**Часть 2: О видах молитв вне молитвенного часа и их особенностях. Отдел 2. «Постоянная молитва» при мирских скорбных обстоятельствах.**

**Отд. 2.1. О понятии любомудрие/смиренномудрие/рассудительность, помогающем право переносить скорби**

**Глава 1: О понятии любомудрие/смиренномудрие/рассудительность и его возможных сложностях**

*Составитель Ника*

[Глава 1: О ПРАВОМ ПЕРЕНЕСЕНИИ СКОРБЕЙ С ПОМОЩЬЮ ХРИСТИАНСКИХ СУЖДЕНИЙ, ИЛИ О ЛЮБОМУДРИИ/СМИРЕННОМУДРИИ 2](#_Toc192070859)

[Раздел 1.1. О ПОНЯТИИ ЛЮБОМУДРИЕ/ СМИРЕННОМУДРИЕ И ЕГО РОЛИ В ХРИСТИАНСКОМ ПЕРЕНЕСЕНИИ СКОРБЕЙ 4](#_Toc192070860)

[1.1.1. О правых и неправых мыслях во время скорби 4](#_Toc192070861)

[«Не свойство вещей, а мысль наша обыкновенно печалит и радует нас» 4](#_Toc192070862)

[Примеры правых духовных и неправых плотских мыслей в тяжелых скорбях 5](#_Toc192070863)

[Ум/здравые рассуждения должны управлять нашими страстными помыслами и чувствами 9](#_Toc192070864)

[Примеры поучений святых отцов, в которых указывается на необходимость утешать и укреплять себя в скорбях духовным словом 10](#_Toc192070865)

[1.1.2. О любомудрии и смиренномудрии, как духовной рассудительности и мудрости 11](#_Toc192070866)

[Если христианин страдает в скорбях, значит, у него нет смиренномудрия и любомудрия 12](#_Toc192070867)

[О понятии «смиренномудрие», как смиренном духовном рассуждении и «образе мыслей, заимствованном всецело из Евангелия, от Христа» 12](#_Toc192070868)

[О понятии «любомудрие», как умении «узреть и ощутить в бедах и скорбях нечто (из христианских истин), обрадовать могущее» 14](#_Toc192070869)

[О понятии «утешение»/«успокоение» 15](#_Toc192070870)

[Отчего утихают страдания у плотяной/мирской души 17](#_Toc192070871)

[Примеры любомудрия, которые «гонят от себя печаль»/утешают 18](#_Toc192070872)

[Любомудрие ведет душу к «преданию себя воле Божией» и надежде на Бога 19](#_Toc192070873)

[Любомудрие дает силу добродетелям 20](#_Toc192070874)

[Раздел 1.2: О ТОМ, ЧТО ДУХОВНОЕ СЛОВО МОЖЕТ НЕ ГОВОРИТЬСЯ СЕБЕ В СТРАДАНИЯХ, И МОЖЕТ НЕ ДЕЙСТВОВАТЬ НА ДУШУ, ДАЖЕ КОГДА ГОВОРИТСЯ 21](#_Toc192070875)

[1.2.1. О том, что душа не склонна в скорбях рассуждать по-христиански 21](#_Toc192070876)

[О неведении духовной брани с печалью, а значит не имении в скорби любомудрия 21](#_Toc192070877)

[Можно не воспринимать скорби, как пусть спасения, и поэтому не пользоваться любомудрием 23](#_Toc192070878)

[При страстных реакциях на скорбные обстоятельства происходит греховное помутнение ума и сердца, при котором забываются христианские истины и Бог 25](#_Toc192070879)

[Об успокоении при переключении внимания на мирское 26](#_Toc192070880)

[Об утешении себя мирскими рассуждениями в скорбях и в страхах/переживаниях 26](#_Toc192070881)

[1.2.2. О том, что духовные суждения могут не приносить плода страдающей душе 29](#_Toc192070882)

[1.2.2.1. Что может быть при твоем или чужом любомудрии, когда ты в скорби 29](#_Toc192070883)

[Говорить себе истины можно осознанно, и звучать они могут не осознанно 29](#_Toc192070884)

[О произношении другим людям истин, но не делании этого самому себе или неутешении от них 29](#_Toc192070885)

[О том, что истины могут говориться другими тебе в утешение, но лучше, когда ты сам их себе произносишь 30](#_Toc192070886)

[После памяти о необходимости любомудрствовать в печали душа может не хотеть этого делать 31](#_Toc192070887)

[О том, что христианская истина может казаться «несколько докучливой», и может говориться несвоевременно 31](#_Toc192070888)

[Христианская истина может вызывать еще большее страдание, возмущения и «внутренние бури» 32](#_Toc192070889)

[В мыслях возникают оправдания, противоречия, недоумения в ответ на истины 32](#_Toc192070890)

[1.2.3. Некоторые причины, почему не утешает любомудрие 33](#_Toc192070891)

[О духовном нечувствии и забвении 33](#_Toc192070892)

[Человек может быть духовно не готов к принятию истин 34](#_Toc192070893)

[«Когда бессилие утешает бессилие, эта утеха слаба» 34](#_Toc192070894)

[Любомудрие не утешит и не просветит душу по причине неимения привычки к нему 35](#_Toc192070895)

[Применяемая истина является некой «пластинкой», на которую уже не реагирует душа 36](#_Toc192070896)

[Человек может не понимать, какую истину надо говорить 36](#_Toc192070897)

[Истины говорятся без рассудительности 36](#_Toc192070898)

[Некоторые истины настолько духовно высоки, что душа не может от них утешиться 36](#_Toc192070899)

[Раздел 1.3. НЕКОТОРЫЕ СОВЕТЫ О ТВОРЕНИИ ЛЮБОМУДРИЯ ПРИ БЕСЧУВСТВИИ ДУШИ К НЕМУ 37](#_Toc192070900)

[Любомудрие должно быть осознанным процессом самовоспитания 37](#_Toc192070901)

[Нужно произносить разные истины, если душа не реагирует на ту или иную истину 38](#_Toc192070902)

[Несмотря на то, что душа не слышит истины, надо все равно их говорить в скорбях 38](#_Toc192070903)

[О том, как познать себя после утешения страдания в скорби 39](#_Toc192070904)

[1.3.1. Кратко о том, когда и как произносить истины при твоем страдании в скорби 40](#_Toc192070905)

[1.3.2. Что нужно читать при скорбных страданиях 41](#_Toc192070906)

[О том, что обычно в скорбях без рассудительности говорятся общие и всем известные истины 42](#_Toc192070907)

[Можно читать определенные псалмы, когда чувствуешь внутреннее страдание 42](#_Toc192070908)

[Можно читать или произносить по памяти определенные слова из Писания, касающиеся скорбей 43](#_Toc192070909)

[Можно читать подборки поучений святых отцов о той или иной скорби 45](#_Toc192070910)

##

# Глава 1: О ПРАВОМ ПЕРЕНЕСЕНИИ СКОРБЕЙ С ПОМОЩЬЮ ХРИСТИАНСКИХ СУЖДЕНИЙ, ИЛИ О ЛЮБОМУДРИИ/СМИРЕННОМУДРИИ

Каждый христианин должен учиться христианской науке. Именно учиться, а не просто жить, как попало, и как привык. Нужно изучать христианскую мудрость в том или ином вопросе, как, например, мы сейчас делаем с вопросом о скорбях. Это знание истин поможет тогда, когда начнутся скорби: они и научат, как поступать и реагировать, и утешат свою страдающую душу. Если же не будет четкого знания истин и их, так сказать, употребления для себя (а не для других в советах), то душа христианина будет страдать так, как страдает любой неверующий. А этого не должно быть. Поэтому в нашей теме мы и занимаемся упражнением нашего ума. И если в теме о печали мы показали, какими мы бываем в скорбях и какими мы должны быть, то в этой главе скажем, как надо упражнять свой ум истинами в скорби.

Сразу напомним, о чем мы говорили в первой и второй главе.

**Василий Великий** (Подвижнические уставы, гл. 2): «… внезапные стечения неожиданных происшествий в умах человеческих обыкновенно производят (внутренние – от сост.) мятежи».

**Иоанн Кассиан** (Послание к Кастору…, кн. 9, гл.1): «…если при каждом нападении в разных несчастных случаях (печаль) будет овладевать нашею душою, то всякий раз будет лишать нас способности к божественному созерцанию, и самый дух, низвергнув из состояния чистоты, 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, погубив всякий спасительный совет и возмутив постоянство сердца, делает безумным, опьяняет чувство, сокрушает и подавляет мучительным отчаянием».

**Иоанн Кассиан** (Добротолюбие, т.2, 4. Общее очертание страстей…): «Печали два вида: первый - что посещает по прекращении гнева, или причиняется нанесенными убытками и потерями, и не исполнением желаний (т.е. после какого-то недовольства кем-то, чем-то, после возмущения, раздражения и т.п. – от сост.); второй происходит от опасений и страхов за свою участь или от неразумных забот».

**Василий Великий** (Письма, п. 58 (62)): «Касательно печального события скажу только, что время уже нам обратить внимание на заповеди Апостола и не скорбеть, «как прочие, не имеющие надежды» (1Фес.4,13), то есть не бесстрастными быть к случившемуся (т.е. быть не бесчувственным, не равнодушным – от сост.), но чувствовать потерю, только не падать под бременем скорби…».

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения…, п.13): «…если кто перенесет искушение (т.е. скорбное обстоятельство – от сост.) с терпением и смирением, оно пройдет без вреда для него; если же он будет малодушествовать, смущаться, обвинять каждого, то он только отягощает самого себя, навлекая на себя искушения (т.е. страдания, неприятности – от сост.) и не получает совершенно никакой пользы, но лишь вредит себе; тогда как искушения (т.е. скорби – от сост.) приносят большую пользу тому, кто переносит их без смущения».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 522): «Если терпеть не будешь скорбей или если и будешь терпеть, да с ропотом, с гневом, с досадой, с раздражением, что это за терпение? Это только укоренение в себе злобы, гнева, и от сего – гордость».

**Анатолий Оптинский** (Душеполезные поучения преп. Оптинских старцев, Терпение): «Но только и терпение твое не должно быть нерассудное, т. е. безотрадное (неутешительное, безнадежное, отчаянное – от сост.), а терпение с разумом — что Господь зрит во все дела твои, в самую душу твою, как мы зрим в лицо любимого человека, т. е. ясно, внимательно».

Напомним и то, что когда мы приводили толкования на понятие «терпение», то в одном из психологических источников было сказано: «терпение реализуется не за счёт бездумного насилия над собой (подавления), а за счёт правильных команд управления собой». И вот, что такое правое «терпение с разумом»/«правильные команды управления собой», как противостоять своим страстным состояниям в скорбях и как держаться добродетелей, помогающим достойно перенести скорби, мы и скажем в этой главе. Это будет разговор о любомудрии/духовной рассудительности, а в четвертой главе поговорим о молитве в скорбях и помощи Божией. То, о чем мы будем говорить в третьей и четвертой главах, уже напрямую относится к вопросу о постоянной молитве при скорбных обстоятельствах, т.к. любомудрие и молитва относятся к понятиям «утешение Божие», «смирение пред волей Божией» и т.п., где любомудрие приводит к успокоению души от того, что она понимает и принимает разные христианские истины, а также черпает из них духовные силы для добродетелей; а молитва вводит душу, так сказать, в Божественную область, приводит к успокоению души от непосредственного обращения к Богу, и это помогает ей достойно перенести скорбь.

Также обязательно надо отметить, что все христиане знают основные истины и употребляют определенные выражения. Но когда дело касается правого перенесения скорбей, то могут ими не пользоваться. Или можно переносить мужественно страдания, но с неправой истиной и идеей. Вот как о последнем говорит свт. Марк.

**Марк Подвижник** (Слово 6): «… некто из братии, надеясь на (свое) воздержание, и потому, как не знающий истины, старавшийся терпеть все скорбное, но с неправильным мнением, полагая, что он страдает как мученик».

