, лишь бы голову до подушки донести».

На этом закончим приводить жалобы мужей и жен, которых великое множество. Мы еще будем подробно говорить в другой главе о том, что некоторые мужья не хотят заботиться о домашних делах, прикрываясь словами о своем главенстве в семье. Но сейчас заметим, что если подобным образом об обязанностях говорят мужчины христиане, то они не являются таковыми на самом деле.

Укажем и то, что неправильно, когда в семьях каждый указывает на обязанности другого, прикрывая свое самолюбие в разных видах, и этого не должно быть среди супругов-христиан. Христианское учение говорит, что каждый должен смотреть на то, как он выполняет свои обязанности, заповеданные Богом.

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.1, беседа 26): «… мы не будем поступать так, не будем указывать на обязанности других, когда обличают нас за нарушение наших; хотя бы обличение падало на тебя вместе с другими, ты не избавишься от обвинения; потому смотри только на то, чтобы тебе освободиться от своих грехов. Адам также слагал вину на свою жену, а она на змия; но это нисколько не помогло им. Не говори же и ты мне этого, но постарайся со всяким благоразумием исполнять свои обязанности в отношении к мужу. И мужу твоему, когда увещеваю его любить и уважать тебя, я не дозволяю указывать на заповедь, данную жене, а требую от него исполнения предписанного ему. …Кто любит любящего его, тот не делает ничего важного; а кто любит ненавидящего его, тот преимущественно достоин венцов. …Так и было у древних: каждый исполнял свое, не указывая на обязанности ближнего».

### Если в семье нет взаимопомощи, то в ней нет истинной любви, а есть самолюбие и эгоизм

В заключении вопроса о конфликтах из-за усталости членов семьи, скажем о том, что мы уже не раз говорили, и что видно не вооруженным глазом: если у членов семьи нет желания помогать женщине, на которой лежит основной труд по дому, и облегчать ее труды на благо всех, то это говорит об отсутствии истинной любви у мужа и детей, потому что в них есть большая любовь к себе, которая делает только для своего удовольствия и выгоды, и любит только на словах, а не на деле.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.2, отд.2, 3б): «…отсутствие (деятельного и заботливого попечения о благе другого) обличает слабость благожелания и отсутствие любви! Не любим словом, но делом и истиною (1Ин. 3:18). «Друг друга тяготы носите» (Гал.6:2), заповедуют апостолы».

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.1, беседа 33): «Тот только любит, кто любимому желает полезного; а кто не ищет добра, тот, хотя бы тысячу раз говорил, что любит, враждебнее всех врагов».

Нежелание помогать может быть как в форме отсрочки или только мысли, что надо помочь, а на деле не реализовывается, так и в форме открытого нежелания что-то делать. Это опять-таки исходит от самолюбия и эгоизма.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.2, отд.2, 3б): «(Неотсрочному, скорому, всеусильному благопопечению) противоположно и бесплодное желание, переходящее в пустую мысль о возможностях помочь; но главным образом то, что рождается из недоброжелательства, то есть не только непопечение и несодействие, но даже противодействие, или препятствия успехам, и прямое злодеяние. То и другое — плод эгоистических страстей, всегда притом раздражаемых и усиливаемых взаимными неприятностями».

Вообще у самолюбивого человека могут быть мысли что-то сделать хорошее для других, но ему мешает его же самолюбие, которое тут же говорит ему о его выгодах и удобствах. И сделает человек доброе дело или нет зависит от того, на что склонится душа – на сторону любви к ближнему или на сторону любви к себе.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Римлянам, 7,21): «Против всякого добра есть в нас противоположное худо. Когда замышляет человек делать добро, прямо ли от себя или по поводам внешним, тотчас выникает извнутрь же — противоположное зло и себя предлагает вниманию, вместо добра. Оно еще не нудит, а только предлагает себя. Просят помощи: хочу поделиться. Но является своекорыстие и говорит: себе нужно, для себя побереги — и откажи. Так при всяком добром деле. Не надо упускать из внимания выражение: «хотящу ми творити доброе». Злое, живущее в нас, молчит, будто его нет. Но как только задумаем сделать что доброе или подвинемся на него, оно откуда возьмется и начнет поперечить и вязать руки и ноги, мысли и желания. Что же дальше? Происходит спор: доброе к себе влечет, злое к себе».

Итак, все виды нашего самолюбия или другого человека не дают пребывать в любви и жертвенности, как к ближним, так и незнакомым людям.

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, ч.1, гл.1): «Себя самих любим, а других нет. Любовь к себе уничтожает любовь к ближнему, поэтому так и поступаем. Но любящий себя живёт не по духу Евангелия. Если бы Христос думал о Себе, то сидел бы на Небе, не приходил бы на землю, не страдал, не распинался бы ради нашего спасения. Сегодня почти во всех людях есть себялюбие, но нет духа жертвенности. Сегодня господствует дух: "лишь бы мне не было плохо". Знаете, как тяжело смотреть на окружающих! Недавно в больнице я был свидетелем такой ситуации: потребовалось поднять лежачего больного, чтобы перенести в другую палату; медбрат не двинулся с места, хотя это была его работа. "Не могу, у меня болит поясница", - сказал он равнодушно! Да, видишь, человек бесчеловечный! А беременная медсестра вместе с другой взяли и перенесли его. О себе они не думали. А та и вовсе забыла о том, что она в положении, и кинулась на помощь! Знаете, как я радуюсь, глядя на человека, который, сам находясь в трудном положении, жертвует собой ради других! Очень радуюсь! Сердце ликует. Ощущаю родство с таким человеком, потому что он близок к Богу».

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.8, 22-26): «(Слепота самолюбия и эгоизма) состоит в том, что человек как бы не замечает своих ближних. Он весь поглощен собой, думает только о себе, о своих выгодах, о своих интересах. Чужая жизнь его не интересует. Он равнодушен к чужому горю, мимо чужой нужды проходит, не замечая ее, страдания ближних его не волнуют. Он весь замкнут в своем эгоизме, в себялюбивых думах. «Вижу проходящих людей, как деревья» (Мк. 8, 24), — сказал слепой, когда Господь возложил на него руки. Совершенно так же смотрит на всех людей и слепой эгоизм. Для него люди имеют не более нравственной цены, чем деревья. Теперь так и говорят: "человек человеку — бревно". Замкнутый в себе эгоист не чувствует скорби ближних, его не трогают их бедствия, и он совершенно не заботится ни о нравственном, ни о материальном их благополучии. Ближний как существо чувствующее, мыслящее, страдающее для него не существует. Ему просто нет никакого дела до других людей».

Поэтому, если в семье христиан происходит так, то это говорит о том, что у них есть только плотская любовь, а не истинная любовь по Богу, и что такие христиане хуже людей неверующих, которые по естеству помогают ближним.

**Филарет Дроздов** (т.3, 115): «Осудим нерадение о домашних, и бесчувственную холодность к родным, которая конечно уже не обещает человеколюбия и к чужим; – осудим строгостью Апостольского слова: «Если же кто о своих и особенно о домашних не печется, тот отрекся от веры и хуже неверного» (1 Тим. 5. 8)».

**Нравственное Богословие Е. Попова** (Грехи против 7 зап., грех - холодность в супружестве …): «Без евангельского духа, или вне этих христианских начал, любовь в супружестве не имеет уже своей глубины и прочности. Это будет, так сказать, только «наружность любви», под которой пусто. И эта пустота (говоря не в строгом смысле) скоро даст о себе знать, например, в нуждах по хозяйству, в неисправностях и огорчениях со стороны детей: в подобных обстоятельствах супружеская любовь легко сменяется гневом, раздором. Не спорим, что любовь мужа и жены может поддерживаться и одним плотским союзом, без возвышенных христианских мыслей. Но эта любовь сорная и мелкая для духа».

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. 1 Тим. 5,8): «Пекитесь о своих; ибо, кто не печется о них, тот веры отвергся и стал хуже неверного». …Под своими и присными разумеются родственники вообще, из которых присные… — суть те, кои живут в одном доме, а свои… — все другие родные особо живущие. Так Апостол требует, чтоб родные пеклись взаимно друг о друге и помогали нуждающимся из своих. Кто не исполняет сего, тот, говорит, самым сим действием веры отвергся. «Дела его такие не суть дела верующего» (бл. Феофилакт), или такие дела обличают в нем неверующего, показывают, что он чужд веры; устами исповедует Бога, а делами отметается Его (см.: Тит. 1, 16). Вера требует быть милостивым не к своим только кровным, но и ко всем нуждающимся. …Так немилостивый к своим, очевидно, не имеет верующего сердца и есть то же, что невер. Но Апостол идет далее и утверждает, что такой даже хуже невера: «неверного горший есть». … А сравни его с тем из неверующих, который печется о родных по одному закону естества; насколько он окажется хуже его? — «Бог для того и учредил родственные связи, чтобы имели больше мы случаев благотворить друг другу. Поэтому если ты не делаешь того, что делает неверный, то ужели ты не отказался от веры и не стал хуже неверного?».

Также хотелось бы сказать о том, что некоторые христиане на людях показывают внешнее благочестие, т.е. радушно помогают и заботятся о других, но дома не спешит помочь ближнему, т.к. ленивы или эгоистичны.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 1 Тимоф. 5,3): «Благочестивый образ жизни они должны являть всюду пред всем обществом христианским. Но прежде всего пусть навыкнут сему у себя дома, оказывая усердное попечение о матери или бабке. Чтить и упокоивать мать или бабку есть дело благочестное. Если кто, не делая этого дома, вне дома, однако ж, держит вид благочестивого, того сомнительно благочестие,—сомнительно, искренно ли оно, а не для виду только держится».

На этом закончим рассматривать вопрос об усталости и саможалении, исходящих от самолюбия. Надеюсь, мы четко увидели, что, прежде всего, наше самолюбие и саможаление не дает нам исполнять заповеди Христовы о смирении, прощении, любви к врагам и др., что значит любить и жертвенно благотворить ближним, что в свою очередь приводит к ссорам, гневу, обидам, осуждению и т.д. И в заключение приведем молитву, которую надо повторять тем, у кого страсть печали и саможаления одна из главных страстей. Это позволит приходить в себя и будет напоминать, что то, что мы чувствуем и те мысли, которые исходят из сердца есть не от Бога и не по Богу.

**Акафист Святому и Живортворящему Духу, икос 7:**

«Егда отступил Дух Святый от Саула, тогда страх и уныние постиже его, и тьма отчаяния низверже его в преисподнюю. Тако и аз в день уныния и ожесточения моего да разумею, яко несть во мне Бога, но даждь мне неослабно звати Тя, души моея отрадо, дондеже свет Твой озаряет мя малодушнаго:

Прииди, и не отвержи мене за роптание и нетерпение мое;

прииди, и умиротвори лютую бурю смятения и раздражения.

Прииди, и успокой озлобленных житейскими невзгодами;

прииди, и смягчи сердце в день ожесточения и гнева.

Прииди, и облегчи согбенных тяжестию креста;

прииди, и сокруши козни смущения и страхования духов тьмы.

Прииди, и возсияй нам свет Твой благий;

прииди, и вдохни в нас великодушие, да терпением спасем души наша.

Прииди, Утешителю Душе Святый, и вселися в ны».

# Глава 3: О конфликтах из-за разных видов праздности и о страсти праздности

В этом разделе речь будет идти о том, что делают или хотят делать люди, когда они отдыхают, а точнее сказать речь будет идти о праздности, от которой происходит немало конфликтов в семье.

# Раздел 3.1. Недовольными отдыхом ближнего могут быть как жены, так и мужья, но обычно все они хотят отдохнуть и как-то развлечься

Прежде чем приводить примеры и поучения, как выражается страсть праздности, скажем о типичных поводах к конфликтам в семье. Они происходят от недовольств тех, кто не отдыхает, и тех, кто отдыхает. Конфликтных ситуаций в разных семьях великое множество и обо всех сказать невозможно, но мы все же выделим основные.

### К праздности склоны все грешные люди

Но вначале заметим, что праздность есть и у тех, кто много трудится по дому, и у тех, кто ленив и ничего не делает. Но у тех, кто много трудится, она не главная страсть, т.к. основное время они проводят в трудах и на отдых и праздность у них мало времени. И это еще одно утешение тем, кто устает от служения ближним.

**Иннокентий Пензенский** (Слово в день рождения импер. М.Ф.): «Продолжительный труд с обильными каплями пота воспрепятствует всем прихотям плоти. Земледелец, весь день раздиравший плугом ниву свою, утомленный от зноя и жажды, не будет суетиться о вечерних уборах, увеселениях, не помыслит о пышности и привлекательностях ложа. Воин, до истощения сил противоборствующий врагу, весь покрытый пылью, с потом смешанною, забывает все, всем пренебрегает, кроме сухого куска хлеба и для подкрепления сил краткого сна. Случалось ли и нам весь день провести в трудах или несколько раз обливаться потом? Если случалось, то мы знаем, что случается после трудов. … Припомним, что полезные труды наши должны быть неусыпны. Плоть тогда только засыпает от власти своей, когда тяжестью трудов обременяется. Она, как злобный и хитрый неприятель, тогда лишь не воюет, когда оковы тяготят руки и ноги».

**Феофан Затворник** (Письма, п.119): «То, что у вас времени недостает по причине хлопот и семейных и вне семейных дел тоже милость. Кому всё некогда, тот не имеет, когда поскучать от праздности и безделья; не имеет вместе и опасности, какой подвергаются праздные».

(Думаю, что после прочтения этой темы, многие трудящиеся люди убедятся, что им оказана милость Божия тем, что у них есть их попечения о доме и семье, потому что это хранит их от страсти праздности, которая губительна для спасения души)

Но всё же практически все современные люди в той или иной мере праздно проводят свободное время. Большинство людей признают, что они хотят развлекаться и отдыхать и считают, что имеют на это право, не задумываясь ни о грехе и страстях, ни о пагубных духовных плодах своего отдыха.

Те же, кто много трудится по дому, могут считать, что у них нет страсти праздности, хотя она все равно в них действует и зачастую таким способом, о котором они даже не догадываются. Также у некоторых трудолюбивых женщин, которые устают от многих домашних и не домашних забот и дел, нередко бывает так, что нужные и полезные дела перемешаны с делами суетными и ненужными, или дела делаются без рассудительности и с забывчивостью, а иногда и по гордости и тщеславию или с празднохождением. И люди настолько привыкли жить так, что падая от усталости, считают, что у них нет ни минуты свободного времени. На самом же деле свободное время у них есть или может быть, если внимательно посмотреть на свой порядок ведения дел и, рассудив, изменить его.

И, несмотря на то, что далее в основном приводятся примеры возмущений от жен по поводу отдыхающих мужей, но многими и многими женщинами руководит страсть праздности.

А вот как, например, говорит христианское учение о том, что неработающие ленивые и материально обеспеченные женщины склонны к скуке и лукавой усталости.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 7-й запов., грех: Безучастие и несочувствие к трудам мужа): «Уклонение от попечительности по дому (не говоря о потерях экономических) не приносит пользы здоровью, вредно отзывается и на нравственной стороне жены. Да, неделовая, не занимающаяся домом и хозяйством, жена частью и нравственно падает. Она склонна к праздности, к болтливости, к пересудам и к тому, чтобы ходить по чужим домам (Тим.5.14)».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.2, гл.2): «Если не имеющая детей женщина не относится к своему положению духовно, то она страдает. Как же я намучался с одной женщиной, не имевшей детей! Муж этой несчастной занимал высокий пост. Ей принадлежало несколько домов, которые она сдавала внаём. Кроме того, у них был большой дом, в котором она жила с мужем, взявшим за ней в своё время немалое приданое. Но всё ей было в тягость: и на рынок сходить, и пищу приготовить... Да и не умела она готовить-то. Сидя дома, звонила в ресторан и оттуда ей приносили готовые кушанья. Всё у неё было, однако она терзалась, потому что ничего её не радовало. Целыми днями она сидела дома: то ей было не так, это — не эдак. Одно делать скучно, другое — тяжело... Потом её начинали душить помыслы, и она была вынуждена пить таблетки. Её муж брал работу на дом, чтобы ей было повеселей, а она, не зная, чем убить время, стояла у него над душой. Конечно, она надоела этому бедняге: ведь, помимо всего прочего, человеку надо было и работу выполнять! Встретившись с ней, я ей посоветовал: "Не сиди ты целыми днями дома! Ведь так ты совсем заплесневеешь! Сходи в больницу, посети больных..." — "Да куда я там, отец, пойду? — ответила мне она. — Разве мне такое дело по силам!" — "Тогда, — говорю, — сделай вот что: как придёт время читать первый час, читай его, потом в свое время читай третий час и так далее. Положи и один-другой поклончик..." — "Не могу", — отвечает. "Эх, — говорю, — ну тогда берись-ка ты за Жития Святых". Я велел ей прочитать жития всех женщин, достигших святости, чтобы что-нибудь из прочитанного запало ей в душу и помогло. С превеликим трудом удалось вернуть её в нормальную колею, чтобы она не докатилась до сумасшедшего дома. Эта женщина привела себя в совершенную негодность».

А о том, что к праздности склонны многие современные мужчины, которые ничего не делают по дому и пользуются всем готовым в семье, мы увидим на примерах.

**Бл. Августин** (Христианская наука…, кн.2, ст.8): «…(тот кто) все имеет готовое, тот часто вянет от скуки и бездействия».

В общем же:

**Блж. Феофилакт** (Толкование на 1-е посл. к Тимофею …, гл.5): «…праздность неприлична не только мужчинам, но и женщинам»,

то поэтому мы поговорим о праздности подробно.

### Примеры типичных недовольств тех, кто осуждает развлекающегося ближнего

Отдыхом ближнего обычно бывают недовольны те, кто трудится и не отдыхает или не развлекается. Мы сейчас не будем говорить о возможных благих христианских переживаниях за ближнего, потому что у грешного человека нет поистине чистых и благих мотивов, и если они и есть, то всегда переплетены с самолюбивыми. Тем христианам, которые любят прикрывать свои недовольства и осуждения других людей благими мотивами, например, о спасении другого или переживаниями о его грехах, заметим, что не всегда возмущающийся или побуждающий праздного и ленивого человека к труду действует по добродетели и праведному мотиву, например, приучить лентяя или эгоиста к труду или исправить его неправость; а им часто руководит осуждение, обида, саможаление или зависть. («Кто имеет уши слышать, да слышит!» (Лк.14, 35)) И опять напоминаем, что читая этот материал, надо стараться видеть свои грехи и ошибки.

Далее выделим основные страстные причины недовольств об отдыхе другого, но часто они проявляются вместе.

Так, недовольство часто происходит от зависти и обиды, т.к. недовольные сами хотят так же развлечься и отдохнуть, особенно если они что-то делают для общих нужд или для того, кто развлекается. Например, если жена что-то делает по дому, а муж развлекается или спит, то жена может обижаться, злиться или ей жалко себя, потому что ей тоже хочется отдохнуть или развлечься. И вот как, например, открыто говорят некоторые женщины о своей зависти и обиде.

Интернет – источники: 1) «Жили мы дружно и весело, ходили в бары, рестораны, собирали друзей по выходным, играли в волейбол – в общем, вели достаточно активный образ жизни. Вся наша веселая и активная жизнь накрылась … после известия о моей беременности. Я наложила табу на все развлечения, а вот муж не захотел мириться с жизненной рутиной. Он продолжал жить так, точно ничего не произошло. Я стала ему завидовать. Разве это справедливо? Я сижу дома, вяжу пинетки, а он по-прежнему развлекается с друзьями в боулинге? Ну как тут быть?» 2) «Я очень обижаюсь на мужа, когда он ходит один на праздники, в баню с коллегами, в гости и.т.д. … Я сижу дома одна с детьми и плачу, а он где-то развлекается. Причем прекрасно знает, что я переживаю и хочу, чтобы он был дома со мной и с детьми. Прекрасно понимаю, что обида непродуктивное чувство, что от моих слез ничего не изменится, и что я только себя накручиваю, но так тяжело, что я иногда могу проплакать несколько часов подряд. Пробовала с ним поговорить, он отвечает: «Я бы тебя взял с собой, но что делать, если нам не с кем деток оставить»». 3) «Вот всё у меня хорошо. Но бывает так, что муж идёт в гости на день рождения, или просто встречается с друзьями, а я остаюсь дома с детьми... И как-то тяжело я это переношу. Муж реагирует просто. Мол, я бы тебя взял с собой, но дети!!! И конечно, если одного ребёнка можно пару раз в месяц справить бабушке/дедушке, то с двоими посложнее будет. Да и не пустить его не могу. Я ведь не "собака на сене". Понимаю, что с друзьями общаться надо. Но понимать понимаю, а когда он уходит как-то не по себе становится. Вроде бывает это очень редко. Но если днём, когда он на работе, я занята домашними делами, то вечером без него всё не так». 4) «Муж мне помогает по мере возможности, но в то же время он очень сильно мне усложняет жизнь. Мы ссоримся из-за того, что он всегда разбрасывает свои вещи, а меня сильно раздражает бардак. А еще он часто валяется на диване или сидит за компьютером, в то время как я убираю и одновременно развлекаю дочь. Вообще обидно, что он отдыхает больше меня, но он считает, что он работает и этого достаточно и ему нужен отдых. Ночью он ребенком вообще не занимается и злится если мы его случайно разбудили, а то, что я всю ночь иногда не сплю, это он считает нормально, потому что я дома и не могу устать по его мнению». 5) «Муж на выходные любит выехать с палатками примерно один, иногда два раза в месяц с друзьями, только летом. Конечно, меня с ребёнком всегда зовёт с собой, но отдых с моим ребёнком - это не отдых. А бегать за ним с утра до вечера по лесу как-то не хочется. Сына с отцом я, естественно, не отпущу, маленький ещё, да он и не возьмёт. Я так понимаю, что нормальный отец должен меня с ребёнком загород вывозить, а не самому ехать отдыхать. У нас дачи нет, и сын второе лето в городе. Вот сижу и злюсь, так как в последние выходные лета он опять хочет уехать!». 6) «Ситуация наверно типичная для многих молодых мам... Я два года (!!) нигде не отдыхала с друзьями и знакомыми. То беременная ходила, то потом родила и с ребёнком год сидела и продолжаю сидеть... Меня поначалу звали отдыхать, я всё отказывалась и отказывалась... не было возможности... Муж меня одну не отпускал, а со мной не хотел идти. Не хотел развлекаться с моими друзьями (хотя друзья у меня классные, не алкоголики, очень даже цивилизованные и интересные люди). Ну и меня перестали приглашать... А сам муж за эти два года развлекался со своими одногруппниками (он ещё в институте учится): в бильярд несколько раз ходили, в кинотеатр, в рестораны. А сегодня поехал с ними купаться!!!!!! А я всё сижу и сижу дома с ребёнком... Я не ревную мужа. У меня просто какая-то обида! Зависть! Мне обидно и завидно, что его везде приглашают, он … развлекается, а я дома сижу. Купаться поехал!!!! Я тоже хочу!!! Уже несколько раз говорила ему, что я чувствую. Просила его потерпеть, нигде пока не отдыхать без меня, чтобы мне обидно не было... Он не понимает меня, обижается на меня, злится и всё равно едет и отдыхает со своими приятелями. Вот такие пироги..... обидно мне.... Я тоже хочу отдыхать!!!».

Поводом к конфликту или недовольству может быть и то, что одному не нравится способ развлечения, потому что он считает его, например, вредным, бестолковым (и зачастую это так и бывает) или просто не интересным, или потому что он не хочет развлекаться и отдыхать так, как это делает ближний, а хочет по-своему.

Интернет – источники: 1) «…как не жалко взрослым людям сидеть регулярно периодически вечерами играть в игрушки?? В жизни столько всего интересного, но более бестолковое занятие, чем компьютерные игрушки сложно даже придумать. Это ж просто пустая трата времени??..». 2) «Муж каждые выходные идёт пить пиво, и мы часто из-за этого ругаемся». 3) «Есть в нашей семье одна проблема – мы не умеем проводить время друг с другом. Нам вместе элементарно просто нечем заняться! Я прихожу с работы, иду на кухню готовить ужин, параллельно занимаюсь другими домашними делами. Женя в это время сидит у компьютера, играет в свои «стрелялки» или смотрит какие-то ролики в соцсетях. За вечер перекинемся несколькими фразами, расскажем друг другу, как прошёл день, что-нибудь быстренько обсудим, и опять каждый занимается своими делами. Он – утыкается в компьютер, я в ноутбук – весело!! Посмотреть вместе какой-нибудь фильм мы не можем, потому что у нас совершенно разные вкусы. Женя любит что-нибудь про шпионов или вампиров, а я такое на дух не переношу, мне бы драму какую-нибудь про любовь… Сходить куда-то вместе тоже не получается. Например, муж хочет покататься на коньках, но я отказываюсь, потому что не умею и вообще мне это не интересно. Я бы, скажем, не отказалась поиграть в боулинг, но тут упирается муж: «Не моё это и всё!». Да и сами понимаете, по развлекательным заведениям особо не находишься, это ж столько денег надо! Если предлагаю съездить куда-нибудь на природу, по тому же лесу погулять, Женя воротит нос, мол, была бы машина, он бы поехал, а своим ходом не охота. И вообще прогулки он не очень любит. Говорит, что без дела по улицам шататься? По магазинам хожу одна, потому что муж уверен, что шоппинг – не мужское занятие. А, скажем, на рыбалку, он ездит один, без меня, потому что уверен, что женщинам там делать нечего». 4) «Нам с мужем не интересно вместе. К чему приведет? Женаты 8,5 лет. Двое детей. Последние 5 лет я не работаю. Ловлю себя на мысли, что нам не интересно друг с другом. Нам не о чем поговорить. У нас разные взгляды на отдых, разные интересы, у нас нет ничего общего кроме детей. Но они вырастут и что тогда? И так паршиво от всего этого в последнее время. Отдыхаем по большей части по отдельности. В прошлые выходные были на дне рождении у подруги. Первый раз где-то вместе с общими друзьями за последние несколько лет. Так он был сам по себе, я сама по себе. …Я хочу и жизнь свою разнообразить, и что бы в этой жизни муж присутствовал. … Совместно всей семьей ездим на дачу. В прошлом году были на море … По поводу прошедшей поездки на море, только сказал, что было нормально. Это была единственная характеристика. Весь отдых активно возился с детьми, как со своими так и с чужими. Каждый день около нашего номера была толпа детишек, которые приходили к нему. На меня с его стороны было ноль внимания. Он каждый свой отпуск старается ездить в Красноярск пообщаться со своими бабушкой и дедушкой, ну, и по скалам полазить, а я высоты панически боюсь. … Я, кстати, на рыбалку отчаянно хочу уже года три. И самой сходить и детей сводить, но супругу это категорически не интересно. Так что пойдем опять отдельно. … Муж увлекается компьютером и машинами (это его хобби и работа) … Я много читаю, делаю своими руками домашние украшения, люблю этническую музыку, всякие восточные направления нравятся, обожаю за грибами ходить, когда сезон. Как-то не совпадаем мы». 5) «Сегодня очень редкий день, когда муж дома, не по своим делам катается. Мы дома вместе. И мы мешаем друг другу. Нам абсолютно не интересно друг с другом. Сегодня ночью муж … решил вывести меня на дискотеку, раз не уделяет мне времени. Ну, я не очень хотела - ну так поехала - там еще друзья были (это больше друзья мужа, хотя раньше я их любила, сейчас понимаю, что в их компании чувствую себя не очень комфортно - хотя это единственная компания, где комфортно мужу). Приехали на дискотеку - муж мне выделил денег и сказал - туси. А сам сидел за столом весь вечер, и не хотел танцевать. В общем, спасибо ему, конечно, что он старается, но абсолютно никакого удовлетворения и удовольствия от общения с ним не получила. Ноль. Больше удовольствия получила, когда до этого смотрела с толпой своих друзей футбол (без мужа). В общем, у нас разные цели в жизни (все, окончательно расставились точки, что отдыхать я езжу одна - у него другие приоритеты, а для меня отдых очень важно). Все чаще думаю, что живем параллельными жизнями, параллельными интересами, он меня все чаще раздражает, мне проще от него ничего не ожидать и быть самостоятельной. Не понимаю, для чего он мне нужен».

Итак, в данных примерах хорошо видно, что и муж и жена любят отдыхать и развлекаться, и конфликты происходят потому, что у одного есть такая возможность, а у другого силу обстоятельств ее нет, или потому что у супругов разные виды увлечений и развлечений.

Также распространенным недовольством является то, что развлекающийся не уделяет внимания супруге(у) и детям. Но зачастую в нем есть и то, что было сказано выше.

Интернет – источники: 1). «…помогите, что мне делать? Я не могу оторвать мужа от компьютера, с утра и до вечера он сидит и не обращает ни на меня, ни на дочь никакого внимания, на этой почве одни скандалы, он стал агрессивным, все время матерится. Как спасти брак?» 2). «Муж работает на 2-х работах, поэтому с нами не проводит время (интереса пообщаться с ребенком вообще не наблюдаю), но деньги приносит. Заметила, что пристрастился с друзьями в бильярд поиграть. Сегодня вернулся в 4 ночи. Я ему не звонила, что-то с моим телефоном. Никаких извинений я не услышала, оправдывался тем, что ему отдыхать надо раз в неделю с друзьями, со мной местами поменяться готов (я на 2-х работах а он с ребенком дома)» 3). «Муж хороший, любит нас, уважает, не обижает. Но... стандартная история: придя домой "залазит" в свой любимый уголок дивана и смотрит телевизор, потом сон. Дочка бегает кругами, хочет внимания, поиграть, но он не реагирует, мол, устал. Я не пилю, понимаю его усталость, депрессию (есть финансовые проблемы и не та работа, которую хотел). За деньги тоже не пилю, наоборот он себя пилит, я утешаю: "все будет хорошо". Я бы и дальше молчала и дальше ждала "когда все будет хорошо", но было три дня выходных, первый день - спал, понимаю, проснулся, собрался к моему отцу, пришел под градусом, снова телевизор, сон. Второй день не отличался, и я не выдержала, говорю: мы хотим побыть с тобой на выходных, хотим внимания, можно поиграть с дочкой, а он: давай вместе посмотрим телевизор.... Меня всю переколотило, говорю, может мне купить чекушку, подать закуски и ты тогда будешь проводить свободное время с нами, а не с моим папой? В ответ смешок и "Я не против". На этом я остановилась, думала дошло, но нет... На третий день все повторилось. Мне очень жалко дочку, хочет минимум как внимания отца. Жалко себя, хочется его любви. Не хочу пилить, не хочу выбрасывать телевизор и диван, не хочу принуждать, хочу, что бы он сам понял важность того, что нужно уделять внимание родным».

### Примеры недовольств тех, кому мешают отдыхать и развлекаться

Также конфликты бывают от реакции того, кто отдыхает и развлекается. Как правило, он недоволен тем, что его или о чем-то просят, или ему мешают развлекаться и отдыхать.

Интернет – источники: 1) «Очень не люблю ситуацию, когда мне приспичит что-то то по телеку посмотреть, а кто-то присутствующий рядом громко разговаривает, не думая о том что мешает мне. Тогда я начинаю сильно раздражаться и тоже кричать».. 2) «Я всегда работаю вне дома, с 5 вечера до 1 ночи. Когда я прихожу домой, я говорю жене приготовить еду и она делает это. Но потому, что она и я живем в одной комнате с моими детьми, которых у нас двое, когда я сижу за компьютером или смотрю телевизор, она сидит и кричит потому, что она хочет спать. Но когда я вне дома, почему она не спит и отдыхает?! Каждый день так. Что следует делать? Должен ли я развестись с ней или как?» 3) «Мой муж человек очень гордый и самоуверенный. Он никогда не признает свои ошибки. … Он часто упрекает меня в том, что я в чем-то его ограничиваю. Говорит, что хочет, например, пива с друзьями попить на улице, а я ему не даю. Я, конечно, может быть и перебарщиваю иногда, но мне просто хочется проводить с ним как можно больше времени. Тем более недавно у нас родился ребенок, мне нужна его помощь. А он говорит, что женщина должна с ребенком сидеть, а мужчина гулять... Ну вот как быть?». 4) «Мне 26 лет. Все началось полгода назад, когда я родила ребенка. У меня была очень активная насыщенная жизнь, интересная работа, путешествия, друзья, учеба и много чего еще. С появлением ребенка мне пришлось сидеть все время с ним дома, изо дня в день выполнять одни и те же примитивные вещи, проснуться, накормить, помыть, погулять, накормить…. Мама живет в другом городе… У мужа бизнес, он очень занятой человек, тем более он категорически не хочет заниматься ребенком, считает, что это полностью обязанности матери по крайне мере первые годы жизни. Последнее время мне не интересно проводить с ребенком время, скучно и надоело сидеть дома. Я не могу пройтись по магазинам, не могу поехать отдыхать, не могу выйти на работу, ходить с подругами в кафе, когда захочу. Я ничего не могу. Кажется, я начинаю ненавидеть себя за то, что во мне накипает какая-то злоба к ребенку, мне даже иногда на полном серьезе кажется, что это не мой ребенок, и кто-то сейчас, наконец то, придет и его заберет. Я понимаю, что он ни в чем не виноват, что надо было ранее самой думать о последствиях, но это чувство невыносимой агрессии ко всему окружающему нарастает с каждым днем. Мне хочется уйти из дома и больше не возвращаться туда. Вспоминаю, те моменты жизни, когда я была свободна и не от чего не зависела и мне так хочется все вернуть. Пожалуйста, помогите». 5) «Муж мешает сидеть в инете…. А вам кто-нибудь мешает? Ответы: 1. Муж мешает, орет отдай комп, вырубал уже (провод дернул). Хотим два инета поставить. 2. Нет, никто не мешает - сразу всех посылаю…, боятся подходить потом. 3. Дочка тоже мешает, зудит под ухом, что пора ей место уступать. Муж мешает, орет, что я не даю ему спать или телевизор смотреть (печатаю громко). Да все мешают! 4. Постоянно кто-нибудь бегает и орет: "Ну, мам, ну дай поиграть, ты уже 20 минут тут сидишь!" После пятого захода начинаешь звереть. 5. Детей спать, мужа к холодильнику, животных запереть в ванной - и красота!!! никто не мешает! 6. Жена ворчит постоянно, что у меня крыша поедет от компа, а сама от телевизора не отходит». 6) (Гнев на то, что человеку мешают развлекаться, может доходить до страшных трагедий, например) «Киевский районный суд Харькова приговорил к 15-ти годам лишения свободы местного студента-третьекурсника. Парень убил мать и бабушку за то, что те не давали ему играть в компьютерные игры и заставляли устроиться на работу».

Нельзя не сказать, что ссор об отдыхе и развлечениях может не быть, например, если оба человека смотрят один и тот же фильм или программу; или если близкие, хотя и не увлечены одним и тем же, но развлекаются в одно и то же время, например, один гуляет со своими друзьями, а другой гуляет по магазинам; или вместе спят до обеда, или в доме два компьютера или телевизора. Но это не значит, что в семье все хорошо и там нет места страсти уныния, и ими правит истинная любовь и согласие. Нет, просто у каждого есть страсть праздности, и мир между людьми только потому, что страсть одинаковая, и никто не мешает ее удовлетворять. И, конечно конфликтов не будет, если они оба работящие, или один из них смотрит снисходительно на отдых другого.

### Конфликты происходят в основном потому, что каждый самолюбивый грешник желает отдыхать и развлекаться

Самое же главное на что хочется обратить внимание после прочтения вышеприведенных примеров, так это то, что жен, в основном, волнует их отдых и развлечения, и они ждут от мужей, что те удовлетворят их желание развлекаться. А мужья, в свою очередь, имеющие большие возможности отдыхать и развлекаться как они хотят, всячески пользуются этим и отстаивают свою страсть. И те, и другие не только гневаются, обижаются и конфликтуют, но еще и хотят исправить своих супругов, чтобы те поступали так, как это приятно, выгодно и удобно им. Напомним, что так действует плотской ум, решающий какие-либо задачи так, чтобы было хорошо своему самолюбию и страстным привычкам, и чтобы исправить другого, а не себя. А таким способом невозможно прийти к согласию и решить проблему. Но даже если в семье будет один, который начнет исправлять себя и свое отношение, в данном случае, к отдыху, то это не значит, что другой, который даже и не собирается менять себя и свои привычки, также исправится, и будет истинный мир в семье.

В отношении же тех ситуаций, когда муж развлекается, а жена сидит дома с детьми, нельзя говорить, что грехом является то, что он не берет с собой жену, потому что лучше быть с детьми и дома, чем развлекаться; и тогда хотя бы жена не грешит, конечно, если не будет злиться, обижаться и завидовать. Но это трудно понять плотскому человеку, т.к. его самого гложет страсть праздности, но у него нет возможности ее реализовать.

И хотя людей волнуют проблемы отдыха именно с этих сторон, мы не будем говорить на эту тему, потому что изначально неверно то, что и те, и другие считают, что развлекаться это хорошо и правильно, и проблему только видят в том, как развлекаться и с кем. Мы же будем говорить о страсти праздности, как об отдыхе и развлечениях с разных сторон, чтобы увидеть, в чем мы, христиане, грешим относительно отдыха, а также, что, не зная законы действия страстей и не имея цели очиститься от них, мы еще и конфликтуем с родными о совместном отдыхе и развлечениях. Также мы приведем поучения святых отцов, но не о том, что оба супруга должны вместе развлекаться, а о том, что супруги – христиане должны проводить всё свободное время дома.

 Эти беседы будут полезны тем, кто желает спасения и кто стремится познать свои страсти и грехи. Тем же, кто желает получать в этой жизни удовольствия и как говорят «вести активный образ жизни» и развлекаться с ближними, эти беседы могут быть непонятны и вызвать недоумения и возражения. Но верим, что Господь поможет всем познать истину и исправить свои худые привычки и нравы.

Но для тех, кто все же желает понять правильно или нет делает ближний, который отдыхает, как ему хочется и не учитывает интересы другого человека, скажем, что действительно он поступает не правильно. И делает он этому всё по той же причине, о которой мы говорим в наших беседах – от своего самолюбия и эгоизма, которые хотят только себе удовольствия, корысти и чести.

**Феофан Затворник** (Письма, п.185): «…эгоизм, самость, самоугодие, саможаление, - все делать для себя, в свое удовольствие, в свою выгоду и в свою честь».

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.1,В,в,бб): «Все порочные расположения или все нравственное зло истекает уже из самолюбия…. Первые порождения самости суть … жажда наслаждений и удовольствий всесторонних».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, разд.1, ч.1,): «Смотришь, один по себялюбию ищет для себя удобств и комфорта и не считается ни с кем».

Самолюбие же в данном случае проявляется через страсть уныния, т.е. лени и желании развлекаться.

А то, что супруги хотят отдыхать отдельно, также говорит о самолюбии и эгоизме, потому что в любви естественным является то, что любящий всегда стремится быть вместе с любимым.

**Бл. Августин** (О порядке, кн.2, сост.1): «Что такое любовь, как не желание быть единым с тем, кого любишь?».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §342): «Любящий с любимым всегда совокупно и неразлучно быть желает. …Так друг с любимым своим другом всегда хочет быть неразлучно, не только в счастье, но и в несчастье».

**Феофан Затворник** (Сборник слов, посвященных Богоугодной жизни вообще, ст. О любви к Богу: какие признаки ее): «Кто кого любит, тот охотно спешит туда, где надеется или встретить самого любимого и близких к нему, или получить весть о нем…».

Только не стоит думать, что всеми теми женщинами, которые жаловались, что они хотят быть вместе с мужьями, руководит истинная любовь. К сожалению, грешник еще может стремиться к другому человеку по обстоятельствам (например, приходится жить вместе, потому что негде, или приходится вместе идти в гости к родителям); или может стремиться тогда, когда ему будет выгодно (например, жить с мужем потому, что он зарабатывает деньги, или с женой, чтобы мужчину обслуживали, или идти в гости вместе, чтобы показать, что у меня в семье все нормально); также грешник может стремиться быть вместе, только потому, что нет рядом другого человека, с которым бы можно было провести время или создать семью и т.д. и т.п.

Более мы не будем говорить о том, кто и с кем должен отдыхать и развлекаться, а перейдем к вопросу о том, что движет людьми, стремящихся к различным развлечениям и как люди обычно проводят свободное время.

# Раздел 3.2. Об отдыхе и праздности

Далее кратко скажем о естественной потребности человека в отдыхе и о том, как ее исказил грех.

### О естественной потребности в отдыхе после утомления и после трудов

Всем известно, что отдых бывает телесный и душеный. Телесный отдых - это естественная потребность человека, при которой организм восстанавливает силы.

**Феодор Студит** (Наставления, 272): «…тело наше, трудясь в продолжении целого дня, утомляется и изнемогает, и требует отдыха и подкрепления».

**Феодор Студит** (Наставления, 208): «…целодневное напряжение усилия в труде и внимания обыкновенно порождает потребность в некоей льготе».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.20): «…трудящемуся же натурально желать отдыха».

**Феофан Затворник** (Примеры записывания добрых мыслей…, 69): «… тварные, не могут держать себя в постоянном напряжении без истощания и отдыха».

**Нил Синайский** (К монаху Агафию, отд. 51, гл.6): «…труд должен быть соразмерен с силами, и за трудом следовать отдых, достаточный к восстановлению утомленной силы, чтобы к новым трудам приступала она уже обновленною и укрепленною».

**Симеон Новый Богослов** (Слова, сл. 5): «Видим, что человек, чрез преступление заповеди Божией сделавшись тленным и смертным, естественно алчет, жаждет, хочет спать, утомляется, чувствует холод и зной, потому невольно ест, пьет, спит, отдыхает, одевается и раздевается, хотя бы и не хотел того, и ни одного нет человека, который бы мог вытерпливать алчбу и жажду и прочее, исчисленное пред сим, разве только с великим самопринуждением и самостеснением. Так и чувство потребностей сих бывает у человека и удовлетворение их совершается им не по воле его, естественно».

Но не только отдых бывает после утруждения; отдыхать человек может и не обязательно после усталости, а просто после окончания необходимых работ, когда наступает свободное время. Вообще понятие «отдых» у большинства людей имеет два основных значения – отдых после усталости, и отдых как развлечение.

В отношении телесного отдыха можно сказать, что по естеству он может быть с разными степенями активности: со сниженной активностью (например, когда человек просто лежит или сидит и телесно не напряжен) или с прекращением ее (когда спит), или с телесной нетрудовой активностью в разной мере (например: танцы, спорт, рукоделие и т.д.).

Относительно душевного отдыха следует отметить, что во время телесного отдыха душа все равно активна, т.к. ей не присущ покой.

Немесий Эмесский (О природе человека, гл.2): «…душа, всегда движущаяся по природе, не может по природе придти в состояние покоя, потому что покой есть погибель для души, как и для всего постоянно движущегося».

**Иоанн Златоуст** (т.9, ч.1, б.35): «Душа по природе своей имеет нужду в движении и не терпит спокойствия. Бог сотворил ее существом деятельным и потому деятельность свойственна ее природе, а бездействие противно ее природе».

Душа может только хотеть изменить напряженный умственный, монотонный или неинтересный ей труд на что-то более простое, веселое, развлекательное или уйти в мечтания, как во время сна, так и без него. Вообще труд для души - это умственная работа, при которой, например, читается слово и изучается что-то; а отдых для грешной души – это развлечения от получаемых впечатлений от того, что она видит или слышит, а также мечтания и воспоминания. Тело же выступает при этом лишь проводником через органы чувств – глаза и уши, а также через низшие умственные силы – память и воображение.

Одни люди, например, предпочитают активный телесный отдых, при котором душа может находиться в относительном безделии; другие – телесный отдых, при котором душа будет занята развлечениями; третьи – полный телесный отдых, при котором душа будет заниматься мечтаниями во сне; четвертые предпочитают телесный покой, но труд души в познании, чтении, а для верующего человека в молитве.

## 3.2.1. Основные признаки искажения естественного отдыха грехом

Но, как и каждая естественная потребность человека искажена грехом, так и эта не осталась в стороне. Далее разберем основные признаки искажения грехом потребности в отдыхе.

Только, во-первых, заметим, что обличения по поводу отдыха очень не любят люди, которые любят развлекаться, привыкли отдыхать определенным способом, и которые считают, что имеют право на отдых после своих трудов.

**Никодим Святогорец** (Поучения. Стремление к наслаждениям): «А если кто-нибудь укорит их (любителей наслаждений) за такую жизнь, то они станут обзывать его неотесанной деревенщиной, которая хочет превратить города в пустыни, а мирян — в отшельников. Они будут говорить так для того, чтобы оправдать себя. Только одно они считают благом — проводить время в развлечениях: от кровати они переходят к столу, от стола — к развлечениям. И так проходит вся их жизнь — без отдыха бегут они от одного греха к другому, и ад открывает свои уста, чтобы поглотить их всех, самих ввергающих себя в него. … (Также) кто-нибудь скажет, что развлечения и услады не являются злом, пока не переходят в грех. Но Иисус Христос говорит, что такой образ жизни есть приготовление себя к мучениям. Горе тем, которые из-за сиюминутного наслаждения будут страдать в вечности среди нескончаемых мук! Господь предупредил нас, что путь наслаждений очень опасен. Подумай о том опустошении, которое производят наслаждения в твоей душе».

Сразу ответим, никто не лишает их права на отдых, а речь будет идти о том, какими способами люди отдыхают, приносит ли это пользу их душе или нет, и как их отдых отражается на взаимоотношениях с другими людьми.

**Феофан Затворник** (Созерцание и размышления, Дух жизни): «Нельзя не иметь приятностей в жизни - иначе жизнь не в жизнь; но кто поставляет целью себе одни утехи и удовольствия, тот уклонился не на добрый путь».

**Феофан Затворник** (Созерцание и размышления, Преимущество скорбей пред утехами жизни): «Но скажут: вот уж и повеселиться нельзя или какое-нибудь удовольствие себе позволить! Да вы главное-то прежде сделайте, а потом, пожалуй, позвольте себе и это. А то у вас только и дела, что сегодня бал, завтра театр, там гулянье да веселое чтение и беседа, да развлечения разные, словом, постоянный переход от приятностей к приятностям, а о главном-то, о том, чем должны быть христиане, и помышления нет. Как будто при таком внешнем настроении наше внутреннее отношение к Богу во Христе само собою будет зреть».

**Платон Митр. Москов.** (т.10, Слово в день святит. Алексия): «Не к тому сие говорю, чтоб я осуждал увеселения непорочные, и отдохновение нужное для немощей естества соединенное с пристойностью: но осуждаю, и оглашаю, и обличаю, и оплакиваю увеселения, пиршества и гуляния, коими благопристойность христианская посрамляется, коими бесчинства умножаются, коими страсти питаются, коими душа расстраивается, коими нравы портятся».

**Платон Митр. Москов.** (Краткий катехизис, ч.3): «…для отрады жития (можно) и повеселиться в праздник, только чтоб сие было без повреждения своего, без обиды другого, и без соблазна».

Но многие ли задумываются об этих условиях?...

Во-вторых, заметим одну характерную особенность, когда речь заходит о ничегонеделании, у нетрудолюбивого человека обязательно возникают два основных самооправдательных вопроса: первый – человек должен отдыхать от трудов (обычно это звучит так: что? и отдохнуть нельзя?), а второй – об усталости от трудов (обычно это звучит: Я устал! Хочу отдохнуть!). Возникновение этих вопросов как будто закономерно, т.к. после труда всегда следует отдых, и после труда наступает усталость. Но ленивый человек, как правило, лукаво прикрывает свою лень и эгоизм именно этими природными спутниками труда. Мы об этом уже говорили ранее, но кратко скажем об этом еще раз, чтобы показать принципы искажения грехом потребности в отдыхе.

### Отдых может быть не после усталости, но грешник склонен прикрываться ею

Итак, естественный отдых зачастую связан с действительной усталостью. Но и лень также имеет подобие некого бессилия. И вот тут происходят искажения. Как мы уже отмечали, в разделе 4.2. «О мнимой усталости от страсти уныния», во-первых, при лени нет особой телесной усталости, а есть некое подобие, что у тебя нет сил что-то сделать, и это проявляется не расположенностью души к труду. А, например, при праздности (как желании отдохнуть и развлечься) такое подобие бессилия есть только к труду, а к развлечениям нет. Напомним, что все это исходит от самолюбия.

**Иосиф Ватопедский** (Ватопедские оглашения, гл.25): «Прежде всего проявляется себялюбие и стремление к чрезмерному отдыху под предлогом утомления».

И, во-вторых, часто бывает и так, что действительная усталость легко переходит в лень и праздность. Например, человек после работы действительно устал в той или иной мере и решил полежать. Проходит некоторое время и усталость отступает, а появляется желание и дальше ничего не делать, и это уже происходит по лени; или появляется желание развлечься, например, просмотром каких-либо передач или фильмов, или игрой в компьютере, или есть желание пообщаться с кем-то - и все это происходит от праздности. Т.е. после естественного отдыха начинают действовать страсть уныния, а человек продолжает лукаво прикрываться усталостью, которая уже прошла. Это свойственно мужьям и детям и особенно, когда они приходили домой, а жена и мать какое-то время говорили, например: «отдохни, а потом покушаешь или что-то сделаешь». И у них выработалась привычка – когда зашел домой, надо отдохнуть, хотя они, возможно, и не устали. У большинства женщин, у которых есть заботы о семье и ответственность перед родными, такой привычки нет, и они, например, зайдя домой, поставив сумки с едой (если они покупали продукты после работы), или, переодевшись, сразу идут на кухню, чтобы приготовить ужин родным.