Можно встретить и такие наставления священнослужителей, что в скорбях нужно только молиться и терпеть, но при этом опыт говорит, что не всеми и не всегда говорится, как правильно терпеть и молиться. А святые отцы говорят, что для правого перенесения скорбей нужно не только молиться (обращаться к Богу за помощью), а и терпеть, обращаясь к своей душе различными вразумлениями и напоминаниями. Опыт и поучения святых отцов говорят, что если не иметь последнего, то тяжело выдержать скорбь. И именно об этих словах к себе, которые просветляют и утешают душу, мы и скажем сейчас.

# Раздел 1.1. О ПОНЯТИИ ЛЮБОМУДРИЕ/ СМИРЕННОМУДРИЕ И ЕГО РОЛИ В ХРИСТИАНСКОМ ПЕРЕНЕСЕНИИ СКОРБЕЙ

Начнем разговор с понятий, которыми святые отцы обозначали то, о чем мы будем говорить: о христианских и духовных истинах, любомудрии и смиренномудрии.

## 1.1.1. О правых и неправых мыслях во время скорби

Все мы знаем, что у нас бывают правильные мысли и неправильные, добродетельные и страстные, мудрые и глупые. Но опыт говорит, что не все обращают внимание на то, что они влияют на то, как мы переносим скорби.

### «Не свойство вещей, а мысль наша обыкновенно печалит и радует нас»

Как мы уже не раз отмечали, святые отцы говорят, что внутренние страдания при печали происходят от мрачных мыслей.

**Иоанн Златоуст** (т.2, ч.1, О статуях беседа 18-я, и др.): «… как я всегда говорю, не свойство вещей, а мысль наша обыкновенно печалит и радует нас. (т.2, ч.2, Шесть слов о судьбе и провидении, сл. 1) (Если люди скорбят по поводу любых скорбных обстоятельств – от сост.), то мы считаем виной такого нестроения не обстоятельства, а тех, кто не может воспользоваться ими, как должно, и удалить от себя всякое уныние. Не внезапная перемена этих обстоятельств служит причиной тревоги и беспокойства, но мы и наш ум…».

**Макарий Оптинский** (Письма, т.1, п. 42): «Не великость скорби нас расстраивает, но с каким расположением нашего сердца принимаем оные и в каком оно находится устроении».

К тому же, думаю, каждый расстроенный чем-то человек испытывал на себе, что некоторые его мысли вводят его в еще большую печаль/расстройство/беспокойство, а от некоторых он спокоен или успокаивается.

**Георгий Задонский** (Письма, п. 1. 68): «Мысли, как облака, парят, летят и изменяются. … Грусть, печаль, тоска и прочие досады или душевные оскорбления бывают от находящих мыслей, которые на сердце воображают неприятности и возмущают всю душу. Но лишь только явится благая мысль, они исчезают, как мрак от света».

Напомним и то, что происходит с душой, когда она находится в печали.

**Иоанн Златоуст** (т.3, ч.2, Письма, п.3 к Олимпиаде): «…Ночь уныния, являющаяся не по закону природы, а наступающая с помрачением мыслей; ночь какая-то страшная и невыносимая …, часто удерживающая плененную душу крепче адаманта, когда последняя не обладает большой мудростью».

А теперь приведем самый простой пример того, как можно воспринять неприятность/трудность, и как мысли влияют на состояние человека. (Обратим внимание, что существует даже такое выражение, как «стакан наполовину пуст или наполовину полон», которое показывает отношение человека к той или иной ситуации как пессимистическое или оптимистическое, и это зависит от того, что человек подумает.) Итак, человек пришел домой и увидел, что у него в коридоре вода и с потолка капает (у соседей сверху случилась авария с трубами). Он сразу может начать досадовать, сетовать на то, почему ему приходится переживать такие неприятности, жалеть себя, злиться на соседей, паниковать и т.п. – и в таком случае он находится в состоянии помутнения и расстройства пока убирает воду. Но он может сразу после неприятного удивления подумать так: «как хорошо, что я пришел домой и могу контролировать эту аварию, чтобы не было хуже». И с относительным или полным спокойствием, а, возможно, и с неким довольством от того, что он пришел вовремя домой и последствия не очень тяжелые, убирает воду. Есть и еще третий вариант: вначале человек думает, как в первом варианте – в недовольстве, а потом, беря себя в руки, говорит себе: «успокойся, все нормально, ничего непоправимого не произошло, все уберется, и хорошо, что пришел рано домой…», и успокаивается, при этом уже думая о том, что ему, так сказать, повезло. (Особо обращаем внимание, что как бы человек не думал, внешнее обстоятельство не меняется и ему все равно придется убирать. Только в каком состоянии он будет это делать, это зависит от его мыслей.)

Как видим во втором и третьем случае, даже обычная оптимистичная мысль без какой-то христианской истины и памяти Божией влияет на внутреннее расположение, и человек может остаться спокоен или успокоиться от своих здравых мыслей. Тем более внутреннее состояние меняет память о Боге (например, когда человек, благодарит Бога за то, что нет тяжелых последствий аварии или за то, что Он привел его вовремя домой, или мысли о том, что все происходит по воле Божией). Вот о правых духовных мыслях и пойдет речь далее.

### Примеры правых духовных и неправых плотских мыслей в тяжелых скорбях

То, о чем только что было сказано, является очень важным нюансом, который надо помнить христианину в печали и переживаниях — есть страстные и неправые мысли, которые держат мою душу в печали и страданиях (иногда они обозначаются как «плотские»), а есть духовные и мудрые рассуждения, которые не дают развиться плотской печали, и могут принести духовное утешение и радость. И при этом скорбное обстоятельство не меняется и тебе все равно надо его пережить, но как ты это сделаешь, во многом зависит от твоих мыслей.

Вот пример, как говорит о своем восприятии какой-то скорби, свт. Василий, показывая от каких мыслей он терял бодрость духа, а какие ее восстанавливали. (Напомним, что и святые подвижники могли страдать в скорбях (а не изначально спокойно реагировали на них (так было не во всех случаях и не у всех), но, так сказать, брали себя в руки и старались по-христиански перенести скорбь.)

**Василий Великий** (Письма, п. 238 (246), и др.): «Когда вижу, что и зло преуспевает, и ваше благоговение утомилось и доведено до изнеможения непрерывностью бедствий, тогда теряю бодрость духа. Но когда представляю опять себе великую руку Божию и что Бог знает, как восставлять низверженных и любит праведных, сокрушать же гордых и низлагать с престолов сильных, тогда, изменившись, снова восторгаюсь надеждами. (п. 292 (300)) Так поразило это (скорбное известие) меня вдруг как человека; без меры проливал я слезы, и из глубины сердца моего исторгались невежественные воздыхания, потому что горесть, как облако, внезапно объяла рассудок. Но как скоро пришел я сам в себя и душевным оком воззрел на природу всего человеческого, то стал просить себе прощения у Господа в тех чувствованиях, к каким душа моя по увлечению подвиглась при этом событии, и убедил сам себя терпеливо переносить, что по древнему Божию приговору соделалось участию жизни человеческой».

Далее приведем поучения о печали после такого большого горя, как смерть детей, и увидим помыслы, которые держат душу в печали, и доставляют ей еще большее страдание; также увидим и духовные рассуждения, которые выводят душу с мирской печали, и которые в идеале должны быть у христиан.

**Василий Великий** (Беседы, б.4): «Например (типичные мысли, держащие в печали – от сост.): был у меня сын юноша, единственный преемник имения, утешение старости, украшение рода, цвет сверстников, подпора дома, - и он-то в самом прелестном возрасте внезапно похищен смертью; землею и прахом стал тот, кого недавно так сладко было слушать, кто составлял приятнейшее зрелище для очей родителя! Что же мне делать? Раздеру на себе одежду, стану валяться по земле, вопить и жаловаться всем окружающим, покажу себя похожим на ребенка, который кричит и бьется под ударами. Или, обрати внимание (восприми мудро, подумай здраво – от сост.) на необходимость приключившегося, на то, что закон смерти неумолим, одинаково простирается на все возрасты, разрушает по порядку все сложное, не буду дивиться случившемуся, как чему-то небывалому, не стану сходить с ума, как пораженный неожиданным ударом, издавна будучи предуведомлен, что я сам смертен и смертного имел у себя сына, что все человеческое непрочно и не остается навсегда у обладающих; напротив того, великие города, знаменитые блистательностью зданий, могуществом обитателей и во всем прочем отличающиеся цветущим состоянием страны и торговли, теперь в одних развалинах сохраняют признаки древнего величия. … И вообще, какое ни наименуем самое великое и нестерпимое бедствие, в человеческой жизни бывали уже предшествовавшие ему примеры».

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.2, б.1): «Не останавливай же своих взоров на лице лежащего (усопшего сына – от сост.), потому что возбудишь этим в себе страдание; но возведи мысль твою от лежащего к небу. Не этот лежащий труп есть сын твой, но тот, который отлетел и восшел на неизмеримую высоту. Итак, когда видишь закрытые глаза, сомкнутые уста и неподвижное тело, не о том помышляй, что эти уста уже не говорят, эти глаза уже не видят, эти ноги уже не ходят, и все обращается в тление (это типичные мысли, держащие в печали – от сост.), - не так говори, а совершенно напротив: эти уста будут говорить лучше, эти глаза увидят больше, эти ноги понесутся на облаках, это разрушающееся тело облечется в бессмертие, и я опять получу сына, но светлейшего (это духовные рассуждения – от сост.). Если же видимое тобою печалит тебя, то скажи себе: это – одежда, и он скинул ее для того, чтобы опять получить ее же, но более многоценную, это – дом, но он разрушается для того, чтобы стать светлее. … Итак, не говори, что он погиб, и что не будет его более; это (типичные, держащие в печали – от сост.) слова неверующих; но говори (по-христиански – от сост.): он спит и восстанет; он отправился в путь и возвратится с Царем».

**Паисий Святогорец** (Семейная жизнь, ч.6, гл.2): «(Вопрос) Геронда, одна мать приходит сюда и безутешно скорбит, потому что она послала своего ребёнка по делам, а он был сбит машиной насмерть. (Ответ) Спроси её: "Водитель сбил твоего ребёнка по злобе? Нет. Ты послала его по делам, для того чтобы его сбила машина? Нет. Значит, скажи "Слава Тебе, Боже", потому что, если бы машина его не сбила, он мог бы пойти по кривой дорожке. А сейчас Бог забрал его в самый подходящий момент. Сейчас он находится на Небе и не рискует его потерять. Что ты плачешь? Неужели ты не знаешь, что ты своим плачем мучаешь своего ребёнка? Что ты хочешь: чтобы твой ребёнок мучился или чтобы он радовался? Позаботься помочь другим своим детям, которые живут вдали от Бога. О них тебе надо плакать, а не о том, который убился". Да вот и вчера сюда приходила одна заплаканная мать. "Бог забрал моего единственного сына", — плакала она, — и обвиняла в этом Бога. "Если ты как следует подумаешь о том, что с тобой произошло, — сказал ей я, — то придёшь к выводу, что Бог оказал тебе честь. Он забрал к Себе маленького Ангела, забрал ребёнка крещёным, не попустив ему приобрести грехи и страсти. Бог взял к Себе Ангела, а ты Его за это ещё и ругаешь? Очень скоро ты ощутишь, как твой умерший сын молится о тебе Богу". Потом эта женщина рассказала мне о своей жизни. Она сказала, что когда была молодой, могла иметь много детей, но тогда она этого не хотела. … Если человек перестаёт относиться к вещам по-мирски, то его душа находит покой. Ведь как человек может обрести истинное утешение, если он не верит в Бога и в истинную жизнь — в жизнь после смерти, в жизнь вечную? Когда я был в монастыре Стомион, в Конине жила вдова, которая постоянно ходила на кладбище и по несколько часов рыдала там навзрыд. Она билась головой о могильную плиту и своими криками будоражила всю округу! Она давала на кладбище выход всей своей боли. Люди приходили туда, забирали её, а она всё равно возвращалась. Это продолжалось годы. Муж этой женщины был убит немцами, а её дочь через несколько лет после смерти отца, едва только ей исполнилось девятнадцать, умерла от сердечной болезни. Так эта несчастная женщина осталась одна. Если кто-то посмотрит на происшедшее с ней внешне, то скажет: "Почему Бог попустил это?". И сама женщина, относясь к происшедшему с ней именно так — внешне, не могла утешиться. Однажды, когда я тоже пришёл на кладбище, чтобы посмотреть, что происходит, она начала мне говорить: "Почему Бог сделал всё так? Мой муж убит на войне. У меня была единственная дочь. Бог забрал у меня и её..." Она всё говорила, и говорила, и обвиняла Бога. Дав ей немного выговориться, я сказал: "Я тебе тоже кое-что скажу. Мужа твоего я знал. Человек он был очень хороший. Он погиб на войне за Отечество, выполняя свой священный долг. Бог не отнесётся к нему несправедливо. Потом, после смерти твоего мужа, Бог на несколько лет оставил тебе дочь. Она жила с тобой, и ты имела какое-то утешение. Однако потом Бог, видя, что девушка, может быть, сбилась бы (в скором времени) с правильного пути, забрал её в том добром устроении, в котором она находилась. Он сделал это, чтобы её спасти". Эта вдова, хотя муж её был очень тихим человеком, сама была немножко мирской. Конечно, я не сказал ей об этом прямо, не сказал ей "ты была мирским человеком", но спросил её: "О чём думаешь сейчас ты сама? Ты любишь мир?" — "Я не хочу никого и ничего видеть", — ответила она. "Вот видишь, — сказал я ей, — мир умер и для тебя тоже. Боль помогает тебе и ничто мирское тебя не интересует. Таким образом, очень скоро все вы вместе будете в Раю. Кому ещё Бог оказал такую честь, как тебе? Ты это понимаешь?" После этой беседы несчастная перестала ходить на кладбище. Как только — с чужой помощью — она смогла уловить глубочайший смысл жизни, так сразу же успокоилась».

К сожалению, такие идеальные духовные рассуждения при таком горе очень трудно иметь обычному христианину, который далек от истинной духовности и в большей мере является плотским человеком. Но все же надо знать и вспоминать эти истины, и стараться произносить хотя бы некоторые из них своими словами.

Также для того, чтобы показать какими бывают мысли и разговоры у обычного человека в печали и какие у того, кто духовно подвизается и умеет не поддаваться страсти печали, приведем один пример, в котором хорошо видно, о чем думают и разговаривают эти два типа людей. (Составитель будет делать и свои уточнения для лучшего понимания.)

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п.33): «У кого плотской образ мыслей (т.е. у того, кто не умеет духовно рассудить – от сост.), тот, пришедши для утешения братьев (т.е. к тем, кто в скорби – от сост.), ведет такой разговор: «Что с тобой, брат мой?» – скажет он. Тот отвечает: «Просил у эконома нужной вещи, и тот не дал мне», – или именует другого брата, который будто бы несправедливо оскорбил его (т.е. рассказывается что произошло, кто и что сказал и сделал; и обязательно надо заметить, что это не только рассказывается вслух другим, а и до этого велись подобные мысленные разговоры и были такие размышления, в которых человек «накручивал себя» и от этого был печален/расстроен – от сост.). И пришедший для утешения, выслушав это, восклицает так: «почему тот (эконом или другой брат) бесчестит других? и со мной в одном случае поступил он так же и обесчестил меня; мы почитаем его, а он не разумеет того, и не хочет знать себе меры; настоятели же здешние думают, что тут только и можно спастись, но если здесь только, то, поистине, человеку спастись здесь невозможно. Уйду я отсюда, – говорит, – и освобожусь от этих людей» (т.е. происходит типичное для многих людей возмущение, когда они, так сказать, подпрягаясь к обиженному и недовольному, осуждают других, вспоминают свои обиды, делают какие-то выводы, противоречащие христианскому смирению и т.п. – от сост.). И такими словами делает он брату более вреда (т.е. слушающий утверждается чрез такие «подпрягания» в своих мыслях о том, что другие плохие, а я правый и «жертва» и т.д. – от сост.) …. — Духовный (же человек – от сост.)…, придя (к опечаленному, спрашивает – от сост.) … что с тобой? – Тот открывает ему свои помыслы или имя брата, который огорчил его (может быть и так, что опечаленный жалуется, осуждает и говорит, что хочет, например, оставить обитель, а не только констатирует, что случилось – от сост.). Брат, выслушав, говорит (сразу обращаем внимание, что духовный говорит о заповедях, подбадривает, чтобы не малодушествовать, напоминает о бесах, о том, что надо иметь смирение и терпение, приводит примеры из Писания и др., а не «подпрягается» и возмущается, как это делал другой – от сост.): «Впрочем, возлюбленный, где нет скорбей? Где нет труда? Миряне разве не трудятся? … Воины на сражении не подвергаются разве опасностям? Почему же мы малодушествуем, как будто у одних нас скорби? … Рассуди, что отрекся ты от мира и от воли своей; как же не можешь стерпеть и слова? И ради этого хочешь оставить обитель? Ужели враг до того расхитил у нас помысел смиренномудрия, что так сильно восстают страсти в нас? Не гневайся на меня, который говорит тебе правду, ибо говорю это, сострадая о тебе. … Подумай, каким ты был, когда пришел к вратам монастырским, горя духом в страхе Господнем. Но, может быть, хочешь сказать, что эти люди развратили твой помысел (т.е. что это другие люди виноваты, что ты сейчас так страдаешь – от сост.)? Хочешь, докажу тебе, возлюбленный, что причина состоит в нашей лености? Лот жил в Содоме, а не погиб с содомлянами. … Подобно … и Илия жил вместе с детьми его, но те пали, и он был спасен, потому что истинно возлюбил Господа. А Иуда Искариотский вместе с прочими учениками следовал за Господом, но предал Учителя и Господа славы в руки беззаконных. Итак, не будем склоняться на волю врага, который внушает благовидные будто бы предлоги к низложению душ наших. Ибо имеем примеры в Божественных Писаниях, по которым каждый должен быть внимателен к самому себе: живет ли он с праведными, или с грешными. … Итак, восстань, препояшься и не падай от помыслов. … Столько претерпел за нас Господь славы! Что можем принести Ему как равноценное страданиям, какие претерпел Он за нас? Припадем к Нему всем помышлением, прося терпения у благости Его. «Многими скорбми подобает нам внити в Царствие Божие» (Деян.14:22) ….». И таким образом, по дару благодати подкрепив брата словом истины, оба возблагодарят Господа».

Думаю, хорошо видна разница помутненного плотского ума, который возмущается, жалуется, делает неправые выводы и др., и духовного ума, который сохраняет здравость, рассудительность, имеет память о добродетелях и христианских истинах.

К тому же надо сказать, во-первых, что такие состояния ума (помутненное, плотское и здравое, духовно-рассудительное) проявляются не только при общении, но и когда люди думают сами в себе. Так, из этого рассказа можно увидеть не только неправые разговоры, а и какие бывают помыслы при обиде и какие можно делать страстные выводы. Можно увидеть и здравые мысли, которые христианин должен говорить себе при начавшейся у него печали (а не только другим людям при общении).

Во-вторых, заметим, что, возможно, некоторые подумают, что они, находясь в скорбных обстоятельствах, тоже смогут думать так здраво и мудро. К сожалению, это мнение - самообман, который можно проверить, когда наступит скорбь, а не когда все тихо. Такое состояние ума и сердца (мыслей и эмоций) достаточно высокая добродетель, и этому надо учиться/упражняться много времени через разные скорби. К тому же здесь нужна помощь Божия. Да пребудет она всегда с нами!….

Думаю, уже становится понятным, что христианин должен следить за своими мыслями, и сознавать какие из них держат его в печали и расстроенном состоянии, а какие «отражают приливы» скорби.

**Феофан Затворник** (Толк. 2 Кор., 1. 3-4): «Скорбевший знает, с какой стороны приходят томящие и убивающие приливы скорби, и знает также, какие помышления воздвигает в душе утешающий Бог в отражение сих приливов; почему всякую душу может так настроить, что она, и скорбящи, присно будет радоваться».

### Ум/здравые рассуждения должны управлять нашими страстными помыслами и чувствами

Понятно, что правые/здравые мысли, и тем более с духовными рассуждениями, связаны с понятием «ум». Иногда об уме говорится, как о сознательной разумной силе, которая способна контролировать мысли и производить здравые мысли (и точнее это – разум, дух), а иногда говорится, как о разных мыслях, которые бывают страстными, греховными, глупыми и т.п. или добродетельными, мудрыми и т.п. Укажем некоторые характеристики ума, о которых говорит христианское учение.

1. Если ум – это разумная сила, могущая удерживать страстные мысли, то такой ум – «спасающий душу».

**Исихий Иерусалимский** (К Феодулу …, п. 145): «Ум не есть душа, но дар Божий, спасающий душу».

**Василий Великий** (Письма, п.5): « … (есть) дар Божий, какой вложен в сердца наши, разумею целомудренный (синон. трезвомыслящий – от сост.) рассудок, который умеет и в благоденствии определять меру душе нашей, и в скорбных обстоятельствах приводить на память удел человеческий…».

Но не каждый человек имеет такой ум.

**Антоний Великий** (О доброй нравственности и святой жизни, в 170 главах, гл. 135): «…Не в каждой душе бывает ум (имеется в виду «духовный разум» – от сост.); потому не всякая душа спасается».

Для того чтобы ум был «спасающим», надо чтобы он знал истины и мог ими пользоваться, а также мог править над нашими мыслями и чувствами, исправляя их, в случае их неправости (страстности и греховности).

2. Что касается значения «ум» при перенесении скорбей, то в христианском учении говорится: если ум «у нас хорошо образован, то мы всегда будем отдыхать в спокойном море и в гавани, хотя бы отовсюду поднимались бесчисленные бури».

**Исидор Пелусиот** (Письма, ч. 3, п.219): «Благоискусному надлежит быть выше бедствий. А сие последует, если рассудок (как здравый ум – от сост.) сделается наибольшим над страстями (над неправыми и страстными мыслями и эмоциями – от сост.), и ему предоставлено будет, как кормчему, взять в руки кормило и править. Если же кормчий потонет, то постигнет самое страшное крушение, так как страсти возьмут верх, и рассудок погрузится на самое дно моря (в случае со скорбью - погрузится в печаль и будет в помрачении – от сост.)».

**Иоанн Златоуст** (т.2, ч.2, Шесть слов о судьбе и провидении, сл. 1): «Не внезапная перемена этих обстоятельств служит причиной тревоги и беспокойства, но мы и наш ум; так что, если он у нас хорошо образован, то мы всегда будем отдыхать в спокойном море и в гавани, хотя бы отовсюду поднимались бесчисленные бури.… Если бы мы заботились о нашем духе, то не было бы беспокойства, не было бы нестроения, не было бы ничего ужасного, хотя бы обстоятельства нашей жизни колебались сильнее всякого морского волнения».

**Василий Великий** (Беседы, б. 12): «Раздражение и страх, удовольствия и скорби, наносимые нам (нашим же – от сост.) плотским мудрованием, как будто сильною какою-то бурею, нередко потопляют неуправляемую душу. Посему должно, чтобы ум, как кормчий, восседая выше страстей, правя плотию, как кораблем, искусно направляя помыслы, как кормило, мужественно попирал волны, высоко держась над ними, недоступен будучи страстям, нисколько не принял в себя их горечи, подобной соленым морским водам…. Смотри, чтобы не опрокинула тебя буря раздражительности, чтобы не обрушились на тебя ужасы страхов, чтобы не потопила тебя тягота скорби. Страсти суть волны; держись выше их, будешь надежным кормчим жизни».