Есть и другие искажения отдыха. Например, когда человек устает от безделия.

**Феофан Затворник** (Письма, п.1155): «Припомнилась мне поговорка …: спишь-спишь, отдохнуть некогда».

И, конечно, такой отдых будет грехом.

Или, например, как что-то делать так человек устал или не может, а как погулять и развлечься, так и не устал. И об этом приведем народные поговорки: «1. Тит, поди молотить! — Спина болит. — Тит, поди вино пить! — Дай кафтанишко захватить! 2. Тит, поди молотить! — Брюхо болит. — Тит, пойдем пить! — Бабенка, подай шубенку! 3. Из лука — не мы, из пищали — не мы, а попить, поплясать — против нас не сыскать».

Примечательно и то, что как развлекаться, так мы не устаем, а как трудиться телом и душой так устаем. Так нередко бывает, что что-то делать по дому мы устали, а пойти по магазинам или в гости – нет, или читать молитвы мы устали, а читать романы или общаться на форумах в интернете или по телефону не устали. Или вот еще примеры:

**Иннокентий Херсонский** (Сб. «Великий Пост», Слово в Великий Понедельник): «А посмотрите, как поступают с собою при других случаях те же самые люди, которые жалуются на усталость в церкви (или на усталость от служения родным – от сост.)! Сколько ночей от начала до конца проводится за игрою, которая удручает и тело и душу! Сколько часов гибнет на балах в кружении, которое, если бы не сделалось обыкновенным от частого употребления, то могло бы быть налагаемо в виде наказания! - Тут нет ни долготы времени, ни утомления; сами говорят, что остались без ног, и спешат снова туда же, где отнимают, к сожалению, не ноги только, а нередко душу и совесть. - Подобное же долготерпение оказывают многие и в других случаях, где идет дело об угождении плоти и миру! Для одной церкви и богослужения нет у нас этой терпеливости».

### Отдых, когда еще есть дела, которыми нужно или можно заняться, но одолевает лень

Следующий вид искажения заключается в том, что если естественный отдых происходит в свободное время после всех сделанных необходимых дел, то страсть лени и праздности желает отдохнуть и когда есть необходимые дела, и когда их нет, потому что уныние влечет или к ничегонеделанию, или к различным развлечениям. О том, что христианину нельзя лениться мы уже подробно говорили в разделе 3.1.1. «Об основных проявлениях телесной лени».

**Феодор Студит** (Наставления, сл.25): «Никто не будь лежебоком, чтоб не услышать от Приточника: «Пойди к муравью, ленивец, посмотри на действия его» (Притч.6,8). … Никто не оставайся без дела и не будь празден, чтоб не подпасть присуждению св. Павла, говорящего: «если кто не хочет трудиться, тот и не ешь» (2Сол.3,10)».

Одним из искажений этого вида есть то, что у ленивого человека труда менее чем отдыха. Отметим, что не раз в примерах мы уже видели, как некоторые мужья, которые ничего не делают по дому, (и которые работают не допоздна или действительно работают не очень тяжело), оправдываются, что они много работают на работе, а вечера проводят с друзьями или у телевизора, или у компьютера, и считают, что они достаточно много работают. Их больная совесть, пораженная страстью лени и праздности, даже не говорит им о том, что их жены работают еще и дома, хотя также были на работе.

Часто бывает так, что у человека еще есть телесные силы и время на то, чтобы что-то делать полезное и нужное, но уже не хочется, потому что появляется желание развлечься. Кстати сказать, в отношении активности при отдыхе, психологи заметили, что:

Н. Д. Гурьев (Страсти и их воплощение в болезнях): «Лень отличается от празднолюбия, с которым очень схожа, тем, что празднолюбивый человек готов ради праздности (праздничного времяпровождения) прилагать много усилий (понести много усилий, затрат и трудов), что бывает связанно с приемом гостей, с выездом на пикник или охоту, с посещением зрелищных мероприятий, ресторанов и т.д.».

Есть и такое искажение – ленивый и празднолюбец оставляет нужные дела. Об этом хорошо, например, передает пословица: «Прощай, квашня (забродившее тесто), я гулять ушла!».

Бывает и так, что человек отдыхает, не будучи изможденным, а необходимые дела не сделаны, и из-за этого он много не успевает, и потом у него появляются проблемы, например, в учебе или работе.

Заметим и то, что у трудолюбивого нет времени на игры и забавы, а ленивый проводит в них много времени.

### Грех, когда человек отдыхает в то время, когда ближний работает

О следующем искажении мы говорили в разделе 4.6. «О том, что многие люди не склонны помогать ближнему», и заключается он в том, что грехом есть то, когда один работает, а другой отдыхает и развлекается, и, по словам Платона Митр. Московского, это отдых с обидой другому.

Опять-таки приведем некоторые пословицы о лени и праздности, которых очень много и которые точно передают их суть: «1. Не наше дело горшки лепить, а наше дело горшки колотить. Не наше дело тесать да гладить, а наше дело готовое владить (управлять). 2. Семеро лежат в куче, а один всех растаскает. 3. Чай ты устал, на мне сидя? 4. Кляча воду возит, а козел бородой потряхивает. 5. Работает, как ребенок, а ест, как детина».

Мы уже не раз говорили, что вместо того, чтобы помочь другому сделать то, что нужно для себя и всех членов семьи, праздный человек отказывается это делать, тем самым проявляя эгоизм, нелюбовь, не сострадательность и саможаление по лени. Так, например, когда у членов семьи обычно наступает телесный отдых? У одних отдых от трудов наступает после работы (службы) или учебы (обычно это мужья и дети, особенно дети, которые мало или вовсе не делают уроков дома). А у других отдых от трудов наступает после работы и после домашних трудов или после выполнения уроков (обычно это жены и матери, а также дети, которые действительно занимаются дома уроками). Как видим, у женщин и учащихся детей время на отдых меньше и работы больше, чем у многих мужчин (конечно, если они не работают до позднего вечера). В случае если женщина домохозяйка, то у нее также наступает отдых только от труда по дому. И уже сейчас видно, что отдых, будучи естественным, может распределяться несправедливо, когда одни работают больше на благо других, а другие больше отдыхают. И при этом тот, кто отдыхает, пользуется трудами того, кто работает, пока он отдыхает.

### Дела мирские и хозяйские не оставляют времени для необходимого отдыха и для духовных деланий

О следующем искажении в отношении труда и отдыха мы говорили в разделе 4.3. «О том, что телесная усталость нередко бывает от многопопечительности или неправильной организации труда». И если чрезмерный отдых есть одна крайность, то вообще не отдыхать есть другая крайность. К нему относится то, что некоторые люди многопопечительны или неправильно организовывают свой труд, и тогда, по словам Никодима Святогорца, плоть измождается «без крайней к тому нужды». Поэтому грехом является, когда организм нуждается в отдыхе, но многопопечение или стремление больше заработать денег, или неразумное распределение дел не дает полноценно отдыхать человеку.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 6-й запов., Изнурение самого себя занятиями по должности, ремеслу или в торговле): ««Труд глупого утомляет его» (Ек.10,15) ... Когда силы человека непрерывно возбуждены или напряжены; когда он не дает себе ни малейшего отдыха; отказывает себе и в прогулке на свежем воздухе или же, напротив, не уходит с улицы, работая; когда не уделяет определенного или только свободного часа, чтоб подкрепить себя пищей (для обеда и ужина); мало спит ночью, не хочет заснуть и днем, не смотря на позыв ко сну, который всего вернее доказывает нужду отдохновения; когда таким-то образом он проводит жизнь свою изо дня в день по пословице «вечно суетится»: тогда неизбежно укорачивается его жизнь. … Христианин! Пощади и свою телесную природу от изнурения. Лучше ведь ленивый слуга, чем больной и отживающий свои дни. Так и тело - слуга нам до тех пор, пока здорово».

Заметим, что:

**Иоанн Златоуст** (т.8. ч.1, б.44): «…не печься не значит не трудиться, но – не привязываться к вещам житейским, т.е. не заботиться о покое на завтра, но считать эту заботу излишнею. Можно и трудиться и не собирать ничего на завтра, можно и трудиться и ни о чем не печься. Попечение и труд не одно и то же».

Поэтому святые отцы говорят:

**Василий Великий** (Письма, п.22): «Не должно развлекаться непомерной работой и преступать пределы умеренности, по сказанному Апостолом: «Имея пропитание и одежду, будем довольны тем» (1Тим.6,8), потому что обилие сверх потребности выказывает любостяжательность, а любостяжательность осуждается как идолопоклонство (см.: Кол.3, 5)».

**Ефрем Сирин** (В подражания притчам): «Не вдавайся в непомерную работу, потому что хорошо и полезно делать все в меру и в порядке».

Чрезмерно трудящийся и суетящийся верующий не может заниматься духовным деланием, а некоторым христианам и храм некогда посещать.

**Никодим Святогорец** (Поучения. Две сети диавола): «Как праздность, так и многие дела, попечения и хлопоты порождают много зла. О них сказал Господь, когда говорил о тернии, подавляющем семя Божественных заповедей и препятствующем возрастанию всего прекрасного и доброго: а упавшее в терние, это те, которые слушают слово, но, отходя, заботами, богатством и наслаждениями житейскими подавляются и не приносят плода (Лк. 8,14). Эти люди, когда настает время молиться, идти в церковь и причащаться Святых Тайн, не имеют на все это времени. Они все — в работе. Как только оставят одно дело, сразу же принимаются за другое, но вот чтобы почитать что-нибудь полезное для души — это им некогда. Они похожи на веревку, завязанную на тысячу узлов, которые никогда не будут развязаны».

Но если сказать точнее, то человек (даже христианин), привыкший к многопопечительности и устроению своей земной жизни, не хочет помнить о Боге, о грехе, спасении и т.п. Душе такого человека не интересны молитва и духовные делания, ее интересуют только мирские дела и получение различных телесных и душевных удовольствий.

### Плотоугодливый и самолюбивый человек отдыхает порочным или бесполезным способом, и даже не знает, как по-другому можно отдыхать

Следующим искажением естественного отдыха грехом является то, что плотоугодливый грешник отдыхает такими способами, что это или наносит вред его душе, или не приносит никакой пользы.

**Нил Синайский** (К досточтимейшей Магне…, гл.12): «…праздное время не всеми употребляется на должное».

В своем отдыхе грешник стремится получить удовольствия, которые соответствуют его порокам, например, блудник будет отдыхать в блуде, пьяница – со спиртным и т.п.

Есть и другие способы проведения свободного времени, которые менее порочные, но они все равно показывают страсти души. Вот, например, обличения тем, кто любит развлекаться песнями, танцами и музыкой, но все это не для пользы души, а для ее развращения или абсолютно пустые.

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.1, беседа 12): «Разве нельзя и повеселиться, но без вреда для себя? Ты хочешь послушать приятных песен? Но лучше бы не слушать. Впрочем, если угодно, я уступаю тебе; но слушай не сатанинские, а духовные (песни)»

**Василий Великий** (Толков. на пророка Исаию, на 5 гл.): «…в искусствах, необходимых для жизни, конец перед глазами, например, в столярном искусстве - скамья, в домостроительном - дом, в кораблестроительном - корабль, в ткацком - одежда, в кузнечном - меч. А в искусствах пустых, каковы искусства играть на гуслях или свирели или плясать, вместе с окончанием действия исчезает и самое произведение. И подлинно, по слову апостольскому, «кончина» сим «погибель» (ср.: Флп. 3, 19). О сем распространился я по необходимости, имея в виду тех, которые, по чрезмерной преданности забавам, или постоянно, или во время, по их предположению, веселья, на браках и пиршествах употребляют при ужинах свирели, гусли и певницы,- распространился, чтобы вы, узнав, как слово Божие порицает занятия подобного рода, из страха угрожающих бедствий, по крайней мере, впоследствии, худой навык жизни своей переменили на лучшее».

Вообще грешники так привыкли отдыхать по своим страстям, что не хотят заняться чем-то полезным или просто активным отдыхом. Так, тот, кто привык лежать на диване перед телевизором, не желает заняться никаким рукоделием или пойти в спортзал. И слова о бесполезности такого досуга на них никак не влияют. Есть и еще отдых для души. Но грешник видит его в развлечениях от мирских впечатлений (например, от просмотра телевизора или игры на компьютере), а истинный душевный отдых заключается в благих делах.

**Николай Сербский** (Неделя 27-я по Пятидесятнице): «…для души отдых - не лежание и безделье, как для тела, но дела благие, дела милосердия, дела богоугодные. Сие есть истинный отдых души, ибо сие укрепляет ее здравие, дает ей силы и радует».

Это то, что касается общепринятых способов отдыхать телесно и душевно.

У истинных христиан есть другие отличительные способы проведения свободного времени, которые святые отцы иногда называют благой, полезной и блаженной праздностью.

**Григорий Палама** (Триады, 1-я часть 1-й Триады, ответ 1-й): «Василий Великий, приведя слова фараона к Израилю, что-де "праздные вы, праздны; вот и говорите: Пойдем, принесем жертву Господу" (Исх.5, 17), продолжает: "Это — благая праздность и полезная для празднующего, дурная же праздность — праздность афинян, которые не знали лучшего досуга, как слушать какие-нибудь новости (Деян.17, 21); такой праздности, угодной лукавым демонам, и теперь иные подражают в занятиях всей своей жизни".

**Тихон Задонский** (т.5, Письма келейные, п.42): «Не быть никогда в праздности, но делать что-нибудь полезное, а только упраздняться от злых дел, слов и помыслов. Ибо только эта одна праздность нам полезна».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.1, §103): «Как не всякий труд полезен, так не всякая праздность порочна. Злы те беззаконные труды, которые ради беззаконных дел поднима­ются …. Сколь блажен покой, когда ум от злых и душевредных мыслей, сердце от похотей лукавых успокаивается; очи не видят ничего, уши не слушают ничего, язык и уста не говорят ничего, руки не делают ничего, что святому Божию Закону противно! Блаженна эта праздность и благословенный покой. Этого Творец наш и Господь от нас требует. Эту «субботу» не только каждую неделю, но и каждый день, час и минуту праздновать мы должны. К этому спасительному и тишайшему упокоению, в котором не только внешние члены телесные, но и внутренние душевные силы от вредных дел успокаиваются и совесть сладко почивает, Сам Христос призывает: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф.11:28)».

А сейчас приведем поучения, в чем досуг плотского человека и духовного.

**Схииг. Савва** (Путь к совершенной радости): «(Досуг внешнего человека) - хочется развлечься, забыться. (Досуг внутреннего человека) - хочется быть в уединении и молиться или в задушевной беседе с близкими по духу и преимущественно на духовные темы. Книги ценятся преимущественно духовные, очищающие душу».

**Тихон Задонский** (Плоть и дух, гл.1): «Плоть хочет праздновать, пьянствовать, веселиться, а дух воздерживаться, поститься, о грехах сетовать».

**Платон Митр. Москов.** (т.3, Слово в день святителя Алексия Митр.): «Когда искать различия между чувствами и духом: то найдутся одни требования чувств, другие требования духа. Требования чувств есть: нега, всегдашнее гуляние, игры, зрелища, сладострастия, вреднейшая праздность; требования духа есть: незазорность совести, внутренняя тишина и спокойствие, дельное уединение, удовольствие рождаемое от исполнения должности своей, веселие от зрения истины, сладчайшее чувствие плодов веры, мир и радость о Дусе Святе. О! блажен, кто устроил дух свой раем сих Божественных утех! а напротив, о, сколь жалостны, которые очарованы чувств прелестями! Что они суть? Суть дух ходяй и не обращаяйся: то есть ветер, которым подымаемая пыль на все стороны превращается, и несется неизвестно куда».

Все ли из нас, христиан, могут сказать Богу так, как сказал св. Григорий Богослов:

**Григорий Богослов** (Песнопения таинственные, Молитва шествующего в пути): «В Тебе, Божие Слово, упокоеваемся мы, находясь дома; Тебе посвящаем свой досуг».

Итак, истинные христиане проводят свое свободное время в добрых делах или в духовных деланиях. Но, как говорит опыт, мало кто так отдыхает, посвящая свободное время Богу.

В поучениях святых отцов встречаются увещевания о праздном проведении времени в воскресные и праздничные дни, и в этих же поучениях можно увидеть, чем в основном занимаются люди и дома и вне дома.

**Платон Митр. Москов.** (т.2, Слово на освящение домового храма на подворье Троицкой Лавры …): «Часто с горестью видим, что во дни воскресные, во дни праздничные … иные в домах остаются в праздности; иные бездельно шатаются по торжищам, иных ненасытная сребролюбия алчба гонит искать прибытков, и с расслаблением духа и тела своего мучатся над работою; иные в то время бегают по домам, и под видом поклонов (приветствий) в непостоянстве человеческом ищут себе покровительства; иные в веселостях препровождают те часы и зрелищем смехотворных, и соблазнительных представлений услаждают суетные мысли свои».

И именно о том, как разные люди проводят свободное время, мы и будем говорить далее.

## 3.2.2. О страсти праздности, как любви к развлечениям

Так как всё о чем будет идти речь далее, всё это будет говориться о страсти праздности, то кратко скажем об этой страсти.

### Праздность относится к греховным порокам и страсти уныние

Как мы уже говорили в беседах о лени, праздность, как в разной силе стремление к различным видам развлечений, относится к пороку похоть очей, сластолюбию, плотоугодию и страсти уныния.

**Феофан Затворник** (Слова во святую Четыредесятницу…, В неделю 2-ю Великого Поста): «…сластолюбие, или чувственность, есть греховная страсть к чувственным удовольствиям; а дела ее суть: многоядение, сладкоядение, многопитие, сладкопитие, гулянье в трактирах, на гульбищах, в непотребных домах; в театрах, на балах, вечеринках».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, т.1, Восемь главных страстей …): «(К унынию относится) … Праздность. … Перехождение с места на место. Частые выходы из кельи, прогулки и посещения друзей. Празднословие. Шутки».

**Филарет Дроздов** (т.4, Слово в день обретения мощей преп. Cepгия): «…«похоть очей» - неудерживаемое желание несытых глаз, которое предметами видимого мира хочет не пользоваться благоразумно, а жадно наслаждаться, или завладеть, – любостяжание, любовь к суетным украшениям, страсть к зрелищам».

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 2-й запов., грех: Чревоугодие, или плотоугодие): «…плотоугодием, называется пристрастие к чувственному, или страстная привязанность к нарядным одеждам для украшения тела, к жизни в довольстве и покое, к пирам, разным играм, увеселениям и зрелищам».

**Феофан Затворник** (Сборник слов на Господские, Богородичные и торжественные дни, Слово на Сретение Господне): «Мы служим … в теле, например, сластолюбию, лености, похоти, сну, разгульству в плясках, гуляньях, театрах и прочем, как язычник служил Венере, Бахусу и другим».

Следует заметить, что к понятию праздность относятся два вида: праздность бывает полная, когда человек никогда не трудится, и частичная, как неправый отдых в свободное от работы время.

О полной праздности (к которой относится и тунеядство) христианское учение говорит следующее:

**Феофан Затворник** (Толков. на 2 Солун., 3, 7): «Бесчинием … Апостол называет бывание без труда и работы…. Ибо Бог положил быть человеку в труде и для того снабдил его пригодными к тому членами; так что, кто остается праздным, тот выступает из чина Божия» (Феофилакт)».

От такой праздности христианину надо всячески отвращаться, даже если нужно будет работать на не очень приятной работе.

**Амвросий Оптинский** (Письма к мирянам, п.192): «Спрашиваешь моего мнения о службе, на которую желает поступить твой сын. Мое мнение такое: хотя служба эта не хороша, но праздность еще много хуже; лучше служить и быть при деле, чем в бездействии проводить время в кругу таких людей, о которых он упоминает в своем письме».

Мы же будем далее говорить о втором виде праздности – о проведении времени свободного от трудов. Причем в этом виде праздности можно выделить другие подвиды, например: праздность, как стремление к внешним развлечениям, праздность, как бесполезно проведенное время, праздность, как праздный ум, праздность, как празднословие и др.

Так же, как мы уже говорили в вопросе о лени в разделе «Святые отцы о страсти уныния, или лени и праздности», страсть уныния направлена против полезной деятельности человека и отдыха. В виде лености - это не желание трудиться, а в виде праздности – это неправильное проведение свободного времени при отдыхе. Эти страсти имеют природную основу.

**Феофан Затворник** (Слова во святую Четыредесятницу …, В неделю 2-ую Великого поста): «Тело наше имеет движение. Органы сего отправления суть мускулы с руками и ногами. Страсти, нападающие на сию часть, суть, с одной стороны, леность и сонливость, с другой - ветреность, непоседство, страсть к играм и забавам, танцорство, актерство, драки и прочее».

Говорили мы и о том, что лень и праздность две неразлучные сестры, потому что ленящийся будет все равно чем-то заниматься, но это будет не трудовая деятельность, а какая-то легкая и приятная.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.21): «Всякий, кто, будучи побежден сном празднолюбия или уныния, захочет покрыться не тщательным трудолюбием, но лохмотьями бездеятельности».

У уныния в отношении свободного времени святые отцы выделяют два вида:

**Авва Серапион** (Собеседования Иоанна Кассиана, гл.11): «Уныния два рода: один повергает в сон во время жара (жары) (в полдень); а другой склоняет оставить келью и бежать».

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору…, кн.10, гл.5): «… истинный подвижник Христов …, должен … против этого злейшего духа уныния подвизаться с обеих сторон, так чтобы сокрушенному стрелою сна не пасть, и чтобы выгнанному из затвора монастыря, хотя бы под благовидным предлогом, не быть беглецом».

Что означает «повергает в сон», «оставить келью» или быть «выгнанным из затвора»? Здесь речь идет о монахах, которые в кельях должны заниматься или духовным чтением, или молитвой, или необходимыми трудами, а им становилось скучно и они или ложились спать, или выходили с кем-то поговорить, или вообще уходили за пределы монастыря.

В отношении обычных людей происходит то же самое – в свободное время они также могут ложиться спать от лени и скуки, или, желая развлечься, выходят из дома, в котором в старину не было особых видов развлечений, и люди шли развлекаться, общаясь с другими людьми, или на какие-то увеселительные мероприятия. Сейчас же благодаря телевизору и компьютеру можно не выходить из дома, чтобы развлечься. На основании этого мы разграничим страсть к развлечениям на два вида: развлечения вне дома и развлечения дома.

В общем же мы поведем речь о трех видах праздно проведенного времени: первый – о развлечениях вне дома, второй - о сне, как пассивном отдыхе не в ночное время, и третий – о развлечениях дома. Но прежде продолжим говорить о страсти праздности.

Заметим еще и то, что в мире некоторые страсти обозначили как зависимость, для которой характерны некоторые признаки. (Они достаточно ясно показывают принципы, по которым каждый может определить, к чему пристрастен или насколько у него сильна страсть)

Интернет – источник: «Зависимость - это навязчивая потребность человека в чем-то. Потребность может быть в употреблении наркотиков, алкоголя, курении, в какой-то деятельности, играх и многом другом. На сегодняшний день есть очень много видов зависимости от каких-то вещей или веществ. Зависимость можно выделить по следующим признакам: получение реального удовольствия от вещества или каких-то действий; состояние депрессии, подавленности и даже физического недомогания при отсутствии объекта зависимости; легкое и быстрое привыкание; трудно самостоятельно отказаться от зависимости; необходимо все больше и больше объекта зависимости».

Для страсти праздности характерна зависимость от развлечений, или еще можно сказать страсть к развлечениям, когда человек все больше и больше испытывает сильное стремление к тем или иным пустым развлечениям и удовольствиям, и уже не может без них обходиться. (В приводимых нами примерах были и будут в основном истории о таких людях, у которых страсть праздности есть главная страсть) Пусть попробует тот, кто привык смотреть телевизор или играть, или общаться в соцсетях, не делать этого хотя бы день. Что он почувствует? Сильную опустошенность, тягу и незнание, что делать, и вот это и есть основный признак пристрастия.

Страсть праздности в мире принято обозначать только в виде зависимости от азартных игр, интернет - зависимости и шопоголизма (заметим, что шопоголизм это смесь разных страстей, например: сребролюбия, вещеимания, гордости, тщеславия и праздности)

Интернет – источник: «1. Зависимость от азартных игр (лудомания) – при этом виде зависимости центром жизни такого человека становятся азартные игры: карточные игры, рулетка, всевозможные тотализаторы. Первоначальным пусковым фактором является желание выиграть крупную сумму денег. Постепенно человек входит в азарт, вместо выигрышей наступают проигрыши, однако это только стимулирует к продолжению игры. Зависимость от азартных игр может стать причиной потери огромных денежных долгов. 2. Интернет-зависимость – современный вид зависимости, при котором возникает навязчивое желание постоянно находиться во Всемирной Сети. Существует несколько разновидностей интернет - зависимости, наиболее распространенная – зависимость от компьютерных игр (игромания). 3. Шопоголизм – зависимость от постоянного приобретения всевозможных вещей. Цель жизни человека, имеющего такую зависимость – всевозможные покупки, в основном бесполезные. Необходим сам факт приобретения чего-то. Возникает стремление постоянного посещения магазинов, покупается множество вещей, большая часть из которых вообще не нужна. Однако человек входит в своеобразный азарт, поэтому он не способен оценивать необходимость каждой покупки».

Мы же будем говорить еще и о других видах страсти праздности, но мир не оценивает их как праздность.

### Праздности предшествует маята и скука

Как известно, необходимому естественному отдыху предшествует естественная телесная усталость, а страсти праздности предшествует душевная лень, или скука. Поэтому далее скажем о таком знакомом всем состоянии, свойственном праздности, как маята и скука, когда человек не знает чем заняться, или знает, но не хочет ничем заниматься, и при которой время долго тянется.

Вот что говорят люди о том, как они избавляются от маяты.

Интернет – источники: 1). «А что вы делаете, когда маетесь, и сами не знаете, чего хотите. Ответы: громко врубаю музыку и начинаю что-нибудь ремонтировать (магнитофон, телек, комп); –Валяюсь на диване и дразню своего кота; – Сижу на форуме (или читаю, что попало в инете); – Стараюсь отвлечься музыкой или интересной книгой; – Чай пью с плюшками; – Мечтаю; – Сплю; – Если есть свободное время и деньги - пойди в фитнес-клуб, на танцы! Так затянет, что не будешь знать, куда время девается! Если денег нет - занимайся дома, например, покачай пресс. Еще можно вязать, вышивать или шить, заниматься плетением из бисера; – При маяте помогаю кому-нибудь» 2). «Есть море способов, как перестать скучать. Выбирай: Почитать интересную книжку. Устроить у себя дома вечеринку (ретро, рок, первобытную, обжираловку). Прошвырнуться по магазинам и мерять, мерять, мерять. Покупать совсем не обязательно, ну уж если очень понравиться. Заняться сексом! Если не с кем, то познакомиться срочно (например, позвонить на случайный номер телефона и приколоться). Посмотреть фильм и лучше в кинотеатре. Принять ванну (с аромомаслами), выпить чашечку кофе. На спор написать в инете 50 писем или ответов» 3) Когда мне скучно, я пересматриваю старые любимые фильмы, читаю глупые журналы, а ещё можно сказать привет аэробике; тёплой ванне с эфирными маслами; кулинарной книге и цветным карандашам Масса интересного безделья».

Так говорят люди о своей скуке и маете. И как видим, при таких состояниях люди чаще ищут себе удовольствий и развлечений дома или вне дома, а не то чтобы заняться каким-то полезным делом (но верим, что немало и таких примеров).

А теперь приведем учения святых отцов, что они говорят о скуке и маяте.

**Иннокентий Херсонский** (Слово в пяток недели 1-й Великого поста): «…праздность имеет то зловредное свойство, что производит в человеке скуку, заставляющую искать развлечений и забав, кои у праздного обыкновенно состоят из того, что вредит душе, поелику обращаются около предметов самых чувственных, если не прямо богопротивных. И здесь-то корень, и источник различных пристрастий к забавам, от коих страдают люди праздные…».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 170): «Обыкновенное средство прогонять тоску у людей века сего - вечера, карты, танцы, театры. Но эти средства после еще более увеличивают скуку и томление сердца. Если же по счастью обратятся они к Богу, тогда спадает с сердца их тяжесть, и они видят ясно, что прежде на их сердце лежала величайшая тяжесть, хотя они часто и не чувствовали ее».

Скука может происходить и когда не только нечего делать, а и когда труд не интересен душе.

**Феофан Затворник** (Толков. Псалма 118, 28): «Уныние есть скучание за делом. Когда оно нападает, дела идут вяло. До того все делается охотно, дело спеется, и время за делом не замечается. Но когда нападет уныние, делающий начинает посматривать по сторонам, и — то делает, то останавливается, так вот и хочется поскорее бросить дело. Это бывает и в житейском быту, бывает и в духовной жизни. Пропадает охота и в церкви стоять, и дома Богу молиться, и читать, и обычные добрые дела исправлять. Труженик начинает скучать за всем этим; оттого, и, делая, как будто не делает, и проку нет никакого от такого делания. Он точь-в-точь полусонный, у которого работа из рук валится. Это состояние изображает пророк в словах: «воздрема душа моя от уныния»».

При скуке кажется, что время течет медленно.

При скуке происходит некое расслабление души, которое, как правило, потом сменяется какой-либо развлекательной деятельностью.

В. А. Снегирев (Психология): «Скука - выражение в сознании ослабленной, расстроенной деятельности душевной - имеет аналогию с общим ощущением физического нездоровья: она есть как бы общее «недомогание» в душевной сфере; потому-то действительное расстройство, болезни душевные, когда они возникают постепенно, начинаются обыкновенно с этого чувства. …В свою очередь мучительное чувство скуки, вынуждая избегать себя, постоянно поддерживает деятельность, как средство своего устранения, и заставляет человека самый отдых, необходимый после напряжённой деятельности, превращать тоже в деятельность. Этим создаётся особый род деятельностей, известных под именем «развлечений, игр, забав» и т.п., которые, служа временною заменою действительной деятельности, обыкновенно связываются с различного рода удовольствиями, увеличивающими приятность отдыха и развлечения. Но здесь мы встречаемся с явлением, которое в различных формах возникает во всех сферах душевной жизни и вообще жизни человека, - именно: средство само становится целью, и жизнь, вместо того, чтобы состоять из нормальной смены серьёзной напряжённой деятельности и отдыха, в связи с другими удовольствиями, превращается, так сказать, в напряжённый отдых, в преследование развлечений и удовольствий. С тем вместе скука рано или поздно превращается в хронический недуг, делается преобладающим волнением, около которого группируются все другие волнения и действия человека, - так как устраняется единственное действительное и радикальное средство её уничтожения - серьёзная деятельность, и остаётся её суррогат и подобие».

Человеку, порабощенному страстью праздности невыносимо быть одному (конечно, если рядом нет того, что может его развлекать), и его душа тяготится и мается.

**Феофан Затворник** (Сборник слов «Внутренняя жизнь», Чем и как питать душу…): «…кто только и знает, что балы да театры, гулянья да вечеринки, живые картины да фиглярство и подобное, душа того глубоко ноет и томится, когда останется он один - сам с собою!..».

Скучать можно и во время богослужения.

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 9-й заповеди, грех: Скучающее на службу внимание): ««Возвеселихся о рекших мне: в дом Господень пойдем» (Пс.121,1). Как с веселием духа ревностный христианин встречает благовест к службе, особенно праздничной и особенно к божественной литургии: так затем, и, придя в церковь, среди самого сокрушения о грехах, как преобладающего чувства за церковным богослужением, хранит дух свой веселым и бодрственным. Между тем иные же здесь скучают. Они пришли в церковь и выстаивают службу с каким-то принуждением, будто подать какую выполняют,—пришли и стоят только потому, что так уже заведено, так уж привыкли делать. Они переминаются с ноги на ногу; прислоняются к стене или столбу; часто посматривают на свои часы; любопытствуют, как ставится большая свеча или спускается лампадка; часто оглядываются назад, сами не зная зачем; обращают внимание на входящих и выходящих, на бумагу или книгу, какая попадет на глаза; не делают поклонов или кланяются, когда поклон не совсем-то идет; решительно не следят умом и сердцем за богослужением; не проникают в смысл или значение службы: не применяют всего того, что читается и поется, к своей грешной душе; недовольны, что долго идет служба или долго произносится проповедь. А наскучавшись так, с окончанием богослужения торопливо выходят из церкви, как бы из темницы на свободу. Пусть эти люди и не видят телесными очами в церкви ничего страшного. Но если б они раскрыли ясновидящие очи души своей: то увидали бы, что в лице святых икон сам Господь с сонмом угодников взирает на них».

Состояние скуки бывает у всех людей, и особенно у тех, кто живет уединенно.

**Тихон Задонский** (т.5, Размышления на псалмы и замечания из текстов, 8): «На всякого христианина, но особенно в монастыре уединенного, находит скука, уныние, печаль и тоска».

**Анатолий Оптинский** (Житие и поучения иеросхим. Анатолия (Зерцалова), с.90, 54, 89): «Что тебе скучно — это не беда, это со всеми бывает, но всегда проходит скука со временем. …Монахам никак нельзя прожить, чтоб не нападала никогда скука и уныние, а изредка даже и легкое отчаяние…. Что скучно, не унывай. Монашеская жизнь более всего искушается унынием. «Претерпевший же до конца спасется» (Ср.: Мф.10, 22)».

Состояние скуки обычно свойственно молодежи, которая еще не научилась трудиться, и у которой нет забот о других людях.

**Феофан Затворник** (Письма, п.1263): «Беда большая, что молодежь наша не учится работать. Когда б знали одну, другую работу, она привлекала бы их и занимала. Скука не имела бы места».

И как мы уже отмечали, более скука и праздность свойственны тем, кто ничего не делает по дому.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.64): «У всякого, говорит, есть круг своих повседневных занятий, которые он отбывает как оброк какой. Но есть много людей, у которых эти оброчные занятия несложны и недолги. Остается от них много времени, которого если ничем не наполнить, не избежишь скуки».

Кстати сказать, что трудолюбивые люди не понимают, как можно быть без дела и скучать.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 144): «...Время свободное бывает, конечно. … Я не умею понять, как можно быть без какого-либо дела. Или голова работает, или руки. А пустопорожнего времени чтобы не было. И скуки не будет. И мысли никакие в голову не полезут».

**Феофан Затворник** (Письма, п.1069): «Скажите, пожалуйста, у вас есть время? - Спрашиваю это того ради, - что у меня нет времени. Не успеешь повернуться уж обед, - а там и спать».

Вот как описывается маята ленивого монаха и бесовские нападения.

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.2): «…(в унынии человек) беспокойно озирается туда и сюда, вздыхает, что никто из братий не идет к нему, часто то выходит, то входит в келью, и часто взглядывает на солнце, как будто оно медленно идет к западу. Таким образом, в таком неразумном смущении духа, как бы земля покрылась мраком, пребывает праздным, не занятым никаким духовным делом».

**Авва Евагрий Понтийский** (Слово о духовном делании 12): «Прежде всего, этот бес (уныния) заставляет монаха замечать, будто солнце движется очень медленно или совсем остается неподвижным, и день делается словно пятидесятичасовым. Затем бес (уныния) понуждает монаха постоянно смотреть в окна и выскакивать из келлии, чтобы взглянуть на солнце и узнать, сколько еще осталось до девяти часов, или для того, чтобы посмотреть, нет ли рядом кого-либо из братии».

**Евергетин** (т.3, гл.13, 2. Из Антиоха Пандекта): «Бес уныния довольно страшен и тягостен. Около шестого часа он нападает на монаха, причиняя ему предсмертное изнеможение, чтобы монаху опротивел и монастырь, и братья, с которыми он живет, и все его труды, и даже чтение Божественного Писания. При чтении монах начинает зевать и легко склоняется ко сну, трет кулаком глаза, потягивается и, отведя взгляд от книги, тупо смотрит в стену. Затем взгляд возвращается к книге, он почитает немного, заглянет в начало, потом в конец, полистает, пересчитает страницы, проверит тетради, побранит или похвалит почерк и миниатюры, и, наконец, закроет книгу, наклонит голову и начнет дремать, но не заснет, потому что от уныния ему еще и есть захочется, в душе проснется жажда жизни, и долго спать ему не придется. А через некоторое время он встанет, увидит, что уже день прошел, посмотрит на то, как заходит солнце, и в ожидании часа трапезы будет держать слух наготове, чтобы не пропустить сигнала. И как только ударят в било и позовут вкушать пищу, он весь оживет и в сердце прославит наступивший миг».

Думаю, многие увидят похожие признаки своей маяты и скуки, и дай нам, Господи, чтобы это послужило к познанию своих страстей и исправлению.

### Мир очень любит праздность и веселье

Как известно, мир (в значении - грешные люди) очень любит праздность и веселье, и обозначил их как потребность, и вот что на это говорит христианское учение.

**Блж. Диадох** (Подвижническое слово, 93): «…человеческое естество с самого исхода из чрева матери привыкает жить пространно в удовольствиях».

**Григорий Богослов** (Песнопения таинственные, Плач о страданиях души своей) «…у смертных много утех в многообразной жизни, и к самым бедствиям примешивается веселие».

**Филарет Дроздов** (т.5, Слово по освящении храма Св. равноап. Марии Магдалины …): «Мир представляет себе забавы почти такою же потребностью жизни, как труд, пища и покой. Он думает жить, играя. Нет, братия, жизнь не игра, но дело важное. Земная жизнь дана человеку для того, чтобы из нее, рукою свободной воли, силою Божией благодати, выработать вечное блаженство. Кто понял сие дело, и занялся им, как должно: тот едва ли найдет много времени для игр и забав».

**Филарет Дроздов** (т.5, Слово в день памяти Свят. Алексия): «Мир не любит плакать, когда не исторгает слез страсть или беда. Он любит веселие или смех. Спешит скачущею ногою достигнуть минутного блаженства. Кажется, он стремится теперь к такому совершенству суеты, чтобы совсем ничего не делать, а только забавляться. Столько занимаются увеселениями, столько говорят о них, и пишут и печатают, что непонятно, как людям не наскучит веселие, простираемое до пресыщения и утомления».

**Игнатий Брянчанинов** (т.3, Аскетическая проповедь, Поучение в 26-ю неделю): «Что значит … хорошо пожить? Значит: сладко, много есть и пить, предаваться развлечениям и увеселениям, прелюбодействовать, роскошествовать, тщеславиться, удовлетворять всем своим похотениям и прихотям. Если повнимательнее посмотреть на мир, то найдем, что евангельская притча о богаче может служить зеркалом для всех нас: не все ли мы постоянно увлечены мечтаниями богача, не все ли по временам более или менее увлекаемся ими».

Те люди, которые видят смысл жизни в получении удовольствий, уподобляются эпикурейцам и детям.

**Игнатий Брянчанинов** (Слово о смерти): «…вопиют сладострастные эпикурейцы: … Человек существует на земле для наслаждения; он окружен предметами наслаждения: почему ж ему не пользоваться ими? Что тут худого и греховного?" … Чего не отвергало многострастное человеческое сердце, чтоб свободнее предаваться разврату!».

**Никодим Святогорец** (Поучения. Стремление к наслаждениям): «Любители наслаждений устремляются к пиршествам, к развлечениям, к дурным компаниям, к бесстыдным песням, к комедиям, на праздники и не пропускают ни одного случая к удовольствию; их жизнь полна наслаждениями, блудом, развлечениями и всякого рода грехами. …Только одно они считают благом — проводить время в развлечениях: от кровати они переходят к столу, от стола — к развлечениям. И так проходит вся их жизнь — без отдыха бегут они от одного греха к другому, и ад открывает свои уста, чтобы поглотить их всех, самих ввергающих себя в него».

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.1, б.4): «Все язычники – настоящие дети… Дети не хотят думать ни о чем полезном; так и язычники хотят постоянно забавляться и пресмыкаются по земле, предавшись низкому и земному. Дети, слыша наши разговоры о предметах необходимых, часто не понимают ничего из сказанного, но постоянно смеются; так и язычники: когда мы говорим о царствии (небесном), они смеются. У детей из уст часто течет слюна и оскверняет пищу и питие; так и из уст язычников исходят слова суетные и нечистые; вы подаете им необходимую пищу, а они оскорбляют подающих злословием, и надобно терпеть это…. Если же отнимешь у них корзиночку или побрякушку, или что-нибудь другое из игрушек, то огорчаются, сердятся, выходят из себя и бросаются на пол; так точно и язычники, видя диавола, отнимающего у них все прирожденные блага, необходимые для их жизни, смеются и предаются ему, как другу, а если кто отнимает у них имущество, богатство или что-нибудь подобное из этих детских игрушек, они огорчаются и выходят из себя. Дети обнажаются, не чувствуя стыда и не краснея; так и язычники, смешиваясь с блудниками и блудницами, извращая законы природы и вступая в незаконные связи, остаются бесстыдными. Вы громко рукоплещете и одобряете, но при этих рукоплесканиях смотрите, как бы это не оказалось сказанным и на ваш счет. Всех увещеваю – быть мужами…».

Кстати, люди, любящие развлекаться, зачастую, таким образом стараются избавиться от скорбей и тягостных забот.

**Лука Крымский** (Проповеди, т.1, Слово в неделю Крестопоклонную): «Как стараются избавиться от скорбей люди мирские, вы знаете это: они заливают свое горе, свои скорби вином и водкой, одурманиваются табаком и даже наркотиками. А разве достойно это нас, христиан? Разве не в высшей степени низменно успокаивать голос совести своей вином, табаком? О, это глубоко, глубоко недостойно, и не дай Бог, чтобы кто-нибудь из вас когда-нибудь прибегал к этому богопротивному средству заглушения совести своей. Ищут люди мирские утешения в скорбях своих, и когда не находят, тогда стараются забыть о них: ищут развлечений, занимаются гуляньем, ходят друг к другу в гости и пустословят. Этого да не будет с вами никогда, ибо христиане не должны заглушать голос совести своей, а наоборот, чутко прислушиваться к нему. Ищут заглушения скорбей своих в дружбе, и особенно в древнем мире высоко ценили дружбу. А разве не знаете, как ненадежна эта опора на людей, а не на Бога? Ищут люди, более высоко стоящие в духовном отношении, забвения своих скорбей, своих мучений в напряженном труде, в работе. Это, конечно, средство облегчения скорбей неизмеримо высшее, чем заливание их вином, чем развлечения, танцы и гулянья. Труд на время заглушает скорбь, но трудиться непрерывно нельзя, а когда кончается труд, начинает обличать голос совести, опять восстают тяжкие скорби».

Конечно, мир с его устоями и стремлением к получению удовольствий с рвением пропагандирует виды отдыха, например, в городах. Приведем мирскую оценку некоторых видов, о которых мы будем говорить далее, и увидим как расхваливаются порочные вещи.

Интернет – источник: «Современный мегаполис предоставляет целый ряд возможностей для увлекательного отдыха и интересного времяпрепровождения. … (1) Клубный отдых – это танцы, музыка, флирт, знакомства, яркая и динамичная ночная жизнь, веселье и экспрессия. В мегаполисах количество ночных клубов исчисляется десятками, а то и сотнями. Чем больше город, тем насыщеннее в нем клубная жизнь. В ночные клубы отправляются, чтобы интересно и приятно провести время, встретиться с друзьями или завести новых знакомых. Кто-то приходит туда только ради того, чтобы потанцевать или послушать музыку известных ди-джеев. Кто-то – чтобы найти партнера для секса. А для некоторых представителей клубно-богемной тусовки, наиболее важным считается посетить как можно больше клубов за одну ночь. (2) Карнавал – это шумный праздник, любимое развлечение для миллионов жителей разных стран и незабываемое веселое зрелище для туристов. Обычно карнавалы длятся не более недели, но для того чтобы побывать на всех карнавалах мира – не хватит и нескольких месяцев. … (3) Отдых в кинотеатрах – давно стал привычным развлечением и времяпрепровождением для городских жителей. Посмотреть фильм в компании друзей или любимого человека – это и способ расслабиться, и возможность получить новые впечатления, а в некоторых случаях и весьма полезный процесс получения новой, важной информации. Хорошее кино может поднять настроение, а гениальное – изменить взгляды на мир. А кинотеатр – это не только возможность посмотреть кинофильм, это еще и особая, ни с чем несравнимая атмосфера. (4) Концерты – это возможность послушать любимого исполнителя или группу в обществе таких же поклонников их творчества. В отличие от индивидуального прослушивания – дома или в автомобиле – на концерте можно погрузиться в особую атмосферу, созданную мощным звуком, шоу и личной харизмой музыкантов. В больших городах регулярно проходят клубные концерты и концерты звезд, которые собирают большие площадки. … (5) Шопинг – для большинства женщин является прекрасным отдыхом, источником положительных эмоций и психологической нагрузки, а для многих мужчин – ужасно скучным процессом, от одной мысли о котором становится не по себе. Однако понятие шопинга включает не только походы по магазинам на уик-энд в поисках очередной кофточки. Шопинг может быть увлекательным и выгодным времяпрепровождением для всех. В больших городах шопинг, при наличии средств, времени и желания, может быть бесконечным процессом. … (6) Театр – это искусство и вид отдыха, который дошел до нас из глубокой древности. Когда-то перевоплощение актеров на сцене казалось магией. Сегодня, с появлением кино, телевидения и интернета, зрителей все сложнее удивить. И, тем не менее, театральные залы по-прежнему полны, а постановки с участием звезд вызывают неизменные аншлаги. Все потому, что атмосферу спектакля – искусственную реальность, которая создается актерами здесь и сейчас, на глазах у публики – невозможно воссоздать ни в одном из других видов искусства. … (7) Прогулки – совершенно бесплатный вид отдыха, доступный абсолютно всем, независимо от возраста и состояния здоровья. Более того – это самый демократичный вид отдыха. Выбираешь маршрут и идешь, не спеша, осматривая все, что вызывает определенный интерес. Прогулки по историческим местам – дело другое. Они возможны только там, где есть эти самые исторические места. … (8) Отдых для гурманов – это дегустация новых, изысканных, эксклюзивных или просто оригинальных блюд и напитков. Это отдых в угоду собственному желудку и вкусовым рецепторам. Кроме того, это отдых, гарантирующий эстетическое удовольствие: от интерьера, который в каждом хорошем заведении уникален, атмосферы и обслуживания, которые должны быть на высшем уровне, сервировки стола и оформления блюд. Во многих больших городах есть рестораны, посещение которых доставит настоящее удовольствие, как гурманам, так и менее требовательным посетителям. (9) Отдых в кафе и барах – это возможность встретиться с друзьями, послушать живую музыку или мило посидеть в уютной обстановке, с чашкой кофе или бокалом пива. Он не имеет ничего общего с отдыхом для гурманов, поскольку хорошо, а тем более изысканно, поесть в кафе, барах и пабах – вряд ли получится. Да и еда, в данном случае, служит лишь закуской и дополнением к общению. (10) Отдых в парке – приятный и полезный вид отдыха, доступный всем и каждому, как и прогулки по историческим местам. В большинстве крупных городов есть парки и ботанические сады, куда можно отправиться после работы или на выходных – подышать свежим воздухом, размяться, побыть ближе к природе. В зависимости от времени года, в парке можно полюбоваться: как расцветают деревья, как кружатся в воздухе желтые листья, или как падает мохнатый белый снег».

Как видим, всё, что здесь перечислено, на первый взгляд, безвинно и хорошо, но христианское учение смотрит на эти вещи по-другому, и далее мы рассмотрим, как об этом говорят святые отцы.

### Многие христиане также любят развлекаться

Опыт говорит, что немало христиан также любят развлечения и имеют эту привычку с тех пор, как они были еще неверующими. К сожалению, многие из нас не понимают, что мы согрешаем этим и уподобляемся миру, и продолжаем любить идти пространным путем.

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §369): «…многие христиане не видят греха или за малое что почитают ближнего обидеть, обмануть, ругать, оклеветать, хитрым словом уязвить. … Иные не видят греха в том, чтобы мамоне, вместо Бога, служить. Иные не видят греха в том, чтобы время в праздности проводить, дни и ночи в картежной игре и прочих забавах веселиться».

**Платон Митр. Москов.** (т.15, Слово в неделю 3-ю Великого поста): «…мы желаем по Христе идти; однако не идем: то есть, что Он велит нам за собою идти; но не просто, а со крестом. «Кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой» (Мк. 8,34). Мы хотели бы по Нем идти, но без креста. Дозволь нам Спасителю, (хотя не словами, а делами так мы к нему говорим) Дозволь Спасителю, нам идти за Тобою; но с тем, чтоб все мирские выгоды и увеселения при нас остались. Как сему возможно быть? «Раб не больше господина своего» (Ин. 13, 16). Он сам восходит со крестом на Голгофу: как же нам идти за ним без креста? Сие значит, хотеть идти, и не хотеть: хотеть устами, но не хотеть сердцем: хотеть словом, но не хотеть делом».