К тому же надо знать, что все христианские чувства и расположения к Богу должны поддерживаться посредством духовного размышления, потому что суета, многопопечительность, эгоизм и т.п. (т.е. плотское) сильнее у грешного человека, и они не дают быть в силе духовному.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения…, отд.1, Б,2.б): «Все сии изменения чувств (благодарение Бога, радостное чувство, благодушие, терпение) и расположение в отношении к Промыслу, нас устрояющему, сколько естественны в здравом духе, столько же имеют нужду и в поддержании, потому что беспрерывно подлежат опасности нападения со стороны суетливого и самолюбивого эгоизма. Поддержание их совершается посредством размышления или уяснения себе некоторых истин, сознание коих сильно и родит показанные чувства».

Итак, для спасения души, для поддержания в нас духовности нужен ум, как здравые и христианские суждения и истины, обращенные к самому себе, и как сила, умеющая управлять нашими страстными и плотскими помыслами и чувствами. Это необходимо иметь и при перенесении разных скорбных и тяжелых обстоятельств, что и принесет «немалое облегчение в скорби».

**Василий Великий** (Письма, п.5): «(Даже при серьезном несчастье и скорби) … если захотим употребить теперь в дело дар Божий, какой вложен в сердца наши, разумею целомудренный рассудок…, (и подумаем о том, что) жизнь полна подобных страданий, как много примеров человеческих бедствий, а сверх всего этого не терять из виду, что мы уверовавшие во Христа имеем Божие повеление, по надежде воскресения, не скорбеть об усопших, и что за великое терпение уготованы Подвигоположником великие венцы славы (это христианские истины – от сост.): то, когда позволим рассудку внушить нам все это, найдем, может быть, некоторое немалое облегчение в скорби».

### Примеры поучений святых отцов, в которых указывается на необходимость утешать и укреплять себя в скорбях духовным словом

В святоотеческом учении есть очень много поучений об уме, как разумной силе (у которой есть в знании и памяти христианские истины), которая должна управлять человеком во время разных по видам и силе скорбных обстоятельствах. Приведем только некоторые.

**Василий Великий** (Нравственные правила, пр.62, гл.4): «Христианин в искушениях (скорбях – от сост.) при каждой встречающейся с ним опасности должен припомнить, что сказано на сей случай в Богодухновенном Писании, и таким образом соблюдать себя непосрамленным…».

**Григорий Богослов** (Песнопения таинственные, От Никовула отца к сыну): «Быть сильным в слове — великое врачевство от страстей; сим укрощаю вскипающий гнев—это омрачение ума, сим усыпляю скорбь и полагаю меру веселию, не сокрушаясь слишком в обстоятельствах затруднительных, и не надмеваясь благополучием».

**Григорий Богослов** (Письма, п. 209): «… если и прискорбное нечто встретилось ныне с вами … (то надо) не унывать духом и не подвергать чему-либо недостойному себя самого, но так управлять обстоятельствами, чтобы и скорбное обращать в предмет любомудрия (т.е. надо думать по-христиански – от сост.)».

**Феодор Студит** (Подвижнические монахам наставления, сл. 55): «Если порвется крепость терпения, поскорее исправляйте это через восстановление силы ума».

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 23): «Когда случатся тебе разные неприятности, не забывай и при них упражнять ум свой назидательными помышлениями о них и по поводу их».

**Иоанн Златоуст** (т.7, ч.1, беседа 3, и др.): «…чтобы нам наслаждаться покоем и здесь и там, со всем тщанием будем насаждать в душах наших матерь всех благ, т.е. смиренномудрие. С помощью этой добродетели мы сможем без волнений переплыть и море настоящей жизни, и достигнуть тихой пристани. (т.2, ч.1, О статуях беседа 18-я): … Если мы настроим (нашу мысль), каковою ей быть должно, то будем иметь залог всякого благодушия…. И устремись к любомудрию по Боге и держись добродетели: тогда ничто ни из настоящего, ни из ожидаемого не сможет опечалить тебя. (т.2, ч.1, О статуях, б. 6) Печаль есть рана души и должно непрестанно лечить ее словами утешения. … Унимают боль души слова утешения».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, ч.2, §423): «Когда многие клеветы, поношения и укоры падают на тебя, и изнеможешь от злоречивых языков, как олень, от псов гонимый, то беги ради прохлаждения к живому Святого Писания источнику и ищи от него прохлаждения».

**Георгий Задонский** (Письма, п.3.350, и др.): «Телесные силы укрепляются хлебом и водою, а душевные силы укрепляются словом Божиим и верою. (п. 2.252) Дар Божий есть мысль благая; она внутрь сердца веселит и утешает душу, жаждущую вечного спасения. Какая бы ни была грусть и горесть — вдруг прелагаются (меняются – от сост.) в неизреченную сладость и погружаются все чувства души в тихое веселье...».

Такое слово, которое несет христианскую истину, относится к понятиям «любомудрие» и «смиренномудрие», о которых мы поговорим далее.

## 1.1.2. О любомудрии и смиренномудрии, как духовной рассудительности и мудрости

В поучениях святых отцов часто встречается такие определения как: «любомудрие», «смиренномудрие», христианские истины, духовное рассуждение и др., которые помогут нам показать, как надо правильно переносить скорби, не страдать по-мирски и идти путем спасения души.

### Если христианин страдает в скорбях, значит, у него нет смиренномудрия и любомудрия

Христианское учение говорит, что при смиренномудрии и молитве обретается сила для перенесения скорбей, а если этого нет у христианина, то он страдает/печалиться от нетерпения и малодушия.

**Исаак Сирин** (Подвижнические слова, 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. Терпение есть матерь утешения и некая сила, обыкновенно порождаемая широтою сердца. Человеку трудно найти эту силу в скорбях своих без Божественного дарования, обретаемого неотступностью молитвы и излиянием слез. Когда угодно Богу подвергнуть человека большим скорбям, попускает впасть ему в руки малодушия. И оно порождает в человеке одолевающую его силу уныния, в котором ощущает он подавленность души, и это есть вкушение геенны; сим наводится на человека дух изступления, из которого источаются тысячи искушений: смущение, раздражение, хула, жалоба на судьбу, превратные помыслы … и т. п. Если же спросишь: что причиною всего этого? — то скажу: твое нерадение, ибо сам ты не позаботился взыскать врачества от этого. Врачество же от всего этого одно; при помощи только оного человек находит скорое утешение в душе своей. Какое же это врачество? — Смиренномудрие сердца. Без него никто не возможет разорить преграду сих зол; скорее же найдет, что превозмогли над ним бедствия. Не гневайся на меня, что говорю тебе правду. Не взыскал ты смиренномудрия всею душею твоею. Но если хочешь, вступи в его область, и увидишь, что освободит оно тебя от зла твоего. Ибо по мере смиренномудрия дается тебе терпение в бедствиях твоих, а по мере терпения облегчается тяжесть скорбей твоих, и приемлешь утешение; по мере же утешения твоего увеличивается любовь твоя к Богу; и по мере любви твоей увеличивается радость твоя о Духе Святом».

Напомним, что т.к. все наши страдания при тяготах и скорбях от нашего неправого образа мыслей, то это значит, что мы не имеем духовной рассудительности (смиренномудрия и любомудрия).

Тут же надо заметить, что, то о чем будет идти речь, это не мысли, которые рождаются сами собой, а это осознанные слова, произносимые себе, и нередко даже с неким усилием.

### О понятии «смиренномудрие», как смиренном духовном рассуждении и «образе мыслей, заимствованном всецело из Евангелия, от Христа»

В поучениях святых отцов можно встретить разные определения «смиренномудрия», но в основном оно означает: смиренное мнение о себе и мудрое отношение к чему-то (обычно к скорбям) или к кому-то.

**Георгий Затворник** (Письма, п.1.175): «Смиренномудрие есть, чтобы только самих себя осуждать внутренне, о прочих же не роптать, но ожидать с надеждою праведного суда Божия и просить о милости Его ко всем».

**Иннокентий Херсонский** (Молитва св. Ефрема Сирина, Слово в среду недели 4-й Великого поста): «…смиренномудрие есть такое состояние души, в коем она, познав всю слабость и нечистоту свою, бывает далеко от всякого высокого мнения о себе; постоянно старается раскрывать в себе все доброе, искоренять все злое, но никогда не почитает себя достигшей совершенства и ожидает его от благодати Божией, а не от собственных усилий. … Человек смиренномудрый особенно боится похвал и высоких достоинств: посему не только не ищет их, но рад, когда они ходят мимо него. … Смиренномудрый без огорчения, даже иногда с радостью встречает неудачи и огорчения; ибо знает цену и пользу их для своего внутреннего исправления. Потому он не памятозлобив, всегда готов простить обидевшего и воздать ему за зло добром. Таковы очевидные признаки смиренномудрия!».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, т.1, О добродетелях, противоположных восьми главным греховным страстям, п.7): «Смиренномудрие, или духовное рассуждение».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, т.1, О смирении (разговор между старцем и учеником его), и др.): ««Смиренномудрие» есть образ мыслей, заимствованный всецело из Евангелия, от Христа. Смирение есть сердечное чувство, есть залог сердечный, соответствующий смиренномудрию. Сначала должно приобучаться к смиренномудрию; по мере упражнения в смиренномудрии, душа приобретает смирение, потому что состояние сердца всегда зависит от мыслей, усвоившихся уму».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетическая проповедь, Гл.: Поучение в неделю о слепорожденном. О самомнении и смиренномудрии): «Что такое смиренномудрие? Смиренномудрие есть правильное понятие человека о человечестве, следовательно, оно есть правильное понятие человека о самом себе. Прямое действие смирения, или смиренномудрия, заключается в том, что правильное понятие человека о человечестве и о самом себе примиряет человека с собою, с человеческим обществом, с его страстями, недостатками, злоупотреблениями, с обстоятельствами частными и общественными - примиряет с землею и Небом. Добродетель - смирение - получила свое наименование от рождаемого ею внутреннего сердечного мира. Когда имеем в виду одно успокоительное, радостное, блаженное состояние, производимое в нас добродетелью, то называем ее смирением. Когда же намереваемся вместе с состоянием указать и на источник состояния, тогда именуем ее смиренномудрием».

**Симеон Новый Богослов** (Слова, сл.31): «… необходимо учить и научить человека самопознанию, чтоб он знал себя и таким образом смиренномудрствовал. Смиренномудрие есть главным образом разумность. Как гордый неразумен и бессмыслен, так, напротив, смиренный разумен и смыслен. Поелику таким образом безумие и слепота гордыни так близки к людям и так сильны в них, то Всеблагий Бог определил, чтоб вместе с радостным находили на нас и прискорбности, чтоб чрез то научались мы смиренствовать, а не гордиться».

Мы же сейчас делаем акцент на значении понятия «смиренномудрия», как «духовного разума», «духовной рассудительности», «христианском образе мысли» и т.п.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, ч.1, О истинном и ложном смиренномудрии): «Истинное смиренномудрие — духовный разум. Оно — дар Божий; оно — действие Божественной благодати в уме и сердце человека. … Истинное смиренномудрие — характер евангельский, нрав евангельский, образ мыслей евангельский».

При этом духовный разум и смиряет, и утешает душу.

**Феофан Затворник** (Толков. 118 Псалма, ст. 50): ««Это - утешение в бедствии моем, что слово Твое оживляет меня (То мя утеши во смирении моем, яко слово Твое живи мя)». Прежде сего, пророк выражал мысль, что в жизни его есть что-то не соответствующее обетованиям Божиим, потому и просил воспомянуть о них; теперь определенно сказывает, что именно смущало его. Это — какие-то смиряющие, уничижающие, убивающие дух обстоятельства, и что среди них он оживляет убитую горем душу свою словом Господним. Что же такое это «смиряющее?» — Могло быть и сознание нравственных своих недостатков, с которыми не справишься; «оживляющее» же в этом случае будет слово Господа о том, что тот, кто смиренно думает о себе, возвысится, а более всего то обетование…. Живительное для таковых слово такое: в «терпением вашим спасайте души ваши, — и волос с головы вашей не пропадет» (Лк.21.18,19); и еще: «верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести» (1Кор.10,13). …То же разумеет и святой Афанасий о словах пророка: «то мя утеши во смирении моем». «Это самое упование …, порожденное во мне словом Твоим, утешало и успокаивало меня столько, что если постигало меня какое-либо бедствие или опасность, чаяние смерти, тяжкая болезнь, или потеря имущества, или гонение, или что-либо другое, по мнению людей тяжкое, — то утешением для меня было упование»».

### О понятии «любомудрие», как умении «узреть и ощутить в бедах и скорбях нечто (из христианских истин), обрадовать могущее»

Есть и другое слово - «любомудрие», которое употребляется святыми отцами, когда речь идет о правом восприятии мира и себя. У него есть такое словарное толкование:

Словарь Даля: «Любомудрие – мудрость, философия, наука отвлеченности или наука о невещественных причинах и действиях; наука достижения премудрости, т.е. понимание назначения человека и долга его, слияния истины с любовью, — мудрый, - мудреный, к любомудрию относящ.; мудрости достигший».

Т.е. это философия и мудрость, а в нашем варианте – христианские философия и мудрость, способные увидеть духовные смыслы скорбей, Божий Промысел и т.п., которые успокаивают страждущую душу и вселяют «обрадование в сердце».

**Феофан Затворник** (Толков. Псалма 33, ст. 2-4): «Вот и руководство нам, чем расположить сердце к благословению Бога во времена скорбные. Надо узреть и ощутить в бедах и скорбях нечто, обрадовать могущее, то, например, что прискорбность жизни есть знак особого попечения Божия, подобное тому, какое оказывает отец сыну, наказывая его; что скорби и беды суть у Бога способы врачевания нашего, как резания и прижигания у врачей; что тем очищаемся и, очищаясь, становимся способными и достойными блаженствовать вместе с чистыми …. Когда увидишь благо в скорбях такое же или и большее, чем в самом счастии, как было это с мучениками,— то вселишь обрадование в сердце, а от него тотчас перейдешь и к благодарению».

Иногда любомудрие называется и духовным «источником утешения».

**Игнатий Брянчанинов** (Письма к разным лицам, п.8): «Великая мудрость и великий источник утешения — благодарить Бога за все земные скорби, как ниспосылаемые нам самим Промыслом Божиим во спасение душ наших».

**Феофан Затворник** (Рукописи из кельи – 2, Письма): «Разделяю вашу печаль о смерти сестры. Господь да пошлет вам утешение! И сами находите источники утешений в нашей святой вере. … Потому, встречая, что кажется тяжелым и горьким, облекайте то утешительным верованием, что все такое посылается не на зло, а на добро... если не временное, то вечное. Восстановите сию веру,— и увидите плод».

**Еп. Гермоген** (Утешение в смерти близких сердцу): «Но смерть не только есть конец нашей суетной жизни; она есть вместе и начало новой, несравненно лучшей жизни: смерть есть начало бессмертия, и вот новый для нас источник утешения при разлуке с близкими и родными, источник, из которого и Сам Спаситель почерпнул утешение для Марфы, оплакивавшей смерть брата своего Лазаря, когда сказал: воскреснет брат твой (Ин. 11, 23)».

Есть и другие определения, например:

**Феофан Затворник** (Толков. на 118 Пс., ст. 24): ««Ибо свидения Твоя поучение мое есть, и советы мои оправдания Твоя». Святой пророк выставляет причину, почему он, когда видит, что враги сплетают клеветы во зло ему, углубляется в оправдания Божий: такое уж у меня правило, говорит он, там поучаться и там искать себе совета. Словом «поучение» переведено такое слово, которое собственно значит — в сладость перебирать в уме или повторять языком речения Божественного слова и вследствие того находить утешение в них. … Вообще Божие слово для него и служит утешением и руководственным вразумлением в притрудностях, встречаемых на пути богоугодной жизни».

Но каким бы не было определение любомудрия, это означает, что человек в утешение себе говорит христианские истины.

### О понятии «утешение»/«успокоение»

То, о чем мы будем говорить, связано и с понятием «утешение». Приведем некоторые словарные толкования этого слова, для того, чтобы показать, что в своих скорбях мы должны искать утешения/успокоения через мудрое слово/любомудрие/смиренномудрие, а не находиться в страданиях/ расстройствах и помутнении ума, как это обычно у нас бывает.

Толковый словарь: «1. Утешением называются чьи-либо действия, слова, которые направлены на то, чтобы успокоить кого-либо плачущего, взволнованного, испуганного и т.п. 2. Если кто-то говорит что-то в утешение кому-либо, то это означает, что этот человек пытается своими словами сгладить, смягчить неприятное впечатление какого-либо человека о чём-либо. 3. Если кто-либо находит утешение в чём-либо, то это означает, что этот человек выбирает для себя какое-то занятие, которое помогает ему обрести душевный покой, справиться с волнением и т. п. 4. Утешением называются действия, рассуждения какого-либо человека, которые помогают ему разумно, спокойно относится к трудным жизненным ситуациям. 5. Утешением называют того, кто приносит кому-либо радость, заставляет забыть о печалях, проблемах».

Энциклопедические словари: 1. «Утешение - успокоение человека, находящегося в состоянии расстройства, огорчения, подавленности, грусти или уныния. … Утешение облегчает переживания, показывает участливое отношение людей друг к другу. В определенных ситуациях для некоторых людей утешение бывает единственным стимулирующим средством выдержать жизненные невзгоды. Для других – утешение снижает волю, расслабляет. Так что пользоваться этим средством надо с умом». 2. «Утешение (родственно словам тешить и тихий) – эмоциональное, психическое облегчение, испытываемое индивидом в горе, расстройстве в результате действия чего-л. успокаивающего, приятного, компенсирующего утрату».

А как мы уже не раз говорили в первой и второй главе, при скорбях человек печалится и страдает, но христианин должен уметь спокойно и правильно их переносить. И если он начал страдать в скорби, то он должен стараться успокоиться.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 27): «Как долг неотложный имеет всякий христианин, когда потеряет сердечный мир, делать все от него зависящее, что может способствовать к восстановлению его; так не меньше того обязательно лежит на нем не допускать, чтоб какие-либо случайности текущей жизни возмущали сей мир, разумею: болезни, раны, смерть сродников, войны, пожары, внезапные радости, страхи и скорби, воспоминания о прежних проступках и ошибках, — словом, все, чем обычно волнуется и тревожится сердце. Потому (надо) обязательно не допускать тревог и волнений в таких случаях, (потому) что, поддавшись им, человек теряет самообладание и лишается возможности ясно понимать события и верно видеть подобающий образ действования, а то и другое дает врагу доступ взволновать его еще более и направить на какой-либо шаг, трудно поправимый или совсем непоправимый. Я не то хочу сказать: не допускай скорби, потому что это не в нашей власти, а то: не допускай скорби возобладать твоим сердцем и взволновать его, держи ее вне, за пределами сердца, и спеши так ее умягчить и укротить, чтоб она не мешала тебе и здраво рассуждать и право действовать. Это, при помощи Божией, в нашей власти, если у нас в силе нравственно-религиозные чувства и расположения».

И вот христианские истины/любомудрие помогают утешиться/успокоиться душе. Они нередко назывались святыми отцами «утешениями», потому что от каких-то слов (то ли прочитанных, то ли из памяти пришедших, то ли кем-то сказанных) происходило внутренне успокоение. Вот, например, как святые отцы называют христианское размышление «утешением».

**Инок Агапий** (Спасение грешников, ч.1, гл. 21): «… твоим утешением пусть будет воспоминание о невыразимой и неизреченной славе рая. … Это размышление делает сладким всякую скорбь и муку».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Не давай печали сердцу своему, но утешай себя о Господе».

**Феофан Затворник** (Толков. 118 Пс., ст. 52): «Обижаемый какое обыкновенно произносит слово, когда возьмет его за сердце? — «Бог тебе судья!» или: «Есть Бог праведный, Который все видит!» — и тем вполне облегчает свое горе и успокоивает свое сердце».

**Василий Великий** (Письма, п.6): «Когда стала ты матерью, увидела сына, и возблагодарила Бога: тогда, без сомнения, знала, что ты смертная и родила смертного. Что ж странного, если смертный умер? … Обозри целый мир, в котором живешь; и рассуди, что все видимое смертно, что все подлежит тлению. Посмотри на небо, и оно некогда рушится; посмотри на солнце, и оно не устоит; все звезды, животные, живущие на суше и в воде, все украшение земли, самая земля, все тленно; не много еще времени, и всего этого не будет. Размышление о сем пусть будет тебе утешением в том, что случилось. Измеряй горе свое не в отдельности взятое; в таком случае оно покажется тебе несносным. Но сравни его со всем человеческим, и в этом найдешь для себя утешение в горести».

**Феофан Затворник** (Толк. на 118 Псалом, ст. 155): ««Помянух в нощи имя Твое». Ночь здесь означает или обыкновенную часть суток, или в смысле переносном — настоящую жизнь вообще, или скорбные обстоятельства жизни, или припадки забвения, нечувствия и восстания всяких недобрых помыслов, чувств и страстей. … Во втором смысле можно понимать это так: хотя неприятности, бедствия, напасти и всякого рода неудачи наводили мрак на душу мою и колебали верность закону Твоему; но, помянув в этой ночи имя Твое и сознав, что все от Тебя, и все строится ко благу моему, я успокоивался и оставался верным закону Твоему».

Обязательно нужно сказать, что в скорбях утешение/успокоение души не является конечной целью христианина; оно является только средством, для того, чтобы выйти из помутненного страстного состояния (о нем речь шла в первой главе), в котором имеют огромную силу наши страсти. Напомним, что:

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.2, О священстве. Сл. 5): «Если душа при всякой неприятности станет беспокоиться и раздражаться, то она не может быть бодрою, изнемогая от печали».

А через любомудрие, как мудрое успокоение приобретается ясность ума, здравость и сила духа, которые необходимы для добродетельной жизни по вере и служения Богу, несмотря ни на какие скорби и трудности.

Также нельзя не сказать, что утешение может быть от рассуждения с христианской истиной/любомудрия, а может быть, как чудесное веяние Святого Духа, когда у человека каким-то удивительным способом вдруг наступает внутренняя тишина. Вот пример об этом:

**Георгий Затворник** (Письма, п.2.230): «При самом крайнем умножении великой скорби, Божиею милостью является внутрь сердца некоторое приятное наслаждение и мирная тишина, и мысль изрекает слово: «не унывай, предайся Божию промыслу и разумей, что судьбы Божии неисповедимы!»».

Мы же ведем сейчас речь о любомудрии, как способности человека мудро и духовно рассуждать, а не о таинственных действиях Божиих. Так же мы сейчас не говорим о молитве, которая также несет утешение страдающему.

**Иоанн Златоуст** (т.1, ч.1, Против аномеев. Сл. 5): «Если несчастные получают некоторую отраду, высказывая людям свои несчастия и с прискорбием описывая постигшие их бедствия, как будто в словах своих находят некоторое облегчение, то тем более ты получишь облегчение и великое утешение, если откроешь твоему Владыке страдания души своей. Человек часто тяготится тем, кто сетует и плачет перед ним, отстраняется и отвращается от несчастного; а Бог поступает не так, но принимает и привлекает к Себе, и хотя бы ты продолжительно высказывал Ему свои несчастия, Он тогда еще более любит тебя и внимает твоим молениям. Это самое выражая, Христос говорил: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф. 11, 28)».

(О молитве речь пойдет в четвертой главе.)