**Ефрем Сирин** (Слово на второе пришествие Господа…): «… равным (хождению по пути пространному есть) смехотворства, кличи, забавы, гусли, свирели, пляски, омовения, пышные одежды, многоценные вечери, рукоплескания и молва, беззаботные пения, мягкие постели, различные ложа, объедение, братоненавидение и, что всего хуже, нераскаянность и непамятование об исшествии из этой жизни. Таковы шествования по тому неудобному пути, которым идут многие, и потому найдут они сообразное с этим пристанище. Вместо наслаждения – голод, вместо пьянства – жажду, вместо покоя – болезнь, вместо смеха – рыдание, вместо гуслей – плач, вместо утученности плоти – червя, вместо беззаботности – заботу, вместо плясок – пребывание с демонами, вместо бездельных занятий, ворожбы и других лукавых предприятий – тьму кромешную, геенну огненную и все тому подобное, что составляет пажити смерти, где пасет она овец своих, учеников и друзей своих, идущих путем широким и пространным, по слову пророка. Ибо говорит он: «Как овец, заключат их в преисподнюю; смерть будет пасти их» (Пс.48:15). А мы, возлюбленные братья, уклоняясь от этого неудобного пути, послушаем Господа, Который говорит: «подвизайтесь войти сквозь тесные врата, ибо, сказываю вам, многие поищут войти, и не возмогут» (Лк.13:24)».

**Инок Агапий** (Спасение грешников, ч.2, гл.17): «Если у тебя есть привязанности и телесные утехи, не надейся тогда на отдых в иной жизни. Как говорит Великий Афанасий: «Тот, кто отдыхает в этом мире, пусть не надеется найти вечный мир. Царствие Небесное принадлежит не отдыхающим, но проходящим жизнь в великой скорби и стеснении. Лучше смерть за Бога, чем жизнь в лени и позоре». А Григорий Нисский подтверждает: «Те, кто живут в легкости и усладе, те притворяются христианами. Они враждуют с Крестом, они противники Креста. Крест души - это уставное умерщвление, не требующее (не ищущее) никаких облегчений». То же самое говорит и святой Епифаний Кипрский: «Дух Божий не живет в тех, кто проводит свою жизнь в успокоении. В них живет дух диавола». Некий из любящих Бога твердо считал, что раз «поклялся - каждый день я умираю». Этим и отличаются сыны Бога от других: они в скорбях, а мир утопает в усладах и развлечениях. Бог не благоволил, чтобы Его возлюбленные отдыхали, пока они в теле. Он скорее пожелал, чтобы они были в трудах, простоте, нужде и немощи, уничижении, переживаниях... Господь знал, что невозможно в расслабленности тела быть в любви к Нему, поэтому и затрудняет нам наслаждение и отдых».

**Тихон Задонский** (т.5, Размышления на псалмы…, разм.16): «Тесный путь и пространный» 1. На тесном: крест, страдание, терпение, воздержание, отвержение себя и воли своей, и последование воле Божией. И огражден сей путь Божиим знаком. На пространном: презрение и отвержение закона Божия, свободная и безоглядная жизнь, самолюбие, славолюбие, честолюбие, мщение, сластолюбие, веселости мира сего, банкеты, пиршества и прочее. 2. Тесным путем шел Сам Христос, и за Ним идут верные Его, и последуют Ему любовью, терпением, кротостью и смирением, а на пространном пути князь тьмы, по нему гуляют те, кто миру сему служит и следует за ним. 3. Тесным путем немногие идут, так как скорби окружают его и мало кто хочет скорби терпеть, а пространным многие идут, так как всякий любит веселости и утехи мира сего. 4. Тесный путь хотя и скорбен, но ведет в вечную радость. Пространный путь весел, но в вечную скорбь и мучение ведет. Эти пути и конец обоих Господь наш показывает: «Входите тесными вратами, потому что широки врата и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими; потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их» (Мф.7:13-14). 5. Тесный путь вначале страшен человеку и прискорбен, но потом приятен, мирен, покоен и весел, ибо иго Христово «благо, и бремя», которое на тесном пути несется, «легко» (Мф.11:29). Пространный путь сначала приятен и весел, но всегда мерзок, гнусен, и потом страшен. Ибо на нем иго тяжело нести, иго дьявольское и мерзкое рабство страстям и греху тяжко угнетают. 6. Избирай, человек, какой хочешь путь».

**Троицкие Листки** (ст.512): «…внешний враг наш — мир, менее ли для нас опасен? Не так же ли искушает нас и он, не так же ли соблазняет и влечет нас на грех? Видим богатства и богатых, — вот и в нас рождается желание быть богатыми. Видим роскошную жизнь других, убранство домов, всю внешнюю обстановку блестящую, — и в нас возникает забота подражать в этом другим, насколько это возможно. Видим богатый наряд, одежду по последней моде, — и нам становится неловко отставать от других, и нам кажется тяжело сидеть дома. Слышим, что там-то такое-то будет гулянье, такие-то увеселения и игры, — и мы не хотим отказать себе в этом удовольствии. Знаем, что там-то у того-то будет вечер, где можно вдоволь навеселиться, — и мы спешим туда, как в рай, бросая и дома, и семейства. Да можно ли исчислить все прелести и соблазны, какие встречают нас в миру? Ведь недаром же сказал Спаситель: «Горе миру от соблазн» (Мф. 18; 7). Каково же противиться этим соблазнам? Каково отказывать себе и в том, и в другом, и ныне, и всегда? Тяжело, тяжело, братие, воевать нам с миром, а надо, надо непременно! Этого требует наша святая вера, наше христианское звание. Неужели можно христианам пленяться богатством и вести жизнь веселую, разгульную, тратить время в играх и забавах? Нет, нет! Мы должны вести жизнь разумную, степенную, воздержную, благоговейную, и самым отдохновением, самым наслаждением земными благами пользоваться благопристойно и в благоразумной мере. Иначе мы ложно будем считать себя христианами. Иначе и нам скажет Христос: «горе вам, богатые!... Горе вам, пресыщенные ныне!... Горе вам, смеющиеся ныне!» (Лк. 6; 24-25)».

**Феофан Затворник** (Сборник слов на Господские, Богородичные и торжественные дни, Слово в день тезоименитства государя … А.Н.): «…(есть) только два духа: дух мира и Дух, иже от Бога. «Мы же, - говорит (апостол Павел), - не духа мира сего прияхом, но Духа иже от Бога..» (1Кор.2.12). Какой же из сих двух господствует ныне? Смотря на то, что делается вокруг нас, можем решительно ответить: ныне начинает господственно водворяться среди нас дух мира тот дух, который побежден Господом нашим Иисусом Христом и должен быть побеждаем силою Его и чрез нас. Воды потопного нечестия устремляются на нас и готовы поглотить всех нас. Будем же трезвиться и бодрствовать. Не подумал бы кто, говоря так, мы устрашаем вас призраками, подставляем небывалые опасности, указываем врага, сильного, может быть, где-нибудь в другом месте, но не у нас. Дал бы Бог, чтоб это было так! И да удалится от нас этот пагубный дух на край света, и да не помянется имя его среди нас! Но посмотрите, что делается вокруг, и увидите, что враг лицом к лицу предстоит нам, уже врывается в ряды воинства нашего и производит в нем сильное смятение и опустошение. Ибо что такое есть дух мира? Дух мира есть дух вражды на Бога. … Дух мира есть дух взаимного между людьми охлаждения, разделения и враждования…. Дух мира есть дух всесторонних похотствований…. Глаз требует разнообразия цветов, картин, естественных и искусственных, ухо — приятных звуков, пения и музыки, вкус — разнообразия яств усладительных, осязание — мягких тканей и легких одежд, другие потребности — других удовольствий, которым конца нет; все это разнообразится под влиянием тщеславия, сладострастия и житейской гордыни, и все входит в тон, в условие жизни, в закон, прикрываясь естественностью, которой будто ни в чем отказать нельзя и не следует. И вот у нас повсюду открыты гульбища, зрелища, театры, музыкальные вечера, домашние представления, живые картины, концерты, балы, фейерверки, увеселительные сады, куда всех приглашают без различия пола и возраста, без различия воскресных дней, праздников и постов. Сотни рук заняты описанием и живописным изображением всего этого, в сотнях листов газет и журналов где наперерыв стараются представить все это в самых привлекательных и обольстительных красках. Все это пред очами нашими. Видите ли, как одолевает нас дух мира и, совлекая с нас целомудренную одежду жития христианского, облекает в срамные рубища похотливых дел и обычаев».

**Иоанн Крестьянкин** (Опыт построения исповеди, 4-я запов.): «А может, кто из вас в праздник доходил до скотского состояния объядения и пьянства, предавался паче всякой меры пустым развлечениям, какой-нибудь азартной игре, смотрению каких-либо не подобающих христианину пьес или кинокартин, может быть, не отрываясь, целый день просидел у телевизора, или предавался карточной игре, предавался (особенно молодежь) каким-нибудь безудержным и диким пляскам и песням? Кайтесь Господу!».

### Ответы святых отцов на недоумения, что плохого в развлечениях

Нельзя не сказать, что многие люди недоумевают о том, что плохого в развлечениях. И вот что говорят на это святые отцы.

**Иоанн Златоуст** (т.8, ч.2, Слово о лжепророках, и лжеучителях…): «Когда увидите роскошные пиры со всеми их наслаждениями, ложью, шумом и беспорядочными кликами, - вспомните слова Господа: "Горе вам, пресыщенные ныне! ибо взалчете. Горе вам, смеющиеся ныне! ибо восплачете и возрыдаете" (Лк. 6:25). Когда увидите пляшущих и играющих и поющих бесовские песни, - с плачем и рыданием вспомните слова Давида: "не знают, не разумеют, во тьме ходят" (Пс. 81:5), и пророка Исаии: "горе тем, которые с раннего утра ищут сикеры и до позднего вечера разгорячают себя вином; и цитра и гусли, тимпан и свирель и вино на пиршествах их; а на дела Господа они не взирают и о деяниях рук Его не помышляют" (Ис. 5:11,12). И вообще при виде всякого совершающегося соблазна помните слова Господа: "горе миру от соблазнов, ибо надобно придти соблазнам; но горе тому человеку, через которого соблазн приходит" (Мф. 18:7: Лук. 17:1). Но что говорят эти люди, жестокие сердцем, преданные лжи? Нет, говорят, зла в развлечениях. Что вредного в игре на цитре или на чем-либо подобном? О, крайнее безумие! О, лукавое внушение дьявола! Род лукавый и прелюбодейный, так-то вы воздаете Господу? Пречистый Господь повсюду заповедал, чтобы христиане совсем не касались развлечений, а ты говоришь: какой вред от развлечений? "Горе тем, которые зло называют добром, и добро - злом, тьму почитают светом, и свет - тьмою" (Ис.5:20)! Пусть скажут нам эти необузданные, из какой священной книги могут они представить доказательства, что христианину можно предаваться развлечениям? Какие святые, какое Евангелие научило христиан так непристойничать? вот вселенская и апостольская Церковь от восхода солнца до запада и от концов вселенной вопиет и учит и увещевает и через закон, и через пророков, и через апостолов, и устами самого Господа, и положительно нигде вы не найдете, чтобы христианину позволено было заниматься такими делами. …Кто … может показать или доказать относительно того, что христианину позволено играть на цитре или плясать или что-либо другое делать из того, что мы указали выше? Никто не в состоянии доказать это. Пусть же никто не вводит вас в заблуждение: нельзя делать этого христианину, все это чуждо кафолической Церкви, все это – дела, свойственные язычникам. Никто, братья мои, вас да не обольщает: насколько вы предадитесь удовольствиям, настолько отпадете от благодати: тогда и Христос не принесет вам никакой пользы».

**Никодим Святогорец** (Поучения. Стремление к наслаждениям): «Ты спросишь: разве грех — спокойно спать, хорошо есть и пить, ходить на празднества и увеселения? Но этим вопросом ты хочешь только оправдать себя, потому что все это, может, и не грех, но этим ты подготавливаешься к нему. Все это препятствует тебе когда-либо вкусить духовных благ, исходящих от Бога. И ты пострадаешь от них так, как пострадал когда-то Соломон, который не был осторожен в наслаждениях и из-за них впал в идолослужение, или как пострадали жители Содома, которые своим обжорством, пьянством и любовью к развлечениям достигли страшного и мерзкого состояния — впали в разврат и противоестественные пороки. Тертуллиан очень часто говорил, что христиане должны отвергать наслаждения из-за того, что они изнеживают человека и от этого его добродетель становится немощной и бессильной. Вялость и бессилие, которые появляются в душе от наслаждений, противны предназначению христианина. Наша цель состоит в том, чтобы уподобиться Иисусу Христу, Который есть Глава предопределенных, как учит нас Апостол Павел: «кого Он предузнал, тем и предопределил быть подобными образу Сына Своего» (Рим. 8, 29). Для того, чтобы прийти в Свою Славу, Христос провел жизнь в нищете, скорбях и поруганиях, а сластолюбцы боятся такого образа жизни и именно поэтому они не хотят каяться. Неужели они нашли какое-то другое Евангелие, или к ним пришел другой Христос, пообещавший им, неразумным, прекрасную одежду, сладкую пищу, покой, развлечения и почет от людей? Они забыли, что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь (Мф. 7, 14). Послушай еще об одной важной вещи. Как-то раз один благородный и богатый вельможа, любивший наслаждения, услышал о добродетельной жизни одного человека и пошел к нему, чтобы посоветоваться с ним. И вот, тот духовный муж говорит ему: «Христос был беден, а ты — богат, Христос постился, а ты — пресыщаешься, у Христа не было достаточно одежды, а на тебе — лишняя, Христос терпел скорби и страдания, а ты — сладко ешь, покоишься и спишь на мягкой постели». Услышав это, вельможа разволновался, принес покаяние и с того времени не прекращал слезно просить у Господа прощения за ту жизнь, которую он вел прежде. Научись же и ты из этого, что лучше в этой жизни терпеть скорби, чем вечно мучиться в другой. Об этом говорит и святой Афанасий Великий: «Имеющий успокоение в этом мире пусть не надеется получить вечный покой, ибо Царство Небесное принадлежит не тем, которые здесь пребывают в покое, но тем, которые в скорбях и лишениях проводят эту жизнь» (Слово о девстве). Потерпи в этой жизни, чтобы тебе не услышать страшных слов Христа: «Чадо! Вспомни, что ты получил уже доброе твое в жизни твоей» (Лк. 16, 25). И пойми, наконец, что Царство Небесное стяжается не теми, кто пребывает в праздности и удобстве, но теми, кто понуждает себя, как сказал Господь: Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его (Мф. 11, 12). Итак, не говори больше, что наслаждения — не грех, и обратись к Богу с покаянием, чтобы тебе стать действительно счастливым».

**Феофан Затворник** (Сборник «Слова о покаянии», В неделю Крестопоклонную): «Вы говорите обыкновенно: вот и повеселиться будто нельзя, или какое-либо себе позволить удовольствие. Да вы главное то прежде сделайте, а потом позволяйте и это. А то у иного только и дела, что – ныне бал, завтра театр, там гулянье, да веселое чтение и беседа, да развлечения разные, – переход от одних приятностей к другим. А о главном, о том, как достигнуть того, чем должен быть всякий христианин, и помышления нет. Какого же плода ожидать от такой жизни?».

**Иннокентий Херсонский** (Слово в пяток недели 1-й Великого поста): «Но что худого делает праздный человек, когда он ничего не делает? То именно, что ничего не делает, ибо человеку всегда надобно делать что-либо. ... Деятельность - наше назначение: для сего именно даны нам бытие и жизнь, для сего снабжены мы силами и способностями. И как земная жизнь наша вообще не долговечна, а между тем в продолжение ее мы должны заслуживать целую вечность, блаженную или злополучную, то праздность, рассматриваемая с сей стороны, есть уже великое преступление против нас самих; ибо всякий праздно проведенный час ведет за собой потерю не только для здешней жизни, но и для вечности. Неупотребление данных от Бога сил на дела благие уподобляет человека рабу, сокрывшему свой талант в землю, и уготовляет ему плачевную участь сего раба, то есть: «у неимеющего отнимется и то, что имеет» (Мф. 25; 29)».

**Анатолий Оптинский** (Житие и поучения иеросхимонаха Анатолия): «А нам доставляет утешение — попрыгать по паркету, как какому козленку, нам бы похохотать до лому затылка, нам бы рожу какую надеть, замаскироваться, и сколько еще есть глупостей и нелепостей, поглощающих этот световидный дар неба — ум наш».

**Феофан Затворник** (Письма, п.п. 944, 945): ««В прошлую зиму, говорите, до упаду навеселилась и, пришедши домой, благодарила Бога за веселье». Отчего не повеселиться? и Господа надо благодарить за все. Но мне думается, что после увеселений лучше поступать так, как поступал Иов. Дети его веселились каждый вечер. А он утром приносил за них жертву Богу в очищение, говоря: не погрешили ль они чем-нибудь. Вот и вам тоже после веселья надо делать. … Потому после развеселости лучше молиться: «прости мне Господи если нагрешила мыслями и словами». Собираетесь пуститься в светскую жизнь, и как видится, со всех ног. …Вы хотите покружиться, но не закружиться. …Дух светской жизни действует как угар. Все входит и входит, не чуется. А потом вдруг в глазах позеленеет, и об земь. И оглянуться не успеете, как закружитесь. Нет, собирайтесь лучше и в свете быть, и быть солидною, главное не танцевать. …В последнем письме вы точнее определили, что такое за позыв у вас к увеселениям. И я ничего не имею сказать против, если вы сможете удержаться в тех пределах, в каких чаете держать себя. Но удержите ли вы себя в них? Припомните народное изречение: "берегись первой чарки". Откуда оно родилось? Из опыта, - что выпивши одну чарку, трудно удержаться от другой, а там уж пошла разливанная. Такова власть чувственных удовольствий над нашим слабым сердцем! Водоворот и бурление светских развлечений такого же свойства. Вы говорите: ведь я не хочу пуститься во вся тяжкая. Теперь вам легко говорить; но что дело покажет после. Положите, что вы видите комнату, где есть скрытый угар и порываетесь побыть в ней и пересмотреть, что там. Вам говорят: не ходи, там угар. А вы отвечаете: я ведь не хочу угореть. Пощадит ли вас угар, потому что вы говорите, что не хотите угореть. Светские развлечения - угар. И сами не учуете, как угорите».

### Праздность – одна из сетей диавола

К сожалению, люди не знают и того, что враг искушает или многопопечением, или неправым отдыхом и развлечениями.

**Никодим Святогорец** (Поучения. Две сети диавола): «Множество различных сетей ставит диавол, чтобы уловить в них человеческие души и подтолкнуть их к погибели. Двумя из них являются праздность и многопопечительность. И праздность, из-за которой человек сидит и разлагается от лени, достойной всякого осуждения, и многопопечительность, состоящая в том, что человек постоянно занят тысячей дел, есть препятствия к спасению. …Так они проводят день за днем без всякой пользы для себя».

**Феофан Затворник** (Примеры записывания добрых мыслей …, 127): «Блюди. … Первый (вражий) прием есть — подсовывать какие-либо дела, и привязать к деланию их. Пусть они нехуды; но худо то, что, заняв мысль и чувство, отклоняют от главного (то духовных деланий), заставляя или отодвигать его на второй план, или совсем позабывать его на время. То и другое крайне опасно, особенно последнее. Второй прием его есть — навести на то, чтоб дать покой плоти, допустить льготу в пище, сне, отдыхе, разрешить себе вольнодвижения и свободу во впечатлениях на чувства. Все это будто мелочь, но крайне разорительно. Смотри в оба».

**Троицкие листки** (ст.144): «Настанет праздник Господень, надобно бы от попечений мирских удалиться, нужно бы в храм Божий пойти, Богу помолиться, душою и телом отдохнуть, а враг шепчет человеку: «ну что за праздник? Что за обедня? Занимайся каждый своим делом — «идите кийждо вас на дела своя!» Что тебе до праздника? — говорит он мастеровому человеку: — докончи лучше работу свою, лишняя копейка тебе пригодится. А ты иди на биржу или в лавку свою, — подсказывает он купцу: — посмотри, как у тебя там идут дела, как спеется торговля твоя. — Ты побывай у такого-то вельможи, — шепчет враг знатному человеку: — дивлюсь я тебе, что ты разбираешь какие-то праздники, когда у тебя столько нужных дел! Какие тут обедни, когда надобно тебе побывать там-то, повидать такого-то; зачем тебе служба церковная? Ведь ты не монах! Иди, лучше своим делом займись: «идите кийждо на дела своя!»» Так-то расточает свои советы диавол, а христиане его слушают...».

Все святые отцы определяют праздность как одну из сетей диавола, или беса уныния, или духа праздности.

**Тихон Задонский** (т.5, Письма, 12): «Ни к кому удобнее дьявол не приступает, как к человеку, живущему в праздности и лености. Тут ему дом подметен и украшен (см. Мф.12:44)».

**Никодим Святогорец** (Поучения. Две сети диавола): «Диавол, так сказать, открыл свою школу лукавства и зла и, сам не желая давать уроки о зле, поставил вместо себя учителем - праздность, чтобы она за него читала эти лекции. Люди же в этой школе учатся грехам быстро и без труда».

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору…, кн.10, гл.23): «…у древних отцов в Египте составилась поговорка: работающего монаха искушает один бес, а на праздного нападает бесчисленное множество бесов».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1540): «Например, вы становитесь на молитву, и вами овладевает уныние, между тем как до молитвы его не было; или - вот вы принимаетесь читать какую-нибудь книгу духовного содержания, например Св. Писание, и вами тоже овладевает уныние, леность, сомнение, маловерие и неверие. Отчего? - Оттого, что вас искушают, над вами коварствуют злые духи уныния, сомнения и неверия. Вы в церкви у Богослужения: и вам скучно, тяжело, лень, - на вас напало уныние. Отчего опять? - Оттого, что над вами коварствуют злые духи уныния и лености. Или вы принимаетесь за сочинение духовное, например, за проповедь: и в вашем сердце, в вашем уме мрак, холод, а во всем теле - расслабление. Отчего? - Оттого, что в вас коварствуют невидимые враги. - Доказать это легко: - только не стань всего этого делать, и будет так легко и приятно, будет такой простор в душе и сердце - откуда что возьмется».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 1072): «Враг рода человеческого подметил эту слабость в людях заниматься суетными, житейскими разговорами и вообще проводить время в суетных забавах; он извлек и извлекает для себя из этой слабости огромную выгоду: завел театры, цирки - истинное осуществление суеты, истинное посмеяние над суетою людскою; и безумные между людьми, склонные к суете, к лености и бездействию охотно посещают эти театры и цирки, не находя для себя лучшего занятия, которое бы доставляло спокойствие и приятность их духу».

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное…, ст.120): «Видим, что люди в тех местах, в которых птицы и звери ходят, тайно раскидывают сети, чтобы их уловить. Так сатана, христиане, раскидывает нам сети свои и старается нас уловить в них. …Простирает сети любви мира сего, гордости и суеты его. Представляет всякой душе христианской честь, славу, богатство и роскошь мира этого и шепчет в уши, как хорошо и приятно быть в чести, от всех почитание и поклонение иметь, … жить в богатстве, в богатом и красивом доме, … одеваться в шелковую и пригожую одежду, проезжаться в карете цугом (запряжкой в две или три пары), знаться со знатными и прославленными людьми, ставить каждый день богатую трапезу и веселиться, и приезжающих гостей веселить, и прочее. Так шепча, замышляет лукавый дух, чтобы бедный человек в таких суетных мыслях запутался, и не помышлял о должности и звании своем христианском, и забыл бы, что он искуплен, и позван, и обновлен к вечной жизни. О, сколь многих христиан уловляют в эти сети, особенно в нынешнее время».

### Праздность связана с другими страстями

Также праздность приводит ко многим грехам и связана с другими страстями.

**Платон Митр. Московский** (Поучительные слова, т.1, Слово в неделю 19-ую о милосердии): «…(От избытка денег и богатства) рождается праздность, от праздности леность, от лености расслабление, от расслабления нерадение о должности, о добродетели, о благочестии, а оттуда выходит страшное оное чудовище называемое «Эпикурство» (жить ради удовольствий – от сост.)».

**Нравственное богословие Е.Попова** (Грехи против 7-ой заповеди, грех: Полная праздность): «…как порок, она не бывает одна, но постепенно вводит с собой друзей, т.е. другие пороки: «праздность научила многому худому» (Сир.33,28), как и в простой пословице говорится: «праздность мать пороков»».

**Иннокентий Херсонский** (Слово в пяток недели 1-й Великого поста): «Но праздность опасна не одним тем, чего лишает, но и тем, что приводит за собой. Что же она приводит? Порок и развращение. Если бы душа наша была подобна бесчувственному инструменту, который, когда прекращают на нем игру, остается спокоен, то можно было бы без вреда оставлять ее в бездействии; но с душой, по ее духовной природе, подобного бездействия быть не может; а происходит то же, что с полем, оставленным без возделывания: поле покрывается худыми травами, душа - худыми мыслями и чувствами. Посему праздность справедливо можно назвать готовой и самородной почвой для всего худого и греховного. … Не забудем, наконец, при оценке праздности и того, что для большей части людей порок сей влечет за собой недостатки и бедность, заставляет обращаться к непозволительным средствам приобретения: и так как праздный человек, по привычке к неге, бывает обыкновенно наклоннее других к чувственности и удовольствиям, то искушение пользоваться незаконно трудами других через то самое для праздного еще более увеличивается. Пересмотрите людей, заключенных в темницах, вникните в причину их преступлений, и увидите, что большая часть их произошла вначале своем, так или иначе, именно от праздности».

Например, праздность часто связана с блудом.

**Иннокентий Херсонский** (О великих Господских … праздниках, гл. Общие замечания о праздниках): «… праздность, так как неестественна человеку, заставляет искать сперва развлечения, далее увеселений; потом оживляет похоть и производит бесчисленные пожелания, за которыми непосредственно следуют порок и разврат».

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Галатам, 5, 19-21): «… на пирушках и похоть, и гнев разыгрываются широко. Бесчинны кличи, … пирушки, заводимые затем только, чтоб потешиться и шумно повеселиться».

**Авва Зосима** (Добротолюбие т.3, Собеседования, 26): «…причины блуда, как сказал Авва Моисей, суть: есть и пить невоздержно, спать вдоволь, сидеть без дела, забавляться, празднословить, и любить наряжаться. Если кто отсечет все это, страсть блуда будет бессильна».

К праздности легко присоединяется страсть пьянства. Ща развлечения, человек желает усилить эффект удовольствия за счет нетрезвости (это, например, употребление пива перед телевизором и компьютером, или просто употребление спиртного в компании). Часто при этом говорят: хочу отдохнуть и расслабиться.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. галатам, 5, 19-21): «Пьяный — и срамные дела творить, и раздорить готов. Равно на пирушках и похоть, и гнев разыгрываются широко. Бесчинны кличи, пирушки, заводимые затем только, чтоб потешиться и шумно повеселиться».

**Платон Митр. Москов**. (т.6, Слово в неделю 2-ю Великого поста): «… в праздности препровождения времени рождается уныние, которое состоит в том, когда человек мысли свои и действие рассудка связывает скукою, задумчивостью и печалью. … И так скука и уныние его отягощает, а связанные крепкою лености привычкою узы разорвать не в силах, и вместо того, чтоб себя ободрить, в большее от времени приходит расслабление. Но таковое унынием связанной души состояние есть мучительно: всегда же быть в мучении, опять не есть свойственно человеку. Почему ищет бедный какого-либо от того когда не избавления, так хотя облегчения. Вот же тотчас и встречает его пьянственная отрада! Излишнее сего вредного напитка употребление приводит его в забвение своего несчастия, и неизвестно, какими наполняет голову веселостями: отведывает, и подлинно находит некоторое мыслям облегчение: радуется: часто начинает повторять сии погибельные приемы, и так снискивает привычку, и ввергает себя в пьянственную страсть».

А вот сребролюбие зачастую побеждается праздностью, на которую и денег не жалко, а чтобы кому-то помочь то жалко.

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.2, б.1): «Для пьянства, пированья и гулянья мы теперь делаем все – и общую постель, и общий стол, и общее вино, и общие издержки; а устроить общественную милостыню не думает никто».

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.2, На притчу о неправедном домоправителе …): «Где издержка приносит бесчисленную выгоду и вечное спасение, там мы крепко держим свое серебро, чтобы не выпало из руки даже немного оболов; а где бывает трата греховная и повинная бесчисленным наказаниям и огненному мщению, там честолюбие предваряет просьбу: открыв все двери, мы попускаем уходить своему богатству ко внешним. Это не есть соображение рабов, ожидающих своего Господа, но распутных юношей и необузданных гуляк».

Но есть и такое, что сребролюбие побеждает праздность, когда человеку жалко потратить деньги на развлечения, и хоть в этом есть некая польза сребролюбия…

### Стремление к праздности показывает духовную пустоту и желание идти по легкому жизненному пути

Святые отцы говорят, что стремление к праздности показывает внутреннюю духовную пустоту сердца.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 623): «Что значит искать развлечений? Значит, хотеть наполнить чем-нибудь внутреннюю болезненную пустоту души, созданной для деятельности и не терпящей быть праздною».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1499): «Вот у человека теснота греховная на сердце, тоска, скука грешная; если надежды христианской нет у него на сердце, то что он делает? Прибегает к искусственным средствам прогнать тесноту и скуку, к развлечениям преступным, а не ко Христу, Коего иго благо сердцу нашему и бремя легко (Мф. 11, 30), - не к молитве, не к раскаянию во грехах, не к Слову Божию, которое полезно к научению, к обличению, утешению (2Тим, 3, 16; ср. Рим.15, 4). Так делается большею частью. Отсюда необходимость для светских людей театров и множества других развлечений».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, разд. 2, ч.4, гл.4): «Находящиеся далеко от Христа не имеют истинной радости. Они могут предаваться мечтаниям …, они могут предаваться развлечениям и оттого испытывать радость, но эта радость не насытит их душу. Эта радость вещественная, мирская, а мирская радость не насыщает душу, и человек остаётся с пустотой в сердце. Знаешь, что говорит Соломон? "Я построил дома, посадил виноградники, разбил сады, собрал золото, приобрел всё, чего желало моё сердце, но в конце понял, что всё это суетно" (См. Еккл.2,4-11). Мирская радость даёт нечто временное, что приятно только в данный момент, не даёт того, что даёт радость духовная. Духовная радость - это райская жизнь».

В развлечениях грешной душе просторно и легко, а в труде телесном или молитвенном, в познании истины или самопознании ей тяжко и неинтересно.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.503): «Читаешь светский журнал или газету: легко и приятно читается, легко всему верится. Но возьмись читать духовный журнал или книгу, особенно церковную, или начнешь читать молитвы иногда - станет тяжело на сердце и сомнение тебя будет мучить, и неверие, и какое-то омрачение и отвращение. Многие в этом признаются. Отчего это бывает? Не от свойства, конечно, самых книг, а от свойства читающих, от качества их сердец, и - главное - от диавола, врага человеческого, врага всего священного: «и уносит слово из сердца их» (Лк.8,12). Когда читаем светские сочинения, мы не трогаем его, и он нас не трогает. Как примемся за священные книги, начнем мыслить о своем исправлении и спасении, тогда мы идем против него, раздражаем его, мучим его злобу, и вот он нападает на нас и взаимно мучит нас, - что же делать? Не бросать же доброго дела, душеполезного чтения, молитвы, а надо терпеть и в терпении спасать свою душу. «В терпении вашем стяжите души ваша» (Лк. 21, 19), говорит Господь. Это же применить надо к театрам и церкви, к сцене и к Богослужению. В театре многим приятно чувствуется, а в церкви - тяжело, скучно, - отчего? Оттого, что в театре все прекрасно подлажено чувственному человеку, и диавола мы там не трогаем, а тешим его, и он нам делает удовольствие, не трогает нас: «веселитесь себе, друзья мои, думает, только смейтесь, да Бога не помните». В церкви же все приспособлено к возбуждению веры и страха Божия, благочестивых чувств, чувства нашей греховности, растленности; и диавол всевает в наше сердце сомнения, уныние, тоску, лукавые, скверные и хульные помыслы, - и вот сам себе не рад человек и стоять не может, час трудно простоять. И бежит скорее вон. Театр и церковь - противоположности. То - храм мира, а это храм Божий; то - капище диавола, а это - храм Господа».

**Георгий Затворник** (Письма, п.1, 189): «…многими скорбями подобает нам войти в царствие Божье. Без сравнения лучше идти тесным и прискорбным путем: сей путь ведет в жизнь вечную; горе будет тем, которые, уклоняясь от спасительного пути, идут пространным путем — всяких забав и веселья: по нему весело идти, только такой путь ведет в муку вечную. Избави, Господи, от этого пространного пути, но дай нам истинный разум и терпение по тесному идти и жить по заповедям твоим».

**Симеон Новый Богослов** (Слова, сл.36): «…вообрази, каким непонятным образом властвует грех над человеческим естеством! Большею частью этого ни разум не разумеет, ни совесть не ощущает. Понять нельзя, каким образом бывает, что человек находит утеху и веселие в песнях и плясках, в шутках и смехах, в играх и забавах, в борьбах и кулачных боях, и во многом другом излишнем и непотребном, и несмотря на то, что все это очевидно бесполезно и непристойно человеку, не жалеет на это трудов, заботы и сил, а к тому, что добро и Богу угодно и не требует иногда никаких трудов, душа у него не лежит, и он тяготится тем, скучает за тем и бежит от того, хотя то никакого не причиняет ему зла, а приносит одно добро. И смотри, как лукава эта тайная сила! Она привела человека, разумную тварь, в такое бедное и жалости достойное состояние, что он отвращается от подобающего ему, как от неподобающего, и любит неподобающее ему и несообразное с ним, как подобающее и сообразное. И еще хуже то, что когда, познав всю пустоту и лживость таких утех, он захочет отстать и отвратиться от них, то встречает в этом большой для себя труд. Понимаешь ли эту бедственность? Постигаешь ли нужду и насилие, претерпеваемое человеческим естеством? Видишь ли опасность? Когда призывают в храм Божий, то как старцы, так юноши и дети тяготятся идти, а на гулянья, игры и в хороводы все бегом бегут с великою радостью и поспешностью».

**Пролог в поучениях** (В. Гурьев, 26 апреля): «Лежит на столе Библия и рядом с нею пустая, наполненная негодными баснями книжонка; редко не окажется, что для чтения не предпочтут последнюю первой. Говорят о Боге, о душе, о вечном спасении, - дремлют, скучают, терпеливо ждут окончания разговора; явись же тут какой-нибудь балагур и начни рассказывать небылицы, - все встрепенутся, все обрадуются, все окажут ему величайшее внимание и засыплют его похвалами. Но это только капля в море; всех случаев, где мы показываем свое небрежение к Божественному и увлечение мирским и греховным, кажется, и не перечтешь. Что же это значит? Отчего же так? Нерасположение наше к духовным упражнениям зависит оттого, что мы не привыкли к ним. Душа наша так создана, братие, что такую же имеет нужду в каждодневном обновлении сил своих Богомыслием, как и тело в подкреплении себя пищею. А между тем много ли из нас Богомудрствующих? День поглощен делами житейскими, и часть отдыха - заботами о житейском. Размышлению же о Боге, о душе, о будущей жизни, если когда и предаемся, то большею частью как будто бы самому последнему из своих попечений. А при таком положении вещей, при засоренном попечениями житейскими уме и сердце, можно ли когда сделаться отзывчивым к тому, о чем менее всего думаешь? Увы, в засоренное русло вода не проникнет, а обходит его стороною, и семя, упавшее при пути, на камни и в тернии, не свершает плода. И все духовное - Божественное потому, как чуждое нам, мало находит сочувствия в нашем сердце и вследствие сего сухим и скучным кажется, особенно, если с заботами житейскими соединяется еще пристрастие к земным удовольствиям. Днем мирские расчеты, вечером же надобно отдохнуть на пустых зрелищах или на картах. Посмотрите на людей, стоящих в низкой доле: в будни они работают, - им не до Богомыслия и молитвы; а в праздник опять некогда, ибо нужно прогулять то, что с таким трудом добыто в неделю. Могут ли же быть такие люди внимательными к Божественному, когда оземленили свой ум, низвратили волю, оскотоподобили сердце? Увы, не собирают, говорит Господь, смокв с терновника и винограда с кустарника (Лук. 6, 44)».

### О некоторых пагубных плодах праздности

Праздность имеет пагубные плоды, о которых даже не догадываются многие люди. Назовем некоторые из них.

Вполне понятно, что чем больше человек отдыхает и развлекается, тем более в нем укореняется лень.

**Платон Митр. Москов**. (т.6, Слово в неделю 2-ю Великого поста): «Леность же питается и возрастает, когда кто себя пристрастил к неге, к гулянью, к пустым разговорам, к смехотворным зрелищам, к сладострастию, к играм, ко всегдашнему сну, или к праздной ветренности. Таковому уже труд, честной подвиг, прилежание к должности, и ревность к общему добру, невместны или неприятны, и зело (сильно) отвратительны».

Все святые отцы говорят о том, что праздность губительна и для тела и для души.

**Вонифатий из Феофании** (Ответы на вопросы от разных лиц, в.182): «Вопрос: Какие последствия праздности? Ответ. Душа праздного человека со дня на день портится все более и более: чувство угасает, рассудок становится слабым, воля леденеет, праздный человек не чувствует себя способным ни к чему трудному. Праздность не менее губительна и для тела. Слабость, изнеможение, преждевременная вялость и хилость, и оттоле целый ряд различных болезней, — таковы обыкновенные последствия праздности! Она сама кладет страшную печать на своих поклонников: у одного тело задавлено тучностью, другой страдает от избытка крови, у того поражены или отняты члены, иной остается без всякого движения от подагры, у другого от неумеренности на заре жизни притупились все чувства. Какое-нибудь легкое беспокойство, усталость, мгновенная перемена погоды или другой какой-нибудь непредвиденный случай сопровождаются всегда болезненным потрясением в этих искаженных праздностью телах. Так для души и для тела праздность есть зло великое и ужасное».

**Евергетин** (т.3, гл. 31, из святого Исаака): «Отдых и безделье - погибель для души: они вредят ей больше бесов. …Если у тебя крепкое тело, а ты предаешь его безделью, то в душе, живущей в этом теле, начинает зарождаться любое зло. Душа забывается, не хочет больше благ и начинает желать только погибельных вещей».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.735): «…смехословить и празднословить очень нехорошо - этим совсем можешь охладить свою душу, и будешь сам себе в тягость. Оттого и хаос в душе, и недовольство самим собою, что нет пищи души – слова Божия».

**Инок Агапий** (Спасение грешников, ч.1, гл.16): «Любящий безделье и отдых недостоин будущего ликования».

**Филарет Дроздов** (т.5, Слово в день памяти Свят. Алексия): «Знаете ли, думаете ли вы, куда ведет сей путь, к каким последствиям приближает сия все поглощающая страсть к увеселениям, к роскоши, к непрестанным чувственным наслаждениям? – Суд уже произнесен; и произнесен таким Судиею, Которого определения неизменны, потому что Он бесконечно праведен и вечен. Горе вам смеющимся ныне, яко возрыдаете и восплачете (Лук. 6. 25)».

Тому, кому скучно, и кто ищет, как себя развлечь, не может помнить Бога, о смерти, о душе, иметь покаяние и духовную радость.

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст. 153): ««Скучно мне без музыки быть; надобно постараться, чтобы музыка у меня была. Немалую веселость придает собачья охота; постараюсь я и ее иметь. Печальные мысли и скуку прогоняет картежная игра; что мне возбраняет и ею себя утешать? Немалую веселость придают хорошие пруды, сады и галереи; построю и их», и прочее. Так замышляет и размышляет тот, который знает, что Христос Господь за него пострадал и распят был на Кресте, и в житии Своем не имел, «где голову приклонить» (Мф.8:20), и которому от Того же Господа показан путь узкий к вечной жизни! О, бедный христианин, так себя расширяющий! … Когда тебе в таких мыслях подумать о Боге, о Христе, распятом за грехи твои? Когда о душе твоей? Когда о смерти? Когда о Суде Христовом, которому предстанешь, и за все ответ воздашь? Когда о блаженной и неблагополучной вечности?».

**Тихон Задонский** (т.5, Письма келейные п.99): «Христос «пришел призвать нас к покаянию». Обрати особое внимание на слова: «пришел призвать к покаянию». Не веселье, не трапезы, не гуляния, не пиршества, не ликование, и прочее, но покаяние, плач, слезы, рыдание и крест предлагает нам, во юдоли плачевной живущим, Господь наш. Теперь видишь, что значит христианская жизнь в мире, который «лежит во зле». Читай Евангелие Христово и (яснее) увидишь. Имеют и христиане здесь веселье, но духовное. Они радуются не о золоте, серебре, пище, питье, чести и славе, но «о Боге Спасе своем», о благости и милости Его к ним, о надежде вечной жизни, и прочее. Отсюда видишь, что заблуждаются те христиане, которые в веселостях мира сего дни свои проводят, любят проезжаться в каретах, в гости ездить и гостей принимать, банкеты, танцы и прочие веселья устраивать, оставляя долг богопочитания и должность к отечеству. Нет в них покаяния и потому напрасно зовут ко Христу: «Господи, Господи!» — ибо не делают, что Христос говорит: «Покайтесь». Рассуждай об этом и бегай от таких дел, как от Содома и Гоморры, чтобы с ними не погибнуть. Христос Господь всех зовет к покаянию, но если кто не кается и не творит дел покаяния, то это значит, что он Христа не послушал и, к покаянию Им позванный, не повиновался Ему, потому и Христос и Евангелие такому никакой пользы подать не могут».

**Феофан Затворник** (Толков. Псалма 118, ст. 14): «Опыт всех времен говорит, что только те и бывают довольны, которые находят удовольствие быть на путях свидений Божиих (добрые и милосердные дела – от сост.); они всегда веселы, всегда в ровном расположении духа, без вспышек, без восхищений. Другие радости восхищают до того, что человек забывается и думает, будто в рай попал, но это лишь на минуту. Такие радости скоро переходят в неопределенную тугу сердца, которая истребляет и память о них. Это общая участь всех радостей не духовных и не подчиненных духовным интересам. Нет в них того, чем бы мог удовлетвориться дух, а дух — главное в человеке, и, когда он не удовлетворен, человек доволен быть не может; все равно как если бы считающему себя голодным не дали любимого блюда, хотя бы других и много было. Ухищряются размножать утехи, но этим только успевают заглушить, заморить на время духовный инстинкт. Проходит пора утешная, и дух снова берет свою силу, разбрасывает все утехи и начинает томить человека за то, что он не внимает ему, не хочет доставлять ему свойственной, удовлетворяющей его пищи».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день года, Неделя 3-я по Пятидесятнице, понедельник): «Утехи всех сортов удаляют от Царствия, а у нас ныне только и забот что об утехах, изредка душевных, а больше плотских: есть, пить, веселиться, гулять и роскошествовать во всем. Царствию сказали: “прошу тебя, извини меня”, хоть и в нем пир, и пир царский, какого и на ум никому не придет приготовить, да вкусы у нас не те. Что там сладким считается, то нам горько; что там приятно, то нам противно, что там веселит, то нас тяготит — разошлись совсем».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день года, Неделя 18-я по Пятидесятнице, пятница): «Утехи, довольство, почет, по слову сему, не представляют собою блага; да оно так и есть. Но пока в них почивает человек, он не сознает того. Только когда высвободится из обаяния их —видит, что они не представители блага, а только призраки его. Душа не может обойтись без утешений, но они не в чувственном; не может обойтись без сокровищ, но они не в золоте и серебре, не в пышных домах и одеждах, не в этой полноте внешней; не может обойтись без чести, но она не в раболепных поклонах людских. Есть иные утехи, иное довольство, иной почет, — духовные, душе сродные. Кто их найдет, тот не захочет внешних; да не только не захочет, а презрит и возненавидит их ради того, что они заграждают духовные, не дают видеть их, держат душу в омрачении, опьянении, в призраках».

**Иоанн Крестьянкин** (Опыт построения исповеди, 2.я заповедь блаженства): «Есть еще спасительные слезы, о которых мы и понятия не имеем. "И тогда, – говорит преподобный Макарий Великий, – подвижники плачут и сетуют о роде человеческом, проливают слезы, воспламененные любовью к человечеству". А мы о своих грехах плакать не умеем да не хотим, потому что наше бесчувствие и холодность к делу спасения толкает нас искать не истинных, совершенных радостей, а пустых развлечений, смехотворства, паясничества: развлекаемся игрой в карты, бесконечным увлечением телевизором или кино и театром, чтением пустых, а то и развращающих нас книг, рассказыванием анекдотов, предаемся пляскам, песням и прочим бурным проявлениям напускного, суетного, опустошающего душу и убивающего зачастую тело "веселья". Вот как далеки мы от этой второй ступеньки нравственного совершенства! Мы совсем забываем, что находимся "под гневом Божиим: проходим поприще отчаянной борьбы на жизнь или смерть, когда отовсюду беды, когда всегубительный и обольстительный грех с такою наглостью и свирепством повсюду губит души человеческие, Кровию Сына Божия искупленные; когда это исчадие ада ежечасно угрожает низринуть нас в готовую разверзться геену огненную!" (пр. Иоанн Кронштадтский). Время ли нам, христианам, сейчас смеяться и веселиться? "Время смеха и веселья настанет после слез и рыданий о грехах в этой жизни и после победы над грехом" (пр. Иоанн Кронштадтский)».

**Троицкие листки** (ст.72): «Два человека стояли на площади города и ждали, не наймет ли их кто-нибудь себе в услужение. Они были родные братья, но имели весьма различные свойства: старший был рассудителен и опытен, младший был ветреней, легкомысленен и особенно склонен к забавам и удовольствиям. Оба они были бедны и потому должны были искать себе занятие и пропитание. В том же городе два господина искали себе слуг: один имел обширное хозяйство и, давая праздным людям дело у себя, хотел через то доставить и себе удовольствие, и им выгоды; другой же, хотя не занимался хозяйством, но был тщеславен и всегда завидовал первому, а потому собирал у себя в доме как можно более слуг, чтобы блистать пышностью и великолепием. Посланные от обоих господ пришли на площадь и стали звать обоих братьев, каждый к своему господину. Один говорил: "Идите служить к нам: наш господин богат и щедр, много у него работы, но велика и награда; надобно только быть прилежными и верными, и он сделает вас навек счастливыми". Другой говорил: "Нет, идите лучше к нам: у нашего господина совсем нет никакой работы, а нужны ему люди только для легких услуг в доме; у нас вы будете проводить время в удовольствиях, о содержании же и плате и говорить нечего: увидите сами, как щедро он награждает служащих ему". Братья долго думали и не решались, куда им идти. Старший предпочитал первого господина, а младший пленился описанием веселой и приятной жизни у последнего и решился непременно идти к нему. Таким образом, братья, хотя с некоторым прискорбием, решились разлучиться. Впрочем, чтобы знать, кто удачнее сделал выбор, положили в каждую неделю один раз видеться и рассказывать друг другу о своем житье. По истечении недели оба брата, по условию, увиделись. "Как живешь, брат? — спросил младший, — каков твой господин? Как тебя принял? Ты что-то невесел и уныл: видно тебе не посчастливилось?" — "Не знаю, что тебе сказать на это: я и доволен, и нет. Господин наш, как видно, человек богатый и весьма добр. Принял меня и важно, и ласково, обещал щедро награждать, если буду исправен и верен, и, не отлагая надолго, тот же час назначил мне дело и велел идти на работу. "Время дорого, — говорил он, — не надобно терять ни минуты". Содержит нас хорошо, о каждом печется, как о родном, сам наблюдает, все ли довольны и здоровы. Хорошо бы нам жить у него, да слишком много дела. Я немного пожил, а уже измучился от трудов. А ты как живешь?" — "О, я не живу, а блаженствую. Наш господин самый любезный человек в свете. Какой у него богатый дом! Везде золото и серебро, либо мрамор. А как он меня принял! Это, кажется, не господин, а друг и товарищ. Все мое дело состоит в том, чтобы или провожать господина в театр, на охоту, в гости, или у себя принимать гостей, доставлять им удовольствия, забавлять их и только. Прошла целая неделя, а я и не видал ее. А какое содержание! Не только пища та же, какую сам употребляет, но и вино позволяет нам употреблять, сколько хотим. О, я бы советовал и тебе к нам же перейти". — "Посмотрю, что будет далее, — сказал старший брат, — если не будет мне легче, то я, кажется, решусь на это. Через неделю скажу тебе, что придумаю". Неделя прошла, и братья снова увиделись. "Что, решился ли ты оставить своего строгого господина? — спросил младший брат". "Нет, — ответил старший, — теперь и не думаю никогда отходить от своего господина: я вижу, что живу в добром месте. Господин наш самый добрый и благородный человек, какие богатые подарки он нам делает!" — "Но ведь ты говорил, что у него трудно; разве теперь вам меньше дела?" — "Нет, не меньше, но я ныне привык к трудам. Теперь мне ничего не стоит встать с восходом солнца и заниматься весь день. Даже я не могу понять, как я прежде мог жить без занятия и труда, как и ты теперь живешь. Я думаю, что ты должен скучать". — "О, не заботься обо мне. Я не вижу, как время летит. У нас удовольствия столь разнообразны и столь их много, что скуке не может быть места". — "А ты отчего томен и бледен: уже здоров ли ты?" — спросил старший. "О, ничего, — отвечал младший, — это, конечно, оттого, что я ночью мало спал, потому что до самой зари веселился с гостями. Да и теперь мне время идти домой и приготовиться к принятию гостей. Прощай". Еще прошла неделя, и братья опять свиделись. "Здоров ли, брат любезный? ты бледен и худ, тебя едва узнать можно!" — "Ах, я едва могу ходить. Кажется, ничего трудного не делал, проводил время в одних играх и забавах, но и они меня так истомили и измучили, что я начинаю опасаться, чтобы не случилось со мной чего худого". — "Я предугадывал, что это случится с тобой: но только не смел говорить тебе, потому что тогда ты бы меня не послушал. Но послушай теперь, брат любезный, послушай совета искреннего, — перемени образ жизни, оставь своего господина. Ты немного послужил у него, но так изнурился, а что будет после? Что будет, если он тебя сошлет от себя, когда ты не в состоянии будешь служить ему? чем ты будешь тогда жить? Подумай об этом!" — "Я уже и сам думаю о сем и располагаюсь отойти от своего господина. Только теперь нельзя сего сделать, надобно кончить некоторые дела. На следующей неделе надеюсь быть свободен". Через неделю старший брат пришел на место свидания, но младшего там не было. Долго ждал он его и, не дождавшись, наконец, решился идти к нему в дом. — "Не болен ли он, надобно посетить его". Подходя к дому, он еще издали видит у него великолепный съезд, слышит громкую музыку и, подумав, что брат его, конечно, занят принятием гостей, хотел идти назад. Но в какое он пришел изумление, когда не в дальнем от себя расстоянии услышал стон и потом увидел своего брата, лежащего на голой земле! "Что с тобой, брат? Каким образом ты очутился здесь, и в таком жалком положении?" —"Ах, —отвечал тот, —сколько я был безумен, что служил господину, который не имеет ни чувства, ни совести, который только обольщает бедных людей приманкой приятной службы, а после, вот видишь, как за оную награждает! Услышав о моей болезни, хозяин тотчас сказал мне, что более не имеет во мне нужды, и что, следовательно, я должен искать себе другого места. Я представлял ему мое усердие к служению, но он сделал знак слугам, и они насильно вывели меня за ворота и оставили здесь умирать от болезни и горести". — "Несчастный брат! — сказал старший, — твое легкомыслие погубило тебя. Но если выздоровеешь, надеешься ли ты преодолеть свою склонность к забавам и неге и трудиться, сколько сил станет? В таком случае я бы сказал о тебе моему господину, и он, по своему милосердию к бедным, верно, не отринет тебя, несмотря на то, что ты служил у врага его, и приложит о тебе попечение, как отец. Только обещай впредь служить ему одному, сколько позволят твои силы. У нас тебе будет хорошо". У бедного появились слезы на глазах. — "Веди меня к нему", — сказал он и тотчас же побрел, хотя и с трудом, опираясь на плечо своего брата, к новому господину. Милосердный господин милосердно его принял, обласкал, успокоил, скоро исцелил от болезни, приохотил к трудам и сделал его счастливым человеком. Братья — это все мы. Господин, сперва принявший к себе столь ласково, а потом изгнавший от себя столь презрительно меньшего брата — это мир, который обманывает людей ложным видом своего богатства, завлекает приманкой непрестанных забав и удовольствий, а потом оставляет на явную гибель. Другой господин, строгий, но справедливый и благий, коему служит старший брат — это Бог, который, дав нам краткое время жизни, требует, чтобы мы оное все без малейшего опущения проводили в трудах. Служение Богу сначала кажется тяжким и трудным, но потом легким и приятным, и оканчивается приобретением от Него богатейшего наследия — Царства Небесного. Блажен, кто в служении Богу проводит все время своей жизни! Счастлив и тот, кто, хотя и служил миру, но увидел его обман, и пришел к Богу с искренним раскаянием и готовностью впредь служить Ему одному! Но горе тому, кто всю жизнь свою служит миру и умирает слугой мира!».