### Отчего утихают страдания у плотяной/мирской души

А сейчас нужно сделать важное замечание о разнице в утихании печали/страданий/переживаний у плотяной/мирской души и у христианской. Думаю, понятно, что у плотяной души, это – мирские утешения, а у христианина – духовные истины и молитва. (Заметим, что составитель обозначает выражением «мирские утешения» какие-то обстоятельства и типичные мысли успокоения и логические выводы, которые есть у каждого человека, и в них нет ничего ни о Боге, ни из христианских истин.)

1. Утешения печали/переживаний и т.п. могут быть связаны с изменениями скорбей к лучшему и от мирских причин.

Так, в естестве, что у каждого человека страдания/переживания притихают, когда ситуация разрешается к лучшему, когда кто-то помогает, когда проходит время и душа привыкает к чему-то скорбному (как говорят, время лечит) и др.

Энциклопедический словарь: «Утешение делается разными способами – принесением радостных вестей, доставлением удовольствия, анализом возникшей проблемы в другом аспекте, переключением внимания на другие вопросы и др.».

Такие утешения более происходят от внешних изменений.

Христианским же утешением считается успокоение души от мыслей о Боге, христианских истин и от молитвы, в то время как скорбная ситуация может продолжаться.

Заметим, что это очень легко, успокоиться и утешиться, когда обстоятельства как-то изменились к лучшему, и это не является твоей добродетель, а вот вести брань со своим страданием в то время как ничего к лучшему не меняется или вовсе не испытывать страдания - это подвиг добродетели и сама добродетель.

2. Обычные утешения могут быть у каждого человека. Например: он может успокоиться, когда отвлекается внимание на что-то, когда страдающий придумывает выход из скорбного и надеется, что это поможет, когда он дает себе команду взять себя в руки, когда он убеждает себя, что скоро все изменится и мн. др. И во всем этом нет памяти о Боге и о христианских истинах.

Христианин также может утешиться от всего подобного вышеперечисленного, и если он успокаивается через мирские обстоятельства и мирские надежды, то не считается, что он утешился в Боге. Это, как уже сказано, обычное естественное для всех людей успокоение в скорби.

3. Конечно, у христианина может быть мирское успокоение, но обязательно должно быть и христианское. К сожалению, опыт говорит, что все же мирского успокоения у нас больше.

4. Также христианин может утешиться и по мирским причинам и обычным размышлениям, и при этом вспомнить что-то из истин и помолиться (обычно молитва о помощи бывает всегда, а любомудрие – нет). Это уже выше, чем успокоиться без памяти о Боге.

Но здесь есть очень важный нюанс: душа, как правило, утешается не так от христианского любомудрия и молитвы, как от мирского утешения. Так, ты можешь думать, что ты успокоился, потому что помолился или что-то правое духовное подумал, а на самом деле ты успокоился по другим причинам. Например, совпало так, что после молитвы и успокоения ситуация меняется к лучшему (а если бы не изменилась, то ты так бы и продолжал страдать). Или, например, ты успокоился после того, как думал о мирских выходах из ситуации и затем что-то и сказал себе из истин или помолился; но это еще не говорит, что утешился ты от любомудрия и молитвы, т.к. душа могла более утешиться от мирских суждений. Но во всех этих случаях человек может считать (и другим людям говорить), что успокоился от истины и молитвы.

 К тому же утешение души в скорби часто бывает только на время, а потом вновь начинаются страдания. Причем такое может быть и после плотских утешений, и после духовных, и молитвы. И тогда тоже нельзя говорить, что ты истинно утешился.

Также ты можешь думать о себе и говорить правильные слова кому-то о том, как ты воспринял что-то скорбное по-христиански, но уже передавая свое конечное успокоение (например, через несколько дней, недель). А то, что с тобой было вначале – печаль, ропот, страдания, беспокойства какое-то время, и что тебе пришлось долго себя успокаивать, да, причем, еще и в большей мере это были мирские успокоения, а духовные шли где-то на втором-третьем плане и не успокаивали, ты об этом не говоришь.

Такие восприятия себя происходят от гордости и лукавства. Поэтому, если христианин любомудрствовал или молился, и успокоились его страсти при скорби, то ему надо учиться понимать, они ли его утешили или другие мысли, а для этого надо иметь хорошее трезвение над помыслами. Это позволит ему познать правду о себе и своей вере.

### Примеры любомудрия, которые «гонят от себя печаль»/утешают

Итак, христианин должен прекращать страдать в той или иной скорби, потому что утешается христианской истиной, словом Божьим и молитвой. Т.е. христианские истины произносятся самому себе, когда ты видишь свои неправые реакции: малодушие, печаль, страх, отчаяние и т.д. И таким образом слово истины вразумляет и поддерживает твою душу.

**Евфимий Зигабен** (Толковая Псалтырь, Пс. 26, ст.14): ««Надейся на Господа, мужайся, и да укрепляется сердце твое». Сии возглашения, которые Давид обращает здесь к самому себе, доставляют душе бодрость и утешение. Ибо, будучи один, он утешается и ободряется сам собою».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, ч.1, Чаша Христова): «…когда окружат тебя напасти; говори в утешение и укрепление души твоей: «чашу, юже даде мне Отец, не имам ли пити ея?» …. Отец небесный всемогущ, всевидящ: Он видит твои скорби, — и если б находил, что нужно и полезно отвратить от тебя Чашу, то сделал бы это непременно»

(Заметим, что обращения к себе с христианскими истинами могут быть утешающими, вразумляющими, поддерживающими и укоряющими (и об этом мы подробно скажем в другом разделе).)

В поучениях святых отцов часто приводятся примеры, в каких скорбях, что можно говорить себе. И для большего понимания вопроса, приведем два примера, какими словами можно утешать свою душу в тех или иных скорбях. (Сразу скажем, что так воспринимать скорби, как описано в следующих поучениях, может только христианин высокой духовной степени, а не мы, грешные. Но все же мы приведем эти примеры для смирения себя, и, конечно, для того чтобы учиться так любомудрствовать.)

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п. 50): «(Истинный христианин) гонит от себя пе­чаль. — Приходит ли телесный недуг? – Радуется, что близок венец. — Приходит ли уныние? – Приемлет терпение от Господа. — Приходит ли земная потеря? – Приводит себе на память день кончины, потому что все останется здесь. — Беспокоит его сладострастие? – Помышляет о горьких мучениях. — Коснулась его клевета? – Переносит великодушно, потому что приближается Оправдывающий его. — Подвергается оби­де и мучениям? – Помышляет о страданиях Спасителевых».

**Иоанн Златоуст** (т.4, б. 29): «Так, например, приходит ли кто сюда (к Святому Писанию) удручаемый печальными обстоятельствами житейскими, от которых он предается унынию? Пришедши и тотчас услышав слова пророка: «Что унываешь ты, душа моя, и что смущаешься? Уповай на Бога, ибо я буду еще славить Его, Спасителя моего и Бога моего» (Пс. 41.6) - он получает достаточное утешение, и уходит отсюда, совершенно свободный от уныния. — Другой скорбит и печалится, будучи обременяем крайнею бедностью и, видя, как другие окружены богатством, пышностью и великолепием; но и он слышит опять слова того же пророка: «Возложи на Господа заботы твои, и Он поддержит тебя» (Пс. 54. 23), и еще: «Не бойся, когда богатеет человек, когда слава дома его умножается: ибо, умирая, не возьмет ничего» (Пс.48. 17,18). — Иной унывает, претерпевая от других оскорбления и клеветы, и считает, жизнь свою невыносимою, потому что не может ни откуда получить человеческой помощи; но и этот научается тем же блаженным пророком не прибегать в подобных обстоятельствах к человеческой помощи, слыша слова его: «они враждуют на меня, а я молюсь» (Пс. 108. 4). … Видите, как можно здесь (в Писании) получить врачество, соответственное каждому несчастию, постигающему человеческую природу, отринуть всякую скорбь житейскую и не сокрушаться ни от каких обстоятельств?».

О любомудрии в разных скорбных обстоятельствах (в болезнях, при смерти близких, при материальных потерях, при человеческих отношениях) мы скажем позже.

### Любомудрие ведет душу к «преданию себя воле Божией» и надежде на Бога

Как уже было замечено, христианские истины говорятся не только ради утешения страждущей души, а главное – они ведут к преданию себя воле Божией, что есть самым тяжелым делом для грешной души при скорбях (о чем речь шла во второй главе).

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетическая проповедь, гл. Часть 2): «… истинные служители Бога вели себя по отношению к постигавшим их скорбям с величайшим благоразумием и самоотвержением. Приходившую им скорбь, какая бы она ни была, они встречали, как свою принадлежность, веруя от всей души, что скорбь не пришла бы, если б не была попущена правосудным и всеблагим Богом соответственно потребности человека. … Предание себя воле Божией, искренне благоговейное желание, чтоб она совершалась над нами, есть необходимое, естественное последствие истинного духовного рассуждения».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты 2, Cудьбы Божии): «Что успокаивает в лютые времена душевного бедствия, когда всякая помощь человеческая или бессильна или невозможна? Успокаивает одно сознание себя рабом и созданием Божиим; одно это сознание имеет такую силу. Едва скажет человек молитвенно Богу от всего сердца своего: «да совершается надо мною, Господь мой, воля Твоя», как и утихает волнение сердечное. От слов этих, произнесенных искренне, самые тяжкие скорби лишаются преобладания над человеком. Что значит это? Это значит, что человек, исповедав себя рабом и созданием Божиим, предавшись всецело воле Божией, немедленно вступает всем существом своим в область святой Истины. Истина доставляет правильное настроение духу, жизни. Взошедший в область Истины, подчинившийся Истине, получает нравственную и духовную свободу, получает нравственное и духовное счастье».

К сожалению, опыт говорит, что так, как говорит свт. Игнатий, далеко не у всех и не всегда происходит (об этом скажем в другом разделе).

Конечно же, предание себя в волю Божию неразрывно с надеждой на Бога, стяжание которой также не бывает без любомудрия и молитвы.

**Феофан Затворник** (Краткое учение о Богопочитании, а, бб): «…надежда на Бога необходима для успокоения духа нашего среди тяжких подвигов и бедствий земной жизни. Слово Божие называет блаженным человека, уповающего на Господа (см.: Пс. 33, 9). Блажен он, ибо, надеясь на Господа сил, и будучи уверен, что под защитою Всесильного никакое истинное зло не может постигнуть его, он спокойно живет в настоящем, без страха сретает неизвестное будущее, в опасностях не унывает, в несчастии не отчаивается, но с крепкою молитвою обращается к Богу — помощнику своему. Я спокойно ложусь и сплю, говорит с Пророком надеющийся на Господа, ибо Ты, Господи, один даешь мне безопасность (см.: Пс. 4, 9). Если даже пойду долиною смертной тени, не боюсь зла, ибо Ты со мною (см.: Пс. 22, 4)».

### Любомудрие дает силу добродетелям

Во второй главе мы говорили о добродетелях и там приводились поучения святых отцов о том, как надо учиться принимать волю Божию (т.е. быть смиренным), как стяжать терпение и радость в скорбях. В них много говорилось, как надо учиться воспринимать скорби (т.е. как надо думать в тяжелых/проблемных обстоятельствах). Это и есть любомудрие, или говорение себе христианских истин, которое придает силу смирению, терпению, мужеству, оптимизму и т.п. Напомним пару поучений, в которых говорится об укреплении добродетелей за счет правых слов.

**Иоанн Златоуст** (т.5. ч.1, Беседа на Пс. 122): «Принимай несчастье за врачевство, пользуйся искушением надлежащим образом, и достигнешь величайшего спокойствия».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день года, неделя 2-я по Пятидесят.): ««Претерпевший же до конца спасется» (Мф.24, 13). …Надо, однако же, терпеть умеючи, а то можно протерпеть и пользы никакой не получить. … Все, что приходится терпеть, принимай как от руки Божией, помня твердо, что без воли Божией ничего не бывает. — … Веруя, что все, исходящее от Господа, посылается Им во благо нашим душам …. — Осознай себя стоящим еще и не такой беды, осознай, что если бы Господь хотел поступить с тобою по всей правде, то такую ли беду следовало послать тебе?».

**Нил Синайский** (Письма, п. 4.36): «Если в настоящее время демоны мучат тебя различными искушениями, и ввергают в тяжкую печаль и безотрадность, и даже в окончательное бедствие — отчаяние и безнадежность, то приведи себе на память различные Божии о тебе смотрения, заступления, немаловажные тебе вспомоществования и многие благотворения до принятия тобою монашеского образа (или в других ситуациях – от сост.). Ибо такое воспоминание восстановит готовую уже к падению душу, паче укрепит, и возбудит к надежде, и ободрит, и отразит врагов, руководящих к отчаянию».

**Тихон Задонский** (Об истинном христианстве, кн.1, § 215): «Укрепляется терпение ожиданием избавления, которое, хотя и не до смерти, но со смертью последует. Ибо смертью всякое бедствие сокращается. — Воззрением на образ страдания Христова, святых мучеников и прочих святых, а также и тех, кто ныне всякое бедствие терпит…. — Ожиданием будущей славы утешение приобретается».

# Раздел 1.2: О ТОМ, ЧТО ДУХОВНОЕ СЛОВО МОЖЕТ НЕ ГОВОРИТЬСЯ СЕБЕ В СТРАДАНИЯХ, И МОЖЕТ НЕ ДЕЙСТВОВАТЬ НА ДУШУ, ДАЖЕ КОГДА ГОВОРИТСЯ

После того, как были приведены примеры духовных истин/любомудрия, которые должен говорить себе христианин в скорбях, обязательно нужно остановиться на очень важном вопросе: духовное слово может не утешать страдающую душу и не давать силу добродетелям.

Вначале главы мы привели некоторые святоотеческие поучения о плодах любомудрия: об утешении печали, а значит о восстановлении здравости ума, и об увеличении силы добродетелей, нужных для правого перенесения скорбей. И представляется, что если произнесешь истины и молитву, то твоя страдающая душа сразу утешится и станет здравой. На самом деле это далеко не так. К сожалению, опыт говорит, что, когда душа страдает, то, во-первых, зачастую она не вспоминает о христианских истинах. А, во-вторых, если и вспомнит, что надо так думать, или правые мысли появятся, так сказать, сами собой, или человеку кто-то скажет истину, то душа или не хочет так рассуждать, или это не приносит ей утешения, и она продолжает страдать, а то и вовсе входит в еще большее страдание…. Прости нас, Господи!

## 1.2.1. О том, что душа не склонна в скорбях рассуждать по-христиански

Вначале скажем о том, что христианин в скорбях может не произносить себе христианских истин (а другим людям они говорятся чаще). Это может быть по следующим причинам: во-первых, он не знает, что именно так надо останавливать свою печаль. Во-вторых, он может уже знать об этом способе брани со своими страстными реакциями, но не вспоминает об этом во время скорби. И, в-третьих, душа привыкла утешаться своими мирскими рассуждениями, а не духовными. Вот об этом и скажем далее.

### О неведении духовной брани с печалью, а значит не имении в скорби любомудрия

Святые отцы говорят:

 **Марк Подвижник** (Сл.2, гл. 198): «Когда постигнет тебя (скорбное) искушение, то не изыскивай для чего и отчего оно пришло; (но старайся) как бы оное перенес с благодарностью, без печали и злопамятства».

Многие ли из нас, христиан, стараются в скорби перенести ее «с благодарностью, без печали и злопамятства»? К сожалению, опыт говорит, что нет. Многие из нас, максимум, что делают, это молятся Богу о помощи в скорби или, например, налагают на себя какое-то телесное делание (например, поклоны).

**Макарий Оптинский** (Душеполезные поучения преп. Оптинских старцев, гл. Скорби): «Ты хотела избавиться от скорби безмерными поклонами, но какую принесли они тебе пользу? Терпение с самоукорением скорее доставят тебе спокойствие».

А о том, что надо противиться своим страстным проявлениям при скорби, путем любомудрия в разных видах, тем самым приобретая добродетели, одни люди не знают, другие знают, что надо бороться, но не знают как, а третьи знают, но не делают этого во время скорбей. О порядке брани со страстью печали мы скажем чуть позже, а сейчас сделаем несколько важных замечаний о необходимости иметь брань в скорби.

1. Напомним, что в первой главе мы говорили о трех типах перенесения скорбей: первый – плотской, когда эмоции и чувства появились, и человек страдает, не пытаясь бороться со своей печалью (и таких людей, в том числе и христиан, большинство); второй – духовно подвижнический – когда печаль появляется в различных проявлениях, но человек начинает бороться с ней, т.е. старается успокоиться, не падать духом, терпеть и т.п.; и третий – праведный, при котором человек изначально правильно, спокойно и мудро реагирует на скорбь. Последний тип – это очень высокая степень, которую невозможно достичь без долгого упражнения во втором типе – подвижническом. Невозможно и не испытывать печаль, страх, саможаление и т.п. каждому человеку. И поэтому надо не стремиться изначально не опечаливаться в скорбях, а надо сначала учиться останавливать свои появляющиеся помыслы и негативные чувства/эмоции. Это и есть духовная брань с печалью.

2. Негативные мысли и чувства появляются у грешного человека в разных скорбных обстоятельствах, и, как уже отмечалось, ожидать, что их не будет, не приходится.

**Исидор Пелусиот** (Письма, п. 576): «…не впадать в искушение (скорбь – от сост.), может быть, и невозможно, не быть же препобежденным – возможно».

И если человек, так сказать, поддается своим печальным мыслям, которые несут отчаяние, страх, безнадежие, саможаление и т.п., то это – знак плотяной души, свойственной людям, независимо от веры в Бога. Если человек сопротивляется своим печальным мыслям и чувствам путем христианского любомудрия, то это – знак духовности.

Итак, христианину нужно помнить: появляющуюся печаль/страх/саможаление/ропот и т.п. мне нужно отвергать (или бороться с ней). Если я не буду этого делать, то я, поддаваясь своей печали, показываю, что я хочу жить по своей воле и в мирском благополучии, а это есть недоверие Промыслу Божьему и «вражда против Бога».

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 2-й запов., грех: Уныние (печаль) в несчастье, а также и в духовной жизни): «…Человек, унывающий уже чрезмерно, увеличивает в себе чувство печали. … Но всего главнее: он не доверяет Промыслу Божию, в руках Которого участь каждого человека,—не доверяет уверению богодухновенного апостола, что Господь Бог не оставит человека «быть искушаемыми сверх сил» (1Кор.10,13) …».

**Симеон Новый Богослов** (Слова, сл. 3): «Порассмотрим же, братие, и поисследуем самих себя до точности, есть ли в нас печать Христова … (и) есть ли в нас Христос. Если мы не восприняли еще Христа, не имеем еще печати Его …, то … мир прелестный (коварный, обманный. - Ред.) живет в нас, и мы, к несчастию, живем в нем, что высоко ставим временные блага мира, а в скорбях, находящих на нас, изнемогаем, при бесчестиях печалимся, а при честях, богатстве и наслаждениях мирских и плотских радуемся и веселимся…. Всецело ниспали мы долу, к земному, мирскому и чувственному. Поистине бедны мы и пренесчастны, далеки будучи от жизни вечной и царства небесного, потому что не стяжали еще в самих себе Христа, но имеем еще в себе мир живым, поколику живем в нем и мудрствуем земная. А кто таков, тот явно враг есть Богу, потому что пристрастие к миру есть вражда на Бога, как говорит божественный Апостол: «не любите мира, ни яже в мире» (1Ин.2:15), ибо «любы мира сего вражда Богу есть» (Иак.4:4). Нельзя Богу работать и по человеку жить».

3. Далее отметим, что мы настолько привыкли печалиться/переживать/бояться и т.п., что не воспринимаем это, как свои страстные состояния. И с одной стороны, нам есть оправдание: это - естественные для человека эмоции и чувства, и реально существует беда/сложность/проблем, которая как бы позволяет нам печалиться. И если делать акцент на этом (что мы и делаем почти всегда), то мы и позволяем себе находиться в страстных состояниях, и тогда ни о какой брани со страстными помыслами и чувствами речь не идет. Но есть другая сторона: разумный человек должен уметь управлять собой, не допуская чрезмерной печали, и тем более это должен уметь делать христианин.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п. 79): «Без чувств (как эмоций– от сост.) жить нельзя, но чувствам (как эмоциональным волнениям – от сост.) поддаваться незаконно. Надо освежать и умирять их рассуждением и давать им должное направление. Вы впечатлительны, и сердце заливает у Вас голову».

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 2-й запов., грех: Уныние (печаль) в несчастье, а также и в духовной жизни): «Спросят: «что же виновного в унынии человека, когда постигло его несчастье? не естественное ли такое его состояние?» Печаль есть чувство души полезное, но только она должна быть в меру. Хороши, полезны и слезы: хуже, если кто крепится от них: но и слезы также должны быть в своей мере».

А это значит, что христианину нельзя быть без внутренней брани со своими страстными помыслами и чувствами.

4. Если сказать кратко, то брань со своей печалью в скорбях, это: замечать свои печальные/саможалеющие/ропотные мысли и чувства, ободрять себя к терпению, не разрешать себе приходить в отчаяние или ропот, не верить появляющимся мыслям, которые доставляют душе страдания и т.п.

**Иоанн Златоуст** (т.3, ч.2, Письма, п.3 к Олимпиаде): «…(Надо) ободрить к терпению и возбудить сердце, и не позволять ему приходить в изнеможение при трудах, сопряженных с перенесением страданий…. Не ослабевай, но (освобождайся – от сост.) от этого дыма (потому что, если захочешь, рассеешь все это уныние легче дыма)».

Вот именно такой борьбе со своей печалью и смущением надо постоянно учиться и упражняться. И тогда это будет христианский правый путь, ведущий к спасению своей души, т.к. она будет постоянно воспитываться и совершенствоваться в своих реакциях, а значит в добродетелях. Если ж этого не делать, то ты находишься не на христианском пути, и о спасительном любомудрии речь не идет.

### Можно не воспринимать скорби, как пусть спасения, и поэтому не пользоваться любомудрием

Человек может не воспринимать скорби, как путь спасения души, хотя и слышал не раз эту истину. И если так происходит, то в скорби он не будет стремиться право их пережить (а значит, и не будет заниматься любомудрием).

Возможно, некоторым людям надо простым языком объяснить, почему скорби – путь спасения души (что сейчас и будет сделано).

Во-первых, надо понимать, что есть два значения слова «спастись» - в мирском и духовном смысле.

**Филарет Дроздов** (Слова и речи, том 5, п.260): ««Спастися», в обыкновенном употреблении сего слова, значит избавиться от опасности, от врага, от беды, от страдания, от смерти, от погибели. Так Ной посредством ковчега спасся от вод потопа, Лот бегством спасся от огня содомскаго. В высшем духовном разуме «спастися» значит избавиться от врага диавола или от опасности подвергнуться его мучительству, сохраниться или очиститься от греха, как источника всех бед и страданий, освободиться от клятвы закона, связующей и поражающей грешника, избегнуть осуждения от вечнаго правосудия…».

Так вот многие из нас желают спастись от скорбей, и даже не задумываются о спасении духовном. Или точнее, они могут задумываться о спасении души, но не в связи со скорбями.