### Христиане не должны праздно проводить свободное время, и особенно в привычных для неверующих людей способах досуга

Итак, зная всю пагубность страсти уныния и праздности, святые отцы призывали христиан:

**Феофан Затворник** (Сб. «Девять слов по случаю пожаров в Тамбове…», в неделю 12-ую по Пятидесятнице): «Презрим забавы суетные, убивающие время, данное нам для делания доб­ра».

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст.108): «…учимся, христианин: не в праздности, а в трудах добрых жить».

**Георгий Задонский** (Письма, п.1, 152): «…не забывайте, что по смерти есть другая жизнь — Царствие Небесное и муки вечные без конца: послушавшие же Господа будут с Господом в Царствии Небесном, а не послушавшие и презревшие Его заповедь и все любящие погулять и повеселиться с суетным миром будут со злобным духом диаволом в муке вечной, и мучению их не будет конца...».

**Георгий Задонский** (Письма, п.2,255): «Заверяю вас искренно истинным словом: что и самая опытность ваша скажет вам сегодня о том, что не можно в шумных забавах наслаждаться утешением мирным. Нет! не можно быть вкупе и с миром и с Богом!».

**Георгий Затворник** (Письма, п. 2, 256): «Противься духу сего мира – И да будет твое сердце - святая лира, не для мира, но как псалтирь, воспевающая Бога. … – Не смотри в путь умом блудящих, и книг тебе не надлежащих, как христианка, не читай. –Не любомудрствуй, не мечтай; Чему учит нас Учитель наш Христос, тому внимай. – Не чрез игрища и смехи, не чрез балы и утехи, но чрез скорби Он нас вводит в рай».

**Тихон Задонский** (т.5, Письма посланные, п.9): «Как и в чем время, данное тебе от Бога на покаяние, проводишь? Не изнуряешь ли его в праздности и суетных забавах? Помнишь ли, что время дорого, и как слово сказанное, так оно, потерянное, не возвращается?».

**Иннокентий Херсонский** (Слова и проповеди при посещении паств …, Слово при обозрении епархии, сказанное в Перекопе…): «Ищите (развлечения душевного) в том, что чисто, невинно, благородно, что истинно питает, облегчает, увеселяет душу и сердце. Всякая прочая забава сладка на время и оставляет за собою вечную горечь. Истинный христианин в малом круге семейном и дружеском находит то, чего миролюбец не может найти на торжищах Тира и Сидона».

**Феофан Затворник** (Созерцание и размышления, Преимущество скорбей пред утехами жизни): «Да разве горит свеча на ветре? Разве жизнь смеется от приемов яда? Так помышляйте и об этом. Чем окружаете себя, чем занимаете душу, то и питает ее и по роду своему образует ее характер. Непостоянство мысли, нетвердость намерений, бурность желаний - вот наследство от утех! Если хотите добра себе, бросьте утехи, вступите на крестный путь покаяния, перегорите в огне самораспинания, закалитесь в слезах сокрушения сердечного, и станете золотом или серебром, или камнем драгоценным и в свое время будете взяты небесным Домовладыкою на украшение Его премирных, пресветлых чертогов».

**Феофан Затворник** (Толков. Псалма 118, ст. 14): «Без утешений нет никого на земле: всякий ищет и находит их по своему вкусу. Один идет гулять в увеселительный сад, другой в театр, третий на вечер, четвертый в ученое собрание и тому подобное. Где же сладостнее быть богобоязненному ревнителю хождения в воле Божией? — На пути свидений Божиих: то в храме Божием, то в больницах, странноприимницах, богадельнях, то на должности, то дома - в благочестивых занятиях, то на богомолье в местах святых. Как вошедший в дом, полный всяким добром и довольством, утешается тем, что встречает все, в чем привык находить для себя удовольствие, так и ревнитель о богоугождении находит удовольствие быть в указанных местах, находя в них удовлетворение образовавшемуся в сердце его вкусу: там — утеха, там — рай его. «Ничто не пленяет меня в настоящей жизни, - говорит он с пророком, - ни злато, ни достоинства, ни почести, ни могущество! Вместо всего свидения Твои, Господи, для меня и веселие, и богатство».

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Римл. 13,13): «В чем должно состоять … благообразие, Апостол означает указанием безобразия, которого должно избегать. Безобразие это составляли пьянство, пирушки, срамные песни, блудные дела, ссоры, споры и подобное. От всего этого желающему жить благообразно надлежит воздерживаться. Мы, христиане, сыны света и дня, — прияли свет веры и благодать Духа. Не следует нам увлекаться такими делами или какое-нибудь принимать в них участие. Это языческие обычаи, и для нас они совсем непригодны. То же писал Апостол и солунянам и то же выставлял побуждение: мы не во тьме ночи, а во свете дня. Упиваются ночные, а нам надлежит трезвиться и бодрствовать (см.: 1Сол. 5, 5-7). Это главный предмет настоящего отделения, в коем Апостол требует, чтоб христиане, пребывая добрыми гражданами, воздерживались, однако ж, от худых обычаев, получивших гражданство в языческих обществах. Святой апостол Петр замечает, что христиане тогда так себя и держали. «Ибо довольно, что вы в прошедшее время жизни поступали по воле языческой, предаваясь нечистотам, похотям …, пьянству, излишеству в пище и питии …. Почему они (то есть язычники) и дивятся, что вы не участвуете с ними в том же распутстве» (1Пет. 4,3-4). Из этого надлежит заключить, что послабление таким обычаям есть верный признак ослабления духа христианской жизни и что общество, в котором они в ходу, язычествует, прикрываясь именем христианским».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.1): «Разве мы пришли в эту жизнь отдыхать или для удобств и комфорта? В этот мир мы пришли не для того, чтобы весело провести время, а чтобы очистить себя и приготовиться к жизни другой».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.1, §102): «Чтобы праздности и ей последующих зол избежать, должно твердо знать: 1) Что время дороже всякого сокровища. 2) Как слова сказанного возвратить, так и времени потерянного сыскать невозможно. 3) Потерявшие напрасно время будут жалеть и малейшего времени для покаяния поищут, не иначе, как жаждущие студеной воды; но не найдут, когда время будет суда, а не покаяния; строгости, а не помилования. 4) Следует непременно дать ответ и за само время, даром потерянное. Ибо настоящее время есть торг, на котором таланты, Господом нашим нам данные, должно трудами с помощью Божией умножать, чтобы с ленивым рабом не услышать страшного того определения Господнего: «Негодного раба выбросьте во тьму внешнюю» (Мф.25:30)».

**Троицкие Листки** (ст. 650): «Ни о чем так не заботятся в свете, как о провождении времени, и ничем так не злоупотребляют, как провождением времени. А между тем, всего времени нашей жизни много семьдесят лет, аще же в силах — осмьдесят лет, по слову Пророка. Но и при этой краткости времени за правильное употребление его можно купить целую вечность блаженства, равно как за злоупотребление — целую вечность мучений. Как же драгоценно для нас время и как ужасно злоупотребление им! … Следовательно, времени совершенно праздного и пустого нет и быть не должно. В мире, окружающем нас, нет праздного времени, то есть нет совершенного бездействия, ибо всеобщее бездействие было бы всеобщей смертью. И действительно, посмотрим ли на собственное тело, — в нем и во время бодрствования, и во время сна непрестанное движение и непрестанная деятельность. Остановить сие движение значит отнять жизнь. Прислушаемся ли к собственной душе, — в ней непрестанно являются различные представления и образы, движутся мысли, волнуются чувства. Остановить сие движение нельзя ни на одно мгновение без того, чтоб не прекратить жизни души. Значит, совершенного бездействия нет и у человека; каждое мгновение времени наполняется непременно какою-либо деятельностью — полезной или бесполезной, правильной или неправильной, законной или незаконной. Итак, что же такое так называемое праздное время у человека? Это время, праздное только от добрых и полезных дел, но полное дел пустых и бесполезных. Праздно, говорим мы, проводит время дитя, когда оно занимается игрушками. Но так же праздно проводит время и взрослый, когда проводит его в пустых мечтах, в праздных словах, бесполезных делах, — с тем только различием, что игрушки дитяти не вредят никому, а игрушки взрослых всегда сопровождаются неизбежным вредом как для них самих, так и для других. Ибо между добром, которое одно истинно полезно, и злом, которое всегда вредно, нет средины. Потому-то праздность, уже сама по себе, есть порок, который осуждается и Судом Божеским, и судом человеческим, грех, за который ожидает достойная казнь в жизни будущей».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 622): «Не нашедшие Христа живут в этой жизни без сердечной веры, думают и заботятся больше о житейском: как бы повеселиться, сладко попить и поесть, как бы одеться поизысканнее, как бы удовлетворить своим похотям, как бы время убить, которого не знают куда девать, хотя время их ищет и, не находя их, быстро мчится в их глазах, летят дни за днями, ночи за ночами, месяцы за месяцами, годы за годами, пока, наконец, ударит последний, грозный час и им скажут: стойте, ваше течение совершилось, ваше время потеряно, грехи, беззакония ваши все пришли пред вас и всею силою обрушиваются».

(К сожалению, о многих из нас, современных христиан, ищущих земного счастья и веселия, можно сказать, что внутренне они еще не нашли Христа…)

# Глава 4. О недолжном и должном отношении христианина к ближнему, которым правит страсть лени и праздности

В предыдущем материале речь шла о проявлениях страсти уныния, которая правит как нами, так и другими людьми. Во всех наших беседах мы делаем акцент на то, чтобы учиться видеть эти проявления у себя, т.к. в христианстве есть одна из главных заповедей: постоянно каждый смотри за собой и что тобою движет в разных ситуациях.

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.2, гл.6): «"Каждый да испытывает свое дело" (Дело же свое да искушает кийждо) (Гал.6,4). Здесь он (ап. Павел) показывает, что нам нужно быть судиями свой собственной жизни, и не слегка, но со тщанием исследовать совершенное нами. Например, ты сделал какое-нибудь добро? Смотри, не сделал ли ты его по тщеславию, или по нужде, или по ненависти, или по лицемерию, или по какому-либо другому человеческому побуждению».

В этом разделе рассмотрим, как применить это правило, когда мы сталкиваемся с неправыми действиями других людей, которыми также правит страсть уныния. Мы будем говорить о типичных наших реакциях, когда мы видим других ленящимися или развлекающимися, в то время как нам приходится что-то делать для них или за них.

Думаю, у многих из нас в семье есть ближний, у которого страсти лени и эгоизма главенствующие (если мы сами не являемся таковыми). Как правило, это мужья и дети, но из ранее приведенных примеров видно, что нередко такими бывают и жены. Мы же остановимся на типичной ситуации, когда муж или дети ни в чем не помогают женщине.

Особо заметим, что одно дело, когда конфликты происходят между взрослыми людьми, а другое между взрослым и ребенком. Последнее отличается тем, что ребенка можно заставить, наказать, еще научить, и он боится наказания, а со взрослым (например, мужем) так не получится. Ребенка можно еще воспитать, потому что он не закоренел в лени и эгоизме, и при его воспитании происходит сразу насаждение добродетели. (Вообще воспитание ребенка является отдельным вопросом, т.к. формирование правого отношения к труду должно происходить с детства, и мы не будем на нем останавливаться, хотя многие советы, которые будут сейчас даны, подойдут и для воспитания) Со взрослым же не так: его душа подчинена страстям и он привык поступать по их законам, а данном случае по закону лени и эгоизма, о которых мы читали ранее. А значит, вначале необходимо очищение, а потом насаждение. Но этого не может быть без воли самого человека, а это значит, что если взрослый сам не поймет, что он неправо поступает и не захочет измениться, то все попытки его изменить будут заканчиваться конфликтом. Если страсть укоренилась, то человек считает, что он действует правильно, т.к. ему всегда было удобно и приятно. И если его понуждают делать не так как ему приятно, выгодно и как он привык, то он, конечно, будет сопротивляться и происходят ссоры и обиды. Исходя из того, что ленивым человеком правят страсти уныние, эгоизм и саможаление, т.е. пороки самолюбия, то перевоспитать или изменить другого – значит исторгнуть его из власти этих страстей, и насадить – добродетели: трудолюбие, самоотвержение и попечительную любовь. Но может ли это сделать его ближний, который сам грешник, пронизанный самолюбием?! Ответ очевиден: нет.

Далее. О том, что немало людей поступают неправо, не помогая ближним по хозяйству, и о том, что христиане обязаны это делать по собственной инициативе, мы говорили в разделе: «Конфликты по поводу выполнения домашних дел, связанных с усталостью членов семьи, которая относится к страсти уныния и печали» 4.6. О том, что многие люди не склонны помогать ближнему». Поэтому мы не будем более об этом говорить.

Речь пойдет и о том, как христианин должен поступать по любви и для своего духовного блага, когда видит, что его ближний действительно ленится. Сразу обращаем внимание, что мы будем говорить не о телесной пользе, когда душе важно только, чтобы дело было сделано (например, помыта посуда или было убрано), и ей нет дела до того, что происходит духовно с тобой или с другим. Кстати сказать, все люди обычно ищут телесной пользы, а о том, что они, добиваясь ее, как правило, духовно себе вредят, то мало кто об этом задумывается. И последующие поучения о том, что мы должны снисходить, прощать и быть слугой людям потому, что так заповедал Господь, могут не очень понравиться нашим самолюбивым и самоугодливым душам. Но истина и заповеди таковы, хотя они нам могут быть непонятны и тяжелы ….

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 9-й запов., грех: Heтерпение обличающей правды): «…если раздражает тебя это слово,—будь уверен, что в тебе есть какое-нибудь заблуждение, а еще скорее какая-нибудь страсть, с которыми тебе не хочется расстаться, но которые, очевидно, тебе же самому вредят».

Следует признать, что не все советы, о которых пойдет речь возможно исполнить, т.к. этому помешают наши страсти или страсти ближних. Так же одни люди более совестливые или смиреннее, а другие поражены болезнями совести, эгоисты, упрямы и т.д. Одни послушают увещевания или согласятся на компромиссные решения, или согласятся со своими обязанностями, а другие нет. Одним сделаешь добро и они очнутся от своего самолюбия, а другие еще больше утвердятся в нем.

**Марк Подвижник** (Добротоюбие, т.1, 200 глав о духовном законе, 37): «Бывает, что иной, делая видимо что-либо доброе для ближнего, получает вред в душе, и бывает, что иной от того самого, что не делает для него (такой внешней послуги), получает пользу в душе».

Но, несмотря на это, мы приведем советы, и пусть каждый выберет и попробует поступить по ним, может что-то изменится.

### В разных семьях есть разные устои относительно распределения домашних дел

Прежде чем привести примеры как поступают люди, отметим, что в разных семьях есть разные устои и разные ситуации, и у каждого человека есть свое мнение, которое формируется под влиянием его страстей или добродетелей. Сейчас кратко скажем о разных устоях.

Понятно, что для правильной и четкой работы любого сообщества необходимо четкое распределение обязанностей; и в семье это тоже должно быть. Но есть ли оно во всех семьях?

1. В одних семьях люди конкретно договариваются о хозяйственных делах каждого (причем это может быть договор о распределении дел на постоянной основе, а могут быть ситуативные договоренности). А в других семьях этих договоренностей нет, и распределение дел происходит само собой (и в хорошем, и плохом смысле, т.е. одни люди изначально сами настроенные были на какой-то труд и без договоренности стали делать его по собственной инициативе, а другие изначально и не собирались что-то делать, а т.к. не было и договоренности, то это их окончательно расслабило). Тут следует заметить, что одни люди смогли договориться, а другие нет, даже если и пытались. Нередко бывает так, что женщина изначально взялась все делать до дому сама, не привлекая ни мужа, ни через время детей, и так делает всё время. Другие женщины вначале не привлекали к домашнему труду, а потом, когда их родные уже совсем разленились, или у них развилась притворная усталость, или они стали черствыми сердцем к усталости этих женщин, то хозяйки стали просить или требовать, чтобы им помогали те, кто уже укоренился в страсти уныние (и вот тогда возникают конфликты). Могло быть и так, что женщина изначально пыталась распределить обязанности, но муж или взрослеющие дети не соглашались это делать, и ей приходится все равно делать самой (это также ведет к конфликтам и обидам). Также бывают случаи, что изначальные договоренности нарушаются.

2. В разных семьях есть и разная степень постоянного или ситуативного распределения дел. В одних семьях все делает женщина, в других муж или дети помогают изредка, если только женщина просит. В других изредка что-то делают и даже по собственной инициативе. В третьих семьях – все дела делаются вместе или по четким договоренностям.

3. В одних семьях муж и не зарабатывает достаточно денег, и не помогает по дому, а в других зарабатывает, но не помогает, или делает и то, и другое. При этом одни женщины домохозяйки, а другие вынуждены работать, т.к. муж мало зарабатывает, а в третьих семьях - жены сами не хотят быть домохозяйками, хотя могли бы, и одни потом жалуются, а другие – нет, понимая, что это был их выбор.

4. Если объединить ситуации по отношению людей к труду и чистоте, то в разных семьях есть разные представления о чистоте, и что для одних грязно, то для других чисто. Есть и разные отношения людей к аккуратности: одним очень приятно видеть чистоту, а другим абсолютно все равно. Также одни люди ничего не видят сложного в том, чтобы помыть посуду или пол, а для других это представляется очень тяжелым. Одни работают быстро и многое успевают, а другие медленно и поэтому постоянно заняты. Одни любят, например, убирать или мыть посуду, а другие нет, но любят, например, гладить.

Как видим, вариантов ситуаций в семье великое множество, и у одних нет ссор по этому вопросу, у других - они возникают иногда, а у третьих – ссоры постоянны.

# Раздел 4.1. О гневных и недовольных реакциях на то, что кто-то не делает что-то по дому

Далее поговорим о ситуациях в семьях, в которых есть конфликты по поводу выполнения домашних дел, и приведем примеры нескольких типичных реакций некоторых людей по поводу невыполнения ближним житейских дел.

Прежде отметим, что, во-первых, обычно наша реакция – это гнев, раздражение, злость, обида, укоры, саможаление, перечисление своих трудов, жалобы и др. (и это отчетливо будет видно в примерах). Обращаем внимание, что мало того, что замечания делаются с гневом, так в подобных ситуациях мы еще можем обзывать ближних, и почти всегда рассказываем, как мы много делаем для них и не видим благодарности.

Интернет – источник: «Приведу пример, который̆, наверняка, был в жизни каждого. Приходите вы с работы домой, а на столе не убрана грязная посуда. Ребенок пришел из школы, поел и не убрал за собой. Что с нами начинает происходить в этот момент? Правильно. Мы начинаем закипать и накручивать себя. Ах, так, меня никто в этом доме не уважает, никто не ценит мой труд и т.д. и т.п. Завелись, испортили настроение себе, а затем еще и близким, потому что всем достанется по полной программе – мы же не забудем припомнить им все “хорошее”. Так оно происходит в жизни».

Кстати, если кричащему человеку сказать в том, что он кричит, то он, как правило, скажет, что он уже до этого много раз просил об этом и у него уже не хватает терпения.

Во-вторых, так как в основном женщины занимаются домашним хозяйством и именно они или просят или требуют помощи, то примеры в основном будут о реакции жен и матерей.

В-третьих, жалующиеся люди могут быть действительно правыми, а могут ошибаться и видеть ситуацию в превратном свете.

В-четвертых, следует признать, что обычно мы злимся на других, потому что нам придется что-то делать самим и за них.

Интернет – источники: 1) «Сегодня он не убрал за собой посуду в посудомойку – и сегодня, и вчера, и позавчера! И масло с сыром тоже не убирает никогда в холодильник, и они тают, и барахло свое бросает где попало, и всюду разводит бумажки и горстки мелочи, и чьи-то визитки, и вообще, он неряха. Да, сегодня он делает все это, а завтра ты превратишься в рядовую домашнюю прислугу…» 2). «К примеру, вы расстроены, потому что ваш супруг снова не убрал за собой со стола. Вы недовольны тем, что он оставил беспорядок, который придется убирать вам».

В-пятых, часто люди гневаются из-за того, что что-то происходит не по их воле.

Интернет – источник: «(Приходя домой, мы хотим отдохнуть и чтобы было убрано тем, кто был уже дома. Но этого не происходит, и мы злимся) Желание уже не исполнилось, а мы продолжаем хотеть. Я хочу, чтобы посуда была убрана и помыта. Но она уже не помыта. Задайте себе вопрос: что изменится в данной̆ ситуации, если я начну страдать по этому поводу? Быть может посуда сама помоется? Или ребенок захочет ее помыть? Наши желания далеко не всегда совпадают с желаниями других людей̆. Ведь хочу Я, а сделать должен он. А он не хочет или не может это сделать, и мы не можем на это повлиять».

И, в-шестых, с тем, что будут говорить женщины в примерах, жалуясь на своих близких, у многих женщин вызовет сочувствие и одобрение на их возмущения. Но мы сразу предупреждаем, что практически все реакции в примерах исходят от страстей и не соответствуют христианскому духу, какими бы правильными они нам не казались. А те люди, на которых жалуются женщины, так же могут быть согласны с неправыми действиями тех, кто ленится и ничего не делает; и это сочувствие сродных страстей. Исходя из этого, предупреждаем, что если примеры будут вызывать одобрение, то это не подтверждение, что мы правильно делаем, а это только показывает, что у всех у нас одинаковые страсти и мы не живем по заповедям Божиим.

Поэтому при прочтении примеров, следует обращать внимание на эти нюансы и их учитывать. Мы же построим материал, исходя из причин конфликтов. Но хотя причины и важны, потому что они помогут увидеть себя более ясно, но главное – увидеть, что наша реакция – это злоба, гнев, обида, саможаление, эгоизм и т.п.

### Примеры о претензиях к тем, кто выполняет по дому всю работу о том, что они ничего не делают

Начнем приводить примеры с тех ситуаций, когда упрекают и ругают тех, кто выполняет по дому работу, о том, что они ничего не делают.

Интернет – источники: 1) «У меня муж тоже считает, что я ничего не делаю, в инете сижу и на диване лежу, а еда готовится сама, утюг сам гладит, тряпка пол моет и т.д.» 2). «У меня отец такой был, когда жили вместе, мама с младшим братом и мы двое еще, он утром ушел на работу, вечером пришел. И если мама не успевала, говорил, что она ничего не делает, короче знаю я таких, вот хоть денек бы посидел с ребенком, то понял бы!!!». 3) «Сейчас я живу с родителями и мужем. … Так вот я на 9-м месяце, сама драю все, убираю и готовлю на всех, а мама сериалы смотрит и в инете копошится и еще мне советы раздает, как мне лучше вести хозяйство». 4) «Это начало происходить в последнее время, упрёки - ты не так убираешь дома, сделай то, подай то, принеси то, а ты сделала сегодня то, что я говорил? а чем ты вообще целый день занималась? (Дома всегда чисто! наготовлено всего! и того что он любит! он переборчивый! с утра встаю, глажу ему чистую одежду и кормлю завтраком, обедом и ужином, готовлю каждый день свежее, встаю вместе с ним, иногда прошу его - бывает не выспалась - хочу поспать, а он всё равно будит.. типа а как же я? вставай! куча дел! Вставай вместе со мной!...». 5) «Мы — многодетная семья. Когда у нас рождались один за другим дети — я сидела естественно дома, а муж работал. Когда я его просила помочь с малышом или по дому, он меня все время упрекал, что я и так сижу дома и ничего не делаю, а он — с утра до ночи вкалывает. Когда младший пошел в ясли, я сразу вышла на работу, и стало еще хуже. Успевать стала меньше, порой нет сил ночью встать к ребенку, а муж по-прежнему не помогает. Приходит после работы домой только отдыхать, и из-за того, что я стала меньше успевать готовить и убираться, он всегда недоволен. Да, у него более тяжелая работа, но и я прихожу домой без задних ног! Сразу забираю детей из садиков и весь вечер с ними, готовлю, убираюсь, укладываю. А он приходит с работы и весь вечер отдыхает, а я «пашу». Даже о том, чтобы помочь уложить детей спать, нет речи! Вот так и живем — я считаю, что он ничего не делает по дому, а он считает, что я должна справляться полностью сама. Полное непонимание! Я бы рада была вообще не работать — тогда бы все успевала, но его одной зарплаты нам не хватает». 6) «Мой муж считает, что я ничего не делаю... А сам он дела делает! Сегодня он пришел с суток в 10 утра, потом уехал за друзьями попросить их помочь на стройке (мы дома пристраиваем веранду), в итоге он приехал с отцом в три часа дня. Потом они до 7 часов строили – он уехал отца отвезти до дома… И приехал в 22.30! То есть дома он был от силы 1 час. Объяснил, что надо было договориться сделать страховку… Я ему говорю – тебе дома делать нечего? Кто будет печку топить? Ребенка нужно купать в 9 вечера и ты это знаешь. А перед этим натопить, чтобы тепло было… И что вы думаете – топила я сама, и купала тоже одна… А он мне отвечает: «Я хоть что-то делаю, а ты что?» Наверное, ко мне фея приходит каждый день постирать, убраться, кушать приготовить и с ребенком посидеть... Но я реально не успеваю даже в туалет сходить… Потому что сына не оставишь одного – он переворачивается на живот, а потом кричит, что обратно не может перевернуться – еще не умеет....Да что говорить – покушать не всегда получается, а я кормлю грудью… Скоро будет полгода как я никуда не ходила… до магазина и обратно… целыми днями дома. Как хочется на работу… У меня крыша начинает ехать от этих четырех стен… А как куда-то идти – если сын ест через каждые 2,5 часа? И спать уложить могу только я?! Ему хорошо – он развернулся и пошел куда хочет… Иногда жалею что все так… а когда посмотрю на сыночка – и гоню эти мысли... Не хочу с ним общаться… Как быть?».

Также приведем примеры, что злоба бывает и на тех, кто много работает на работе, и не может помогать тому, кто дома, или на тех, кто зарабатывает деньги дома и не может в это время заниматься хозяйством.

Интернет – источники: 1) «Злюсь на мужа, потому что тяжело... Вот в принципе и вся проблема. У нас двое детей. Младшей скоро год. Кто через это проходил, тот знает, что усталость накапливается колоссальная, сил нет никаких. Причем деть - любитель плохо спать, либо не спать вообще по ночам. Плюс зубы лезут. Короче устала я. Муж не лентяй, много работает. С детьми помогает мало, т.к. приходит домой, когда они уже искупаны и даже частично спят. Но я так на него злюсь... Злюсь за то, что ему легче, чем мне. За то, что он высыпается. За то, что у него есть возможность выйти куда-то с друзьями и не бежать домой через час. (Злит) то, что он живет самой обычной жизнью, хотя детей у нас у обоих двое, а я уже как зомби хожу. Ночью вставать к малышке он старается, но я стараюсь не наглеть, т.к. ему потом целый день за рулем, да и она не всегда с ним соглашается быть». 2) «Я живу с родителями. Сейчас в моей жизни такой период, что я не работаю по двум причинам: не могу найти подходящую работу (интересную и высокооплачиваемую) и работаю дома и получаю больше, чем предлагают на рынке труда. В общем, меня все устраивает. Но родители уже достали! Они считают, что я ничего не делаю и целыми днями “пялюсь“ в компьютер (хотя моя домашняя работа связана с компьютером, не буду работать - не буду зарабатывать) Они постоянно на меня орут, теребят, постоянно что-то требуют сделать (из домашних дел). Я по 5 раз на дню мою посуду, потому что у нас каждый ест, когда хочет. Они меня постоянно притыкают, что дома грязно, что я им не помогаю, что я лентяйка и эгоистка. А у меня такое чувство, что я целыми днями только и убираюсь (у нас свой дом большой), а порядка нет. У нас еще кошки, курицы и собака, которые порядка не прибавляют. Заводили они - а теперь я эгоистка, т.к. не помогаю убирать за ними и кормить. И мне кажется, что я у них вместо служанки на побегушках: сделай то, сделай это. И все не так. Я так устала! Я хочу, чтобы меня оставили все в покое, я не могу нормально работать, так как они меня постоянно дергают. Хочу убираться тогда, когда я хочу, отдыхать и работать тогда, когда хочу. А не когда им приспичит».

В отношении таких ситуаций хотелось бы предостеречь тех, кто действительно делает дела, о том, что их обиды и ропот не несут им духовной награды. Так, нередко бывает, что человек может что-то делать для ближних по любви или обязанности, но потом может начать возмущаться или потому что устал, или потому что кто-то не увидел его труда, или укорил, или попросил еще что-то сделать и др. И тогда теряется праведность его труда.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл. 8): «Если кто укорит тебя за какое-либо дело, сделанное тобою или не сделанное, и ты промолчишь, то являешь себя подобным Иисусу. Если будешь отвечать, возражая: что я сделал, то ты не уподобляешься Ему».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.2, ч.3, гл.2): «(Вопрос) Геронда, несмотря на то, что работаю, если необходимо по двенадцать-тринадцать часов в день, работаю усердно и любочестно (и смиренно), я возмущаюсь, если меня просят сделать что-то, что не было мной запланировано. (Ответ) Не называй это любочестием. Тот, у кого есть любочестие, не перечит, когда его просят о помощи, и не говорит, сколько часов он работает».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.2, ч.4, гл.5): «(Вопрос) Геронда, может произойти так, что я пожертвую из чистых побуждений и в результате приду в возмущение? (Ответ) Да, потому жертвенность должна быть с рассуждением. Смотри не выходи за рамки своих возможностей, потому что физические силы тоже имеют предел. Когда ты выходишь за пределы своих физических возможностей, то, если кто-нибудь тебе скажет. "Ты с утра ничего не сделала", ты можешь подумать: "Вот неблагодарный! С утра работаю, не разгибаясь, а он говорит, ничего не сделала!" И так весь труд пропадёт даром».

На этом закончим говорить о тех, кто трудится, и нередко подвергается напрасным укорам. А будем говорить о реакциях тех, кто трудится на тех, кто не трудится, и о конфликтах, которые происходят от того, что те, кто не выполняют основную домашнюю работу, не хотят и части ее брать на себя.

### Примеры о том, что конфликты бывают из-за того, что кто-то из родных не убирает за собой

Первый пример конфликтов, когда кто-то не убирает за собой. Недовольства по этому поводу бывают и в отношении мужей, и детей, и сопровождаются раздражением, гневом, досадой и т.п.

Первые примеры будут о конфликтах между супругами.

Интернет – источники: 1) «Исследования показали, что наиболее частыми причинами ссор, зачинщицами которых являются женщины, становится недовольство из разряда «опять не убрал за собой» …». 2) «Мою знакомую раздражают крошки на столе. Если кто-то поест и не сотрёт со стола, её прямо трясти начинает. Её супруг, к слову сказать, равнодушен к этим крошкам, и регулярно про них забывает. Он делает бутерброды во время рекламы какой-то передачи и бежит смотреть её дальше. А крошки остаются. Зато его (злит), когда жена не закрывает за собой тюбик зубной пасты. А она постоянно забывает это сделать, как назло. Впрочем, он так думает, что она специально, в отместку за крошки». 3) «Признаюсь, ссорюсь. Меня страшно (злит), когда человек поел, и не убрал за собой, когда на столе остаются крошки, шкурки из под колбасы, или кружки из под кофе, когда сахарница стоит не на месте, или стол заставлен еще чем не попадя.. Но самое юморное в этой ситуации то, что я сама могу таким согрешить, когда спешу или плохо себя чувствую, но если это сделает кто-то совершенно другой, то я готова горло перегрызть». 4) «Меня раздражают "свинюшки", которые своевременно не убирают за собой и не кладут взятые вещи на место. В общем, меня раздражает всё, что имеет хоть какое-то посягательство на мой идеальный порядок». 5) «Женаты с мужем уже 10 месяцев. Когда только поженились, я была еще глупая, не смелая и мужа не начала учить, чтоб за собой убирал. А теперь мне так это надоедает, что он за собой почти не когда не убирает! Достанет варенье с холодильника, откроет и так оставит на столе, и что-либо берет, никогда не кладет назад в холодильник. Конфету съест, бумажку положит где угодно только не в мусорку. Я уже и говорю ему об этом и просто не подбираю нечего за ним, а на него это не действует. Ну, это еще в лучшем случае, а в худшем он еще и злиться начинает, говорит, что я могу тоже положить на место, потому что он занят, а для меня это совсем легко сделать. Мне то не трудно, но надоело уже всегда за ним подбирать, как маленький ребенок».

Следующие примеры о недовольствах матерей на детей.

Интернет – источники: 1) «Ребенок не убрал за собой посуду после еды. Это повторяется регулярно. Придя домой с работы, мама видит неубранный стол и разряжается бранью: «До каких пор это будет продолжаться? Посмотри, опять посуда неубрана! Что, так сложно убрать? Просто взять тарелку, чашку и, пока все не заветрелось, вымыть в раковине? Лентяй! Я прихожу с работы уставшая и еще должна убирать за тобой! Мать горбатится, чтобы заработать, а ты ничего не ценишь!» И пошло-поехало… Реакция ребенка: он либо делает музыку погромче, и ждет когда мама выплеснет все эмоции, убирая со стола посуду сама. Либо его грызет совесть, и он, молча, убирает. И еще третий вариант: «Да щааас, щааас уберу я! Ну что ты вечно орешь? Не можешь нормально сказать? Причем тут ценишь - не ценишь вообще?». И начинается словесная перепалка. Все заканчивается ссорой, и никто не считает себя виноватым». 2) «Брату 16 лет. Когда готовит себе на кухне бутерброды, яичницу, макароны с майонезом или сыром … - плита, стол, а то и пол остаются загрязнёнными. И так почти всегда. Устраняет этот беспорядок только если мама заставит, да и то - кое-как...». 3) «Дочь 12 лет хронически не убирает за собой, чтобы она ни делала, после нее остается всегда что-то: грязная посуда, обертки, огрызки, открытые банки/ящики, неубранные продукты, …, паста в раковине... Ко всему прочему забывает про запрет "не есть на моей кровати" (которая напротив телека) - остаются крошки, куски, пятна... На любую мою претензию следует ответ "ой, я забыла". Я сегодня взорвалась, потому что ощущаю себя уборщицей при ней. Побеги она истреблять оставленный ею (бардак), я бы не возмущалась, но нет же, она продолжает его игнорировать: приходится рявкать. К тому же младшая дочь, глядя на нее, начинает вести себя так же. Я не помешана на чистоте, нет, бывает я тоже свинячу, когда работаю над проектом или готовлю, но я всегда убираю за собой. Говорят же что бесполезно воспитывать детей, они все равно будут похожи на вас; нужно воспитывать себя. Но у меня уже не хватает ни сил, ни музыки, ни приличных слов. Просила, давила на жалость (я устаю за день, а ты мне еще работы подкидываешь), про последствия любых действий говорили, ставила в пример сестру/подружку, (и про то, что ты освобождаешь мне время, я трачу его на совместное провождение) не интересно, тактика "повтори, что нужно сделать после какого-либо действия" не работает. Осталось только объявления "убирай за собой" по квартире повесить».

### Примеры о том, что конфликты бывают, когда ближние или не предлагают помощь, или после просьбы о помощи не хотят и в малейшем помочь

Следующей причиной обид, гнева и т.д. является то, что родные не хотят вообще помогать тому, кто занимается домашними делами, ни по собственной инициативе, ни после просьбы.

Вот примеры обид на то, что ближние не предлагают помочь.

Интернет – источники: 1). «Злюсь, когда муж не может поднять свою пятую точку со стула и помочь мне по дому. Постоянно надо пальцем указать и выпрашивать сделай то и то. Разве так трудно догадаться, что я тоже могу устать, и хоть иногда мне требуется помощь?». 2). «Злюсь, что он не жалеет меня, так как мне хотелось бы. Т.е. если я ему пожалуюсь, он говорит "жалею", если попрошу сделать что-то - делает. Но ничего по своей инициативе. …Сегодня (дочь) с трех ночи скакала... А в 7.30 она уже выспалась, причем, за все это время я спала минут 40. Ну, встань ты, предложи: "Поспи хоть чуть-чуть, а я побуду с детьми" Или чаю предложи налить. Нет, все как всегда – лежит, ждет завтрак выходного дня (в будни на такую роскошь времени у него нет). Но мне сейчас хочется какого-то особого участия что ли... Сама перечитала, то, что написала и вижу - придираюсь. А по-другому сейчас не могу...».

А вот примеры, когда жена просит о помощи, а муж не желает помогать ей в самом простом; и это вызывает у жены гнев и обиду.

Интернет – источники: 1). «Живем с парнем полгода, начали частенько ссориться на бытовые темы... Так вот, придя с работы я, как полагается, каждый день готовлю, дома чисто всегда, постирано. Но! Если вдруг я его попрошу в чем-то помочь (например, просила вчера повесить тюль, т.к. сама просто не достаю до карниза даже стоя на столе, или если попрошу закинуть вещи в стирку если плохо себя чувствую), то тут такое начинается!! Вчера вот я выслушала лекцию, какая я якобы ленивая, что не могу такие вещи сделать, что ищу отговорки, и вообще это чисто бабьи обязанности и он их делать не собирается никогда!!! Разве это нормально?? Я же не прошу делать это каждый день, всего лишь в чем-то помочь, если сама не в состоянии сделать! А то, что я частично выполняю обязанности мужика в зарабатывании денег, так это нормально! Что мне делать с таким?!! Кстати говоря, такая манера поведения у него от его матери. Она весь дом тащит на себе, при этом зарабатывая еще неплохо, а его отец, придя с работы, сидит, “душит“ диван. И он теперь считает, что так и должно быть». (Примеч.: О прикрытии мнением по поводу распределения обязанностей мы будем говорить в главе об обязанностях мужей и жен) 2) «С мужем поругались из-за того что я попросила его приготовить завтрак, т.е. пожарить яичницу. Я думаю, ничего сложного в этом нет, притом, что он на повара отучился, а поругались, чуть ли не до развода, отказался готовить. Я говорю: «пока я убираюсь, ты пожарь, а я потом еще салата сделаю», наотрез отказался, «я, - говорит - пока полежу, а ты как приготовишь, я встану». Надоело… ушел из дома голодный, я сказала что ему я больше готовить не буду, а ему сегодня в ночь. Его жалко, но … готовить сто пудов не буду, как быть? но мы там друг другу еще много чего наговорили. Он мне по дому вообще не помогает, так обидно, я же не прошу его полы мыть или посуду или стирать». 3). «Мы с гражданским мужем, который старше меня на 11 лет, живем вместе 10 лет. Живем вдвоем. Он всегда понимал, что я чувствую. Я его люблю. Однако в последнее время все изменилось. Мы оба работаем. Заработок примерно одинаковый. Но каждый поход за продуктами в магазин, если покупки (только продукты) совершены на его деньги – это личный его героизм. Он воспринимает это как подвиг со своей стороны. Когда продукты покупаю я – все в порядке вещей. Не берется в расчет то, что я после довольно продолжительного и утомительного дня тащу сумки на себе. После того, как продукты дома – я проживаю на кухне, перерабатывая их в еду, муж – лежит на диване. Попутно я стираю, убираю и чищу. На просьбы о помощи и слова, что я тоже после работы, ответ один – «ну не я же это буду делать». И все так: «кошка не моя – убери», «посуду я за собой мою». Действительно моет. Вилку, которой ел и тарелку, из которой ел. Меня эта инфантильность и отсутствие заботы обижает до слез. Последней каплей стало то, что я заболела. Мне было очень плохо. Муж собрался и ушел в баню. И еще. Несвязанный получается рассказ, простите. Накипело. За квартиру плачу я, вещи себе покупаю я, бытовую химию также покупаю я. Муж считает это лишними тратами и моей личной прихотью. С его стороны, претензии ко мне следующие: редко готовлю, плохо убираю, редко стираю. Диалога по данному поводу у нас не получается. Все попытки поговорить заканчиваются его словами «а сама-то ты». Да, я вологодских кружев не плету, но мне нужна помощь. Очень надеюсь на ответ. Хочу разобраться, как же нам поговорить и как вернуть хорошие отношения. Люди, помогите! Что делать! (это почти истерика)».

Приведем и некоторые ответы на это письмо, чтобы показать какие разные бывают реакции женщин на подобные жалобы.

Интернет – источник: 1). «Живут вдвоем и каждый день таскает сумки на себе, можно подумать у нее семья из 10 человек. Мой муж вообще не моет посуду, я сама каждый день готовлю, стираю, мою, глажу и т.д. и не считаю это подвигом и не прошу помощи, я люблю, когда чисто и уютно, люблю готовить, это мое любимое занятие». 2). «То, что она плохая хозяйка, это факт, меня вообще злят женщины, которые требуют от мужчин помощи в женских делах. Представляю, если бы мой муж мне предъявлял претензии, что я крышу ему не помогла перекрыть или проводку в машине не починила». 3) «Я знаю одну такую, только она еще мужу на подносике кушать носит в комнату, и он без ее помощи постель не разстелит, будет орать ее, чтобы она покрывальце убрала. А еще без минералки домой не зайдет, он … сидит и ждет, когда она с работы придет и ему минералку принесет. Тоже больше 10 лет живут, и его уже не переделать, поздно!».

Также бывают конфликты из-за того, что после просьбы помочь, ближний сразу не делает.

Интернет – источник: 1). «Злюсь, когда муж чего не делает, сразу как попрошу». 2). «Муж у меня неплохой, но есть за ним такое, что пару раз просишь его что-нибудь важное сделать, напр. пойти к врачу или помочь мне в чем-то существенном. Раз говоришь, потом через 2-3 дня напоминаешь, третий раз - ничего не делает. Пока не поорешь, не поскандалишь, толку нет». 3) «Я не такая уж и чистюля, но люблю, чтоб все было прибрано. А он постоянно устраивает бардак. На мои неоднократные просьбы убирать за собой кружку, тарелку, пепельницу и т.д. и т.п., он кивает, но далеко не всегда исполняет мои просьбы. С ним постоянно пытаюсь договариваться о его обязанностях, принимаю в расчет то, что его родители не приучили что-то делать по дому, поэтому у него всего две обязанности: пылесосить и выносить мусор. Но как только дело доходит до уборки, я не выдерживаю уже, т.к. я, например, уже планирую начать убираться, а он говорит, что хочет начать попозже. Я начинаю срываться, грублю ему и в итоге: все делаю сама. И так почти всегда».

### Примеры о том, что конфликты бывают и по поводу того, как другой человек что-то делает не так

Часто люди ругаются на своих ближних о том, как они делают то или иное дело по хозяйству. В этом случае нет недовольства ленью другого, т.к. тот делает, но, возможно, делает что-то нерадиво или неверно, а возможно, просто не так, как можем мы или как считаем правильным. Заметим, что зачастую люди, недовольные работой другого, рассказывают, как они хорошо делают (а это, как известно, самопохвальба на фоне осуждения другого).

Интернет – источники: 1). «Меня злит, когда муж моет пол! Он это делает по полдня! Моет пол, который я вчера намывала, типа того, что полы нужно каждый день мыть. А я сижу детьми. Полдня коту под хвост, а я могла бы погладить, еду приготовить, прибраться». 2). «Когда муж моет пол, я ругаюсь, что под диваном не помыл или за телевизором». 3). «Когда муж моет пол, он сгребает всё в угол и там образуется громадная свалка в каждой комнате. Меня уже трясет от такого». 4). «Я тоже злюсь, когда муж стоит у меня над душой и рассказывает, что я неправильно чищу картошку, а чистить ее нужно вот так и вот этак... Я обычно отвечаю - можешь лучше, делай сам». 5) «Я сама всегда тщательно мою посуду - с тряпкой, со средством, плюс 10 раз ополаскиваю. Муж иногда соизволяет после себя помыть, например, тарелку и вилку. Но как??? Например, вчера ел соленую рыбу и просто ополоснул тарелку и вилку под водой, помазюкал пальцами и поставил. Я всегда говорю - оставляй! если не хочешь как следует мыть! Нет, все равно помоет и поставит. А сегодня я в эту тарелку (которую он вчера помыл так сказать) положила себе творожок с медом – ем и чувствую привкус рыбы этой соленой - ужас! Весь аппетит испорчен! Как отучить или научить мужа? Берет то он кристально чистую посуду! Злит, что я стараюсь, а он наплевательски относится!». 6) «Я люблю, чтоб это было красиво, аккуратно. И если я не в силах сама сделать это, я приглашаю специалиста, чтобы сделали всё как надо. Вот вчера пришли домой, а телефон не работает, оборвался провод. Попросила мужа соединить провода и прибить провод, чтоб не висел и не рвался дальше. Он начал прибивать его волнами …. Я сделала замечание, что можно же это сделать ровно. Он всё бросил и сказал: «делай сама как тебе надо». Ну и представьте, я сижу, прибиваю провод (и очень даже нормально у меня это получается ровненько и красиво), но берёт же зло и я не выдерживаю, начинаю возмущаться, мол как это так в доме два мужика (муж и сын), а я должна гвозди бить.... Он встал, подошел и выдернул все, что я прибила и стал прибивать заново, причем я должна была стоять рядом и показывать, куда бить каждый последующий гвоздь, ну цирк просто».

Бывает, что делающий неверно, действительно, делает что-то не так, но бывает, что жалующийся бывает не прав, злясь на другого, т.к. у него самого завышенные требования, например, культ чистоты.

Интернет – источник: «Моя проблема заключается в том, что я часто злюсь на жену. Я ее очень люблю, но иногда она выводит меня из себя. Она лентяйка, не любит убираться в квартире, пока не заставишь пропылесосить – делает вид, что не видит пыли. Ну, в целом вообще-то все хорошо, если честно. Может быть, я преувеличиваю насчет лени. Она ежедневно убирается. Но я это так воспринимаю. Просто я ненавижу грязь, меня выводит из себя любая пылинка, а жена может, к примеру, целый день копить в раковине грязную посуду и только вечером загружать в посудомойку. Или прийти с улицы в грязных туфлях и не сразу помыть за собой пол в прихожей. Вы скажете, что это мои проблемы, если я не терплю грязь, то я и должен убираться. Все так, и я, кстати, не бездельничаю дома. Но меня раздражает, что жена не понимает, что я ненавижу беспорядок. Иногда силюсь сдержаться, но не всегда могу. Бывает, что и наору на нее из-за какой-нибудь очередной ерунды. И я, с одной стороны, понимаю, что не прав, что могу сам убраться или подождать, пока жена это сделает, и не ворчать, и тем более не кричать на нее. Но мне трудно сдержаться. С другой стороны, у меня появляется чувство, что она делает это мне назло, ведь она прекрасно знает, что я не люблю всякую грязь и бардак. Что мне делать, как научиться сдерживать себя? Не хочу с ней ссориться, чувствую себя идиотом и виню себя за то, что причиняю ей боль».

### Примеры о том, что конфликты о домашних делах могут иногда сопровождаться оскорблениями и заканчиваться побоями

Следующие примеры будут о том, что конфликты могут заканчиваться рукоприкладством и сопровождаться оскорблениями.

Интернет – источник: «Начался конфликт с мужем из-за того что посуду я не вымыла. Ну, днем не помою, помою вечером. Это какое значение имеет?... В общем, к ночи начали выяснять. Он включил свою тупость, начал говорить, что я ее вообще никогда не мою (это неправда), что в доме постоянно грязь и не прибрано. И что я (плохая) хозяйка. Все это очень утрировано. Но я ответила, что в служанки не нанималась и если что-либо не устраивает, пусть нанимает домработницу. Поссорились, в общем. Далее в доказательство, что дома грязно, он на полу начал находит всякую (ерунду): крошки и т.д. (в доме маленький ребенок и на ковре постоянно хоть что то и лежит), и начал эти крошки и прочую (ерунду) на меня сыпать, прям на мое тело, а я только из душа. Далее показать, что на столе пыль, провел рукой по этому столу и потом своими рукам по моим плечам... Не знаю, правда ли там пыль, но сам факт этого, что он сделал!!! В общем, еще больше разругались, он схватил меня за шею, думала сейчас душить будет, а он меня со стула на диван так перекинул, приказал лежать и ребенка усыплять. В общем, руки свои поганые распустил, силу применил ... Я от слез дальше замолчала, сижу в истерике трясусь. Через какое-то время, он подошел, давай обнимать: «тихо, тихо, успокойся…» И все!! Положил на кровать, отвернулся и лег спать».

В следующем примере девушка пыталась следовать советам психологов: не поддаваться на провокацию. Но нам более важно увидеть реакцию матери и что может произойти, когда кто-то настаивает на своем.

Интернет – источник: «Сегодня я попыталась следовать вашим советам, и вот что из этого получилось. Ситуация такая: я на больничном, сижу дома, работаю за компьютером. Мама сидит в соседней комнате и смотрит телевизор. Вдруг ей показалось, что угол комнаты под тумбочкой, на которой стоит телевизор, серый от пыли. Мама кричит: «Оля! Возьми тряпку и вымой пол!». Я на это резонно отвечаю, что уборку я всегда делаю по субботам, а суббота завтра, и пол, по всей очевидности, до завтра дотерпит. «Бери тряпку и делай, что тебе велено!» - раздражаясь, кричит мама. Я говорю: «попроси по-хорошему, тогда вымою». Мама кричит: «Живо бери тряпку! Сейчас же! А то из дома выгоню!». Я: «попроси по-хорошему». Мама вскакивает из кресла и начинает меня бить. По спине, по бокам, по голове, по лицу... При этом она кричит: «Дрянь, тунеядка! Бери тряпку! Бери тряпку!!!» Мама сильнее меня и дерётся она очень больно. Я говорю: «пока ты передо мной не извинишься за битьё, я ничего делать не буду». Мама кричит, что никогда передо мной извиняться не будет, так как я одна виновата во всём. При этом она хватает мою сумку со всеми документами и деньгами и выбрасывает её на лестничную площадку. «Убирайся куда хочешь!» - кричит мама и тащит меня к двери. На полдороге она останавливается, хватается за сердце, падает в кресло и начинает стонать. Через пять минут мама едва слышным голосом говорит: «Бери тряпку, гадина, или ты мне больше не дочь. Я от тебя отрекаюсь». Я говорю: «сначала извинись передо мной, тогда вымою». Мама демонстративно сама берёт тряпку, опускается на колени и моет этот проклятый угол, громко рыдая и кроя меня отборными ругательствами. Десять минут назад было объявлено мне, что я могу убираться из дома куда хочу. Только вот идти мне некуда. Кто мне объяснит, что произошло? Что я опять сделала не так? Я всего лишь пыталась быть последовательной и не поддаваться на провокацию...».

Спаси и сохрани, Господи, от таких реакций!

### Примеры типичных фраз, когда кто-то не хочет делать что-то по дому или при распределении домашних обязанностей

Те, кто не желают помогать или что-то делать, зачастую отвечают типичными фразами, например: «я в домработницы (служанки, уборщицы) не нанималась», «я хочу отдохнуть», «а почему я должен» и т.п.

Интернет – источники: 1) «Если раньше, когда мы работали оба, муж часто помогал мне по хозяйству, то сейчас даже моя просьба пропылесосить квартиру наталкивается на жесткий протест: мол, в домработницы не нанимался». 2). «Решила я заставить ничего не делающую старшую дочь позаниматься, в ответ на что услышала, что она не обязана мне подчиняться и выполнять мои указания, она все это ненавидит и вообще она мне не служанка. Все это сопровождалось тааакими слезами и воплями, что я просто в шоке». 3) «Когда я ездила на сессию, просила (маму) посидеть с ребенком. Приезжала и была в шоке, описанные детские штанишки лежали по всей ванной комнате (на стиралке, умывальнике и т.д.), хотя есть специальное ведерко для белья. Вы представляете, какая вонь была в ванной. И на мое робкое замечание, мама стала кричать: «Я тебе не домработница, как делаю, так и делаю. Не нравится, вот когда уйду, переделывай по-своему!»

Есть и другая типичная фраза при отказе что-то делать – об усталости, например: «я устал, и после работы (учебы) ничего делать не буду»,

Интернет – источник: «Когда я приезжаю с учёбы уставшая и пытаюсь хоть немного отдохнуть, мать кричит на меня, что я лентяйка и не хочу ни чего делать. Когда у меня болит голова, она заставляет меня работать, не смотря на то, что мне бывает очень плохо, говорит что голова пройдёт сама по себе».

(Заметим, что, ссылка на усталость или болезнь иногда может быть лукавой, а иногда правдивой).

Но и у женщин, которые делают что-то по дому, есть похожие фразы, которые произносятся при конфликтах или при распределении домашних обязанностей. (Будет приведено много примеров высказываний для того, чтобы прочувствовать враждебный и горделивый дух подобных высказываний).

Интернет – источники: 1) «Кстати, что интересно последнее время среди женского пола появились стандартные ответы, вроде: «А что тебе нужно, чтобы я постоянно бегала, жрать тебе варила? Я тебе не слуга, я тебе не рабыня...». 2). «Приготовить поесть? (Ответ) «я тебе не кухарка, а у мужчины должны быть деньги, чтобы позволить себе питаться в ресторанах». Убраться в квартире? «Я тебе не домработница, найми себе домработницу». «У меня два диплома о высшем образовании, и я знаю три языка» — это может быть плюсом для работодателя, но я не понимаю, как это может влиять на совместную жизнь. 3) «Я вообще не прошу помогать. Я ставлю перед фактом. Ухожу на работу, а он выходной. Сказала - убрать, приготовить суп, погулять с ребенком. И (пусть попробует этого не сделать...) Я сказала сразу, что в домработницы не нанималась и точно так же работаю, как и он. Поэтому кто раньше приходит - тот и ужин готовит и т.д. 4). «Неее, я в кухарки не нанималась!!!! работаешь с утра до ночи, а потом всем еще готовить! нет уж.....я лентяйка». 5). «Я ему кричу всегда, что он не дождётся у меня ничего... Но мне приходиться всё делать, т.к. я готовлю не только ему а ещё себе и ребёнку...так же стираю и убираю, в первую очередь не для него, а для себя с сыном... В итоге надоело мне за ним прислужничать - выгнала..., я ему в прислуги не нанималась!» 6). «Я в служанки не нанималась!!! Лучше быть одной, чем служанкой. Это я еще в своей квартире Его Величество Мужчинку буду обслуживать!!! Нет!!! Мимо меня проходите! Найдется другая …, которая вам все сделает и будет говорить вся взмыленная "я замужем.." чур меня!!» 7) «Я не фанатка и бардак у нас бывает часто, так как порой меня заедает, что я в домработницы не нанималась и почему чистота и порядок нужны только мне». 8). «У нас в семье ленивых нет - есть либо работающие, либо голодные и без подарков. Все просто и жестко, как в жизни. Заслужил - поел. Не заслужила или завредничала - без детской площадки, без игрушки, без маминого внимания. Нашкодила - прибирай за собой, я своему ребенку в домработницы не нанималась». 9). «У меня тоже муж помогает, не считаю это чем-то выдающимся. Я же тоже работаю и с меня обязанностей никто не снимал. Как я говорю: я в домработницы не нанималась». 10) «Муж придет с работы и понеслось, посуда не вымыта (хотя я все перемыла, просто он пылинку на тарелке заметил), на кухне бардак, вещи не все погладила, а как можно дома что-то делать, когда ребенку 3 месяца и он с рук не слазит. Зато он устал, он вечером малого на руки не возьмет, т.к. тот тяжелый. Я раньше боролась с ним, тоже скандалы из-за ерунды, а теперь меня все достало, я просто поняла, что в служанки не нанималась. Теперь каждое утро навожу марафет, (выгляжу после родов прекрасно) беру малого и гуляю с ним, а кушать не приготовлю, ну и фиг с ним - бутерброды поест. Надо ставить на место, а иначе на голову сядут, хотя мой уже сел, а слезать ой как не хочет, но ничего я прыткая быстренько скину» 11). «Я, например, не собираюсь обстирывать, мыть посуду и т.д. Вернее мы все делаем по очереди. Я в кухарки не нанималась, и не наймусь не за какие подарки. У вас советская точка зрения об отношениях мужчины и женщины». 12). «Я вот мужа приучила есть только суп на обед, и (всё!)… Я в кухарки не нанималась, по 5 блюд в день готовить - это жесть. 13). «Ух, я вчера своему выдала.... Представляете, мы поужинали как всегда, я за собой убрала тарелку, мою посуду. А Он заявил, что съел бы еще чего-нибудь. Я сказала, что в холодильнике есть еще котлеты, разогрей благо микроволновка под носом. На что мне было такое заявлено: что доченьке я подаю на стол, убираю за ней тарелочки, а ему видишь ли нет. Тут меня и прорвало, заявив, что я тоже работаю, и никому нет дела до того что я уставшая всех кормлю, а потом опять за комп сажусь - дома тоже работаю, и вообще ему надо завести себе служанку, а не любимую жену. Вот и сейчас весь день думаю, а может мне с ним разойтись!».

На этом закончим приводить примеры. Господи! И открой нам глаза на самих себя....

## 4.1.1. При конфликтах проявляется гнев, злоба и осуждение, исходящие от гордости и самолюбия

Из выше приведенных примеров явно видно, что в случаях, когда кто-то действительно неправо поступает, или поступает не так, как нам бы хотелось, то мы начинаем злиться и гневаться. А в любом недовольстве есть осуждение, укор, желание чтобы было так, как ты знаешь, умеешь и т.п.

Зачастую бывает и так, что за то, за что мы воюем с другими людьми, то самое нам тоже не хочется делать, потому что или нам лень, или мы устали и хотим отдохнуть. Также мы обязательно будем осуждать тех, кто делает неправильно или не так, как мы считаем нужным. И вот об этих и других реакциях приведем поучения святых отцов. (Отметим, что советы будут приводиться на протяжении всей главы, причем некоторые из них будут вначале излагаться в краткой форме, а затем в развернутой, или наоборот)

### Святые отцы о гневе на других людей

Следует признать, что многие из нас, христиан, привыкли кричать на родных и не умеют разговаривать спокойно и с терпением. Гнев и крик также бывает и у тех, кого просят, а они не хотят что-то делать. Отметим и то, что и та и другая сторона обычно считают себя правыми, и свой гнев справедливым.

Так поступаем мы, грешники, несмотря на то, что являемся христианами. А что говорит христианское учение о подобных реакциях? Приведем некоторые поучения для того, чтобы развеять, возможно, образовавшееся у некоторых читателей сочувствие к жалобам в примерах.

Во-первых, святые отцы указывают, откуда происходит гнев: он происходит от гордости и самолюбия, при которых душа желает, чтобы все было по ее воле и как ей выгодно и удобно.

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

**Евергетин** (т.2, гл.35): «Мы гневаемся от гордости, не соглашаясь упрекнуть себя и отнести на счет собственной нерадивости наше возмущение».

**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».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 526): «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».

Но не только гнев происходит от гордости, но и осуждение, которое проявляется при недовольстве другими людьми.

Заметим, что каждое видение ошибок и неправых действий других начинается с осуждения. Так, когда человек видит, что другой неверно поступает или говорит, то сразу же происходит негативная оценка его действий. Причем эта оценка у нас, грешных, обязательно связана и с осуждением, и если чьи-то неправые действия касаются нас непосредственно, то и с обидой и с возношением.

Приведем пару поучений об осуждении.

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл. 4): «Ревностные наиболее должны внимать себе, чтобы за осуждение ленивых не подвергнуться самим еще большему осуждению».

 **Иоанн Златоуст** (т.7, ч.2, беседа 64): «…почему же, скажешь ты, такой-то и такой-то этого не делают? Не суди другого, а себя самого избавь от осуждения. Ты еще большему подвергнешься наказанию, когда и других будешь порицать, и сам не будешь делать, - когда, осуждая других, и сам будешь повинен тому же суду. Если и тем, которые сами исполняют свои обязанности, не дано права судить других, то тем более нарушающим их. … Тебя никто не поставил судиею чужих проступков, или исследователем чужих грехов. Ты должен судить себя самого, а не других: «Ибо если бы мы судили сами себя – говорит апостол - то не были бы судимы. Будучи же судимы, наказываемся от Господа» (1Кор.11. 31, 32). А ты извратил этот порядок. От себя ни в великих, ни в малых согрешениях не требуешь никакого отчета, а в других всякое прегрешение тщательно замечаешь. Итак, не будем же более делать так, но, оставив такой беспорядок, поставим судилище в нас самих для суждения о своих грехах, сами будем и обвинителями, и судиями, и наказателями своих проступков».

Также отметим, что гордость руководит и тогда, когда просьба бывает в форме, например, жесткого приказания, или в начальственном тоне.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 317): «Серчание на неисправности (после вашей команды или распоряжения) есть своей воле угождение, как смели, ведь "я" сказал».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.17): «(Из письма женщины) Часто прорывается у меня в речи настойчивый тон; не терплю противоречия; и резкостью нередко оскорбляю близких своих». (Ответ свт. Феофана) Сказали бы прямее: хочу быть царицею в своем кругу, чтоб двигалось по моему мановению. Это есть властолюбие, одна из первородных дщерей гордыни, содружница раздражения и ярости».

Во-вторых, по христианскому учению нельзя кричать и укорять другого человека, даже если он и неправ (в данном случае – ленится).

**Схииг. Савва** (Путь к спасению, Об осуждении): «Ни с кем нельзя говорить повышенным тоном. Если вдруг закипел в сердце гнев, надо знать, что это от дьявола, ибо от Бога на душе всегда мир, тишина, покой».

А значит, наш гнев не может быть праведным.

**Авва Евагрий** (Главы о молитве, 24): «…вообще нет праведного гнева на ближнего. Ибо если ты приложишь старание, то найдешь, что возможно уладить дело и без гнева. Поэтому употребляй все средства, чтобы не разразиться гневом».

В-третьих, нельзя гневаться, потому что гнев и злые чувства есть дело нелюбви. И несделанное ближним какое-то дело - ничто по сравнению с твоей злобой.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 1614): «Злобы как огня бойся; ни из-за какого благовидного предлога, тем более из-за чего-либо тебе неприятного, не допускай ее до сердца: злоба всегда злоба, всегда исчадие диавольское. … Бог ничем так не прославляется, как любовию вся терпящею, и ничем так не бесчествуется и не оскорбляется, как злобою, какою бы она ни прикрывалась благовидностью».

Ошибка наша и в том, что мы много на словах говорим, что любим наших родных; но разве любовь не долготерпит, не милосердствует, не ищет своего, не покрывает и т.д. (см. 1Кор.13, 4-8)? Мы не хотим покрыть ошибки другого любовью и милостью.

**Иосиф Оптинский** (Письма, п.489): «Советую тебе, Мария, понести немощи переведенной молоденькой послушницы, и Господь сотворит с тобой милость по силе дел – любви твоей о Господе к ближнему. Если она ленивая, то ты будь ей примером в трудах и послушании и не оскорбляй ее, как старшая; по слову Спасителя: «Аще кто хощет быть первый, да будет всем раб». Покрой ее недостатки твоей любовью, и Бог окажет тебе милость в день оный. Будьте милосердны, и вас Бог помилует…».

А мы не покрываем любовью других, потому что очень любим себя и жалеем, и нам никак не хочется выполнять какие-то работы более других.

И если мы действительно хотим делать что-то для ближних по любви к ним, то надо делать, несмотря на то, как поступают они.

В-четвертых, христианское учение говорит, что нельзя гневаться и злиться на другого, так как ты такой же грешник.

Как говорилось ранее, зачастую человек сам ленится сделать то, о чем просит другого, а если и не ленится в этот раз, то делал это не раз. И часто ли мы задаем себе резонный вопрос: если в тебе сейчас есть нежелание делать что-то, то почему ты ругаешь другого, которому также не хочется?

Поэтому вместо гнева на другого за его лень, всегда укоряй себя в своей лени. Вот, например, как смиренно вела себя святая Юлиания.

**Троицкие Листки** (ст. 706): «Жители города Мурома свято чтут память праведной Юлиании, погребенной в селе Лазаревском…. (Вот пример как она жила) Иные рабы ее были неразумные, ленивые, на словах перечливые. Но она все со смирением терпела, и на себя же вину возлагала и говорила: "Сама я пред Богом всегда согрешаю, а Бог меня терпит: что же мне на них взыскивать? Такие же люди ведь, как и я. … И никого из провинившихся рабов она не обвиняла, за что много раз и от свекрови, и от мужа своего бывала бранима».

В-пятых, если же мы гневаемся, обижаемся, жалеем себя и т.д., то мы наносим себе духовный вред и не есть истинные христиане.

**Василий Великий** (Правила пространно изложенные, в.50): «…обличать брата с раздражением и гневом значит не его освобождать от греха, но самого себя ввергать в погрешности. Потому сказано: «с кротостью наставлять противников» (2Тим.2, 25)».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 526): «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!».

Показав, что наши гневные и возмущенные реакции являются греховными реакциями, перейдем к более детальному рассмотрению возможных неправых расположений и действий тех, кто трудится.

### Следует терпеливо и без гнева увещевать ближнего

А сейчас приведем некоторые поучения святых отцов о том, как следует увещевать других людей, которые поступают неправильно. Но прежде сделаем несколько замечаний.

Надо помнить, что, во-первых, когда мы имеем лукавые и гневные стремления изменить другого, то тем самым мы наносим вред своей душе, давая волю своим страстям.

**Симеон Новый Богослов** (Добротолюбие, т.5, Деятельные и богословские главы, 55): «Смотри не разори своего дома, желая построить дом ближнего. Трудное это дело и неудобь исполнимое; почему поопасись, как бы не случилось, что, взявшись за это, ты свой дом разорить разоришь, но и того дома построить отнюдь не сможешь».

**Отечник Игнатия Брянчанинова** (Авва Макарий): «Говорил авва Макарий: «… Если, исправляя ближнего, движешься на гнев, то исполняешь свою страсть. Для спасения ближнего не должно губить себя».

Если мы гневаемся даже по обоснованным причинам, то мы все равно больны духовно.

**Евергетин** (т.2, гл.35,5): «Кто хочет исправить грешащего брата или наказать его, пусть постарается сам не раздражаться. Иначе, желая исцелить другого, сам тяжело заболеет. Об этом сказано в Евангелии: «Врач! исцели Самого Себя» (Лк 4, 23). И еще: «Что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревна в твоем глазе не чувствуешь?» (Мф 7, 3-5). Как ты собираешься разглядывать сучок прегрешения в глазу брата твоего, когда тебе мешает бревно гнева в твоем собственном глазу? Ведь гневное движение, разгоревшись, ослепляет очи души и не позволяет ей видеть Солнце правды».

Во-вторых, надо помнить, что сами мы страстные, и не можем врачевать греховные раны других, а это – дело Божие.

И, в-третьих, что подходит для семей, в которых не все члены семьи христиане: не говорите им увещевания христианскими понятиями (грех, страсть, самолюбие, ад и др.). Для неверующего в Бога эти понятия ничего не говорят. Им все равно, т.к. для грешника главное жить в удовольствии, самоугодии и корыстолюбии. И он не видит в этом ничего плохого. И если такому человеку говорить, что ты грешишь или действуешь по страсти, то это ничего не даст, и более того вызовет гнев или обиду, а иногда и хулу на веру. (Опыт говорит, что даже если говорить о грехе и страстях христианину, то не обязательно, что он прислушается к словам о грехе, т.к. это зависит от того, насколько человек оправдал свой грех и насколько у него здравая совесть)

Итак, далее приведем советы святых отцов о том, как надо увещевать ближних.

1. Есть совет не говорить часто одни и те же увещевания.

**Анатолий Оптинский** (Душеполезные поучения преп. Оптинских старцев, Отношение к сестрам): «Сестре говори, что нужно, только не часто, а то опостылеешь, но говори всегда помолясь и с кротостью и любовью».

(О молитве будет сказано позже)

Иногда нужно сказать, а иногда промолчать.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 1753): «…в выговорах будь кроток, нераздражителен, нежелчен. «Все у вас да будет с любовью» (1Кор.16, 14), сказал Апостол. Будь терпелив, не за все выговаривай, иное сноси, проходя молчанием, и смотри на то сквозь пальцы. «Любы вся покрывает и вся терпит» (1Кор. 13, 7). Иногда из-за нетерпеливого выговора образуется вражда оттого, что выговор был сделан не в духе кротости и любви, а в духе самолюбивого притязания на покорность себе другого».

Вот пример, как могут поступать обычные люди, и, думаю, он может помочь кому-то.

Интернет – источник: «Мне очень часто помогало не начинать скандал в семье молчание. Сначала было трудно, с учетом, что я вспыльчивая, а теперь понимаю, как это полезно. Например, меня раздражает, как мой муж моет посуду, долго... Я бы сто раз уже помыла, а он всё намывает и каждую тарелочку отдельно ходит, ставит в шкафчик. Но потом сама себя уговорила, что вымытая им посуда, скорее всего, чище, чем моя, и успокоилась, и вообще стараюсь не давать ему шанса её помыть (с учетом, что я люблю мыть посуду). Когда я вижу, что муж что-то не так делает, то первые несколько минут молчу, и где-то в 70% он сам понимает, что по-другому было бы лучше, ну и тут вступаю я: "типа, да, ты прав, лучше делать так, а не так". Я никогда напрямую не затеваю ссору (ну, стараюсь, во всяком случае), пытаюсь обойтись советом: "а может лучше нам сделать то-то...", "я вот раньше и не догадывалась, а лучше мы бы...". Ну, в общем помогает. У меня муж со специфическим характером (сестра вообще удивляется, какая я терпеливая, раньше такой не была), но то, что научилась подстраиваться под него, и без агрессии подстраивать его под меня».

(И если так могут общаться люди, возможно, неверующие, то почему мы – христиане не можем учиться такому общению ради заповедей Божиих?!...)

2. Следующий совет о том, что увещевать и просить следует тогда, когда ближний в хорошем настроении. Если же он в недобром расположении, то не следует его трогать.

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 47): «Спрашиваете меня, грешного, как вам обходиться с м. Анною …. – Можете при случае, когда она бывает в хорошем настроении духа, говорить…. Когда же она бывает расстроена, лучше к ней не ходить, потому что в это время, кроме дерзостей, ничего от нее не услышите. Да, кажется, я уже писал Вам, что должно за нее усерднее молиться Богу: „Устрой, Господи, о рабе Твоей (имя) полезное и спасительное по воле Твоей святой". Так как, по замечанию св. Иоанна Лествичника, гордых силен исцелить только Бог Всемогущий».

3. Есть и такой совет, что с ленивым надо действовать похвалой за труд.

**Синклитикия** (Афанасий Великий. Жизнь и наставления преп. Синклитикии): «…если монахиня беспечна, небрежна и ленива, не преуспевающая в доброделании, то игумении нужно хвалить ее. Если такая монахиня сделает какое-нибудь незначительное добро, игумении надо восхищаться им и возвеличивать его».

И вот почему дается такой совет, который, казалось бы, является лестью и ведет ленивого к тщеславию. Во-первых, потому что:

**Иоанн Златоуст** (т.12, ч.1, беседа 10): «…человек ленивый, когда его (слишком много) наказывают, делается еще более ленивым».

И, во-вторых:

**Евергетин** (т.4, гл.44): «…юноше полезнее тщеславиться, чем быть ленивым. В любом случае, когда он тщеславится, то вынужден … (что-то делать – от сост.), умножать любовь и выносить скорби ради похвалы».

4. Также, не следует ждать, что человек тотчас изменится после ваших слов, даже если послушает вас в этот раз и сделает что-то, и тем более, если не послушает. Очень часто происходит так, что когда мы увещеваем или укоряем других, то неосознанно или осознанно ждем, что человек тотчас изменится. А когда видим, это этого не происходит, то еще больше гневаемся, осуждаем и отчаиваемся. А надо увещевать и полагаться на волю Божию: услышит – значит Бог дал услышать, а не услышит, значит Господь не дал ему еще изменений.

5. И конечно, при выговоре необходимо воздерживаться от гнева и не оскорблять другого.

**Иоанн Крестьянкин** (Письма, гл. Жизнь): «Хорошо бы житейские дела решать трезво, без лишних эмоций. Умудри вас Бог».

**Силуан Афонский** (Писания старца Силуана, гл.9): «О, как кротко и терпеливо и мы должны исправлять брата своего, чтобы был праздник на душе о его возвращении».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 1664): «При выговоре подчиненным (родным – от сост.) за их неисправность тщательно воздерживайся от рвения, раздражительности и смущения и будь кроток, исполнен любви, степенен и покоен. Если подлежащий исправлению обижается, кротко заметь ему, что ты вовсе не имеешь намерения обижать и раздражать его, а искренно желаешь ему добра и порядка о его деле, что тебе противен не он, а беспорядок, который он производит. Не оскорбляй его самолюбия и человеческого достоинства, возвышая себя в глазах его и унижая его…».

Заметим и то, что даже наказание нужно делать без гнева.

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в. 663): «(Вопрос) Когда слуга мой согрешает в чем-нибудь, и я хочу наказать его, то каким образом это сделать? Ответ. В духе любви к Богу, чтобы он исправился через наказание, перестал грешить, и чтобы оно послужило ему на спасение души. Но не должно делать сего с гневом, ибо от зла добро не рождается. Если же помысел твой смутится, подожди, пока пройдет смущение, и тогда накажи его с состраданием и страхом Божиим».

6. Стоит также заметить, что притом, что христианин должен в каждом деле учиться смирению, терпению, кротости, снисхождению и т.п., все же есть случаи, когда:

**Иоанн Златоуст** (т.8, ч.1, беседа 44): «Снисходительность и кротость не везде полезны; бывают случаи, когда учителю нужна и строгость. Так, когда ученик ленив и упрям, нужно употребить против него и наказание, чтобы возбудить его от лености».

Этот совет уместен для отношений родители – дети, т.к. это отношения учитель – ученик, начальствующий – подчиненный. Но и при этом дозволенном негодовании, а точнее сказать строгости, нужно быть осторожным, чтобы не навредить своей душе и душе другого.

**Василий Великий** (Подвижнические уставы …, гл.13): «Если же когда нужно и негодование, а именно на леность подчиненного нам, то негодование да будет растворено рассудительностью. Ибо и нож употребляют убийцы, употребляют и врачи. Но одни, поелику действуют ножом по гневу и жестокости, совершают им дела самые безрассудные, убивая подобных себе, а другие, поелику с рассуждением приступают к действию ножом, извлекают из сего великую пользу, потому что спасают жизнь находившихся в опасности. Так, умеющий негодовать с разумом делает великую пользу тому, против кого обнаруживает негодование, исправляя его леность или лукавство, а обладаемый страстью гнева не производит ничего здравого».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §460): «Строгость излишняя вредит, и милость безрассудная неполезна. Первая в негодование, огорчение и уныние людей приводит; вторая к расслаблению, своевольству, бесчинию и развращению дверь отворяет; правда же, с милостью сопряженная, все то отвращает. Сие-то есть премудрость властелина, это есть царский путь — правды держаться и милости не забывать. Худо там являть милость, где наказание требуется; худо прощать и щадить того, кто не оставляет греха и не кается. Грех ненаказанный к иным грехам подает повод, и один злодей прощенный многим к подобному злодеянию поощрение подает. Ибо злые, видя ненаказанного злодея, на то же злодеяние обращаются с такою надеждою, что и им так же прощено будет в случае обличения. Отсюда последует умножение злодеяний, и от тех отечеству немалая утрата. Напротив того, не хорошо там меч употреблять, где пластырь милости и обвязывание требуется, где грех от немощи, каковому и добрые люди подлежат, а не от умысла и предрассуждения совершен, бесполезно и того наказывать, который сам себя добровольно наказывает. От мудрости удалено то наказание, которое не по мере преступления налагается. Везде умеренность, как в природе, так и в гражданстве, похвальна и полезна, как выше упомянуто. Поэтому везде нужно здравое рассуждение и нескорое определение».

7. Также у нас не будет конфликтов, если мы научимся уступать друг другу.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.77): «Не умею понять, как можете Вы расходиться с родителями в чем-либо? Если это касается суждений о чем-либо, то почему Вам не уступать в этом всякий раз со смирением? Они постарше Вас и поопытнее. Ошибку в суждении скорее Вам следует за собою признать, чем предполагать ее у них. Так и полагайте: верно, я плохо вижу - и соглашайтесь с их мнением. Если это касается каких-либо распоряжений по дому, опять сделать по-ихнему, и конец. Если не можете чего сделать, объясните, что не можете, и тоже конец. Если несмотря на то они будут настаивать, делайте как можете. И не могу я придумать ни в чем у Вас такого разладу, чтобы его нельзя было сладить. Все враг из мухи слона строит. Да уж Вы не хотите ли, чтобы все шло как Вам хочется? Вот гордячка!».

К понятию «уступать» можно отнести и советы о том, чтобы не упрекать того, кто прекратил работать.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл.5): «Когда вместе делаете какое дело, и кто-нибудь из вас, по малодушию, перестанет (работать), не упрекайте его, но паче соблаговолите (согласите, снизойдите) ему или поблажьте (уступите)».

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.15): «Если по совершении бдения и обычного правила сам ты намерен бодрствовать, а подчиненный хотел бы немного уснуть, дай ему отдых. Ибо … невозможно отроку бежать наравне с совершеннолетним. Если немощен он телом, не отвергай его, но потрудись с ним, и будь к нему долготерпелив, как умный земледелец, посадивший доброе растение у себя на поле».

### Советы святых отцов о том, чтобы не следить за ближним, как он выполняет дело

Одним из поводов к конфликтам есть недовольство кого-то о том, как другой выполняет то или иное дело.

Некоторые же из нас очень любят следить за тем, как другой что-то делает, и, видя, что что-то не так, начинают нетерпеливо укорять, кричать, обзывать и т.п. А наши родные, если поражены ленью и эгоизмом, даже когда им приходится что-то делать, теряют всякую охоту что-то делать, и их сердце и ум и сердце также наполняются обидами, злобой, противлением и т.п.

Поэтому святые отцы дают советы о том, что если что-то делаете по дому вместе, то старайтесь не следить за тем, как делает другой (это более относится к отношениям взрослых людей, но частично подходят и для отношений родители – дети, т.к. родители должны обучать детей).

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл. 5): «Если изыдете вместе на (общее) дело, то каждый да внимает себе, а не брату своему. Да не дерзнет кто либо учить другого, или приказывать. Если исправляете какое дело внутри келлии, оставляйте, чтобы каждый делал как хочет. Если кто скажет: прошу вас, научите меня, я сего не знаю, то знающий не противься и не отговаривайся незнанием: ибо такое смирение не по Богу. Если увидишь брата, исправляющего какое дело, не говори, что он не так делает, или портит дело. Если же он будет просить тебя, чтобы ты его научил, ты же не сделаешь, а промолчишь, то сим покажешь, что в тебе нет любви Божией, а лукавство. Если брат недовольно хорошо сварил пищу, не говори, что он худо сварил: ибо в этом заключается смерть для души твоей; но размысли, как для тебя тяжело и скорбно было бы услышать сии слова от другого,—и успокоишься. … Если вы исправляете вместе какое-нибудь дело, и кто либо из вас по малодушию испортит нечто, не упрекайте его в этом, а показывайте веселый вид».

Итак, если христианин увидит, что ближний делает не так, то необходимо или промолчать и оставить так, как сделано, или со смирением, нежностью (возможно и с доброй шуткой) и терпением сказать ему о его ошибке, и предложить сделать еще раз (иногда и вместе). Если же христианин желает поступить по любви, терпению и смирению, то он может ничего не сказать ребенку или мужу (жене) о том, что они не очень хорошо сделали, а взять и самому переделать, чтобы другой не видел, например, перемыть чашку или вытереть пол. При этом подумать: «ну, ничего, у него сейчас не получилось, а потом научится. Я ведь тоже не сразу все мог. И переделаю сам, поблагодарив его, потому что это сохранит мир в семье, и ближний порадуется, что сделал свою работу. И мне полезно учиться смирению и терпению».

Также важно не останавливать рвение ближнего в исполнении какого-либо домашнего дела и не настаивать на своем.

Например, мать наметила уборку вместе с дочерью, а та захотела сегодня готовить пельмени (что займет много времени). Если кто-то не уступит, то произойдет конфликт. Но как же понять, кто должен уступить? В данном случае это должна сделать мать, т.к. она обычно говорит, что дочь ничего по дому не делает. А сейчас дочь проявила инициативу, и ее нельзя ни в коем случае погасить. Если ты будешь настаивать на своем, то у человека уйдет рвение и желание, без которых тяжело сопротивляться своей лени. А ты, уступив, получишь духовную пользу, т.к. поступишь не по своей воле, что очень полезно в борьбе со своим своеволием и для умения уступать.

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в.212): «…касательно того, как должно обращаться с ближним, да будет тебе известно, что кто желает угодить Богу, тот понуждает себя отсекать волю свою перед ближним; ибо Господь сказал: «Царствие Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф. 11, 12). Итак, узнай, что служит к успокоению брата, делай это - и получишь и ты покой от Бога, во Христе Иисусе».

Тем более уступить ближнему в быту легко, т.к. зачастую домашние ситуации не являются чем-то важным и решающим (например, уборку можно отложить или самому сделать, или сделать не до конца, если самому трудно, и ничего страшного не случится).

Итак, показав, что наши гневные и возмущенные реакции есть греховные реакции, перейдем к более детальному рассмотрению других возможных неправых расположений и действий тех, кто трудится.

# Раздел 4.2. Обращение за помощью человека, который трудится, может быть по страстям

И так как в наших беседах мы всегда говорим о грехе и страстях, и как мы неправильно поступаем, а затем говорим, как должны поступать христиане, то и продолжим это правило.

Из изложенного выше материала уже понятно, что тот, кто в доме делает основную работу (а это обычно женщины) также согрешают и ленью, и саможалением, и эгоизмом, и самолюбием. А сейчас скажем о том, что они еще могут согрешать, когда обращаются за помощью к ближним в случае, если сами могут сделать что-то.

Обращаем особое внимание, сейчас речь не будет идти о тех, кто ничего не делает, но постоянно обращаются за помощью к тем, кто делает по дому. Такие люди явно поражены ленью, эгоизмом и саможалением, и это видно невооруженным глазом. Они стали немощными и слабыми, т.к. их страсти их так опутали, что они постоянно требуют помощи себе, например:

Интернет – источник: «Мой муж все время просит: то - подай, то - принеси. Раньше не придавала значения, а теперь противно просто. Садимся кушать - сядет и ждет, когда я подам. А если не подам, а сяду рядом - то следует фраза: "мы кушать будем?" (и так вроде без злости, а скорее по-детски невинно) А скажу: положи сам, обиды начинаются. Ладно бы только такое в еде наблюдалось, так во всем же! Он что-то делает, а меня зовет по всякой мелочи из другой комнаты или кухни - подай ножницы, или нож, или еще что .... И в это время руки у него не заняты, и мог бы и сам взять».

А вот те, кто трудится, у тех эти страсти имеют меньшую силу, но они все равно есть, и проявляются по-другому. Но увидеть их бывает сложно. И именно поэтому мы укажем их возможное проявление у тех, кто трудится.

Итак, само слово «помощь» предусматривает, что если человек просит о чем-то, то он не может сам справиться с чем-то. Но всегда ли мы обращаемся за помощью в домашних делах, потому что не можем справиться сами? Думаю, что не всегда. Вообще, если трезво посмотреть на свою лень, самолюбие, саможаление, лукавство и др. страсти, которые, возможно, проявляются иногда, и не являются главными страстями, то можно увидеть, что мы поражены ими настолько, что невозможно найти бесстрастного обращения к ближним за помощью.

Далее кратко скажем о некоторых типах обращений за помощью к супругам или взрослым детям, которые уже могут что-то делать по дому (о малых детях сейчас речь не будет идти, т.к. это уже вопрос воспитания, но все же некоторые ошибки и советы можно применить и для них). Это будут примеры неправых обращений за помощью, исходящих от страстей, а также некоторые советы святых отцов о правом обращении.

### Примеры о том, что просить помощи можно, когда ты и сам можешь с чем-то управиться

Вначале рассмотрим ситуации, когда человек не особо нуждается в помощи другого, потому что сам в силах и может сделать что-то.

Есть разные примеры о том, просят ли жены мужей помочь, когда последние не любят ничего делать по дому.

Интернет – источник: «Женщины, вы просите мужа помочь вам на кухне, если знаете, что ему (не хочется)? Ответы: 1. Нет, потому что знаю заранее ответ, хотя готовить вдвоем с любимым и интереснее и веселее и вкуснее, но все равно не трогаю, особенно если идет футбол. 2. Да, ведь нам тоже бывает (не хочется). 3. Конечно, мне ведь тоже (не хочется), но я должна готовить, так что пусть тоже страдает, не инвалид ведь!!! 4. Я - муж и мне не (в тягость). Я люблю готовить. 5. Я уже привыкла сама всё делать по хозяйству и теперь люблю, когда мне никто не мешает и не крутится рядом. 6. Крайне редко, как говорится, по нужде. И то это не готовка, а помощь в мытье чего-то, очистке, например, сваренных вкрутую яиц, крабовых палочек. Или когда надо срочно готовить, а курица до конца не разморозилась, так я использую его грубую физическую силу, чтобы отрезал нужные мне куски. Да и не люблю я его просить помогать, потому что он сразу начинает командовать».

Далее мы скажем о том, что зачастую мы не хотим (а не не можем) делать что-то для общего блага, когда другой отдыхает, а нам приходится работать.

Например, некоторые люди, даже когда могут сами справиться с какой-либо работой, стараются постоянно звать другого на помощь, если тот ничего не делает, а отдыхает каким-то образом. И делают это из-за саможаления, осуждения, своей лени и зависти к тому, что другой отдыхает. Этот принцип можно обозначить: «если я что-то делаю, то почему другой отдыхает? пусть мне помогает или делает что-то». Обращаем внимание, что люди сами признаются, что ими движет обида, зависть и т.п., и даже понимая, что это нехорошие чувства, все равно считают себя правыми.

Интернет – источники: 1). «Я тоже могу сделать сама, но если муж дома - лишний раз призову, попрошу, потребую сделать мелочь какую-то, которая мне вполне по силам и по времени. Почему? Не знаю. Машинально вылетает. И обижаюсь, если он язвит, что, мол, сама не могла? Ну, мне приятно чувствовать заботу. Вообще дурацкая черта: стоит мужу возлечь на диван, когда я что-то делаю, как у меня внутри зуд начинается: «чего это он лежит, а я вкалываю?» Хотя бывает и наоборот - я лежу, а он что-то делает. Это плохая черта. … (Иногда) я звоню ему на мобильный и требую немедленного приезда, т.к. якобы не могу справиться со стиральной машиной, искупать ребенка, пропылесосить и т.д., (а я на самом деле все это могу сделать сама). Он просит попробовать, а если не получится - оставить до приезда». 2) «Муж делает что-то только, когда попросишь, а мелкий (сын) с ним надолго не остается, макс. на полчаса. Ну и я на все забила. Думаю, а почему я должна все делать, а он, типа, после работы отдыхает? Вот и прошу его что-нибудь постоянно. Он только картошку почистит, а я ему уже посуду помой и т.д. А вообще часто их гулять отправляю, а сама без "помощников" все, что надо делаю». 3) «К примеру, когда я начинаю делать фарш, то всегда прошу мужа достать мясорубку (у нас электрическая) и помочь мне прокрутить мясо. Дело не сложное, но так я привлекаю его к делам семейным, а заодно и пообщаться больше времени на кухне. Мусор прошу вынести, пропылесосить... да и по мелочи. "Помоги мне открыть, помоги наострить и пр". и не от того, что я не могу, если постараться, то можно ведь все… Просто хочется, чтоб он знал - я женщина, (слабое создание, которому время от времени помощь нужна). и что мы семья и часть обязанностей надо делить пополам. Ну не стремлюсь я ему показать свою самодостаточность, но в то же время о моем характере он знает, что в случае чего, терпеть не буду, да и без него прожить смогу». 4) «Я постоянно (прошу о помощи мужа), чем немало его напрягаю, по его словам. Прекрасно понимаю, насколько это его раздражает, но ничего с собой не могу поделать! Особенно злит его моя блажь по поводу чая - я сама себе чай никогда не завариваю, прошу всегда его, а чай я люблю разный, так что ему приходится сначала выяснить, какой чай именно, потом в какую кружку и что туда еще добавить. Ну люблю я, чтобы он мне именно таким образом внимание уделил, хотя в общем и целом могу практически все сделать сама, вплоть до ремонта. И он это знает прекрасно, потому, наверно, и раздражается, что я из себя мимозу строю». 5) «(Муж) у телевизора (компьютера, на диване с книжкой/газетой). Я бегаю с тряпкой/готовлю/стираю. Моя реакция: «Чего ты уставился опять в монитор/экран/книжку! Принеси мне лучше ведро/тарелки/повесь белье!» Его реакция: «Имею я право дома отдохнуть, в конце концов, или нет?!» Во время нашего разговора мы постарались выяснить, что каждый из нас думает во время этой ситуации и почему так поступает (реагирует). Я: «Почему я должна что-то делать, в то время как ты отдыхаешь? Я тоже устаю за день, а тем более, за неделю! Ты мог бы мне помочь, чтобы мы быстро все закончили, а потом вместе отдыхать». Он: «Я на работе действительно сильно устаю, хотя знаю, что ты думаешь по-другому. И когда я прихожу домой или в выходные, мне хочется дома расслабиться хотя бы на какое-то время и заняться любимыми делами. Но как раз в этот момент ты обязательно находишь мне какие-то дела. Тебя как будто раздражает, что я отдыхаю в то время как ты что-то делаешь. И ты мне специально пытаешься найти какие-то занятия». Я: «Меня действительно это сильно раздражает. Ты не думал, что я тоже хотела бы посмотреть телевизор или посидеть в интернете? А ты бы в это время убрался или приготовил ужин?».

Также отметим, что есть люди, у которых есть привычка при своей работе задействовать другого человека, независимо от того занят другой или нет. Например, очень часто эти люди приступают к работе, не продумав, что им надо для этого. И потом, забыв те предметы, которые им нужны, или не учтя некоторые нюансы дела, зовут другого, чтобы тот им помог (конечно, есть случаи, когда действительно нужна помощь, хотя человек и все предусмотрел, но сейчас речь не об этом). При этом он желает, чтобы другие помогали ему тотчас.

В этом случае есть пару ключевых моментов: человек что-то делает и желает, чтобы с ним и другие делали это дело, и это можно охарактеризовать: «подай, принеси, подержи». Также человеку неважно, что другой занят и он считает, что его работа важнее. Например:

Интернет – источники: 1) «Муж в состоянии сам поменять магнитолу в машине, и починить телевизор. Но при этом будет дергать меня с места вопросами, где у нас отвертка, паяльник и прочее». 2) «Мой муж сам очень любит помощь, притом смешную - он будет что-то делать, а ты рядом стой в группе поддержки (ему так веселее). Но иногда и это смешно - он что-то делает и кричит: «принеси скорей ножницы!» Несу, а он все это время просто сидит их ждет, ничем не занят - просто хочет, чтоб я поучаствовала (но я ведь в это время тоже была занята, не меньше его). Вот и смеюсь: А если б я так борщ каждый день варила и стирала (почисти мне луковку, а теперь подай нож, а потом вымой доску, или "я не могла начать стирку, пока ты не насыплешь порошок в стиралку) - мило было б, да?». 3) «У меня хозяйственные брат и отец. Во всем - ремонт, домашнее хозяйство, садово-огородные работы и проч. помимо работы на каждый день у них запланированы дела домашние, ремонтные или хозяйственные. Мне это по душе естественно. Когда мужик при деле, как раз нет лишней суеты. Лишь бы сам все делал. А то есть такие, которым ассистент все время нужен, а он будет командовать и творить…. Он великий мастер и трудяга, а вы так, подмастерье на побегушках, для принеси-подай-подержи. для своих дел не остается времени». 4) «(Рассказывает жена) «Я готовлю что-нибудь на кухне. В это время муж решает что-нибудь отремонтировать и кричит: «Иди, подержи мне тут угол! Быстрее, а то у меня все упадет!» Мне приходится бросать сковородки с подгорающим ужином и бежать держать угол. (Рассказывает муж) «Абсолютно верно! С точностью до наоборот! Только я соберусь что-то сделать, тебе срочно надо что-нибудь принести или подержать! Например, я мою посуду, а ты вдруг решаешь переодевать ребенка. И мне надо все бросать и бежать его помогать держать, а то он вертится». Жена: «Но ты тоже часто так делаешь! Особенно когда вешаешь какие-нибудь картинки! Происходит все точно как в рассказе О. Генри. То тебе надо подать молоток, то гвоздик, то посмотреть, как висит картина, то еще что-то». … (Муж) «Ты точно также не задумываясь постоянно меня просишь о чем-то: то тебе принеси полотенце, то одежду ребенку, то подай салфетки или еще что-то. Мне приходится все бросать и идти смотреть, почему ты меня зовешь, и чего хочешь. Очень неудобно! Хотя в принципе я не против тебе помочь, только если я сам в это время не занят!» (Жена): «Я тоже. Мне кажется, что-то делать вместе здорово, но только если ты не отвлекаешь меня от моих дел. Наверное, если мы хотим делать что-то такое, для чего нам нужна помощь, лучше договариваться заранее. Ну, или не дергать друг друга просто так, если можно справиться самим».

(В последнем примере люди находят правильный выход из такой ситуации)

Хотелось бы обратить внимание и на еще один факт: у некоторых семейных людей выработана привычка задействовать других при каком-то труде, и с одной стороны это естественно. Но с другой стороны, это и расслабляет их, т.к. даже в тех делах, которые они без труда могут сделать сами, они стараются задействовать другого. А тот, кто живет один, тому некого попросить или не на кого переложить. Приведем самый простой пример, тот, кто живет один, убирает квартиру сам, независимо от того, сколько там комнат, а тот, кто живет в семье, будет делить уборку такого же числа комнат между другими. Сейчас мы не хотим сказать, что не надо задействовать ближних в уборке, а говорим это для того, чтобы показать, что человек без труда может справиться с той или иной работой и ему не обязательно иметь помощников.

Как видим, обращение за помощью, даже если человек действительно что-то делает, нередко не бывает бесстрастным.

### Примеры о том, что можно не просить о помощи по разным причинам

Заметим и то, что многие женщины предпочитают не обращаться за помощью к мужьям или детям.

Это может быть потому, что им легче и быстрее сделать самой.

Интернет – источники: 1). «Мой (муж) готовить умеет, но ленится. А насчет помогать, то пока упросишь..., быстрее самой сделать. И качественнее и нервы целы». 2) «Просишь два часа, а потом если и согласятся, все равно сделают наперекосяк что-либо. Лучше уж сделать что-нибудь самому, зато так, как ты сам хочешь!»

Также есть женщины, которым нравится заниматься хозяйством и поэтому они не видят сложностей в этом, делают это с удовольствием, не ожидают помощи ближних и никого не исправляют. Или женщина убирает за мужем, потому что понимает, что он ее обеспечивает, и это ее обязанность.

Интернет – источники: 1). «В конце недели всё в стирку, потом одним махом всё глажу. Ну, потрачу на это вечер, не беда. А вот поддержка чистоты - это проблема в большом мегаполисе, пылище непонятно откуда каждый день. Но у меня как-то без надрыва всё это происходит, даже как бы между делом. Пропылесосила, пол протёрла, туалет, ванную... на всё - час максимум. Под музычку, не напрягаясь... как гимнастика. Я вообще стараюсь всё делать под настроение, не напрягаясь, иначе действительно можно загнать себя до состояния загнанной лошади. Относись к домашним делам легко, и они легко начнут делаться». 2). «Стирает машинка, чего там сложного. Ну погладить и под любимое кино можно, чтоб не скучно было. Посуду помыть, так это ну от силы 10-15 минут. Я тоже работаю, но меня домашняя работа никогда не напрягала». 3). «Мы как-то спокойно относимся к таким вещам. Например, муж никогда не относит свои носки и белье в корзину. Не знаю почему. Сначала пыталась как-то повлиять, а потом решила, что это не повод для ссор. Мне не тяжело 1 раз в день пройти 10 шагов и забросить вещи в стирку». 4) «Я вот тоже так считаю, что жена должна основную работу по дому выполнять. Мне, если честно, даже стыдно заикаться о помощи, потому что я сплю до 11-12 утра, муж до 06 30. Я ем сколько хочу и что хочу, муж только утром и поздно, когда не на диете. Гуляю с лялей полдня, он света белого не видит. Лежу перед телеком, сижу за компом и еще много чего, что он не может делать, а хочет. И это имея четырехмесячного малыша. И всю работу по дому и уход за ребенком делаю сама, а он вкалывает на работе с утра до позднего вечера. Не на что жаловаться. Я просто говорю как у меня. Я бы не сказала, что как курорт, просто муж пашет целый день, а я, честно говоря, не утруждаюсь, действительно, дети бывают разные, если ребенок не дает отойти ни на минуту, тут уж другой разговор. Надо по ситуации судить». 5) «Мой муж приходит домой, раскладывает вещи на диван, носки бросает рядом, не убирает посуду после еды, если еда в холодильнике стоит, то он будет ждать меня, чтобы я разогрела, вещи тренировочные ждут стирки в спортивной сумке, все это мои заботы, не говоря о готовке и уборке, зато я ни в чем не нуждаюсь, у нас огромная квартира, шикарный ремонт, не работаю, а создаю домашний уют и комфортные условия своему мужчине, который работает не покладая рук! По поломкам или замене лампочек вызываю спецов, сама делать не буду и мужа не напрягаю!».

Как видим, нет жалоб на лень других у тех, кто сами любят трудиться, и любят заботиться о ближнем.

Другие причины, когда люди не обращаются за помощью, связаны с гордостью. Например, они не хотят услышать отказ и это для них унижение, или саму просьбу считают унижением.

Интернет – источники: 1) «Просить кого-то о чём-то ужасно не люблю. Мне во стократ проще самой сделать, чем просить кого-то. Отзываются на просьбы в основном с недовольством. Неприятно это очень». 2) «Просить не умею, да. Мне проще сделать самой, чем просить кого-то. Боюсь услышать отказ и чувства унижения, которое за этим последует. Проще, быстрее сделать самой. В итоге, навешиваю на себя кучу дел, под которой потом буквально падаю». 3) «Конечно проще самой сделать. Просить, унижаться, а потом еще и упреки в свой адрес слышать». 4) «"Никогда никого ни о чем не просите. Особенно тех, кто сильнее вас. Сами придут и все дадут!" - Михаил Булгаков. Новый девиз. Его словами все сказано. Просьба равносильна мольбе, мольба - унижение! Пусть просят вас, пусть вы смотрите свысока. Не иначе!» 5) «Не хочу помогать мужу. Не желаю абсолютно. … Я не знаю, почему так, я злюсь на себя и на мужа, делаю через силу и со слезами, или не делаю и получаю скандал, на который сама развожу. Сама о помощи прошу редко, предпочитаю не браться за то, что не смогу сделать сама и даже злюсь, когда свою помощь мне навязывают. Я не люблю, когда кто-то поливает огород, кроме меня, чистит картошку, пылесосит. Я сама могу это сделать, я делаю это потому, что мне нравится это делать и когда человек начинает помогать, у меня ощущение, что я сама не справляюсь, и он видит, меня это унижает. Я не предлагаю свою помощь свекрови, когда гостим у нее, делаю это через силу, хотя мне не сложно помочь с уборкой, готовкой. Вообще, мне кажется, что я ее этим унижу, так как меня подобное унижает и оскорбляет очень, я терпеть не могу, когда она берет мои кастрюли, мой веник. Она же не так, не туда все положит, тряпочку не так постирает, меня злит. Из-за этого тоже ругаемся с мужем».

### Примеры об обидах от ожидания помощи

Также частой ошибкой бывает ожидание, что другие сами предложат свою помощь или сделают по собственной инициативе. И, как правило, когда этого не происходит, люди обижаются. Например:

Интернет – источники: 1) «Одно не очень нравится, что он никогда не спросит, что помочь? А когда прошу сама, сразу: "Ну что опять!?"». 2) «У меня тактика была: мыть полы и вздыхать, вытирать пыль и вздыхать, думая, что сейчас мой муж кинется мне на помощь! И обижалась тогда! А теперь прошу». 3) «Пишу и плакать хочется. Может быть, конечно, все близко к сердцу принимаю, но по другому не могу. Вечером приехали только в 9 часов с кладбища. А домой мы с дочей в полдесятого прибыли. А он отдыхал. Я с ней дома ношусь, помыть, переодеть, да ко сну готовиться, а он мне сидит и про машины рассказывает, с тем поговорил, с тем поговорил. Даже не спросит что помочь. Представляете, как я заводилась потихоньку. Потом ему высказала все, а он, видите ли, обиделся, что я на него кричу. А я всего лишь в эмоциях высказала свое очередное недовольство. А больше всего меня злит, что я каждый раз ему об этом говорю, а он все равно также делает. Ведь уже можно было бы как-то приспособиться. Не маленький ребенок. Зато, что касается его или помощи ему, так это обязательно должна помочь». 4) «Работаю с людьми по 9 часов, прихожу домой, нужно приготовить, убрать, постирать, погладить, все на ногах опять! А он пришел, поел, упал на диван. Даже не спросит, может тебе помочь? Нам как будто легко! постоянные придирки, что где-то что-то не доделано, утром просыпается (на час позже меня) с вопроса "Завтрак уже на столе"? А почему ты мне молока не налила? А я жена, а не прислуга!».

В отношении обид отметим и то, что зачастую дети воспринимают обязанность что-то делать по дому, как черствость и жестокость родителей, особенно если родители часто укоряют и разговаривают в повелительном тоне. Например, вот что говорит одна девушка, и хотя это рассуждение от страстей и ее родители, судя по ее словам, не всегда правильно себя ведут, мы все же его приведем, чтобы показать, как грешник не может соединить в понятии «любовь» труд для ближнего и стремление его изменить к лучшему:

Интернет – источник: «Помогите мне, пожалуйста. Объясните мне, откуда столько черствости и сухости, а в чем-то жестокости у моих родителей. Они никогда не понимали, что я чувствую. Вся их любовь заключается в том, чтобы заставлять делать меня дела, якобы для моего же блага. Если я случайно не вымыла что-то из посуды, мне говорят: «почему ты не заботишься о нас, ты должна понимать, ты ведь уже большая девочка». … Я не могу понять, что если я не вымыла посуду значит я плохая и я к ним плохо отношусь? ….Мне жалко родителей они делают несчастной и меня и себя, что не могут расслабиться. …Меня не просят, меня именно заставляют, а если не соглашаюсь, на меня орут, что я в жизни ничего не понимаю, не думаю о чувствах других, хотя от них никогда сочувствия не дождешься. А я человек добрый. Но я считаюсь у них злой, если я что-то не сделала. Но ведь совершение любых дел это усилия и если я устала, делая что-то, то, как выясняется, что я плохо старалась, а это не так. Как бы я не объясняла, что они не правы, они стоят на своем. Доводят меня, я устаю от ссор, а потом и вообще ничего не могу. Такое впечатление, что у них внутри нет эмоций, мысли только о делах. Странно. Я тоже думаю о делах, но у меня не возникает желания мучить кого то. Я и так стараюсь все делать хорошо, но им все не так».

На этом закончим приводить примеры об обращении за помощью по домашним делам. И тому, кто часто обращается за помощью к родным и из-за этого происходят конфликты следует понаблюдать, может быть они найдут похожие формы поведения.

## 4.2.1. Христианское учение о просьбах о помощи

Относительно просьб приведем некоторые поучения святых отцов.

### Некоторые поучения святых отцов об обращении за помощью

1. Вначале скажем о том, когда просить помощи.

Так, есть совет о том, что действительно можно обращаться за помощью, если ты в этом нуждаешься. В случае если твой труд каким-то образом связан с другим человеком (например, тебе надо что-то сделать для него или для общего блага), и тебе телесно тяжело, т.к. ты, например, устал, то скажи о своей усталости со смирением.

**Иосиф Исихаст** (Письма, п.17): «Когда тебе как человеку случается быть уставшим или больным, или тебя отягощает послушание, скажи об этом … со смирением».

Но здесь следует заметить, что иногда человек может лукавить или притворяться о своей усталости или немощи. Поэтому, если христианин видит, что он несильно устал, и заметил, что обращается за помощью по зависти или по осуждению, или по саможалению, то тогда для духовной пользы будет полезней не просить помощи, а сделать самому. Если же вы действительно устали и вам тяжело что-то сделать, то надо или отложить это дело, пока не отдохнете, или сказать о своей усталости ближнему и попросить его помочь, если он может.

Что еще очень важно после просьбы, особенно в которой ты говорил о своей усталости или трудностях? Не ожидай, что тот человек тотчас пожалеет тебя, предложит отдохнуть, сам сделает за тебя или сразу же поможет, потому что если он не сделает этого по разным причинам, (как естественным (например, не может сейчас), так и страстным (ему лень)), то ты обидишься. Но твоя обида не будет праведной, т.к. о грешниках, у которых больна совесть и в силе самолюбие, надо сожалеть, а не обижаться (об этом еще скажем ниже).

2. Что надо бы учитывать при просьбах или определении обязанностей.

А теперь приведем совет из житейского опыта, который может помочь. Определите обязанности или обращайтесь за помощью с учетом, что нравится другому. Приведем некоторые примеры, как говорят о подобном компромиссе обычные люди.

Интернет – источники: 1) «Муж должен помогать!!! Что, в принципе, и делает. Готовит просто изумительно (но по настроению) - вне конкуренции! Может все постирать сам (свои вещи), хотя есть машинка. Полы мыл раза два за все время (провинился), но тоже по своему желанию. Посуду моет с недовольством, но в этом случае мне проще помыть самой, чем выслушивать! Компромисс - великая вещь!». 2) «Мой любит готовить, а вот убирать мне приходится!!». 3) «Мой не готовит... вообще... Зато когда попрошу, и посуду помоет, и пропылесосит, и белье погладит. Хотя есть подозрения, что и приготовить хоть кое-что может, но не хочет». 4) «Мой муж меня отстранил от пылесоса. Сказал, что я пылесосить не умею, я так рада была... Заодно пыталась рассказать, что не умею посуду мыть, не поверил... С мытьём полов он тоже сам справляется. Просто 2 года назад у меня была операция на глаза (серьёзная), мне нельзя наклоняться, поднимать больше килограмма. Вот тогда он начал их мыть, а потом беременность, так за ним полы и закрепились».

А теперь приведем пример, как родные могут договариваться в подобных ситуациях.

Интернет – источник: «Я: «Меня действительно это сильно раздражает (что я что-то делаю, а ты отдыхаешь). Ты не думал, что я тоже хотела бы посмотреть телевизор или посидеть в интернете? А ты бы в это время убрался или приготовил ужин?» Он: «Я готов тебе помочь, и все сделать. Но не сразу после работы! Мне нужно какое-то время на отдых. Давай договоримся, что ты будешь давать мне передохнуть? А если не хочешь чего-то делать или хочешь отдыхать – отдыхай. Потом вместе все сделаем».

В этом примере описан хороший выход из ситуации, но им можно воспользоваться, если, во-первых, ближний все же соглашается помогать и делать что-то вместе. Но, к сожалению, далеко не все мужья готовы помогать женам, как в этом примере. Скорее, немало мужей ответит, что они имеют право на домашний отдых, или что делать все по дому – это обязанность жены. И, во-вторых, при подобном обращении за помощью необходимо сознавать, что твои мотивы в требовании помощи далеко не безгреховны, например, тебя гложет зависть, что другой отдыхает, или ты желаешь побыстрее развлечься вместо труда.

3. Что касается, как просить о помощи, то ответ однозначный: со смирением, кротостью и терпением.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.17): «Вместо властолюбивого тона приказаний возьмите навык — всегда просить и предлагать, не угодно ли? — наперед готовясь, если прошение и предложение не будут приняты, или усилить их, или смиренно уступить. Самое же лучшее — самим больше делать, чем возлагать бремя дел на других. Спаситель, заповедав избирать паче быть всем слугою, чем набольшим, указал на самое действительное средство к подавлению властолюбия. Кто положил быть всем слугою, не позволит себе употребить резкого слова и оскорбиться, встретив противоречие. Действование наперекор возникающим движениям такого рода ослабит их, сделает редкими и совсем уничтожит. Но при сем следует, в-третьих, действовать в духе покаянного смирения, с молитвенным ко Господу обращением. Это придает действованию дышащую любовью мягкость и нраву непритязательному привлекательность. Следствием сего будет со стороны всех готовность слушаться и самоохотно во всем покорствовать, предупреждая желания и без приказаний исполняя их».

Итак, просить о помощи надо смиренно и с любовью, а если увидишь, что другой или устал, или раздражен, то не проси сейчас более, а подожди, когда тот будет в лучшем настрое.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл. 5): «Если надобность потребуете пойти на поделие, то … скажи ему с любовью: «не хочешь ли, пойдем на такую-то работу?» Если же в это время заметишь, что брат твой непокоен духом, или слаб телом, то не должен принуждать его теперь же идти с ним, а лучше, отложив сие дело до другого времени, пусть (он успокоится или отдохнет - от сост.)».

Но нам очень часто не хватает терпения и мы начинаем раздражаться и кричать. Поэтому, например, если ребенок (или муж) скажет «сейчас», а сам не начинает делать, то надо учиться ждать и через время спокойно напомнить, что он обещал это сделать. Конечно, бывают случаи, когда ребенок или муж так и не сделают, а бывает, что они бы и сделали, но у нас не хватает терпения, чтобы увидеть сделают они это или нет. Поэтому иногда следует при просьбах не ограничивать дела сроками исполнения (если в этом нет острой необходимости), а попросив, терпеливо подождать, когда другой сделает.

4. Но что же делать, если и попросили мы с кротостью, и терпеливо ждали, а ближний так и не сделал дело (что нередко бывает).

Здесь нельзя дать одного ответа, потому что ситуации бывают разные. Например, эту работу не может выполнить человек сам (тяжесть, неудобство одному делать, неумение и т.п.), а есть работа, которую ты сам можешь исполнить. Также можно не хотеть что-то сделать и перепоручив другому, оправдываться разными предлогами (причем одни явно самолюбивые, например: почему я работаю, а он ничего не делает?, мы все живем в квартире; я то же работаю и после работы хочу отдохнуть и т.д. А другие могут быть прикрыты благими мотивами, например: чтобы воспитать не лентяя, чтобы приучить к порядку, чтобы в доме была чистота и т.п.) И во всех этих случаях нужно поступать по-разному. Например, если действительно не можешь сам сделать, то тебе придется напоминать и ждать, пока сделает ближний (или можно пригласить специалиста). А если ты сам можешь сделать, то можно это сделать и самому. Или если ты видишь, что просьба исходит не от твоих чистых мотивов, то лучше увидеть их, и ради борьбы со своей страстью, сделать дело самому. (Обратим внимание, что после того, как ближний не сделал что-то, нам самим приходится это делать, но с какими чувствами? с обидой, гневом, саможалением и т.п. А не легче ли и духовно полезней было бы делать это ради заповедей, и это было бы мирно и смиренно. А так получается, что мы все равно делаем, но при этом получаем духовные раны от своих страстей)

Если говорить о воспитании детей, то есть такой совет психологов, который не противоречит христианскому учению.

Интернет – источник: «Как поступить маме правильно в (ситуации, когда ребенок не убрал за собой посуду после еды?) Она должна сказать: «Я вижу, ты не успел убрать посуду. Пожалуйста, отвлекись от своих дел и сделай это, потому что я сейчас должна отдохнуть после работы и готовить ужин» Спокойная реакция матери не провоцирует ребенка на бунт. Мама не должна убирать посуду сама ни в коем случае. Когда ребенок увидит, что посуду все равно приходится каждый раз убирать, он будет делать это вовремя, так как сразу после еды посуду помыть удобнее, чем вечером».

5. Далее приведем советы святых отцов в отношении взрослых, в которых говорится о христианских поступках и добродетелях (которые, к сожалению, не все христиане готовы исполнять).

Так, есть советы о том, что полезней самому делать, чем просить.

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.17): «Самое же лучшее — самим больше делать, чем возлагать бремя дел на других. Спаситель, заповедав избирать паче быть всем слугою…».

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «Сам брат должен сознаться (осознать), (что) братия, не помогающие ему в служении, более пользуют его (приносят ему пользу), ибо вся полная награда от Бога останется ему одному».

**Филарет Дроздов** (т.3, Слово в день Благовещения Пресвятыя Богородицы): «Обида ли, делом нанесенная, раздражает тебя? – размысли, что лучше, обидчиком ли быть, или обиженным? Без сомнения лучше быть невинным, нежели виновным».

А вот рассказ о том, как реагировал святой подвижник на то, что его просьба не выполнялась.

**Устав преп. Пахомия Великого** (гл. Житие пр. Пахомия Великого): «Пришел к нему один анахорет; ведя с ним беседу, пр. Пахомий велел ученику своему Феодору приготовить что-нибудь поесть пришедшему брату. Враг, хотевший искусить святого Авву нетерпеливостью, сделал, чтоб Феодору послышалось совсем другое, нежели, что было сказано. Тоже самое случилось и когда он, видя, что Феодор ничего не делает, дал тоже приказание эконому, случайно тут проходившему. Тогда пр. Пахомий, не зная о вражеской козни, видя только, что ни Феодор, ни эконом не делали, что им было приказано, рассудил сам в себе, что верно Господь попустил это, чтоб он показал опыт своего терпения в настоящем случае; почему встал с радостным лицом и сам приготовил, что нашлось для угощения своего гостя. Проводив потом гостя, он позвал к себе Феодора и эконома и спросил их, что значит, что они его не послушались. Они отвечали, что они ничего другого не слыхали, как приказание оставить его посвободнее побеседовать с анахоретом. Из этого ответа пр. Пахомий увидел вражескую кознь, и со вздохом сказал: «Благословен Господь, подавший мне терпение и давший уразуметь кознь злого духа. Научитесь из этого, дети мои, хранить кротость и терпение в подобных случаях; ибо я знаю, что враги нашего спасения непрестанно расставляют нам сети на искушение наше».

В общем можно сказать, что если ты желаешь спасения, а не только исполнения каких-то домашних дел, то для своей духовной пользы воспринимай эти дела как послушание и служение немощам ближних, и смирись и не ссорься.

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в. 692): «Если же из (твоих действий) может произойти ссора, то для пользы души своей предоставь оное дело Богу, и что будет, то будет по воле Божией».

А это значит, если Богу будет угодно, то тебе помогут, а если нет, то учись смирению и терпению.

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 609): «Если угодно Господу, то Он внушит им помочь тебе».

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в. 690): «Итак, если бы Богу угодно было, чтобы тебя напитали (помогли – от сост.), то он внушил бы им принять тебя (помочь – от сост.); если же они тебя не приняли, то, очевидно, что сие не угодно Богу, и люди не виноваты. Все, что ни случается с человеком, служит к испытанию и спасению его, чтобы он потерпел и во всем укорял себя как недостойного».

### На первом месте у христианина должна стоять помощь другому человеку

Мы, христиане, должны постоянно помнить, что первое дело христианина - сделать что-то для другого, и особенно, когда тот просит, а для себя сделать - есть дело второстепенное.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл.3): «Если позовет тебя брат твой в то время, когда ты занят своим рукоделием, поспеши узнать, чего он желает, и, оставив свое дело, помоги ему».

**Евергетин** (т.3, гл.36, 4,1): «Все, что делается по Божией заповеди, - это дело души…. А работать и копить средства для самого себя следует считать делом второстепенным. «Разъясни мне это, - … попросил брат» «Вот, ты услышал, - ответил старец, - что я заболел, и тебе нужно меня навестить. А ты говоришь про себя: «Но тогда я должен буду бросить мою работу и пойти к старцу? Нет, лучше сначала закончу свое дело, а потом пойду к нему. Потом у тебя находится еще какой-нибудь повод остаться и никуда не ходить. Или брат попросит тебя: «Не откажи помочь мне брат». А ты думаешь: «Что же это, мне нужно бросить свое дело и идти работать вместе с ним?» Но если ты не пойдешь помогать ему, то презришь заповедь Божию, которая и есть дело души, а делать будешь только вспомогательное дело, каким и является твое рукоделие».

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.4, гл.12): «(Древние монахи)... сидя в келиях своих и занимаясь рукоделием и размышлением, как скоро услышат звук ударяющего в дверь, который зовет их на молитву, или к какому либо делу; то каждый тотчас выходит из своей келии, так что занимавшийся письмом бросает писать на том месте, где застанет призыв, не смея даже докончить начатой буквы, потому что они не столько пекутся о совершении дела и своей пользе, сколько о том, чтобы доказать свое послушание, которое они предпочитают не только рукоделию, чтению, молчанию, покою в келье, но даже всем добродетелям, так что они готовы претерпеть все невыгоды для того, чтобы только ни в чем не нарушить доброго послушания».

В патериках и жития святых есть много примеров, когда истинные христианине помогали всем, не думая о себе и своих делах, например:

**Изречения подвижников Греции** (Сост. Дионисий Тацис, гл.6, 25): «Старец Гавриил всегда готов был послужить братии. Однажды некий пустынник попросил у него какое-то растение. Старец, несмотря на свои почти девяносто лет и усталость после совершенного всенощного бдения, с великой готовностью и юношеской ревностью помчался в сад, спустился по длинной лестнице, чтобы принести растение и утешить брата».

**Евергетин** (т.3, гл.36, 3,5): «Если ты совершаешь рукоделие, а брат тебя позовет, сперва спроси, что он хочет, а, узнав, совершай это дело наравне с ним, а о своем забудь. Если за работу положена плата, раздели ее с братом, чтобы он не позавидовал тебе. А если дело небольшое, и один скажет другому: «Иди, делай свою работу, брат, а с этим я один справлюсь», то следует послушаться его».

**Троицкие Листки** (ст.562): «О преподобном Макарии рассказывают: приходит он однажды к соседнему отшельнику и застает его больным. Святой старец спрашивает болящего, не хочет ли он чего съесть? А в келье у больного ничего не было. Больной просит душистой лепешки (пастилы). И старец Божий, чтобы успокоить болящего брата, не поленился сходить в Александрию и достать ему пастилы. …Когда авва Феодор Еннатский жил в пустыне, однажды он пошел в хлебную приготовить себе два пшеничных хлебца. Там он застал брата, который хотел испечь себе хлебы, но не имел никого, кто бы помог ему. Феодор оставил свое дело и пособил ему. Но только что окончил с ним, приходит другой брат. Он и ему помог испечь хлебы. После того приходит третий брат: и этому Феодор помогает с любовью. Так перебывало в хлебной шесть братии, и каждому помогал Феодор и только тогда испек он свои два хлебца, когда никого не было уже в хлебной. Следует заметить, что он не был какими-нибудь правилами обязан всем помогать: он делал это по братской любви, и нимало не роптал. То ли бывает в миру? Там не будут много ждать: очередь — правое дело».

Также следует знать, что делания для других могут не быть истинным благотворением, потому что делаются они не по любви и не ради заповедей Божиих. Приведем поучение об этом на примере благотворения милостыней.

**Филарет Дроздов** (т.4, 221. Слово по освящении храма Рождества Пресвятыя Богородицы…): «Пророческое слово: да узрят нищии, и возвеселятся: взыщите Бога, и жива будет душа ваша: яко услыша убогия Господь (Пс. 68, 33. 34). Пророк ублажает благотворящего, но не всякого, а благотворящего разумно. … Если бросаю нищему монету (делаю что-то – от сост.) без внимания, или с мыслию освободиться от докучливой просьбы, или с тем, чтобы похвалиться милостынею: в сем нет доброго разумения. Такое благотворение не ведет к блаженству, и разве только может, скрывая в себе некую искру доброго желания, приготовить к лучшему образу благотворения. Благотворение с разумом бывает не одинаково. Некоторые имеют правилом большую или меньшую, по своей силе, милостыню подать всякому требующему, с тою мыслию, чтобы всякому оказать любовь, и ни кого не осудить, как недостойного: это добрый и смиренный разум благотворения. Некоторые благотворят, по усмотрению нужды, а к тунеядствующему или злоупотребляющему благотворение, не простирают руки, не потому, чтобы кого-нибудь осуждали и отвергали, но чтобы не давать в ближнем пищи греху: и это справедливый разум благотворения. Некоторые, примечая, что плод частного благотворения не редко бывает не верен, и обыкновенно не велик, предпочтительно входят в участие благотворения общественного: есть и в сем разум благотворения, достойный одобрения. Некоторые, не удовлетворяясь благотворением вещественным, употребляют оное преимущественно, как степень к благотворению духовному, к просвещению неведущих, к исправлению впадших в пороки, к утверждению бедствующих в вере и уповании на Бога: это преимущественно Христианский разум благотворения. Некоторые, охраняя себя от тщеславия и лицемерия, и желая дела человеколюбия соделать жертвою Богу, особенно подвизаются о том, чтобы их милостыня была тайная: это Самим Христом открытый разум благотворения. Таковы духовно-разумные образы благотворения».

Приведем и еще некоторые советы тем, у кого просят что-то сделать.

Так, следует стараться не гневаться и отвечать спокойно (сейчас приведем высказывание обычного человека).

Интернет – источник: «Ведь даже отказаться что-то делать можно культурно, а можно по-хамски. Можно было просто сказать - ой, зай, я сегодня чего-то устал, давай я завтра это сделаю. А можно прочитать тираду нравоучений, что типа раз ты дома, то ты и делать должна».

Есть и такой совет как относиться к словам ближнего, если он обличает тебя в лени.

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п.11): «…если же случится когда облениться кому-либо из вас и другой напомнит ему о сем, то он не должен негодовать, но имея в виду пользу сего напоминания, должен благодарить напомнившего ему, кто бы он ни был».

А вот совет о том, что если не хочется делать порученное тебе – борись с собой.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл. 3): «И когда они поручат тебе дело, которого не хочется тебе делать, борись со своею волею, пока не совершишь оное, дабы не оскорбить их, и вместе с тем не погубить твоей обычной покорности, и не нарушить их мирного сожития».

Вообще, многим из нас нужно помнить, что делать дела нужно ни с саможалением или вынужденно, потому что ничего не можешь изменить или противостоять, а с доброхотностью и горячим желанием помочь ближнему.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 2 Кор., 9,7): «… подаяние (или какое-то дело надо чтобы) шло из сердца, как сочная трава из жирной земли. В подтверждение этого (ап. Павел) приводит и свидетельство из Писания, говоря: «доброхотна бо дателя любит Бог» («Милосердый будет благословляем») (Притч. 22, 9)».

**Паисий Святогорец** (Духовная борьба, ч.2, гл.3): «(Вопрос) Геронда, Вы хотите, чтобы наши сердца трепетали от горячего желания принести ближнему облегчение и успокоение... (Ответ) Да, потому что, стараясь облегчить участь ближнего, доставить ему покой и при этом всецело предавая себя в руки Божии, ты не выбиваешься из сил».

### При лени другого не следует обижаться на его нелюбовь

Выше приводились примеры о том, что некоторые люди ждут, что им предложат помощь по собственной инициативе, и не видя этого, обижаются. Скажем несколько слов об этом.

Обычно это ожидание связано с обидой, которая возникает при саможалении. И если спросить у такого человека: «а почему ты просто не попросишь о помощи?», то зачастую слышишь неразумный ответ: «а он что сам не знает?»

Почему мы обозначили этот ответ как неразумный? Во-первых, потому что человек (в данном случае муж или ребенок), возможно, привык к тому, что вы все делаете сами или его приучила к этому мать, и ему даже в голову не приходит мысль, что он должен что-то делать. В этом случае у него нет ни ответственности, ни самостоятельности, ни умения, ни любви к тому или иному труду. Во-вторых, человек может чем-то занимается и быть увлеченным своим делом (даже если это не труд, а просмотр фильма) и даже не подозревать, что вам нужна помощь. В-третьих, потому что для того чтобы проявить инициативу человек должен отвергнуть свое самолюбие и гореть жертвенной любовью. А возможно ли так всегда поступать для грешников?...

И вот что святые отцы говорят по этому поводу.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл. 5): «Если имеешь нужду в чем либо, а брат твой не догадался сам дать (или сделать – от сост.) тебе оного, не скорби на него за сие, но с доверчивостью и простотою попроси его так: «окажи любовь, брат, дай мне сию вещь, потому что я имею в ней нужду (или сделай дело – от сост.)»: ибо такова святая чистота сердца. Если же ты не скажешь ему откровенно, но будешь роптать и укорять его в сердце твоем, то сам себя подвергаешь осуждению».

Есть и такой ответ, что ждущему, но не просящему о помощи, хочется, чтобы ближний проявил заботу о нем, и это будет очень приятно. Скажем несколько слов и на это.

Все люди знают, что когда любишь - стремишься помогать любимому и жалеешь его, и соответственно, когда не любишь – не помогаешь и не жалеешь. И именно поэтому, если кто-то не поможет тебе, то зачастую возникает мысль или слова: «ты меня не любишь», и становится обидно и жалко себя.

Кратко рассмотрим, что же происходит на самом деле.

Во-первых, как мы уже не раз говорили, в тот момент, когда у человека действует самолюбие, эгоизм и лень, то он не может проявлять любовь и сострадание к другому, потому что он в это время жалеет себя, не желая трудиться. Это законы греха и плотской любви.

Во-вторых, те, кто говорят о нелюбви другого, также в это время жалеют и любят себя. И, обижаясь или злясь на того, кто тебе не помогает, пребывают в нелюбви к нему, и также нарушают заповедь о любви.

В-третьих, о нелюбви могут быть говорить не только те, кому не помогают, но и те, кого просят или заставляют что-то делать. Так, очень типичной является ситуация, когда родители говорят детям что-то сделать, и они тут же говорят, что те их не любят.

В-четвертых, в христианском учении говорится, что не нас должны любить, а чтобы мы любили.

**Авва Дорофей** (Послания преп. аввы Дорофея): «Никто не говорит ближнему своему: “зачем ты не любишь меня”? Но сам, делая достойное любви, привлекает и ближнего к любви».

**Макарий Оптинский** (Собрание писем, т.3, п.51): «Тебя не любят — ты люби их, то, что тебя не любят, не от тебя зависит, а их любить состоит в твоей воле и есть твоя обязанность, ибо Господь заповедал: любить не любящих нас, но врагов (Мф. 5, 44), а когда в нас этого нет, то и кольми паче должны мы смиряться и прогонять гордость и молиться о сем Господу».

Итак, несмотря на то, что твой ближний, к сожалению, по своему самолюбию, не помогает тебе, ты должен проявить к нему любовь и послужить ему.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.8, 11-21): «Христианство, прежде всего по своему практическому осуществлению, есть служение ближним. Господь пришел для того, «чтобы послужить и отдать душу Свою для искупления многих» (Мк. 10, 45). А так как Он требует от Своих учеников, чтобы они следовали за Ним, то есть подражали примеру Его жизни, то ясно, что обязанность служения лежит на всех христианах и должна составлять главную цель их деятельности. «Кто хочет идти за Мною, — говорит Он, — отвергнись себя и возьми крест свой, и следуй за Мною» (Мк. 8, 34). «Кто не берет креста своего и следует за Мною, тот не достоин Меня» (Мф. 10, 38). Другими словами, кто не подражает Господу в служении ближним до готовности положить за них душу свою, как это сделал Спаситель, тот не достоин Его».

Есть и такой совет тем, кто видит, что к нему не проявляет любовь другой человек:

**Амвросий Оптинский** (Письма к монашествующим, п.297): «Полезно нам всегда помнить, как мыслила блаженная Феодора, которая, при противном обращении с ней других, говорила себе самой: «Ты недостойна любви ближних»».

Также не следует ждать благодарности и признания, если мы что-то делаем для ближних, т.к. зачастую именно от ожидания происходят обиды.

**Паисий Святогорец** (Духовная борьба, ч.2, гл.1): «Геронда, а я, делая какое-то доброе дело, огорчаюсь, если оно не получает у других признания. (Ответ) Послушай, но какого признания ты хочешь: от Христа или же от людей? Разве ты можешь получить от чего-либо пользу большую, чем признание Христа? И что за польза в том, что люди будут обращать на тебя внимание? Если люди будут признавать сделанное тобой добро уже сейчас, то потом, в жизни вечной, ты услышишь: «ты получил уже доброе твое...» (Лк. 16,25). Нам следует радоваться тому, что другие не признают наших трудов и оставляют нас без [человеческого] воздаяния, поскольку Бог учтет эти [по-человечески неоплаченные] труды и воздаст нам за них вечной платой. Поскольку существует божественное воздаяние, будем стараться сделать какой-нибудь — пусть и малый — вклад в Божию "сберегательную кассу"».

**Иоанн Златоуст** (т.9, ч.1, б.41): «Будем благодетельствовать тем, которые не чувствуют, что им благодетельствуют, чтобы они, воздавая нам похвалы или что другое, тем не уменьшили нашей награды. Если ничего не получим от людей, то тем больше получим от Бога».

# Раздел 4.3. О стремлении изменить лень другого человека

Далее скажем о том, что когда мы видим, что ближний ведет себя неправильно, то мы всегда стремимся его изменить. (Более подробно об этом еще будет идти речь в конце нашей темы о конфликтах в семьях, а сейчас только кратко остановимся на этом вопросе, чтобы показать, что у нас не всегда бывают благие мотивы).

В данном случае, когда мы видим, что другой ничего не делает по дому, и нам приходится все делать одному, то мы задаем вопрос, что делать, чтобы ближний стал нам помогать. Как правило, мы спрашиваем не о том, как мне правильно поступать, чтобы не согрешать, а о том, что мне делать с ближним и как его изменить. Далее поговорим об этом подробно, т.к. мы, грешники, настолько привыкли стремиться менять других людей, что даже не видим, что нередко мы, руководствуясь благим намерением, лукавим и согрешаем. Заметим, что помогать измениться ближнему – это доброе дело, но как и почему ты это делаешь, может быть не по христианским добродетелям.

И, несмотря на то, что мы будем говорить о лени, все приведенные ниже советы о правильных реакциях на согрешения ближних, подходят абсолютно ко всем страстям и прегрешениям других людей.

Напомним и то, о чем отмечали в начале раздела. Как правило, исправить лень взрослого намного труднее, потому что, во-первых, страсть в нем укоренилась, и для того, чтобы она потеряла силу, человек должен осознать свою неправоту и должен стараться измениться. Во-вторых, самолюбивые навыки нелегко проходят, даже если в человеке и произойдет осознание и решимость. К тому же у каждого грешника выработалась масса самооправданий, которые не дают душе измениться. В-третьих, взрослый может легко отказываться от дела, о котором его просят. А что касается лени ребенка, то его страсть еще не настолько укоренилась в силу возраста, и он не так смел в отказе, т.к., например, боится наказания. Это что касается ленивого ближнего. Но и у того, кто делает по дому, также могут быть страсти, которые тяжело изменить или о которых он не знает.

У тому же каждый грешник не печется об исправлении и угождении Богу, а значит его душа не может постоянно пребывать в добре и совестном отношении к другому человеку.

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл 67): «…человек, у которого сердце совершенно погребено в земном, который всегда ест со змием персть, никогда не печется о благоугодном Богу, но утомлен и расслаблен всем телесным, не имеет попечения ни об одной добродетели, по причине всегдашних сношений с людьми и рассеяния в забавах, и представляет какие-либо к тому предлоги, - такой человек действительно, по этой лености и праздности, стал далек от доброго».

И это касается и нас, и наших ближних…

### Примеры об удачном и неудачном исправлении лени ближних

Вначале приведем примеры о том, как одним женщинам удалось добиться, чтобы мужья им помогали, а другим не удалось. При этом одни мужья уже умели что-то делать по дому, а другие нет, и, конечно, первый вариант легче. Мы же будем ставить акцент на том, какими способами пользовались люди для исправления ближнего (и зачастую они вовсе не соответствуют христианским правилам и добродетелям)

Итак, одним женщинам удалось путем ссор добиться, чтобы члены семьи делали что-то по дому.

Интернет – источник: «У меня муж по дому умеет делать все: и стирать, и готовить, и гладить, и убираться. Благо с 17 лет один живет, поэтому сам себя обхаживает. Но было у нас такое, что он хотел весь быт на меня скинуть, хотя я работаю не меньше его и зарабатываем одинаково. Так я такие дома скандалы устраивала, чуть ли не до развода. Если я пришла с работы, у него выходной, а поесть не приготовлено, то … по квартире летало все, что плохо лежит!!!! сейчас весь этот бардак закончился, и мы с ним делим весь быт пополам».

Есть жены, которые стараются исправить мужей крайними методами, а у других мужья так делать не позволят.

Интернет – источники: 1). «У меня первые полгода так было: я работаю каждый день до 18-00, а муж вахтовым методом (он машинист). Поначалу прибегала с работы готовила, убиралась, машинку заводила, за котом прибирала, потом на себя минут 40, и вымотанная ложилась спать. Надоело, пришла как-то домой на столе крошек тьма, я беру и рукой на пол все смахиваю, и говорю: "Не вытер, теперь пылесосить будешь" В раковине посуды полно, открываю форточку, первый пошел, второй пошел... Теперь, говорю, будем жить так. После этого посуда за собой вымыта, плита почищена, крох нет. А как-то неделю не готовила, понял какого это, теперь и приготовить может. При этом приговаривает "Видишь, как я ради любимой женщины поменялся"» 2) «Не идите вы на кухню после работы, а бросьте сумки в коридоре и залезайте в горячую ванну с книжкой, включайте музыку, если курите, можно и сигаретку в зубы. Часок-другой поваляетесь, потом маникюрчики-педикюрчики прямо у мужа на глазах, пока он жрать не захочет - а сумки в коридоре, посуда - в раковине. А потом - ох, спать хочу, целую, милый, прошу не беспокоить. Эх..это вообще-то мой сценарий. У меня срабатывает. Правда, муж надолго надувается, но зато потом хоть чуть-чуть да активизируется. Можно еще, прямо не переодеваясь, завалиться красивенькой с ногами в кресло, взять пульт от телевизора и общелкаться, а его попросить ужин приготовить». 3) «Если попробовать спрятать всю посуду, оставив для каждого члена семьи по одному прибору. И для всех все разное, со своим рисунком. Свое загадит, не из чего чаю будет попить, А вы сварите еду, в грязную тарелку положите». 4). «Мой бы мне, наверное, психушку вызвал, если бы я тарелки из окна выкидывать стала…».

Другие жены меняли отношение своих близких к домашнему труду путем терпения, похвалы и ласки (и это уже в чем-то соответствует христианскому учению).

Интернет – источники: 1) «Я год сидела дома, готовила, убирала, стирала и т.д. и т.п. А потом как вышла на работу сразу решительно сказала, что он мне должен помогать. И теперь завтрак - это его обязанность. Сначала бубнел, что-то на кухне: "ты маленького мальчика заставляешь работать ни свет, ни заря! эх, не любит меня жена" Я тихонько посмеивалась, но гладила по голове и говорила, какой он у меня умничка. Да, большая часть работы держится на мне, но только потому, что, я знаю, что сделаю это лучше.... За 6 лет аккуратненько подвоспитала» 2). «Поделюсь нашими маленькими достижениями. В пятницу по дороге домой сказала ему, что у нас "день мужской готовки", он обиделся моментально и замолчал… Уже подъезжая к дому, спросила, тебе что надо, чтобы готовить, может купить что-то? Молчание в ответ… Я говорю, просто можем ведь и с пельменей начать. Муж оживился, да, давай пельмени. В общем заехали, купили самые дорогущие пельмени, сам сварил, покушали. Говорю, посуду помоешь? Помою… Помыл. Вечером старалась поощрять всеми силами, какой он у меня молодец и все такое! Попросил конкретно с готовкой его сильно не парить, ну просто, потому что душа не лежит, сказал посуду буду мыть всегда, полы подметать щеткой, мусор, пыль вытирать. По-моему, уже весьма неплохо». 3). «Мой тоже сначала ничего не делал, я с ним спокойно поговорила, что если он мне чем-нибудь поможет, это никак не оскорбит его …В итоге он у меня стирает, вернее закидывает в стиралку, моет посуду в посудомойке или руками если там пара кружек, пылесосит, мусор выносит. Всё остальное на мне, так как готовить он не умеет. В общем, пришли к такому решению, что обязанности по дому разделили пополам, все довольны».

Это примеры, когда люди добивались каких-то результатов в приобщении к домашним делам супругов. Но есть немало случаев, когда это не удалось сделать.

Так, есть немало женщин, которые поняли, что исправить мужа или детей не могут, и перестали это делать.

Интернет – источники: 1). «У меня есть только один пример - это мой муж, и вот живем вдвоем уже почти пять лет и только последние года 2-3 живем спокойно, потому, что я уже забила на все эти перевоспитания, так как толку от них никакого!!! он тоже один в семье, и не то что убираться, но даже за собой нормально следить не может! еще в институте учились, одинаковую стипендию получали, плюс я еще и работала, и то когда просила посуду помыть после ужина, который я готовила, такой отпор встречала, типа я мужчина и посуду мыть не должен! и так яростно он это право отстаивал, что жутко становилось, хотя знаю точно, что мной очень дорожил и боялся потерять. Были, конечно, моменты когда я болела, тогда он старался приготовить, посуду помыть…» 2). «Моя мама тоже долго пыталась переделать папу, но со временем прекратила! Правда, папа более-менее, особенно со временем стал помогать, ванны-унитазы-полы не моет, конечно, но приготовить может, и посуду помыть, и мусор без проблем, и главное в жизни никаких претензий от него не слышала! Смутно помнится, как родился мой брат, тогда он помогал очень много! И счастлив был, как ребенок, единственный сын».

Есть и такие жены, которые увидев, что муж ничего не делает, сами поступают также (но, конечно, если муж несильно или вообще не предъявляет претензий).

Интернет – источники: 1) «… если муж начинает жаловаться, что я редко готовлю или просит что-нибудь приготовить, если мне не хочется или устала, я так и говорю "не хочу, не буду". Пыталась раньше как-то его привлечь к домашним делам, но потом решила и сама не буду сильно напрягаться (убираюсь по настроению, готовлю в общем-то тоже) и его не буду нервировать, и сама нервничать не буду, и все счастливы». 2) «Мой муж никогда и ни за что не будет мыть посуду, убирать, стирать, выносить мусор. Как-то билась в истерики – типа, я не завтракаю, ты что не можешь за собой посуду убрать. Он ответил: «Что ты проблему на голом месте строишь?!». Вот теперь и не делаю проблему. Есть настроение – что-нибудь приготовлю, уберу. Нет – валяюсь и смотрю телек... Запишитесь на шейпинг и т.д. И говорите: «Сегодня я прихожу в 10.00. Бутерброды в холодильнике. Всем пока» У Вас пропадет мысль, что Вы станочный работник».

### Примеры типичных аргументов людей, почему надо исправлять ленивого ближнего или обращаться к ним за помощью, когда в этом нет необходимости

Каждому известно на личном опыте, что мы возмущаемся ленью ближних, потому что нам приходится делать работу за них или для них. При этом мы приводим различные доводы своей правоты. И мы уже не раз говорили, что самолюбие лукаво. И сейчас еще раз посмотрим, в чем может быть скрыто наше лукавство, когда мы ратуем за исправление ближних.

Далее назовем основные типичные аргументы, почему люди считают, что надо исправлять лень ближнего.

1. Очень часто речь идет о распределении обязанностей между супругами.

Причем мужья любят ссылаться на то, что мужчина должен зарабатывать, а жена – вести хозяйство.

Интернет – источник: «Ты - жена, твой удел - занятия по хозяйству».

Жены же, которые работают и зарабатывают практически столько же сколько мужья, практически всегда на это отвечают, что если бы муж их обеспечивал достаточно, то они бы не работали и занимались хозяйством.

Интернет – источник: 1) «Мой сначала кричал: не мужское это дело делать что-то по дому! Так я сказала, что у хорошего мужа жена должна тогда вообще не работать, тогда буду дома все делать. А пока мы оба работаем, то все будем делить поровну, я мол в "рабыню Изауру" не нанималась: и домашние дела делать и на работе!». 2). «Мой тоже иногда возмущается, что мужчина не должен выполнять женскую работу, но у меня разговор короткий - сразу выдаю ему монолог на пол часа о том, где это такое написано, что женщина должна всё делать по дому, а мужчина значит после работы - на диванчик с газеткой?!». 3) «… надоел уже этот маразм. Кормилец, защитник и так далее. А за собой тарелку вымыть переломишься? Я за равное распределение обязанностей в семье. Пусть и уборкой, стиркой, готовкой занимаются оба супруга. … Поел - вымой за собой. Никто не обязан убираться за тебя лишь потому, что ты мужчина». 4). «Я хочу чтоб в нашей семье было равноправие: если мои мужики работают во дворе или в поле, то конечно я уберусь, наготовлю вкусненького. А если они сидят дома и ничего не делают, то почему я должна одна все делать, а они у телевизора или компьютера?» 4) «Насчет готовки и домашних обязанностей - мы их разделили: я убираю квартиру, любимый готовит. Посуду моем оба. Я, конечно, тоже могу приготовить﻿ иногда, но не люблю. Я считаю, так правильно, мы оба работаем, почему я должна одна все делать?».

Есть и мнение, что если женщина ухаживает за мужем – это низко.

Интернет – источники: 1). «Как так можно? Отдавать себя полностью мужчине, растворяться в нем, забывая про себя. Вы стираете его грязные носки, терпите его друзей, подтираете за ним сопли. Где ваша гордость? Это просто унизительно. Искренне не понимаю женщин, которые на себе ставят чуть ли не крест и живут мыслями, мечтами и жизнью своих мужчин. "Женщина должна служить мужчине и получать от этого удовольствие." Да даже звучит пошло». 2). «Я считаю, что такие женщины не достойны уважения, поскольку позволили унижать себя. Если женщина начинает всячески "служить" мужчине, это говорит о том, что она не уважает себя, свои честь и достоинство и абсолютно ничего не представляет из себя в этой жизни и не способна добиваться чего-либо самостоятельно. Как же это унизительно! Я просто не понимаю, как можно до такого опуститься? Это же нужно полностью потерять уважение к себе. У нас, вообще-то демократия, если не ошибаюсь, поэтому я против того, чтобы представитель одного пола (неважно, какого) ставил себя выше другого или позволял другому унижаться. Я понимаю, любить мужчин, проявлять эту любовь, но полностью растворяться в мужчине - это отсутствие гордости и самоуважения, во-первых, во-вторых, собственных принципов и жизненных ориентиров. Женщина имеет полное право быть личностью и не угождать мужчине во всем. А так поступают только те субъекты, которые как личности полностью разложились. Они не достойны уважения».

 (Об этом доводе мы будем говорить отдельно, в главе о правом и неправом распределении обязанностей между мужем и женой)

2. Зачастую можно услышать: «Я что? служанка (или слуга)».

Это могут говорить, как и те, кто делает по дому определенную работу, так и те, кто не делает.

Интернет – источники: 1) «Мне так хочется сказать свекрови: не прислуга я вашему сыну, моему мужу!!!». 2) «Сегодня (муж и сын) с утра собираются поковыряться в "железках", я опять руки в боки, суббота вроде как, уборка. Спрашиваю, кто будет мне помогать, ответили, что у них свои мужские дела. Я сделала, вид, что ужасно оскорбилась! прочитала всем лекцию, что я не прислуга в доме, хотя очень люблю заниматься домашними делами. В итоге уборку делали все вместе».

(О доводе о слуге, мы будем говорить чуть позже).

3. Есть и такой аргумент: «Я что не имею право заниматься своими делами, а должна только всем подносить и убирать?».

Это происходит, когда люди жалуются на лень других, но при этом хотят, заняться собой или своим делом для своего какого-то удовольствия.

Интернет – источник: «А вчера опять поссорились (после того, как) ребенка спать уложила на ночь, сама в ванну зашла маску сделала, разделась, вся в предвкушении теплой ванны, но не успела залезть, заплакал ребенок, муж врывается и опять орет на меня, что ты за мать такая, не слышишь, как ребенок плачет, а все лицо мажешь, на это у тебя время есть… Моему возмущению не было предела, я говорю: «ты отец, возьми и успокой....», в общем, пришлось опять напяливать халат и убаюкивать ребенка. Вот как тут быть? компьютер получается дороже ребенка. Ванну я, конечно, приняла, но уже не с таким настроением, помылась и надутая легла спать, сейчас с ним не разговариваю».

4. Следующий аргумент о несправедливости.

Интернет – источники: 1). «Они ленятся, а другие вынуждены выполнять за них их работу. Между прочим, бесплатно». 2). «Несправедливо, что я работаю, а другие нет. Тем более что я работаю для них».

На этот довод кратко ответим сразу. Да, на первый взгляд, несправедливо, что другой отдыхает, а ты работаешь. Но в христианстве есть свои законы, отличные от законов плотских людей (мы сейчас не будем останавливаться на это вопросе, а приведем одно поучение на эту тему).

**Паисий Святогорец** (Духовная борьба, ч.2, гл.1,3): «…те, кто терпит несправедливость — самые любимые Божии чада. Ведь терпя несправедливость, эти люди носят в своем сердце потерпевшего несправедливость Христа. … Если ты [безропотно] принимаешь несправедливость и оправдываешь своего ближнего, то в своем сердце ты принимаешь многажды онеправдованного Христа. …. Справедливость Божественная — это когда ты делаешь то, что доставляет покой твоему ближнему. К примеру, если тебе нужно разделить что-то между собой и ближним, то дай ему не половину того, что имеешь, а столько, сколько он хочет. Спроси его: "Сколько ты хочешь взять себе? Две с половиной, три части? На, возьми их". Отдавай другому хорошее, а себе оставляй гнилое. Отдавай другому большую часть, а себе оставляй меньшую. Вот представь, что сестра приносит нам сейчас десять слив. Съев от чревоугодия восемь слив и оставив тебе две, я поступлю с тобой несправедливо. Сказав: "Поскольку нас двое, то я съем пять, а пять останутся тебе", я поступлю по человеческой справедливости. А если, увидев, что сливы пришлись тебе по вкусу, я съем только одну и скажу тебе: "Окажи любовь, доешь остальные, а то мне они не очень нравятся, да так тому же у меня от них болит живот", это будет справедливостью Божественной. — То есть в чем заключается человеческая справедливость? — Человеческая справедливость заключается в том, что когда тебе нужно, к примеру, с кем-нибудь поделиться, ты одну половину даешь ему, а другую оставляешь себе. ……Христос смотрит на степень несправедливости, которую претерпевает каждый человек, и на степень его жертвенности для того, чтобы воздать ему соответствующую мзду».

5. Есть и такой распространенный довод при возмущении на лень ближних: «я тоже устал».

Это могут говорить и те, кого просят помочь, и те, кто все делает. Конечно, если человек много трудится и на работе, и по дому или только по дому, потому что ему никто не помогает, то он будет уставать. (Об усталости, которая есть действительная, а есть мнимая, и о том, что усталость часто идет рядом с ленью, мы уже говорили в разделе 4: «Конфликты по поводу выполнения домашних дел, связанных с усталостью членов семьи, которая относится к страсти уныния и печали»).

6. Если речь идет о ленивых детях, то родители говорят о том, что дети должны учиться и помогать родителям, и поэтому их возмущения – это воспитательный процесс.

(Вопрос о воспитании сейчас не будет рассматриваться).

### О возможном лукавстве при желании изменить других людей

Итак, зачастую причиной осуждения, гнева и обид на ленящихся людей является то, что нам приходится делать за них работу, а нам этого или не хочется, или по той же лени, или по усталости, или потому, что мы жалеем себя делать больше, чем мы уже делаем. И в вышеприведенных примерах, четко видно, что при желании изменить другого, есть свои интересы, но одни говорят об этом прямо, а некоторые лукавят. Причем во время конфликтов и когда жалуемся об этом другим иногда мы можем сказать это прямо, а можем прикрываться благом другим.

Когда мы говорили о самолюбии, то там четко указывалось, что самолюбие и лукавство неотделимы, и зачастую люди прикрывая свое саможаление, говорят о пользе других людей. Также самолюбивый человек обязательно будет стремиться исправить другого, потому что тот каким-то образом задевается его самолюбие, т.е. другой делает что-то, что невыгодно, неудобно или неприятно для самолюбца.

Некоторые же могут не согласиться с этим, и сказать: «мы хотим исправить других». Да, действительно есть такой благой мотив; но бесстрастным он есть только у чистых сердцем, которые действительно могут переживать за других, не учитывая свои интересы, и разумно применять похвалу и увещевание.

**Филарет Дроздов** (Письма, п.10 к Е. В. Новосильцевой): «Но случается, что я вижу доброе, благодарю Бога, прошу сохранить оное, не сказываю о том человеку: потому что похвала не всегда возбуждает, но иногда и усыпляет. А когда примечаю, что могло быть лучше, искренно напоминаю о том людям, желающим исправления и усовершения, не из строгости против их недостатков, ибо знаю, что сам более других имею нужду в снисхождении, но из желания видеть доброе лучшим и растущее зрелым».

А грешник, ратуя о других, обязательно учитывает свои интересы и гневаясь, и тогда его желание не может быть чистым, т.к. плюс на минус дает минус. И мы обычно хотим врачевать не страсть ближнего, а добиться того, чтобы нам помогали и нам было легче. Но по христианскому учению, следует стремиться и исправлять свои страсти, и тот, кто страстный, тот будет страдать и от своих страстей при исправлении других.

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.2, О священстве, сл.6): «Если и тот, кто чист от всякой страсти, что впрочем не возможно, - неизбежно подвергается бесчисленным горестям для исправления погрешностей других, то при собственных слабостях, представь, какую бездну трудов и забот и какие страдания должен перенести желающий преодолеть и свои и чужие пороки!».

Далее. Каждому известно, что когда он ратует за справедливость, за правду, за исправление другого и т.п., то он уверен в своих благих мотивах и считает, что он делает правильно и хорошо. Но святые отцы учат, что грешнику свойственна безрассудная или лукавая ревность, которой только кажется, что он стоит за благочестие.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, ч.1, гл. Фарисей): «Одно из сатанинских оправданий есть безрассудная ревность, принимаемая многими за ревность по благочестию, за святую ревность».

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл. 89): «…тяжкою болезнью страждет тот, в ком есть лукавая ревность. По-видимому, человек, обнаруживаешь ты ревность свою против чужих недугов, а в действительности свою душу лишил здравия. Поэтому заботься лучше о здравии своей души. … Ревность в людях признается не одним из видов мудрости, но одним из душевных недугов, и именно есть ограниченность в образе мыслей и великое неведение».

В лукавой ревности всегда есть смесь самолюбия, гордости, осуждения, обид, саможаления, мести и желания себе облегчения. И поэтому святые отцы говорят, когда ревность бывает неправой.

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.2, гл.6): «…(галаты), под предлогом обличения, мстили другим за свои страсти и обольщали себя тем, что они делают это для исправления грехов других, между тем как на самом деле желали утвердить свое любоначалие».

**Платон Митр Москов**. (т.2, Слово в день рождения … и Великого Князя П.П.): «… (ложная ревность) если вместо защищения славы Божией будет действовать страсть мщения; вместо усердия к пользе истины вмешается корысть собственная; если вместо любви к ближнему будет всем располагать страсть самолюбия».

И при этом может быть, что человек, действительно, будет желать, чтобы ближний перестал быть таким, каков он сейчас, понимая, что он ведет себя неверно. Но тот христианин, кто невнимателен к тому, что происходит у него внутри, у кого нет цели видеть свою греховность и страсти для очищения от них, тот не будет понимать действий своего самолюбия, и будет думать, что он ревнует по Богу, потому что желает исправить другого человека.

**Платон Митр Москов**. (т.2, Слово в день рождения … и Великого Князя П.П.): «… не всякая ревность по Бозе есть приятна Богу. Ибо к действию, самому чрез себя похвальному, если примешается страсть: тогда она все портит и своею строптивостью развращает путь Божественный».

К тому же если ты пытаешься исправить другого со злобой и гневом, то это не есть благо.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 1614): «Злоба приходит иногда в сердце под предлогом ревности о славе Божией или о благе ближних; не верь и ревности своей в этом случае: она ложь или ревность не по разуму; поревнуй о том, чтобы в тебе не было злобы».

Также есть и такое поучение:

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п. 19): «…неприлично кому-либо исправлять брата в то самое время, когда он согрешает против тебя…».

Но не всегда ли мы действуем против этого правила, исправляя других именно тогда, когда нам неудобно, тяжело, невыгодно, руководствуясь своим самолюбием? Пусть каждый ответ сам.

### Нужно трудиться и делать добро, несмотря на лентяев

Ответим и еще на одну ситуацию, которая звучала в примерах, когда не получилось изменить другого, то и сам прекращал делать.

На это в Святом Писании и в учениях святых отцов есть увещевательные слова, например:

**Евергетин** (т.1, гл.25, Ефрем Сирин): «Любезный брат, когда увидишь, что … (другие) пребывают в нерадении, будь осторожен и смотри за собой. А не то начнешь подражать им, пойдешь той же дорогой и будешь осужден вместе с ними на вечные мучения».

**Ефрем Сирин** (О том, как приобретается человеком смиренномудрие, гл.78): «Прилежный же не должен смотреть на ленивых братий. Во время жатвы никто никогда не скажет: «Поскольку ближний не собирает себе пшеницы, то и я собирать себе не буду»».

**Иоанн Златоуст** (т.3, ч.2, Беседа на слова апостола: «Но, имея тот же дух веры, как написано»….): «…(Павел сказав) "если кто не хочет трудиться, тот и не ешь" (2Фес.3:10), он прибавил: "вы же, братия, не унывайте, делая добро" (2Фес.3:13). Эти заповеди, по-видимому, противоположны. Если ленивцам не должно и есть, то, как ты повелеваешь делать им добро? Но здесь нет противоречия, – да не будет. Для того, говорит он, я сказал: "если кто не хочет трудиться, тот и не ешь", чтобы не от милостыни отклонить намеревающихся подать, но чтобы живущих в праздности отклонить от праздности. Таким образом, слова его: "тот и не ешь" возбуждают одних к деятельности страхом угрозы, а слова: "не унывайте, делая добро", побуждают других к милостыне указанием на пользу этого. Дабы некоторые, услышав высказанную против тех угрозу, не перестали простирать руку помощи, он призывает их к благотворительности, говоря: "не унывайте, делая добро". Если и ленивому дашь, ты добро сделаешь».

**Феофан Затворник** (Толков. на 2 Солун.,3,13): ««Вы же, братия, не унывайте, делая добро». Неисправным дал заповедь исправиться, а тем, которые были исправны, внушает пребывать в своей исправности. … Что же именно он (ап. Павел) внушает им? — Чтоб не скучали, не тяготились, не изнемогали, «делая добро». А это «делать добро» имеет два смысла, означает или: хорошо поступая, ведя добрую жизнь, хорошее держа поведение, или: делая добро другим, благотворя. Если принять первое значение, то в словах Апостола надо будет видеть воодушевление исправных на продолжение жизни, противоположной жизни тех бесчинников, жизни безмятежной, уединенной, трудолюбной. … Если принять второе значение, то внушение Апостола будет такое: вы же, оказывающие доселе благотворение даже этим тунеядцам, привыкшим есть чужой хлеб, не отставайте от такого образа действования, не изменяйте такого к ним отношения, продолжайте благотворить им, не скучая и не тяготясь тем и не допуская мысли, будто таким образом добро ваше иждивается даром. Ваше добро нисколько не перестает быть добром от того, что те, на наш взгляд, недостойны милости. Бог солнце Свое сияет на злые и благие, дождит на праведные и неправедные: «будьте и вы милосерды, как Отец ваш небесный милосерд есть» (Мф. 5,45; Лк. 6,35). Нужду надобно видеть в просящем, а не обращать внимание на его неисправность. … блаженный Феофилакт прибавляет: «Хотя кто из них и после этого не исправится, но ты все не стужай (унывай), делая добро».

Хотелось бы заметить, что у грешной души есть неправое мнение, что я делаю что-то ради кого-то (часто мы говорим родным: «я стараюсь ради вас» и т.п.). А если трезво посмотреть, то независимо оттого, если кто-то рядом с нами, мы бы все равно убирали в доме, готовили, стирали и т.д. Конечно, объем некоторой работы был бы меньший. Но в свое время мы сами выбрали семейный способ жизни, и нам хотелось о ком-то заботиться. Так почему же мы ропщем, когда получили то, что хотели?! …

### Не следует отчаиваться, не видя быстрых изменений

Далее скажем тем, кто уже не раз предпринимал попытки исправить ближнего, и они не к чему не приводили. Сразу заметим, если это были попытки не в духе кротости, любви и мудрости, то мы согрешали.

**Иосиф Оптинский** (Сборник «Советы Оптинских старцев христианам, живущим в мiру»): «Если видишь погрешность ближнего, которую: ты бы хотел исправить, если она нарушает твой душевный покой и раздражает тебя, то и ты погрешаешь и, следовательно, не исправишь погрешности погрешностью — она исправляется кротостью».

Поэтому нужно учиться исправлять ближних по-христиански (но не словами о вере, а своими добродетелями), о чем и идет у нас речь. И если уже и после этих попыток ближний не изменится, то на нас греха не будет. К великому сожалению, ближний в любом случае идет по пути греха, а мы не будем идти с ним в случае праведных реакций, и тем самым не случится, что мы вдвоем пропадем, хотя мы и трудились.

Во-первых, действительно одни люди меняются, а другие нет, одни делают это скоро, а другие только со временем. Относительно этого факта, например, свт. Иоанн Лествичник говорит следующее.

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл.27): «Бывают ленивые, которые, вступивши в общежитие находят в нем много удобств, и большую пищу своей лености, приходят через это в совершенную погибель. Но и такие бывают, которые оставляют свою леность».

Итак, люди могут меняться, и, к сожалению, могут не меняться, и надо быть готовыми к этому.

Во-вторых, в утешение тем, кто имеет ленивых родных и может быть отчаивается о том, что они никогда не изменятся, приведем слова простых людей, которые говорят о том, что не всегда ситуации в семье бывают безнадежными (хотя ссоры и своя лень не по христианским правилам). Бывает и так, что муж и не ленив, и умеет кое-что делать, но не проявляет инициативу в помощи, надеясь, что жена все будет делать сама. Но если муж действительно дорожит семьей, то после ссоры понимает свою ошибку и исправляется (но много ли таких мужей?!…)

Интернет – источник: «… они только прикидываются ленивыми - потому что им так выгодно. Мой муж тоже любил прийти с работы, залечь на диван с баночкой джин тоника и страдать, что он устал, а я, приходя с работы, становилась на вторую очередь - готовка уборка стирка и т.д. Потом после определенных перипетий выставила мужа к родителям... Он испугался не на шутку, стал шелково-шоколадным, и теперь - делает все!!! Мне даже уже стыдно, что я такая лентяйка. Приходит с работы с сумками из магазина (причем сам знает, что надо купить и покупает все в тему!), если пришел раньше - то готовит ужин, если я раньше - то он тогда занимается посудой, мусором, играет с ребенком, чего-то чинит или убирается. Делает все то, что буквально месяц назад говорил: "я не умею, сделаю завтра, я устал, у тебя лучше это получается ...." Не знаю - сколько он продержится, но очень стараюсь не перехватывать инициативу! Теперь уже не отвертится, что устал..., я-то теперь знаю что все это обман, и это просто элементарная лень!»

С детьми же может быть и так, что они изменятся, когда вырастут.

Интернет – источник: 1). «Я в подростковом возрасте вообще ничего не делала по дому. Сейчас считаю себя хорошей хозяйкой, у меня всегда чистенько и опрятно». 2). «Я в 23 года в первый раз к плите подошла, до этого вообще никогда ничего по дому не делала, а сейчас я прекрасная хозяйка».

В христианском учении об этом говорится как о том, что людей будет менять любовь, которая стремится помогать любимому и особенно своим детям.

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.2, гл.2): «Иная девушка до замужества может спать до десяти часов утра и при этом ещё рассчитывать на то, что мать подогреет ей молоко для завтрака. Сделать какую-нибудь работу такой девушке лень. Она хочет жить на всём готовеньком. Хочет, чтобы все её обслуживали. К матери у неё претензии, к отцу претензии, а сама наслаждается бездельем. Несмотря на то, что в её (женской) природе есть любовь, она не развивается, потому что, не переставая, принимает помощь и благословение от матери, от отца, от братьев и сестёр. Однако, став матерью сама, она начинает походить на самозаряжающееся устройство, которое чем больше напрягается в работе, тем больше заряжается — потому что в ней, не переставая, работает любовь. Раньше, дотронувшись до чего-нибудь грязного, она испытывала чувство брезгливости и тщательно мыла руки с душистым мылом. А сейчас, когда её младенец наложит в штанишки и их надо отстирывать, она испытывает такое чувство, словно берёт в руки мармеладные конфеты! Брезгливости она не испытывает. Раньше, когда её будили, она громко выражала недовольство тем, что её побеспокоили. Сейчас, когда её ребёнок плачет, она не спит всю ночь, и ей это не трудно. Она заботится о своём младенце и радуется. Почему? Потому что она перестала быть ребёнком. Она стала матерью, и у неё появились жертвенность, любовь».

В-третьих, если ленящийся ближний – взрослый христианин, то дайте ему прочесть учения святых отцов о лени. Если он даже раскается и решит противостоять своей страсти, то не ждите, что осознав, он тотчас изменится, т.к. страсти и бесы так легко человека не отпускают, и это мы видим на собственном опыте, и часто мы также виноваты в том, что у родных развиты их страсти.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 652): «Хочешь, чтобы другие скоро исправлялись от своих недостатков, а сам скоро ли исправляешься, не страдаешь ли сам тем, чем и другие? Не от тебя ли, от твоей неисправности и другие коснеют во грехах и страстях?».

И если ближний периодически будет продолжать лениться или его первый запал не лениться пройдет, то кротко и с терпением напоминайте ему об этой страсти, и прощайте его падения.

**Еванг. от Луки 17,3**: «Наблюдайте за собою. Если же согрешит против тебя брат твой, выговори ему; и если покается, прости ему».

Или, например, договоритесь с ним о том, кто и что теперь будет делать по дому. Это делается для того, чтобы обязательства помогали сопротивляться лени. Также пусть он честно признается, когда на него будет нападать лень, а вы старайтесь помочь ему ее преодолеть кроткими увещаниями, просьбами сделать что-то и молитвой о нем. Или иногда следует сделать за него его дела, понимая, что ближний сейчас духовно болен.

В-четвертых, надо учиться помогать ближнему духовно исправиться, говоря увещевания и замечания, в духе терпения, кротости и прощения.

**Пролог** (8 сентября): «Нередко, братие, за последнее время, от некоторых из вас я слышу такие слова: "вот ты часто говоришь нам, чтобы мы ближних наших учили добру; но что ж нам делать, когда они нас не слушают? Да и не только не слушают, но и отвечают часто насмешками и ругательствами. Можно ли учить худого человека?" Выслушайте со вниманием, что я на это скажу вам. Господь Иисус Христос, посылая Апостолов на проповедь, между прочим, дал им такое наставление: «будьте мудры, как змии, и просты, как голуби» (Мф. 10, 16). Это наставление идет и ко всем нам, если желаем обратить грешника от заблуждения пути его. При обращении с людьми духовно-больными потребны: осторожность, терпение, кротость, духовное благоразумие. Как врачи телесные, когда признают необходимым отнять у больного зараженный член всячески стараются сначала успокоить страдальца отвлечь его внимание от его раны и потом уже приступают к делу; так и врач духовный, если желает залечить раны грешника, никогда сначала не должен быть к нему строгим судьею и суровым обличителем его дурных поступков. Иначе всякая беседа поведет ко взаимному неудовольствию и пользы никакой но принесет. Однажды братья монастыря, в котором св. Аммон был игуменом, обвинили пред ним в одном из самых тяжких грехов некоторого брата и требовали от Аммона, чтобы он сам лично убедился в виновности инока. Уверенный и без того в грехе обвиняемого, но вместе с тем понимая, что кротостью и состраданием легче всего обратить грешника к раскаянию и исправлению, Аммон посредством хитрости скрыл от братии предмет, уличавший инока, и, отпустив обвинявших, кротко сказал грешнику "брат, позаботься о душе своей!" Тронутый необычайным снисхождением Аммона, инок умилился душою, раскаялся от всего сердца в своем грехе и с того времени начал вести новую, благочестивую жизнь. Итак, кротость, милосердие и снисходительность суть самый лучший и полезный бальзам на раны греховные. Но очень может быть, что и при всем этом вам ничего иного не придется получить от грешника, кроме неприятностей. Что же? Следует ли и тут приходить в смущение? Никак. Всякое грубое слово, или даже и оскорбление действием, перенесенное вами за ваше добро, составит вам подвиг, а подвиг во имя и за имя Христово никогда не останется без награды. За одну ли проповедь и распространение Евангелия Апостолы возвышены Богом более других святых? Нет, а вместе за то, что при проповеди они претерпели насмешки, ругательства, заключение в темницах и раны. «Блаженны вы, - говорит Спаситель, - когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за Меня. Радуйтесь и веселитесь, ибо велика ваша награда на небесах» (Мф. 5, 11-12) Наконец, не следует смущаться и тем, что вот-де я желаю человеку добра, а мои слова ни к чему но ведут. Доброе, спасительное слово, сказанное во имя Христово ближнему, никогда не пропадет, а непременно, рано или поздно, принесет плод свой. Можно ли ожидать, что вот нынче бы бросили вы семя ржи в землю, а завтра бы оно выросло и дало вам плоды свои? Конечно, нет. Так точно и ваше доброе слово. Сегодня, положим, вас не послушал грешник. Но очень может быть, что через несколько дней, или даже недель, или месяцев он вспомнит ваши слова, умилится ими и начнет исправление своей жизни. Доброму, спасительному слову, сказанному с полным желанием добра ближнему, всегда присуща благодать Божия; а благодать Божия есть такая сила, которая все спасительное может сделать и конечно сделает».

В-пятых, что касается ближнего не христианина, который не хочет избавиться от страсти и не раскаивается, то, скорее всего, он будет отстаивать свою лень и праздность гневом. И, конечно, такого человека трудно исправить.

**Паисий Святогорец** (Духовное пробуждение, т.1, ч.1, гл.2): «…человек не исправляется лишь в том случае, если не хочет этого сам».

Относительно таких христиан в монашеских правилах даются советы вначале увещевать, и если он гневается и не изменяется, то лучше оставить лентяя, с надеждой, что со временем он образумится.

**Устав преп. Пахомия Великого** (гл.13): « …(если брат не хотел трудиться и роптал) то его до пяти раз убеждали не роптать, ясно доказывая ему, что напрасно ропщет. Если и после этого оставался он таким же, то его считали одним из больных, отводили в больницу и там кормили, оставляя праздным, пока не возвратится к истине, устыдясь своего бездействия».

**Зосима Верховский** (Поучения…, сл. 39): «Если который брат не хочет и не старается переменить своего нрава злого и раздражительного, и не приемлет с кротостью и смирением, более же с благодарением наказание, советы и обличения, но скорбит и раздражается, такому праведно не говорить о пороках его, и оставить его: как хочет, так пусть и устраивает сам свое спасение. Но весьма достоин сожаления такой, ибо сомнительно его исправление и безызвестно спасение. И как сможет прийти в познание своих пороков и заблуждений, если не терпит обличений и не хочет слушать советов и наказаний [от] отца и духовных единодушных братий?».

И если есть такой совет – оставлять христианина с его страстью, то думаю, что это касается и нехристианина.

На этом закончим обзор основных неправых реакций на лень ближнего, и далее скажем о должном отношении христиан к ленивому ближнему.

# Раздел 4.4. О должном отношении христианина к ближнему, которым правит страсть лени

Выше мы уже привели немало различных поучений, как следует поступать с ленящимся ближним, а сейчас рассмотрим по каким заповедям и добродетелям нужно право реагировать на ленивого. Будет отмечено три вопроса: о правом отношении к труду, того, кто делает работу по дому; о том, как необходимо воспринимать неправо поступающего ближнего по духовному; и как христианин должен быть настроен в отношении себя.

К сожалению, то о чем будет идти речь далее очень далеко от многих христиан, и мы, даже зная эти истины, мало следуем им, если не сказать точнее: вовсе им не следуем…

## 4.4.1. Лень других людей тяжело переносится, потому что у самого христианина может не быть правого отношения к своему труду

Вначале скажем, как каждый христианин должен относиться к хозяйственным делам, чтобы не согрешать и исполнять заповеди Христовы, находясь дома. И это правое отношение будет помогать при семейных хозяйственных отношениях. В случае если ближний ленив, то любовь к труду того, кто трудится, не будет вызывать страданий о том, что ему самому приходится все делать. Но у христиан помимо трудолюбия, должно быть и правое восприятие по заповедям того, что такое труд.

### Христианин должен относиться к домашним заботам, как к несению служебного креста и как к послушанию

Мы уже не раз говорили, что по христианскому учению жизнь человека есть скорбный путь и несение крестов, т.е. тягот и скорбей; и один из этих крестов есть крест служебный - крест трудов по исполнению обязанностей.

**Феофан Затворник** (Созерцание и размышление, ст. Несение креста своего): «Третий род креста слагается из трудов по исполнению обязательных для нас дел. Каждый из нас обложен своими обязанностями, каждая обязанность имеет свой круг занятий, каждое дело требует труда и терпения, чтоб довести его от начала до конца в том духе, порядке и полноте, какие составляют его существо, с преодолением всех неизбежно сопряженных с тем препятствий. Стало быть, всякое обязательное для нас дело есть ноша, а все они в совокупности составляют нелегкое иго долга, которое мы несем и нести должны до гроба. Это крест служебный Господу, обществу и нашим ближним».

**Феофан Затворник** (Письма, п.275): «Жалуетесь на хлопоты по хозяйству, что это отбивает от других любимых занятий. Что же делать? Таково уже дело хозяйское. Ничего тут не остается как терпение. На то и обречена настоящая жизнь, чтобы работать в поте лица, а не философствовать. Это наша всеобщая епитимия».

**Феофан Затворник** (Письма, п.258): «Вы - муж, отец, владелец и другое может быть еще что. Всякое из сих титл налагает на вас обязанности, заповедями Божиими определенные. Исполнять их есть ваш труд во спасение. Так судил вам Бог. В сем и пребывайте! Об одном забота, чтобы побуждения в делах были чисты. Все во славу Божию творите».

Также следует помнить, что любое делание какого-то домашнего дела, это не просто обеспечение едой или уборка, как мы привыкли это воспринимать, а это есть аналог послушания, который есть в монашеской практике.

Следующие советы даются мирским христианам о том, как можно относиться к родным и домашним делам по-монашески.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 670): «Надобно матушку всячески упокоевать. Она игуменья, а вы послушница».

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.77): «Извольте же отрешить себя на совершенную покорность родителям и все делайте в угодность им, чтобы успокаивать дух их. Это и будет предварительным приготовлением к будущему монастырскому послушанию или исполнительности в общине сестер милосердия. Вот апостол для всех положил законом повиноваться друг другу в страхе Божии (Еф.5,21). А Вы и родителям поперечить беретесь, и расходитесь с ними, Бога не боясь».

**Феофан Затворник** (Письма, п.112): «Мне и думается, что вам нечего тянуться в монастырь, потому что там вы не найдете того, чего ищете. Так как же быть? Живите так, как есть. Начальница заведения пусть будет для вас игуменья, а ваша должность - монастырское послушание. И исполняйте ее, как Божию заповедь, - и будете все время, как бываете на сем послушании, как на службе у Господа; позаботьтесь только труд сей посвящать Господу, и в начале каждого дня, и в продолжении его, и в конце, благодаря Его, что дал послужить Ему еще денек. Затем, свободное время уже все ваше, и посвящайте его-то на отдых, то на чтение, то на молитву, то, может быть, на рукоделие. … Как с должностью быть? Продолжайте ее, пока охота. Она, кажется, не мешает вашим духовным занятиям. Когда же оставите ее, живите в своем доме, как благочестивая мирянка, или как живут чернички. Будет у вас тогда церковь да дом, а в доме покойные духовные занятия».

Мы же привыкли смотреть только на пользу телесную или на убытки, т.е. убрано - не убрано, помыто - не помыто, а также обращаем внимание на то, кто сделал или не сделал, сколько я сделал, а сколько другой. И в этом большая ошибка каждого грешника, который и трудится, и устает, но духовной пользы не получает.

**Тихон Задонский** (Плоть и дух, гл.1): «Плотской человек звание свое проходит для одного своего временного прибытка, а духовный трудится во славу Божию и для пользы ближнего».

Итак, все ли мы трудимся по дому, потому что осознаем, что надо трудиться по заповеди Божией, а не жить в праздности и лени? Думаю, что нет. А святые подвижники именно так относились к труду. Например:

**Евергетин** (т.2, гл.3): «Однажды рано утром к авве Ахилле пришли авва Аммой и авва Витимий и увидели, что он вьет веревку. Они попросили его сказать им слово для душевной пользы. «Со вчерашнего вечера и до сего момента, - сказал он, - я свил веревку … (около 1, 85 м), хотя, конечно, мне не нужна такая длина. Но я боюсь, что Бог прогневается на меня и обвинит: «Почему ты можешь работать, а не работаешь?» Поэтому я изнемогаю, но продолжаю работать из последних сил». И мы ушли от него, получив пользу».

Таким образом, святые подвижники воспитывали беспристрастие к телу.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.376): «Совершенное угождение Богу состоит в том, чтобы для Него иметь совершенное беспристрастие и к телу своему; например, когда во время молитвы (или другого дела – от сост.) мы, несмотря на леность и сильное расположение ко сну, нудим себя и не поддаемся ему, то мы имеем беспристрастие к телу. Совершенное беспристрастие имели мученики и подвижники».

### Хлопоты по хозяйству следует делать с памятью о Боге, в духовном трезвении, и с соблюдением заповедей

А теперь скажем о том, что христианин должен учиться свой любой труд во благо других посвящать Господу. Относимся ли мы так к домашнему труду, пусть каждый ответит сам.

**Феофан Затворник** (Письма, п.296): «Жалуетесь на хлопоты по хозяйству, что мешают внутреннему благонастроению. Вы, может быть, слишком строго смотрите на сии хлопоты. На вас лежит все хозяйство. Как хозяйство дело необходимое в семейной жизни, жизнь же сия Богом учреждена; то все труды по сему делу Богом благословенные труды. Богу неугодно только совершенное погрязновение в сих трудах без нужды и по пристрастию к любоиманию, - также забвение Бога и надежда только на свои труды, без чувства нужды в помощи Божией. Потрудиться можно по хозяйству, помня Бога, помощи от Него чая и прося тут же при трудах и неся труды, как долг Им положенный. Я думаю, что, так действуя, можно и при хлопотах благоугождать Богу».

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.17): «Но все же главным образом внимание должно быть сосредоточено на исполнении заповедей. Уже веруем - что еще? Твори заповеди - ибо вера без дел мертва. …Если внимаем себе, можем поминутно делать дела богоугодные. Для этого нет нужды ходить за море…, а смотри около всякий день и час; на чем видишь печать заповеди, исполняй то неотложно в том убеждении, что такого, а не другого дела требует от тебя в этот час Сам Бог. Потрудитесь и еще крепче установиться в такой мысли. Как только установитесь, начнет покой приливать к Вашему сердцу от уверенности, что всякую минуту Вы работаете Господу. Это начало все обнимает. Даже когда Вам велят заштопать чулок меньшому брату и Вы сделаете это ради заповеди Господней - слушаться и помогать, это будет причтено к сумме дел, Богу угодных. Так всякий шаг, всякое слово, даже движение и взгляд - все можно обратить в средство ходить в воле Божией и, следовательно, поминутно двигаться к последней цели (своему спасению)».

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.49): «Без дела как быть? Будет грешная праздность. И работать что-нибудь надо, и кое-какие по дому хлопоты исполнять. Это долг Ваш. И внешних отношений пресечь нельзя. Надо держать их, и держать достодолжно. Это долг общежития человеческого. Но все такого рода дела и занятия можно и должно справлять так, чтобы они не отбивали мысли о Боге. … Начинайте все такие дела делать с сознанием, что так делать заповедь есть, и делайте их, яко заповедь Божию исполняюще. Когда Вы так настроитесь, то ни одно дело житейское не отдалит Вашей мысли от Бога, а, напротив, приблизит к Нему. Все мы - рабы Божии. Каждому Он назначил свое место и дело и смотрит, как кто исполняет его. Он везде есть. И за Вами Он смотрит. Содержите сие в мысли и всякое дело делайте, как бы оно было поручено Вам прямо от Бога, каково бы это дело ни было. Так делайте дела по дому. А когда кто совне приходит или сами выходите вовне, держите в мысли в первом случае, что Бог Вам послал то лицо и смотрит, пo-Божьему ли Вы его примете и к нему отнесетесь, а во втором - что Бог поручил Вам дело вне дома и смотрит, так ли Вы сделаете его, как Он хочет, чтоб Вы его сделали. Если настроитесь так, то ни домашнее, ни внедомовое - ничто не будет отвлекать ума Вашего от Бога, а, напротив, будет держать при Нем, с соображением, как бы сделать дело приятно Богу. Все будете делать со страхом Божиим, а сей страх будет поддерживать неотступное внимание к Богу. … Сделайте так - и Ваши занятия и дела житейские не будут Вас отвлекать от Бога. Помоги Вам, Господи!».

**Троицкие Листки** (ст.605): «Нет большего и важнейшего дела, как спасение души и приобретение жизни вечной, — потому дело сие и должно быть единственной целью нашей жизни. Не то хотим сказать мы, чтобы для сего должно было оставить совершенно все дела общественные и домашние, но то, чтобы всякое дело освещалось молитвой, предпринималось не по влечению растленного сердца, но по чистому сознанию долга, предписанного Законом Божиим, совершалось не для удовлетворения прихотей и страстей, но во славу Божию, по оному правилу апостольскому: аще ясте, аще ли пиете, вся во славу Божию творите. Дела служения Богу и прославления Его имени по долгу займут первое место, и время, посвященное им, не должно отнимать у них без особенно крайней нужды».

**Филарет Дроздов** (т. 4, Беседа о трудолюбии): «Впрочем, христианство, которым все облегчается, улучшается, услаждается и усовершается, предписывает нам труд, уже не столько в качестве наказания Божия, сколько в виде служения Богу. Во всем, говорит Апостол, представляюще себе якоже Божия слуги, и между прочим, в трудах. Каким образом? Если труд для тебя необходим: смотри на него не как на слепую необходимость, но как на устроение премудрости Божией в жизни человеческой; и потому неси оный не с чувством неволи, но с чувством послушания воле Божией. И если, по устроению общественному, труд налагается на вас от другого человека: несите оный не только ради человека, но вместе и ради Бога, «не с видимою только услужливостью, как человекоугодники, но как рабы Христовы, исполняя волю Божию от души» (Еф.6. 6). Если и тяжкими и долгими обременяют вас трудами: принесите в трудах ваших Богу жертву безропотности и терпения. Если же и ничто не понуждает вас к труду: тем еще удобнее можете вы представить себя слугами Божиими в труде, который предпримете для блага ближнего. Потому что служение благу ближнего есть действительное служение Христу, по собственному Его слову: «так как вы не сделали этого одному из сих меньших, то не сделали Мне» (Мф. 25. 40)».

Так же святые отцы учили христиан делать необходимые домашние дела следующим образом: делая что-то руками, повторяй молитву.

**Феофан Затворник** (Письма, п.739): «Надо и дело делать, и умом от Бога не отступать, т.е. быть так, как бы стояли на молитве. Это закон: руками дело делать, а умом и сердцем с Богом быть».

**Феофан Затворник** (Письма, 1361): «И молитва может держаться в душе в самом исполнении хлопотливых дел. Внимание к себе и терпение!».

**Феофан Затворник** (Письма, п.691): «Не думайте, что все, что вы делаете по дому и хозяйству, есть суета. Нет; на это есть заповеди, и должное исполнение сих дел есть в числе дел Богу угодных. Только исполняйте все, как заповедь, как волю Божию на вас наложенную. Пред всяким делом Бога призовите в помощь, в продолжение его к Богу обращайтесь о наставлении, и по окончании возблагодарите Бога. И будет, что хлопоча по хозяйству, вы будто молитвенное правило исполняете. Если при хлопотах мысли разбегаются, ворочайте их назад. И как только, кончив дела, останетесь одни, сядьте и молитвою Иисусовою соберитесь в себя. С верою сие совершая, всегда будете получать помощь в сем и успех».

(К сожалению, опыт говорит, что молиться при исполнении домашних дел, очень трудное дело, т.к. наш ум не привык к молитве, а привык или к блужданию помыслов, или к страстным помыслам. И поэтому даже если начинаешь молитву, то она быстро прекращается, и тебя захлестывают различные помыслы)

Также, если человек делает что-то сам по дому, то это время следует воспринимать как время уединения, во время которого можно заниматься молитвой или богомыслием, или анализировать, как ты провел сегодня день и в чем согрешал, или следить за тем, что сейчас с тобой происходит внутри, например, как ты осуждаешь кого-то, как разговариваешь в мыслях с кем-то и т.д., и вести брань с этим.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь..., п.63): «…навыкайте все дела делать трезвенно, не отклоняясь мыслию от Господа, а, напротив, держа то убеждение, что Ему всем этим угождаете».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.12): «…дела, какие приходится вам делать, хоть больше суть житейские, но все могут быть делаемы так, что чрез этот образ действования получат нравственный, Богу угодный характер. Ничего не делайте в угоду себе, а все в помощь и к удовольствию окружающих вас; и будете упражнять самоотвержение и любовь. Если при этом ко всякому делу успеете вы приложить соответствующую ему заповедь Божию, чтоб потом уже делать его из покорности воле Божией, любви к Богу и из желания благоугождать Ему, то чрез это сделаете, что среди житейских дел будете будто на послугах у Бога. Такая мысль больше всего другого сильна держать душу в нерассеянном внимании».

Также мы не умеем по-христиански, духовно, воспринимать неприятные ситуации. Так, неприятные ситуации, в том числе и нежелания родных что-то делать по дому, мы не воспринимаем как искушение, в котором мы должны показать свои добродетели, а не страсти. А святые отцы говорят:

**Иосиф Исихаст** (Письма, п.17): «В час искушения не оставляй своего места, не дезертирствуй, не указывай на ошибку другого, не проси справедливости, а минуй искушение и смятение, молча до смерти».

Нельзя не сказать, что христиане должны также воспринимать труд на благо ближних, как дела любви и исполнение заповедей о самопожертвовании, терпении, смирении и т.д., и через это происходит угождение Богу.

**Троицкие Листки** (ст.194): «…весьма нужно знать вам, други и братие мои, как надобно трудиться и работать, чтобы работа была полезна телу и душе; чтобы была делом святым и Богоугодным; чтобы из нее происходила и слава Богу, и польза ближним, и спасение души своей».

**Феофан Затворник** (письма, 1361): «Уж житейские дела без хлопот и сумятицы никогда не бывают. Но они могут быть всегда почти обращены в дела любви, терпения и покорности воле Божией».

**Феофан Затворник** (Письма, п. 717): «Дел у вас немного - в церкви, в келлии, иногда в сношениях с другими. Во всех сих случаях определите себе сообразный с заповедями образ действий, ко всякому делу, потом приложите побуждение - все творить во славу Божию и благо ближних - сестер, - с самоотвержением и самопожертвованием, - и затем не отступайте ни от чего. И будет у вас правая во всем деятельность».

Или, например, если приходится тяжело, когда сам трудишься без помощи ближних, то помни, что делаешь это ради заповедей Божиих о труде и любви к ближним

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 386): «Делай все ради Бога, а не ради чего-нибудь временного, и Господь никогда не оставит тебя и труды не забудет. Потерпеть же всем надо, скорби у всех, без них и в покой не войдешь».

И если ты устал, но делаешь это ради заповедей Божиих и любви к ближнему, то будешь учеником Господа, и для тебя духовно полезней делать что-то самому, чем просить помощи.

**Ефрем Сирин** (Надгробные песнопения, На кончину подвижника): «Когда немощные днем спали, труд твой приумножал достояние твое».

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в. 356): «Брат, которому были поручены монастырские врата, утрудившись один, вопросил великого старца: следует ли взять к себе в помощь другого брата, или нет? Ответ. Брат! … Господь сказал: «если кто хочет идти за Мною, отвергнисъ себя, и возьми крест свой на всяк день, и следуй за Мною» (Мф. 16, 24). Итак, тот, кто желает быть Его учеником, должен до самой смерти исполнять послушание. Быть одному и несколько утруждать себя полезнее для тебя, нежели пригласить другого; в случае же надобности всегда поможет тебе другой. … Если не будешь унывать от труда, приобретешь смирение, а когда приобретешь смирение, то получишь и прощение грехов; ибо сказано: «призри на страдание мое и на изнеможение мое и прости все грехи мои» (Пс. 24, 18). Когда смиришься, получишь благодать, и благодать поможет тебе. … Когда веруешь несомненно, то будешь в силах исполнять не только служение привратника, но еще и другие послушания. Итак, с надеждою внимай делу Божию, и Бог устроит твое дело без твоего ведома».

У всех ли, нас, возмущающихся о лени ближних, наш труд по дому есть служение ближним и Богу, как учил Христос? Думаю, что нет. Поэтому:

**Иоанн Златоуст** (т.7, ч.2, беседа 64): «… не будем осуждать других, и не будем смотреть на ленивых, но посмотрим лучше на Господа Иисуса и возьмем пример с Него. Я ли тебя облагодетельствовал? Я ли искупил тебя, чтобы ты взирал на меня? Нет! Есть другой, все это тебе Даровавший. Для чего же ты, оставив Владыку, смотришь на подобного тебе раба? Или ты не слыхал, что Он говорил: «научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем» (Мф. 11, 29)? И еще: «а кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою; так как Сын Человеческий не [для того] пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить» (Мф. 20. 26, 28)? Кроме того, чтобы ты, соблазняясь примером ленивых рабов, подобных тебе, не проводил жизнь в праздности, Он, отклоняя тебя от этого, говорит: «Ибо Я дал вам пример, чтобы и вы делали то же, что Я сделал вам» (Ин. 13, 15)».

### Христианин должен воспринимать домашние дела, как поводы отвергать свое самолюбие

Итак, христианин должен заботу о нуждах родных и хозяйстве воспринимать как телесное служение ближним по любви, по заповеди Господа. Если же он воспринимает служение ближним по-мирски, плотским умом, то обязательно им будет руководить самолюбие со всеми страстями: многопопечительством, плотоугодием, обидой, злобой, завистью, ленью, саможалением, эгоизмом и т.д. И именно поэтому свою занятость по дому следует воспринимать как возможность вести брань со своим самолюбием в различных проявлениях, или видеть повод к приобретению добродетелей любви: милосердия, заботливости, снисхождения и т.д.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 416): «Не тогда только делай дело, когда хочется, но особенно тогда, когда не хочется. Это разумей как о всяком обыкновенном житейском деле, так особенно о деле спасения души своей…. Не повинуйся ленивой, лукавой и многогрешной плоти: она готова вечно покоиться и чрез временное спокойствие и наслаждение вести нас к вечной погибели. «В поте лица твоего, сказано, снеси хлеб твой» (Быт. 3, 19). Данный тебе талант трудолюбно делай, окаянная душа (в Великий Вторник на утр. конд. гл. 2-й.), - поет Церковь. «Царствие Небесное силою берется, и употребляющие усилие приобретают его» (Мф, 11, 12), говорит Господь и Спаситель наш».

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п. 544): «…милость Божия изливается особенно на смирение, а один труд не получит воздаяние. «Виждь смирение мое, и труд мой, и остави вся грехи моя», — глаголет Пророк (Пс. 24, 18). Труд — наш посев, а надобно плоды снискать: мир, любовь, кротость, смирение и прочее; все снискивается при прохождении нами послушаний, ибо там случаются укоризны, досады, неудобство, препятствие; когда оные принимаем с самоукорением, терпением и смирением, тогда смягчается наша самолюбивая часть и мы получаем свободу от страстей, — любим не только ближних, но и врагов; вот в сем-то и польза от трудов! А когда только трудимся и думаем иметь за сие воздаяние, а между тем нравом не изменяемся, но еще и в горшее приходим, в раздражение и прочее, — то никакой пользы труды не принесут».

О том, как вести брань с саможалением мы уже говорили в разделе «4.5. Советы святых отцов о естественном и христианском противлении малодушию и саможалению», в частности в вопросе «Для того чтобы не мучиться от своих неправых переживаний следует наблюдать за собой, замечать, когда начинается жаление себя, и отвергать эти требования самоугодия». А о том, как бороться со своей ленью речь шла в разделе «3.1.2. Советы святых отцов как бороться со своей ленью».

В заключение этого вопроса скажем, что если мы не будем учиться воспринимать таким образом житейские дела, то ни лень, ни саможаление, ни конфликты никогда у нас не прекратятся…

## 4.4.2. Как правильно относиться к ближнему, который ленится

Далее скажем, как христианин должен относиться к ленивому ближнему.

### Христианин должен относиться к порокам ближнего, как к духовным болезням

Для того чтобы право относится к согрешающим, во-первых, христиане должны сознавать, что любой согрешающий и неправо действующий есть духовный младенец, который не знает истины и не знает свои страсти, или больным духовно, который в силу властвования страстей не может поступать по-другому, а действует по законам греха.

Мы же не умеемотноситься к родным, как к духовным младенцам и больным, а обижаемся на них и испытываем нелюбовь. Христиане же должны всячески заботиться о ближних, даже если те неправо поступают.

 **Иоанн Крестьянин** (Письма, гл. Самость, своеволие): «Был бы у Вас на руках младенец, разве стали бы Вы от него требовать то, что он дать не может. Вот и близкие - Ваши духовные младенцы, а у Вас ни терпения, ни любви настоящей нет».

**Никон Воробьев** (Письма, п. 298): «…главное – сохраняй мир с ближними, насколько это зависит от тебя. Считай, что там (в твоей семье – от сост.) собрались в кучу всякие больные, так это и есть. Поэтому и надо относиться ко всем, как относятся в больнице. Там, т.е. в больнице, не ругают, что кто-нибудь заболел легкими, сердцем, животом, не говорят: "Ах ты негодяйка слепая, ишь, глазами заболела!" Так и вам друг друга не ругать надо за душевные болезни, а терпеть и жалеть друг друга. Друг друга тяготы носите, и тако исполните закон Христов, – говорит апостол».

Если христианин знает более о духовных законах, о грехе и страстях, чем его ближний, значит он должен быть снисходителен к ближнему, который ничего этого не знает.

**Варсанофий Великий** (Руководство в духовной жизни, в. 122): «А к брату, который с тобою, будь снисходителен, по силе своей: здоровый должен снисходить немощному, пока Бог устроит полезное ему».

**Моисей Оптинский** (Душеполезные поучения преподобных Оптинских старцев, Братолюбие): «...Немощи душевные <брата своего> должно носить благодушно без огорчения. Ибо если кто болен телом, то не только на него не огорчаемся, но еще и служим тому всяким образом, то таким образом надо и в душевных недугах поступать».

И, во-вторых, на что бы хотелось обратить внимание, обычно мы, грешные, считающие, что мы не должны быть слугами, хотим исправить лень ближнего, чтобы нам было легче. Истинный же христианин, который по заповеди Христовой всем слуга, видя, что его ближний болен таким страшным недугом как лень, жалеет его, увещевает и просит Бога о том, чтобы он его исцелил, потому что душа охвачена страстями, а не потому, чтобы христианину самому было легче. Умеем ли мы так переживать за ближнего? Пусть каждый ответит сам.

### Христианин должен носить «тяготы» ближнего

Христианин должен учиться носить «тяготы» другого человека, потому что есть такая заповедь и потому что и сам приносит «тяготы» другому в чем-то другом.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Колосянам, 3,13): «.. живя друг с другом, непрестанные имеем столкновения, возбуждающие раздражение; научи же нас, как нам выдержать себя в кротком терпении? И отвечает (ап. Павел): приемлите друг друга и прощайте себя взаимно. Принимай любовно всякого, как он есть, со всеми его немощами и недостатками и со всем, что тебе не нравится в нем в его словах и начинаниях. Это то же, что друг друга тяготы носить. Тебе в нем, а ему в тебе иное не нравится; переносите друг друга».

**Авва Херемон** (Иоанн Кассиан, Собеседование 1, гл.10): «Очевидный же признак души, не очищенной еще от скверн пороков, состоит в том, когда кто не имеет чувства сожаления к чужим проступкам, но произносит на них строгий суд. Ибо как может обладать совершенством сердца такой человек, который не имеет того, что, по словам Апостола, составляет исполнение Закона? «Друг друга тяготы носите,— говорит он,— и тако исполните закон Христов» (Гал.6,2). Он не имеет и той добродетели любви, которая «не раздражается, не превозносится, не мыслит зла», которая «вся покрывает, вся терпит, всему веру емлет» (ср.: 1Кор. 13, 4-5,7). Ибо праведник милует души скотов своих: «утробы же нечестивых немилостивны» (Притч.12,10). Следовательно, если монах с беспощадною, бесчеловечною строгостью осуждает другого, то это верный знак, что он сам предан тем же порокам».

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Галатам 6.2): «Апостол говорит как бы набольшим: если на всех лежит долг друг друга тяготы носить, тем паче на вас, которые на то и избраны, чтобы быть всех слугами, и это значит: не только тяготы носить, но и желания их исполнять. Но если вы не хотите такого являть совершенства в отношениях к братиям, держитесь, по крайней мере, крайнего в сем предела — носите тяготы других наряду со всеми. Наши толковники преимущественно этот общий закон и разъясняют. Феодорит пишет: «один недостаток имеешь ты, а другого не имеешь. Он же, напротив, не имеет недостатка, какой имеешь ты, но имеет другой. Ты переноси его недостаток, а он пусть переносит твой. Таким образом исполняется закон любви. Ибо любовь назвал Апостол законом Христовым. Христовы это слова: заповедь новую даю вам, да любите друг друга (Ин. 13, 34)». Вот слова святого Златоуста: «поелику невозможно, будучи человеком, прожить без пятна, то Апостол убеждает не быть строгими судиями погрешностей других, но терпеливо сносить недостатки ближних, дабы и самим другие сносили их недостатки. Тот вспыльчив, а ты сонлив и вял: сноси его вспыльчивость, чтобы и он сносил твою вялость и сонливость. Таким образом, подавая друг другу руку помощи, когда угрожает опасность падения, исполняйте закон общими силами, восполняя каждый недостатки ближнего своим терпением. Если же не будете так поступать, а всякий станет только судить дела ближнего, то вы никогда не достигнете того, чего достигать должны (деятельной взаимной любви)». Блаженный Иероним применяет свое толкование и к тогдашнему состоянию галатских христиан. «Тяготы - грехи суть, как свидетельствует Псалмопевец: яко бремя тяжкое отяготеша на мне (Пс 37, 5). Это бремя понес за нас Спаситель, Своим примером научая нас, как и мы должны поступать».

### Христианину следует молиться о ленивых ближних и о себе

Если мы действительно хотим исправить ближнего, и не по причине того, чтобы нам было легче с ним или только для того, чтобы он делал что-то по дому, а потому, что понимаем, какою страшною душевною болезнью он болен, то следует молиться о нем, кротко увещевать и просить его, а не осуждать и гневаться.

**Иоанн Златоуст** (т.2, ч.1, О статуях, беседа 3): «Хочешь исправить брата? Поплачь, помолись Богу, дай ему увещание наедине, посоветуй, попроси».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 171): «…молись о всех согрешающих и не дерзай никого презирать за грех его или мстить ему, ибо этим увеличились бы только язвы согрешающих».

Христианин должен понимать, что ленивого ближнего борет страсть уныния, а значит необходимо попросить для него помощь Божию.

Так, видя ленящегося ближнего, христианину необходимо говорить себе, например: «Сейчас его борет страсть уныния и он, немощный, не может с нею справиться. А значит, мне надо просить Господа, чтобы Он помог ему избавиться от страсти и бесов, которые на него нападают. Господи, помилуй нас грешных, и избави от этого зла».

Причем следует молиться, чтобы Господь воздвиг в ленивых усердие.

**Иоанн Лествичник** (Лествица, сл.12): «Не ленись просить и молить Бога за самых ленивейших; не о том, чтобы они были помилованы, ибо это без их содействия невозможно, но чтобы Господь воздвиг их к усердию».

Есть совет о том, что молиться лучше прежде выговора или укора.

**Моисей Оптинский** (Душеполезные поучения преподобных Оптинских старцев, Братолюбие): «Опыт указал мне такое правило: если кому нужно сделать выговор или замечание, то надобно прежде в сердце помолиться за него Богу. Думаешь иногда, что брат тот не примет замечания, а если помолишься за него сперва, то, смотришь, сверх ожидания он и замечание выслушает спокойно, и исправление бывает».

После молитвы можно ничего не говорить ближнему и заниматься самому делами, а можно увещевать без гнева.

Заметим, что не стоит ожидать, что если мы начнем молиться, то ближний тут же пойдет что-то делать (это будет зависеть от воли Божией, которая может сподобить ближнего к делу, а может и не сподобить для того, чтобы мы или сделали дело сами, или чтобы мы были ревностей в молитве).

Но не только о ближнем следует помолиться, а и о себе, чтобы Господь удержал тебя от гнева, злобы, лукавства, осуждения, лени, саможаления, самоугодия и др.

К сожалению, опыт говорит, что зачастую мы в повседневных делах, а особенно при конфликтных ситуациях, забываем про Бога, который промышляет о нас, и который может подвигнуть даже самого ленивого или эгоистичного человека сделать добро. И далеко не все христиане молятся за ближних, когда те действуют по страсти, и не молятся о себе, чтобы удержаться от осуждения и гнева. Нам привычнее накричать, укорить, возмущаться в мыслях или вслух и т.п., а о молитве, о том, что нас сейчас борют бесы (ближнего ленью, а меня гневом) и о других истинах мы даже и не вспомним. Мы заняты решением проблемы, например, с мытьем посуды или уборкой, а то, что грешим при этом, то и не видим…

## 4.4.3. Как христианин должен быть настроен в отношении себя в вопросе исполнения любых дел

И в заключении скажем о том, как должен быть настроен христианин в отношении себя, чтобы научиться по-христиански воспринимать страсти ближнего.

Дома хорошо видны наши страсти, потому что именно дома мы чувствуем себя расслабленными, т.к. нам уже не надо показывать себя с лучшей стороны (как это делается перед чужими людьми) и по привычке к ближним мало прячем свои страсти. Так, если где-то в обществе мы можем сдержаться и не закричать на кого-то, то дома мы делаем это постоянно. Или мы помогаем при просьбе друзей помочь им, а дома можем отказать родному в помощи. Поэтому святые отцы советуют следить за собой домой, тем более что дома у человека есть время и возможность рассудить о себе (в отличии, когда он находится на работе).

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 97): «Замечай за собою - за своими страстями, особенно в домашнем быту, где они свободно проглядывают, как кроты в безопасном месте; вне дома одни ваши страсти обыкновенно прикрываются другими страстями, более благовидными, а там нет возможности выгнать этих черных кротов, подкапывающих целость нашей души».

И далее кратко скажем о том, как сопротивляться своей лени, саможалению и гневу, когда и мы, наравне с ближними, не хотим что-то делать.

### Если видишь, что и тебе лень что-то делать, то заставляй себя сделать это, а не перекладывай на другого

Для тех, кто желает перестать согрешать при просьбах о помощи или выговорах родным об их лени, необходимо, прежде чем обратиться к другому человеку, научиться анализировать, что движет тобою, т.е. не ленишься ли ты что-то сделать и не перекладываешь ли из-за этого работу на другого. Приведем некоторые признаки и способы, как можно это сделать.

Как мы уже говорили, при проявлении лени человек тяготится трудом, жалеет себя и щадит свои силы. Поэтому дай трезвую оценку себе: жалко ли тебе себя и свои силы, когда ты просишь другого о помощи, в которой нет особой необходимости? Не кажется ли тебе трудным, например, помыть посуду, из-за которой ты ругаешься с другими? Не говоришь ли ты вслух или в уме, что ты и то, и то делаешь, а другие не благодарны и не ценят этого? Честно ответив на эти и подобные простые вопросы, легко можно увидеть свои страсти: лень и саможаление.

А вот как можно увидеть в себе лень к духовным занятиям и понудить себя ими заниматься. Все родители по собственному опыту знают, как они ругают детей, которые вместо занятий уроками, играют или забавляются. Таким же образом мы должны и себя ругать, и заставлять заниматься полезным для души: духовным чтением, молитвой, доброделанием, а не развлекаться разными способами.

Или, например, когда хочешь сделать замечание и укорить ближнего, прежде подумай, а не по страсти ли ты сам сейчас действуешь.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 1664): «…если ты имеешь эту слабость (гордость), лучше брось исправлять другого и наперед исцелись сам: вынь прежде бревно из очесе твоего духовного, и тогда узриши как изъять сучец из духовного ока брата твоего (Мф.7, 5). В противном случае ты только раздражишь ближнего, а пользы нравственной не принесешь ему. Будь кроток и снисходителен к другим при замечаниях об их недостатках, памятуя, что ты и сам с недостатками, и большими недостатками. Ты обличаешь другого, положим, в пьянстве, но если и ты сам пьешь или если и не пьешь, но лакомишься, чревоугодничаешь, пресыщаешься, ведь ты грешишь так же, как он. Исправься сам от чревоугодия, и тогда сильно будешь говорить против пьянства других. Обвиняешь другого в нерадении к службе, а сам, быть может, тоже нерадив. «Врачу, исцелися сам» (Лк. 4, 23)».

Есть и еще один способ узнать о своих страстях, в данном случае о своей лени (хотя, возможно, ты и делаешь основную работу по дому). Для этого тому, у кого есть ленивые родные, следует понаблюдать, как лень проявляется у них. А это значит: послушать, какие они будут приводить доводы, почему они что-то не сделали, как они будут перебрасывать работу на других, как они будут лукавить, как они будут роптать, гневаться и жаловаться, т.е. все о чем было сказано о проявлениях лени. Но последить за ними следует не для того, чтобы еще раз убедиться, что они ленивые, и осудить их, а за тем, чтобы познать как лень может проявляться и в тебе, потому что христианину следует смотреть на себя.

**Феофан Новоезерский** (Наставления, п.266): «Не смотри и не замечай чужие недостатки, а только знай свои».

Открытая страсть других людей, которую мы видим, поможет увидеть свою скрытую от нас страсть, которую мы не видим по привычке к ней, и то, что они говорят и делают, зачастую делаем и мы, только не при всяком труде и иногда. Если мы все это увидим в себе, то тогда мы точно будем знать, что и мы ленивы, а не трудолюбивы, как могли считать о себе.

**Отечник Игнатия Брянчанинова** (Об авве Феодоре): «Грешный или ленивый человек, сокрушенный и смиренный сердцем, угоднее Богу человека, делающего много добрых дел и зараженного по причине их самомнением».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, разд.2): «Когда мы смотрим на добродетели других людей и стараемся им подражать - мы назидаемся. Но и глядя на их недостатки, тоже получаем пользу, потому что недостатки других помогают нам увидеть наши собственные. Добродетель другого побуждает меня к тому, чтобы стремиться ей подражать, а недостаток заставляет задуматься, нет ли и у меня такого же недостатка, а если есть, то в какой степени, чтобы постараться от него избавиться. Например, я вижу в ком-нибудь трудолюбие и радуюсь, стараюсь такому человеку подражать. В другом вижу любопытство и не осуждаю брата, но смотрю внимательно, нет ли и у меня любопытства. И если увижу, что есть, то постараюсь от него избавиться. Но если я в себе вижу только добродетели, а в других только недостатки, и при этом на свои недостатки не обращаю внимания или оправдываю их, говоря: "Я лучше и этого человека, и того, и другого!" - всё - я пропал. Другие люди для нас зеркало. Глядя на других, мы видим себя, и другие видят наши недостатки, и их замечания смывают с нас грязные пятна».

Итак, если ты увидел что-то в себе из признаков страсти уныния, то тебе тогда надо заниматься своим исправлением (и читай о том, как противостоять своей лени или праздности). А исправление ближнего оставь до тех пор, когда сам не излечишься.

Следует также сказать, что даже притом, что если мы осознаем, что нам сейчас лень что-то делать и мы желаем, чтобы это сделал другой, мы можем поступить по-разному. Приведем основные варианты.

Конечно, если христианин поймет, что он ленится, то ему надо перебороть свою лень. И тогда он поступит по любви и по противлению своему самолюбию, и не будет просить ближнего что-то сделать. Так действуют те христиане, которые имеют трезвение своих мыслей, учатся противостоять своим страстям, и для них важнее не внешнее дело, а то, что происходит у них внутри.

Второй вариант: если человек понял, что ему лень или он устал (о том, как поступать, если ты устал, мы уже говорили), но все же желает попросить другого что-то сделать, то тогда он все равно уступает самолюбию. Но и в этом случае можно в некой мере противостоять самолюбию и лени. Так как самолюбие любит лукавить, то для того чтобы оно полностью тебя не победило, скажи ближнему правду о том, что тебе лень. Например, скажи: «Мне так не хочется это делать. Может, ты сделаешь?» В этом случае не будет лукавства и лжи, а будет признание своей немощи, и это уже хорошо. Но при этом следует знать, что ты просто не слукавил, признавая, что тебе не хочется делать, но все же не поступил по любви и уступил своему самолюбию и лени. Если же ты не скажешь правду о том, что тебе лень, то ты грешишь не только ленью, но и ложью, потому что:

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п. 9): «…словом лжет тот, кто, например, от уныния поленившись встать на бдение, не говорит: «прости меня, что я поленился встать», но говорит: «у меня был жар, я до крайности утомился работою, не в силах был встать, был нездоров», и говорит десять лживых слов для того, чтобы не сделать одного поклона и не смириться».

Заметим и то, что если ближний, пожалев тебя, по любви исполнит это дело, то ты должен быть благодарен ему за снисхождение к тебе и помощь. Если же ближний также не захочет это сделать, то ты должен, укорив себя в лени и помолившись Господу о прощении двух лентяев, сделать это дело сам.

Это некоторые советы, что касается познания и противления своей лени.

### Учись обуздывать свой гнев

Как мы видели на примерах, частой страстью дома является гнев. Поэтому далее приведем некоторые советы святых отцов о том, как надо обуздывать свой гнев.

Но вначале хотелось бы заметить, что все мы уже умеем справляться со своим гневом, чтобы не накричать, когда чем-то недовольны, когда перед нами не близкие люди, а чужие или знакомые. Ведь при общении на работе или в общественных местах нам не все нравится, но, тем не менее, мы не кричим на людей, а сдерживаемся, даже если очень недовольны. Так что нам мешает и дома сдерживать свой гнев?...

Итак, некоторые советы святых отцов о сдерживании своего гнева.

**Иларион Оптинский** (Житие иеросхимон. Илариона, с.181): «Если чувствуешь, что гнев объял тебя, сохраняй мол­чание и до тех пор не говори ничего, пока непрестанною молитвою и самоукорением не утишится твое сердце».

**Дмитрий Ростовский** (Алфавит духовный, ч.3, гл.3): «…если случится тебе когда-нибудь раздражаться или на кого-нибудь разгневаться, тогда лучше ничего не говори, но или отойди, или затвори уста свои, дабы не выскочил яростный пламень и не опалил душу и в окружающих тебя не произвел неожиданного смятения. А когда яростный пламень угаснет и сердце будет мирно, тогда спокойно говори, что будет нужно к исправлению. В кротости одно слово твое будет благоприятнее, нежели тысяча слов, сказанных в ярости. Много лучше исправишь кротостью, нежели яростью и раздражением: и другого благоразумно вразумишь, и себе самому принесешь пользу».

**Схииг. Савва** (Путь к спасению, Об осуждении): «Что же тогда делать? Даже если гнев наш справедлив и мы чувствуем, что во всем правы, не всегда следует обличать человека. Мы часто забываем слова премудрого Соломона: обличай премудрого — он тебя возлюбит; не обличай безумного — он тебя возненавидит. Так говорит святой Иоанн Златоуст. Весь гнев обращай на диавола — он один твой непримиримый враг, а человек, что бы он ни делал, всегда друг и брат наш. Прежде чем сказать ближнему грубое, резкое слово, прочти сто раз молитву Иисусову, или обрати все в шутку, сгладь, лишь бы не было ссоры».

**Схиигумен Савва** (Плоды истинного покаяния, гл. Кроткое вразумление): «Потерпи, вразуми, помоги, чем можешь, и ты получишь от Бога великую награду. Только не будь суров и груб в выговоре, храни себя от раздражения, от гнева... - Избави Бог, если почувствуешь, что начинаешь раздражаться, сразу переходи на другую тему разговора, не касайся обличения или даже скорей попроси прощения и удались, потому что обличение, сказанное с раздражением, в грубой форме это и есть осуждение. В этом случае грешника не спасешь и себя погубишь. Кто обличает с ожесточением и унижением, тот берет грех его на себя так же, как при осуждении. … Кротко обличать и вразумлять очень полезно и душеспасительно для обеих сторон, но с кротостью, смирением и любовью может обличать только тот, кто сам свободен от страстей и пороков, особенно гордости, тщеславия и гнева, кто вразумляет не только словами, но и добрыми делами, а более всего примером доброй, благочестивой жизни. Иначе можно начать, как говорится, о здравии, а кончить за упокой, т.е. благое намерение помочь исправиться грешнику может обратиться в причину окончательной гибели его, если мы действительно будем по своим страстям действовать».

**Схииг. Савва** (Опыт построения истинного миросозерцания, отд.2, поуч.22): «Один пустынник … молился, каялся и в особенности прибегал к Божией Матери. Враг рода человеческого хотел смутить этого пустынника, поэтому самый лютый демон пришел в пустыню для того, чтобы погубить душу пустынника, отвратить его от смирения и кротости. Что же он задумал? Пустынник имел землянку, и в этой землянке небольшая была скамейка, на которой он от трудов больших иногда отдыхал. И вот этот самый пустынник, утрудившись вне келии, приходит в келию и... что же он видит? Он видит демона в явном виде, который лежит на его скамейке. Демон думал, что вот он сейчас приведет в гнев и раздражение пустынника и тот начнет делать всякие приемы для того, чтобы удалить его из келии. Но пустынник знает, что побеждать злую силу надо кротостью и смирением, поэтому он обращается к этому мерзкому демону со смирением и кротостью и говорит: «Ну вот, ты тоже, наверно, очень много потрудился и устал? Отдыхай, отдыхай! а я уж полезу под лавочку». Сотворил крестное знамение и говорит: «Пресвятая Богородице, помогай нам!» И полез под скамейку. В это время злая сила, демон, вскочил и, как ветер, со словами «ты меня победил кротостью и смирением» удалился из келии. Вот нам пример, как можно побеждать злую силу кротостью и смирением».

Итак, христианину надо стараться не обращать внимания на грехи других людей, а смотреть за своими, и просить Бога об исцелении, прежде всего, себя.

**Макарий Оптинский** (Письма к монахиням, п. 180): «Ежели вы возьметесь с намерением исправить ее, а и сами еще находитесь в недуге страстей, то лучше прежде брани искать мира».

**Никон Воробьев** (Письма, п.120): «Не командуй никем никогда. Не учи других, коль сама себя не научила ничему. Не касайся и соседей по дому. Они не твои жильцы, и тебе дела нет до них. А что сделают неладно, терпи, ибо от твоего крика, командирства и грубости, они не меньше терпят, чем ты от них. Сказано: друг друга тяготы носите, и тако исполните закон Христов. Ты же только себя можешь носить и оправдывать. «Изми бервно из очесе твоего, тогда узнаешь, как вынуть сучец из очесе брата твоего, лицемере!» Пожалей себя; проси, чтобы открылись твои глаза и увидели бесчисленные грехи твои и не видели грехов чужих. Да вразумит тебя Господь и помилует».

### Помни, что каждый ответит за себя на Суде

А теперь скажем об истине, которую надо помнить всегда. Надо помнить, что в этой жизни всегда есть тот, кто ленится, и есть тот, кто работает за двоих. И на Суде это откроется, и каждый ответит за себя.

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.2, ч.3, гл.2): «Раньше, бывало, мы смотрели на бедных животных, на вола или на лошадь: в паре одно животное могло быть усердное, любочестное, а другое ленивое, и усердное тянуло за собой ленивое. И, в конце концов, ленивое шло под топор мясника. Знаете, как жалко мне было одного буйвола! Мы запрягали вместе трёх буйволов, и один из них, не очень уж и сильный, так старался, так работал. Тянул за собой и других двух. От напряжения он, бедный, весь покрывался потом. А если потом Христос укажет нам на такое животное и скажет: "Смотрите, оно тянуло за собой двух других, а что сделали вы?" - что мы ответим? … Примите поближе к сердцу вопрос собственного спасения. Ведь у вас столько возможностей!».

**Евергетин** (т.1, гл.25, Ефрем Сирин): « …нас самих оправдают или осудят не за чужие дела. Напротив, когда «обнаженными и открытыми» (Евр.4. 13) приведут нас к Судии, каждый даст ответ за себя сам, каждый сам будет нести свое бремя. Посему хорошо, если мы всегда внимаем сами себе, берем пример с тех, кто ведет богоугодную жизнь, смотрим на них и подражаем им».

Но все ли мы так – через Суд Божий или через исполнение заповедей – воспринимаем свои домашние дела и отношения с другими людьми? К сожалению, мы абсолютно забываем, что везде и всегда нужно помнить и о заповедях, и о Суде.

## 4.4.4. О христианской заповеди о служении людям

Так как одним их частых доводов при домашних конфликтах есть довод: «я не слуга» или «я в слуги не нанималась», или «такое мое служение испортит их еще больше» и др., то подробней остановимся на этом вопросе.

### Христианам дана заповедь о служении людям

Всем христианам известна заповедь о служении другим людям. Вот как о ней говорится в Евангелии:

**Мф. 23, 11**: «Больший из вас да будет вам слуга».

**Мф. 25, 40**: «Так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне».

**Василий Великий** (Правила кратко изложенные, в. 115): «Как должны мы оказывать послушание друг другу? Ответ. Как рабы владыкам, по заповеданному Господом, «кто хочет быть большим между вами, да будем вам слугою» (Марк. 10, 43. 9, 35), к чему Господь присовокупляет еще более убедительные слова: «Ибо и Сын Человеческий не для того пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить» (Марк. 10, 45); и по сказанному Апостолом; «любовью служите друг другу» (Гал.5, 13)».

Служа с любовью ближнему, христианин служит Богу.

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.1554): «Не только чего-либо вещественного, но души своей, жизни своей, я не должен щадить для пользы брата, вещественной или телесной, особенно же духовной. Служа с любовью пользам брата, я служу Самому Богу. О! я чувствую сердцем высокую, великую истину: «так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне» (Мф. 25, 40)».

Приведем только пару примеров о служении святых.

**Дмитрий Ростовский** (Жития святых, 25 сентября): «Сергий (Радонежский) … хотел подражать Господу и быть всем слугою; сам он построил несколько келий, выкопал колодезь, носил воду и ставил ее у келии каждого брата, рубил дрова, пек хлебы, шил одежду, готовил пищу и исполнял смиренно другие работы. Свободное от трудов время Сергий посвящал молитве и посту, питался одним только хлебом и водой и то в небольшом количестве, каждую ночь он проводил в молитве и бдении, лишь на краткое время забывался сном. К величайшему удивлению всех, столь суровая жизнь не только не ослабляла здоровья подвижника, но даже как будто укрепляла его тело и придавала ему силы для новых еще больших подвигов. Своим воздержанием, смирением и благочестивой жизнью преподобный Сергий подавал пример всей братии. С удивлением взирали отшельники на сего "ангела во плоти" и всеми силами старались подражать ему; так же, как и он, пребывали они в посте, молитве и постоянных трудах: то шили одежды, то переписывали книги, то возделывали небольшие свои огороды и исполняли другие подобные работы».

**Дмитрий Ростовский** (Жития святых, 30 августа): «Хотя (преп. Александр Свирский) и принял игуменство над игуменом, подавал всем пример смирения, помня слова Господа, сказавшего: кто хочет быть первым, будь из всех последним и всем слугою (Мк. 9:35; см. 10:43). Посему преподобный и смирял себя, стараясь быть меньше всех, и всем служил. Он всем давал собою пример и трудился, раньше всех выходя на работу. Всегда он делал все сам своими руками: ходил в поварню, месил тесто и пек хлебы, иногда носил из озера и воду, рубил дрова и носил их в монастырь. Иногда он приходил в мельницу, где иноки мололи рожь, и в то время, когда они еще спали, брал приготовленную для размола рожь и, измолов назначенную для каждого инока часть, ставил измолотое на своем месте, а потом уходил в свою келию. В церковь он приходил прежде всех и после всех выходил».

### Самолюбие и страсти не дают исполнить эту заповедь, ссылаясь на тяжесть

Все ли мы исполняем эту заповедь или воспринимаем служение нашим ближним, как служение Богу? Думаю, что нет. Греховный опыт говорит, что если в моменты своего саможаления или недовольства, даже попытаться говорить себе об этой заповеди, то душа не желает этого слушать и противиться. Это наше самолюбие не дает исполнить заповедь: «быть слугою» и любит, чтобы ему служили.

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день года, Неделя 13-я по Пятидесятнице, суббота): «…то горе, что большинство скоро у нас обращается на служение себе и своим интересам и сопровождается всегда почти требованием послуг себе, вместо служения другим».

**Иоанн Крестьянкин** (Опыт построения исповеди, 1-я запов. блаженства): «Когда-то Господь, усмотрев среди Своих учеников это желание, сказал: "...кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою..." (Мф. 20, 26). Задумывались ли мы над этими словами Господа? Есть ли у нас желание поставить себя по отношению к ближним на положение слуги? Нет. Господи, прости наше себялюбие! Мы ждем услуг от своих ближних, мы смертельно боимся дойти до положения слуги, а в оправдание своей гордыни мы приводим возраст, положение в обществе, усталость, болезни и т. д.».

Отметим и то, что мысли о том, что ты не слуга могут быть от врага, который мешает человек исполнить великую заповедь.

**Анатолий Оптинский** (Душеполезные поучения преподобных Оптинских старцев, Отношение к сестрам): «Грешно тебе не любить такую маленькую девочку, как Л.! Тебя диавол все мутит: «что, дескать, я ей служу!» А того не понимаешь, какое ты великое дело этим совершаешь! Ты уподобляешься Сыну Божию Иисусу Христу, Который сказал о Себе: «Не для того пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить» (Мк.10, 45). И ты за это великую получишь награду».

Самолюбивый, услышав совет о том, что надо трудиться для блага ближних, будет возмущаться или печалиться, что ему будет тяжело.

**Схииг. Савва** (О главных христианских добродетелях и гордости, гл. Как стяжать любовь Христову): «Правда, есть из нас и такие, которые знают и даже со всей остротой сознают, что наше Я (эгоизм) - это опаснейший враг, хотя коварно выдает себя за друга. Они рады были бы избавиться от него, но... как?.. В их понятии это равносильно самоуничтожению. Они так помышляют: «Что значит отречься от себя?.. Это значит не иметь личной жизни. Почему я должен жить для Петра и Дарьи, для пятого-десятого? А кто для меня будет жить?....» А где же ваша вера в Промысл Божий? - следовало бы их спросить. Неужели Господь о птицах и животных печется более, нежели о человеке? Неужели Он любит их больше, чем нас?.. Вот и получается... нет у нас ни веры, ни надежды, ни страха Божия, ни любви».

И если христианин задумается, а что выше: жалея себя, провести праздно время (у телевизора или компьютера, поспать и т.д.) или послужить малым служением ближнему (помыть посуду, приготовить еду и т.д.), да еще и с памятью о Боге и для исполнения заповеди о самоотречении и любви к ближнему, то ответ очевиден.

Также заметим, что мир говорит, что служить другим – это слабость и тяжело, а христианство говорит, что это сила.

**Василий Кинешемский** (Беседы на Евангелие от Марка, гл.8, 1-10): «В противоположность мирскому пониманию быть сильным в христианском смысле — значит забыть себя для других, быть всем слугою, отдать свои силы и способности для общего блага и побеждать не насилием, но смиренным служением. Мир говорит: надо заставлять других служить себе. В этом жизненная мудрость. Христианство учит: надо самому служить другим. В этом сила и счастье жизни. … Не господствовать, но подавать пример, по слову апостола Петра (1Пет. 5, 3), не властвовать, но служить — вот правило, которое не должен забывать ни один христианин, если он рассчитывает влиять на других. «Мы, сильные, — пишет апостол Павел, —должны сносить немощи бессильных и не себе угождать. Каждый из нас должен угождать ближнему, во благо, к назиданию. Ибо и Христос не Себе угождал».

### Трудолюбивому и смиренному не тяжело служить другим

Ранее мы говорили о правом отношении к труду. И сейчас скажем о том, что у того, кто любит трудиться, не бывает особых сложностей с исполнением дел для других.

Итак, трудолюбие имеет два направления: труды совершаются ради своей пользы, и ради пользы других, а у христиан еще и во славу Божию. (Ленивый же может ничего не делать для себя, или что-то, может лишь что-то делать для других, а также может и вовсе не трудиться не для себя и не для других, ожидая, что все сделают другие)

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору, кн.10, гл.18): «(Ап. Павел) оставил нам важный пример своего поведения, когда свидетельствует, что он не только делал то, что нужно было только для телесной потребности его, но чтобы могло быть достаточным и для употребления бывших с ним, именно тех, которые, ежедневно занимаясь необходимым служением, никак не могли приготовить себе пропитание своими руками».

**Иннокентий Пензенский** (Слово в день рождения императрицы М.Ф.): «Трудолюбие, я имею в виду, служащее не только в пользу собственную, сколько общественную и во славу Божию».

Поэтому понятно, что трудолюбивый семейный человек будет и себя обслуживать, и других, и ему это не будет в тягость. Например, вот как говорит об этом одна женщина.

Интернет – источник: «(Живем с родителями мужа, но я не считаю что) я в уборщицы не нанималась свекрам, просто мне приятно поддерживать порядок там, где я живу. Это, разумеется, наша комната, ну и общая территория».

И если так могут относиться по естеству к служению ближним даже неверующие, но трудолюбивые люди, то не стыдно ли нам, некоторым христианам, которые не хотят послужить ближнему, потому что есть заповедь Бога и сделать это во славу Божию.

Следует знать и то, что в отношении дел для других есть три добрые степени:

**Иннокентий Пензенский** (Божественное правоведение…, ч.2, гл.4): «В самом содействии выгодам других есть еще следующие степени: 1) когда то, что мы делаем для другого, нас не отягощает, хотя оно ему и полезно, т. е. когда мы что-либо от избытков наших уделяем другим. 2) когда мы по любви к ближнему делаем что-нибудь такое, что соединено с нашей невыгодой; 3) когда эта любовь доходит до того, что мы для пользы других не только претерпеваем величайшие невыгоды, но и саму жизнь нашу, если потребуется, не замедлим подвергнуть опасности. То, что делается в пользу других с собственной невыгодой, обычно называется благодеянием. Благодеяние это в Св. Писании именуется любовью или милосердием, потому что мы должны любить не словами, но делом (1 Ин. 3, 18)».

Относительно труда для себя и труда для тех, с кем живешь, святые отцы говорят, что труд для себя правилен, но не достоин награды, а труд для других – это жертва, угодная Богу.

**Филарет Дроздов** (т.5, Беседа к Братству Николаевского Угрешского … монастыря): «Если бы ты для удовлетворения твоим собственным нуждам употребил собственный труд и время: сие трудолюбие было бы достойно одобрения и угодно Богу; впрочем, не обещало бы тебе особенной награды в том отношении, что ты был бы работником на самого себя. Но если, отрекшись от собственности, весь свой труд и все свое время ты посвящаешь Богу и обители (или семье – от сост.): то чрез сие ты приносишь жертву Богу и службу обители, и жертва твоя призывает особенное тебе благое воздаяние».

Также не тяжело служить другим и смиренному.

**Авва Исаия** (Духовно – нравственные слова, сл.20): «Смиренен тот, кто … ненавидит покой, охотно несет труды…».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Признак смиренномудрия – обеими руками удовлетворять потребности брата, так, как бы и сам ты принимал пособие».

**Ефрем Сирин** (О добродетели…, п.3): «Смиренный не упрямится и не ленится, хотя бы и в полночь позвали его на дело…».

### Вера и любовь придают силы в служении другим людям

На самолюбивые жалобы о трудности служить другим христианское учение говорит, что силу придает любовь к другим, и что за исполнение этой заповеди христианин получает спасение души, а самолюбие приносит только неприятности и раздор. Приведем много поучений святых отцов, и пусть каждый выберет из них то, что поможет ему служить другим людям.

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. Римл. 15.1): «Казалось бы, что от (угождения во всем братиям) разоришься или подавлен будешь; а на деле бывает так, что этим только прочно и зиждется благо каждого и всех. Откуда сила на это? От любви, которая все братнее считает своим; ибо любит их как себя. Противоположно ей — самоугодие, источник всего недоброго и всех нестроений между нами, больших и малых. Как только потянулся кто к себеугодному, тотчас ущерб другому, от него неприятность, а далее и раздор».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, 548): «Будь благопослушен сердцем, словом и делом во всякое время на служение другим, без малейшей досады или раздражительности, памятуя слова Спасителя: «а кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою» (Мф. 20, 26)».

**Иоанн Крестьянкин** (Опыт построения исповеди, 1-я запов. блаженства): «А вы только на минуту вообразите, как бы преобразилась ваша жизнь, если бы каждый из нас, вот с этого момента, положил бы за правило предупреждать желания своих ближних, стремиться по мере сил своих, дарований и возможности служить ближним, забывая себя, – по слову Господа, быть всем слугою. Рассмотрите свою жизнь, свои обстоятельства и попробуйте начать жить, смиряя себя до положения рабов, по слову Господа: "...и кто хочет между вами быть первым, да будет вам рабом..." (Мф. 20, 27). И если вы будете поступать так по велению души, от чистого сердца, то, несомненно, почувствуете радость, блаженство смирения. А доселе мы, Господи, гордынею и злыми порождениями ее отравляли свою жизнь, удаляя себя от Тебя, закрывали доступ благодати Божией к нашим душам, а потому не имеем радости, счастья, блаженства».

**Варсанофий Великий** (Руководство к духовной жизни, в.9): «…не унывай в скорбях и трудах телесных, которые несешь, трудясь ради нас и ради нашего общежития, ибо и это также значит: мы должны полагать души свои за братьев (1Ин. 3, 16), и надеюсь, что велика будет награда за труд сей. Как Господь поставил Иосифа прокормить братию свою во время голода (Пс. 32, 19) в Египте, так и тебя поставил Он послужить общежитию сему».

**Симеон Новый Богослов** (Слова, сл. 48): «Верующий не противится брату, но всем служит, и не ропщет, а пребывает в терпении Божием, веруя, что тем большую получит награду, как говорит и Господь: «кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою; и кто хочет между вами быть первым, да будет вам рабом» (Мф.20:26-27)».

**Антоний Великий** (Добротолюбие, т.1, 4, 6, 53): «В другой раз спросили еще его: как должно служить братиям? Он отвечал: братия, которые хотят служить братиям, пусть служат им как слуги своим господам, и как Господь служил Петру, которому оказал Он последнее услужение, будучи Творцом его».

**Лука Крымский** (Сб. «Спешите идти за Христом», На слова: "Кто хочет быть первым, будь всем слугою"(Мк.9, 35)): «Каждый может дать людям чрезвычайно много, не имея денег, если в сердце имеет святую любовь, сострадание, жалость и милосердие. Можем пожалеть человека, чем-нибудь услужить ему, сделать одно из малых дел…. Можно добрым словом смягчить ожесточенное сердце ближнего своего, множеством самых простых дел помочь ему, позаботиться о нем, услужить ему. … Исполняйте эту святую заповедь, и будете первыми в глазах Божиих!».

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст.155): «Если хотим Богу угождать, то не должны ближнего нашего презирать и отвращаться от него, но должны миловать его и в нуждах его снабжать. «Каждый из нас должен угождать ближнему, во благо, к назиданию» (Рим 15:2). Требует ближний наш совета от нас — подадим совет, когда можем. Требует пищи от нас — подадим пищу. Требует одежды — оденем его. Требует упокоения в доме нашем — упокоим его. Требует служения нашего — послужим ему. Требует в скорби и печали утешения — утешим его по нашей возможности, и прочее. Ибо сего хочет воля Божия и требует христианская любовь».

**Схииг. Савва** (О главных христианских добродетелях и гордости, гл. Как стяжать любовь Христову): «Случай сделать добро кому-нибудь есть милость Божия к нам. Поэтому мы должны бежать - стремиться всей душой послужить другим. А после всякого дела любви так радостно, так спокойно на душе, чувствуешь, что так и нужно делать; хочется еще и еще делать добро. После этого будешь искать - как бы кого еще обласкать, утешить, ободрить. А потом в сердце такого человека вселится Сам Господь: «Мы придем и обитель у него сотворим» (Ин. 14:23)».

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.1, беседа 25): «Искать полезного для общества – вот правило совершеннейшего христианства, вот точное его назначение, вот верх совершенства! Это выражает и апостол словами: "как я Христу". Ничем ты не можешь столько подражать Христу, как попечением о ближних; постишься ли ты, спишь ли на земле, изнуряешь ли себя, но если ты не печешься о ближнем, то не делаешь ничего важного, и при всем том еще далеко отстоишь от образца. … Полезное для себя ты найдешь тогда, когда будешь искать (пользы) ближнего. Если не имеешь ревности пещись о брате, то помни, что иначе ты спастись не можешь, и позаботься о нем и о делах его по крайней мере для себя».

**Иоанн Златоуст** (т.12, ч.1, б.10): «…(если кто) говорит: если он не достоин, если он не праведен … я не подам ему руку помощи, - тот отнимает самую главную часть у милостыни, и все остальное со временем также уничтожит; напротив, истинная милостыня тогда и бывает, когда она оказывается грешникам или виновным; милосердие в том и состоит, что милует не тех, которые исправны, а тех, которые согрешили».

**Феодор Студит** (Наставления, 187): «Да не слышится между нами: не могу, не по душе, не здоровится, хоть бы и в правду мог кто сказать сие. Даю вам слово верное, пред невидимым Богом и избранными Его Ангелами, что, нудя себя, – по слову Господа, что царствие Божие нудится, – нудя себя и утесняя во всем, как вы себя утесняете, по причине тесноты и прискорбности пути вашего, перейдете вы от смерти в живот, от тления в нетление, от тьмы во свет, от рабства к всыновлению Богу, из юдоли плача в царство небесное пресветлое и всерадостное».

**Зосима Верховский** (Поучение…, сл.16): «Подобает же Бога ради и на невозможное и превышающее силы подвизаться; следовательно, стоит ему самого себя укорять и скорбеть о том, что не сподобился благодати Божией и помощи, что бы с добром, с любовью и радостною душою служить за послушание посещающим и всему братству, более же Самому Господу, сказавшему: «так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне» (Мф.25,40). Говорят же святые отцы, что ищущие себе послабления и покоя отходят от правой и спасительной стези. И того ради радуйся, о трудниче! а не дряхлствуй о приключающихся тебе трудностях: если обычно и с послаблением поживешь, то обычно и умрешь без извещения о спасении своем. Если же в трудах, трудясь претрудно и безгневно, с любовью повинуясь в послушании, то и Господь возлюбит тебя и преселит, водворит душу твою к преподобным и всем святым, благоугодившим Ему в трудах и злостраданиях, в вечной покой и наслаждение и в соцарствование с Ним во веки веков».

**Паисий Святогорец** (Страсти и добродетели, р.1, ч.1, гл.2): «(Вопрос) Геронда, у меня есть помысел, что в том, что я быстро устаю, виновата не только моя телесная слабость. (Ответ) - Да, если бы в тебе был Божественный огонь, то всё было бы по-другому. (Вопрос) - А как мне приобрести этот Божественный огонь? (Ответ) - Нужно забыть себя и думать о других. … По крайней мере, постарайся думать и заботиться о других столько же, сколько ты думаешь и заботишься о себе. Так постепенно придёшь к тому, что станешь равнодушна к себе, в хорошем смысле, и будешь постоянно думать о других. Тогда и Бог будет о тебе думать, и люди. Только не делай этого ради того, чтобы другие думали о тебе!».

## 4.4.5. «Благотворить ближнему есть дело любви»

И в заключение темы скажем о самой великой заповеди – заповеди о любви.

Итак, если христианин ругается с родными о домашних делах, то он ничем не отличается от неверующих, которые воюют с ближними, не желая быть им, по их словам, прислугами. Истинный же христианин никогда не будет воспринимать заботу о ближних и о доме, как прислуживание, а как заботу о тех, кого он любит, потому что:

**Иоанн Златоуст** (т.9, кн.2, стр. 996): «…любовь считает как бы собственною нужду ближнего».

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п.18): «…благотворить ближнему есть дело любви».

**Иоанн Златоуст** (т.2, ч.1, Беседа вторая на Святую Пятидесятницу): «Не прежде может быть положено основание радости, как если наперед мы станем считать благоденствие других своим собственным и блага ближнего принимая за свои собственные; а это может произойти не иначе, как если возобладает в нас сила любви. Любовь есть корень, источник и матерь всего доброго».

**Иоанн Златоуст** (т.6,ч.2, бес.18): «Любящий желает лучше благодетельство­вать, нежели получать благодеяния, потому что лучше желает иметь друга должником своим, нежели самому быть должным ему. Любящий желает благодетельствовать возлюбленному, но не хочет, чтобы видны были его благодеяния; желает быть первым в благодеяниях, но не хочет, чтобы он казался первым в благодеяниях».

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст. 108): «Любящий непременно должен волю любимого творить. Иначе ложная и лицемерная любовь будет».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.2, §342): «Любящий любимого волю исполняет, дабы не опечалить любимого, ибо оскорбление любимого противно любви, и разрушает союз любви. Так сын добрый волю отца своего старается исполнить, жена добрая волю мужа своего, чтобы не оскорбить того, которого естественною любовью любит».

**Никон Воробьев** (Письма, п.102): «Если любовь есть в сердце, то она от сердца изливается на всех окружающих и проявляется в жалости ко всем, в терпении их недостатков и грехов, в неосуждении их, в молитве за них, а когда необходимо, то и в материальной поддержке».

Также любовь стремится отдавать, а не принимать (это особенно относится к семейным людям).

**Иоанн Златоуст** (т.11, ч.2, беседа 6): «Долг любви к ближним состоит в том, чтобы не от них принимать, но им давать. … А это зависит от трудолюбия – чтобы не принимать (от других ничего) и не жить в праздности, но трудясь давать другим: "блаженнее – сказано, – давать, нежели принимать" " (Деян.20:35). "И работать, – говорит, – своими руками".

К истинной любви относится и то, когда мы делаем для других, когда нам трудно и невыгодно, и приведем еще раз поучение об этом.

**Иннокентий Пензенский** (Богословие деятельное, ч.2, гл.4): «…когда мы по любви к ближнему делаем что-нибудь такое, что соединено с нашей невыгодой; (и) когда эта любовь доходит до того, что мы для пользы других не только претерпеваем величайшие невыгоды, но и саму жизнь нашу, если потребуется, не замедлим подвергнуть опасности. То, что делается в пользу других с собственной невыгодой, обычно называется благодеянием. Благодеяние это в Св. Писании именуется любовью или милосердием, потому что мы должны любить не словами, но делом (1 Ин. 3, 18)».

И именно против такой нашей любви к ближним, которая «не ищет своего», которая старается только для блага других и т.п., выступает наше самолюбие. Поэтому для стяжания такой любви необходимо самоотвержение.

**Феофан Затворник** (Толков. на посл. Галатам, 5,22-23):  «…все добрые расположения от любви, поправшей самость и всем готовой жертвовать для блага, других, не помышляя о себе».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день года, Неделя 15-я по Пятидесятнице): «… то и любовь, когда любящий полагает душу свою за любимых. Она же дает и силы к проявлению такой любви. Чтобы иметь такую любовь, надо стать новым человеком, вместо эгоистического – самоотверженным».

**Феофан Затворник** (Толков. на посл.1 Тимофею, 1, 5): «Бывает любовь эгоистическая, которая любит не во благо любимого, а для себя; почему, коль скоро потребуется жертва самоотвержения, она не выдерживает пробы и отступает назад».

**Схииг. Савва** (Ответ на вопросы о монашестве, Покаяние): «Некоторые говорят: «Я и рад бы любить всех ближних, но где и за какие деньги, за какую цену можно купить эту любовь?» Цена этой добродетели - самоотвержение. Ни за какие сокровища мира не купишь ее у людей. А добродетелями Господь награждает тех, кто угождает Ему своею жизнью, кто живет для ближних, кто смиренно сознает себя хуже других; кто попирает свою гордость, тщеславие, самомнение; кто удерживает язык свой от злословия и празднословия; кто не боится бесчестия и делает перед людьми то, что нас унижает, и при этом не чувствует никакой скорби. Ты, может быть, в недоумении: о каком самоотвержении идет речь? …Скажу только кратко: все лучшее стремись отдать другим, за подвиг это вовсе не считая, и ничего не называй своим, одни грехи своими признавая. Если не имеешь к этому сердечного расположения, то силой воли принуждай себя, день ото дня тебе будет все легче и легче, и, наконец, Господь пошлет тебе такую любовь, что в служении ближним ты будешь находить духовное удовлетворение, свое счастье».

**Схииг. Савва** (Путь к спасению, Об осуждении): «Раненные на поле брани не добивают друг друга, а помогают и утешают. И мы здесь, на земле, — как на поле брани, все раненные грехом, все больные душой и должны оказывать друг другу снисхождение, покрывать любовью недостатки ближнего. Нужно прощать обиды, умалять зло, сеять мир. «Пусть тебя гонят, — говорит Исаак Сирин,— ты не гони, пусть тебя распинают, ты не распинай, пусть тебя обижают — ты не обижай, пусть на тебя клевещут, ты не клевещи».

К этому можно добавить: пусть другой не делает ничего по дому и для тебя – ты делай для него, сознавая, что таким образом ты покрываешь его любовью, учишься жертвенности и исполняешь заповедь о любви к враждующим (т.к. в таких ситуациях ближний есть в некоем роде враждующим и приносящим тебе какие-то трудности или телесные неудобства). Через исполнение домашних дел и отношений с близкими мы можем получить спасение души, если не будем жалеть себя и угождать себе. А если будем терпеть неправые действия родных, то получим венец мученика.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 1268): «Домашнее - терпите. Господь причислит сие к мученичеству».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 149): «Пишешь, что трудно работать, и келия сыра, и голова болит, – вот за это-то ты и была бы причтена к лику мучениц, а за осуждение, и укорение, и ропот лишишься награды в жизни загробной. Положи начало – не осуждай, не укоряй, не злись, не гордись, не ропщи, за все Бога благодари».

**Иосиф Ватопедский** (Ватопедские оглашения, гл.33): «Находясь на вашем послушании, великодушно переносите недостатки тех, кто немощен и не может исцелиться от своих пороков, осуществляя таким образом закон любви и терпения, — и вы заслужите награду, которая состоит в духовном преуспеянии и совершенстве. Призываю вас, братия, к снисходительности и сочувствию в отношении ошибок и соблазнов, бывающих от немощных и не имеющих ведения. Поистине, наш Спаситель Христос смягчается, видя наше милосердие к ближним, потому что и Сам Он есть совершенная любовь и сочувствие. Итак, вот способ и нам воспользоваться милосердием Божиим, поскольку Он призывает нас стать сострадательными, каковым является и Он Сам».

Итак, благие дела для пользы других должны делаться не по естественной потребности, а по любви к человеку. Это приносит удовольствие и утешение делающему, а тот, для кого делают, чувствует эту любовь и благодарит.

**Филарет Дроздов** (т.5, 262. Слово в день Тезоименитства … Импер. Н.П.): «…возлюбим лучший образ благотворения, – благотворение из любви. Сеемое рукою любви, растет уже в минуту посева. Любовь умножает утешение благотворящего; потому что ничто не делается с таким удовольствием, как то, что делается из любви. И получивший благодеяние, сделанное с любовью, сугубо чувствует благодеяние».

**Филарет Дроздов** (т.4, 221. Слово по освящении храма Рождества Пресвятыя Богородицы…): «Когда томимому голодом дают пищу, или дрожащему от холода теплую одежду: не чувствует ли он себя на то время счастливым? Но Господь уверяет нас, что в то же время блаженнее тот, кто дает. Где можно найти cиe блаженство? – В Боголюбивом и человеколюбивом сердце. В чем состоит cиe блаженство? – В чувстве делаемого и сделанного добра, в свидетельстве совести о исполнении в нас воли Божией, в радости о ближнем, нами обрадованном».

Но если у делающего нет любовного расположения, а принимающий благодеяния не чувствует любви и не благодарен, то делающему нужно смириться и все равно делать дела ради исполнения заповедей Божиих.

**Филарет Дроздов** (т.5, 262. Слово в день Тезоименитства … Импер. Н.П.): «Но при такой важности любви в отношении к благотворению, если кто ее не чувствует, когда предстоит случай к благотворению, и если не располагают к ней качества требующего благодеяния: не надобно ли уже удержаться от благотворения? – Отнюдь нет. Чтобы недостатки ближнего не препятствовали твоей любви, призови в помощь смирение. Если и не имеешь живого чувства любви, благотвори из послушания заповеди любви. Господь призрит на подвиг послушания, и дарует тебе радость любви, и чрез нее – совершенство благотворения».

Проверим себя. Всегда ли мы дома действуем со своими родными по христианской любви или нами руководит любовь самолюбивая, которая любит до тех пор, пока ее любят и делают ей хорошо? …

Думаю, многие могут честно сказать о себе такие же слова:

**Откровенные рассказы странника духовному своему отцу** (Пятое свидание): «Я не имею любви к ближнему. Ибо не только не могу решиться для блага ближнего положить душу мою (по Евангелию), но даже и не пожертвую моею честью, благом и спокойствием для блага ближнего».

И многим из нас надо молить Бога о даровании нам истинной любви к ближнему.

**Иннокентий Херсонский** (Молитва святого Ефрема Сирина, Слово в среду недели 5-й Великого поста): «Господи и Владыко живота моего, дух любви даруй ми, рабу Твоему! Даруй, да не увлекусь всемирным потоком самолюбия и зависти, да возмогу любить всех, кого Ты любишь, любить так, как Ты любишь, не тою мирскою любовью, которая во всем ищет (своего), а любовью возлюбленного Сына Твоего, которая готова положить душу за братию, тем паче умеет сносить все недостатки ближнего и оскорбления, готова прощать и любить самых врагов Своих!».

И в заключение нашей темы хотелось бы отметить один возможный печальный момент.

К сожалению, все, что описано выше святыми отцами о добродетелях так далеко от нас, грешников, а что описано о страстях, то мы все пронизаны ими, но мало это видим. И даже если их слова и коснулись наших сердец, то по своей привычки не так воспринимать дела земной жизни и отношения с людьми, а через призму своего самолюбия и самоугодия, мы, даже если и попробуем думать и делать так, как они описали, то опыт говорит, что мало кто из нас начнет поступать именно так, а большинство скоро забудет эти советы, и продолжат мучиться от своих страстей и страстей других людей, живя по привычке…

На этом закончим рассматривать вопрос о разногласиях в семье по поводу выполнения домашних дел, и как видим, они происходят от наших страстей: лени, праздности, саможаления и эгоизма.