Во-вторых, что касается спасения, то христиане, как и все люди, переживают скорби, горе, сталкиваются с несправедливостью и трудностями, с обидами от людей, с болезнями, с проблемами с детьми/родственниками и т.п. И это – общий для всех жизненный путь. Но если христиане стараются жить по христианским законам, то им надо учиться не отчаиваться, не падать духом, не отвечать на обиды местью, злопамятством, ответным злом, наказанием обидчиков, не осуждать и т.п. А значит, они не пытаются исправить какое-то свое скорбное обстоятельство «незаконным» путем, потому что не хотят нарушать заповеди Божьи. И в этом случае христианин идет путем спасения. Если же христианин нарушает заповеди и ведет себя, как и любой неверующий, то он не на спасительном пути. (И, думаю, многие из нас, христиан, вспомнив, как они переживали недавно скорби/неприятности/трудности, поймут, что не шли они по этому пути…)

И, в-третьих, скорби нужны для спасения, потому что если их право переносить, то тогда человек не просто не нарушает Божии заповеди, а в нем воспитываются разные добродетели. А это - духовное очищение и совершенствование души, опять-таки, ведущее к спасению.

**Иоанн Златоуст** (т.5, ч.2, Беседа на Псалом 141): «Те, которые великодушно переносят скорби, становятся более высокими, хотя бы они были весьма низкими, самыми земными и уничиженными, и приобретают отсюда великую пользу. Зная это, будем с благодарностью переносить постигающие нас бедствия, дабы и они сделались для нас более легкими, и нам достигнуть будущих благ».

**Ефрем Сирин** (О терпении): «Как пенька не бывает годной для пряжи из нее самых тонких ниток, если не треплют ее много раз, и чем больше колотят ее, тем она делается чище и удобнее для пряжи, так и боголюбивая душа, подвергаясь многим испытаниям и искушениям и мужественно претерпевая скорби, делается чище и пригоднее к духовному деланию истончания (т.е. страсти становятся более тонкими/слабыми – от сост.), и, наконец, удостаивается наследовать Небесную область Царствия».

**Никон Воробьев** (Письма, п.188, и др.): «Без скорбей и искушений человек не может придти в смирение. Тщеславие, самолюбие и гордость так глубоко гнездятся в сердце человеческом, что нужны сильные средства и длительный период обучения скорбями и искушениями, чтобы искоренить их и привести человека хоть к некоторому смирению. (п. 246) Господь … посылает скорби, чтобы смирился и стал более сочувствовать другим».

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 10-й запов., грех: Неразвитие в себе нравственного характера): «Что же касается несчастий, застигающих его (истинного христианина) по воли Божией, то в то самое время, как он горюет в своем несчастье, однако не вдается в какую-либо слабость,—в это-то время и крепнет его дух, еще тверже в нем устанавливается характер. (В этом случае – от сост.) испытавший в своей жизни много несчастий, делается подобен крепкому дереву, которого не может сломить никакой ветер».

**Феофан Затворник** (Письма, п. 338, и др.): «(Бог) ничего не допускает для нас такого, из чего бы мы не могли извлечь для себя пользы духовной. (п.115) Не только всё предайте в руки Господа, но еще благодушествуйте, радуйтесь, благодарите. Верно, есть что из вас выбить, и вот Господь направил на вас столько молотков, которые и колотят вас со всех сторон. Не мешайте же им своим серчанием, противлением, недовольством. Дайте им свободу, пусть не стесняясь ничем, совершают над вами и в вас дело Божие, к которому Господом приставлены для спасения вашего. Господь любит вас и взял вас в руки, чтобы вытеснить из вас все негожее. Как прачка мнет, трет и колотит белье, чтобы убелить его, так Господь трет, мнет и колотит вас, чтобы убелить вас и приготовить к наследию царствия Своего, куда не войдет ничто нечистое. Так взирайте на свое положение, и утвердитесь в нем и Господу молитесь, чтобы Он утвердил в вас такое воззрение и углубил. Затем с радостью принимайте всякую неприятность, как врачевство, подносимое Самим Господом. (п.565) …Извольте держать в мысли, когда находят скорби, что это вам Господь дорогу в царствие Свое пролагает, или даже более - берет за руку и ведет. Потому не упирайте ногами и не кричите, а благодушно и с благодарностью переносите скорби».

Итак, думаю понятно, что если не понимать духовного смысла скорбей и почему они являются путем спасения при правом их перенесении, то у человека не будет стремления право их перенести, а значит, он и не применяет любомудрие.

### При страстных реакциях на скорбные обстоятельства происходит греховное помутнение ума и сердца, при котором забываются христианские истины и Бог

Следующая причина, почему христиане не любомудрствуют в скорбях — они полностью находятся в страстных помыслах и чувствах. А тогда:

**Иоанн Златоуст** (т.3, ч.1, Беседа на слова апостола: «Ибо надлежит быть …»): «Душа, объятая печалью, не может ничего здравого ни говорить, ни слушать».

**Нил Синайский** (О 8 лукавых помыслах, О печали): «… мирская печаль умаляет разум. … Печаль расслабляет созерцательный ум (ясно видящий, понимающий ум – от сост.)».

В первой главе приводились основные характеристики страстного состояния, такие как:

— ум страдающего практически постоянно думает о какой-то скорби/проблеме/неприятности (он вспоминает одно и тоже, ищет разные выходы, ведет мысленные разговоры, в которых он рассказывает кому-то что-то об этом и др.);

— в мыслях рисуются страшные/неприятные/неудачные/ сложные картины будущего;

— часто вспоминается то, что связано со скорбной ситуацией, что еще больше заставляет душу страдать;

— есть недоумения и ропот на людей или Бога (если на Бога, то это могут быть не явно выраженные претензии, а вопросы: почему? зачем? за что?);

— есть «логические» выводы, противоречащие христианским истинам (например, с желанием отомстить, не прощать, ответить каким-то злом);

— человеку тяжело дать себе здравую оценку и тому, как надо правильно поступать;

— в печали мысли кажутся тебе разумными, а на самом деле они страстные и неправые;

— страстные мысли приносят страдания, а не облегчение.

И вот в таком состоянии человек, будучи помраченным и увлеченным своими страстными помыслами и чувствами, не вспоминает и не говорит себе истины, и ему, так сказать, не до них.

**Феофан Затворник** (Толков. на 1 посл. Солунянам, 5, 14): «…в час скорби и малодушия выпадают из памяти и сердца все утешительные истины христианские».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день…, Неделя всех святых): «Переправлялись на ту сторону моря. Господь спал. Поднялась буря и все пришли в ужас, а о том, что Господь с ними и что, следовательно, с Ним нечего бояться, и забыли. Так бывает и в порядках жизни, житейских и духовных. Подымется буря бед или страстей, мы обыкновенно встревоживаемся до расслабления, думаем, что это и в порядке вещей…».

А нужно:

**Феофан Затворник** (Толков. на 1 Солун., 5, 14): «Воскресить их (утешительные истины христианские) в сознании и снова приблизить к сердцу — есть указать источник утешения и воодушевления малодушествующим».

**Феофан Затворник** (Мысли на каждый день…, Неделя всех святых): «… мы обыкновенно встревоживаемся до расслабления …, а Господь шлет нам урок: “мало веры!” И справедливо! Нельзя, чтоб не обратить внимания на происшедшее, но можно всегда сохранить разумное спокойствие. Прежде всего, посмотри, чего хочет от тебя Господь, и покорись смиренно под крепкую руку Его. Не мятись, не полошись. Затем воздвигни веру свою, что Господь с тобою, и припади к стопам Его с молитвой. Но не вопи: “погибаю!”, а с преданностью взывай: “Господи! если хочешь — можешь. Однако не моя, но Твоя воля да будет”. Верь, что таким образом безопасно минуешь поднявшуюся бурю».

### Об успокоении при переключении внимания на мирское

Думаю, что каждый замечал, что когда он страдает, то на то время, когда он переключается на что-то другое (т.е. думает не о скорби, не жалеет себя и т.д.), он успокаивается.

Вот что говорят исследователи о роли переключения внимания в страданиях.

Интернет – источник: «Переключение внимания - один из способов управления эмоциями, своими и чужими. Внимание усиливает любое состояние. Если думать о своих негативных эмоциях, пытаться с ними работать, частый результат - эти эмоции только усиливаются и разрастаются. Поэтому суть способа - перебросить внимание с негатива на позитив, отвлечься от нежелательных эмоций и переключить внимание на другие, более приемлемые эмоции, или просто на другие дела и занятия».

И вот именно благодаря отвлечению на что-то другое мирское и переключению внимание на него, немало христиан переносят скорби. Это естественный и плотской способ. Вот как о нем сказал свт. Игнатий.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, ч.1, О рассеянной и внимательной жизни): «Если скорбь сильна, но скоропреходяща, то рассеянный скоро забывает ее в шуме развлечений (или мирских дел – от сост.)».

Христианское же успокоение должно быть в Боге, в исполнении Его заповедей, в духовной истине и мудрости, в молитве. Т.е. христианин должен стараться не думать о своей скорби и не успокаиваться от мирских попечений или удовольствий, а должен любомудрствовать, тем самым переключая внимание своей души с себя и своего страдания на Божьи истины, и тем утешаться. Но нельзя не сказать, что, к сожалению, это очень тяжело сделать….

### Об утешении себя мирскими рассуждениями в скорбях и в страхах/переживаниях

Следующий очень важный нюанс того, почему мы не склонны выходить из печали христианскими истинами заключается в том, что мы привыкли находить утешение своей печали/ беспокойству/страхам/переживаниям в своих мирских суждениях. Такие суждения, в которых видится какой-то мирской выход и надежда на лучшее мирское, относятся к естественным утешительным мыслям, которые есть абсолютно у всех людей независимо от веры.

Приведем самые простые жизненные примеры, в которых видно, как мы успокаиваемся от мирских суждений и надежд. Например: покупает больной человек лекарство и думает, что он попьет его и станет здоров – вот и утихает в какой-то мере его печаль от болезни и становится легче (это - утешение от надежды на лекарство). Или не знает человек как поступить при какой-то проблеме, передумав разные варианты, и успокаивается или от какого-то варианта, или от мысли по типу: «ну ладно, посмотрю, как-то будет». Или, например: переживает за свою возможную бедность, но подумает о том, что у него еще будет квартира в наследство и он ее продаст, вот и будут у него деньги (и от этого страх бедности утихает).

При этом надо отметить, что утешение мирскими суждениями могут быть в действительно наступивших скорбях (напр., человек болеет, потерял работу, есть проблемы), а могут быть от страхов, когда ничего скорбного не происходит (напр., страх от того, что, может быть не будет денег). И об этом втором случае мы сейчас и скажем, но и покажем примеры мирских суждений.

Вот пример, как свт. Игнатий успокаивает беспокоящуюся мать разными естественными причинами, почему сын не пишет ей письма.

**Игнатий Брянчанинов** (Письма, п. 73): «Утешение матери, долго не получавшей известий о сыне. — Пишу Вам, чтоб поблагодарить Вас и чтоб утешить Вас Продолжительное неполучение письма с границ Персии и Турции (от сына) очень естественно. Там нет комфорта городов; не вдруг сыщется время написать письмо; не вдруг сыщется время переслать его; на пути своем оно легко может залежаться и даже затеряться».

В этом письме свт. Игнатием перечисляются доводы, основанные на логике мирской жизни (нет времени, почта плохо работает). И вот именно от таких логичных и здравых суждений мы привыкли успокаиваться, когда страдаем, боимся и т.п. (причем, мы можем окончательно успокоиться, можем на время, а можем и не успокоиться).

У христиан же такие мысли, конечно, могут быть, и в них нет ничего явно греховного, если нет нарушения заповедей (например, пойду лечиться к экстрасенсам или не буду бедный, потому что украду). Но они не относятся к христианскому духу, и более того показывают в большей степени надеяние на мирское (лекарства, врачей, наследство), чем на Бога.

При этом надо знать, что сами утешительные рассуждения могут быть и не греховными, но вот появление страхов/переживаний и т.п. является страстным состоянием человека. Так, как каждому известно, во время неизвестности о ком-то появляются мысли предположения о чем-то плохом, рисуются мечты-страхования и человек находится в тревоге, страхе, печали и т.п.; и в таком же состоянии находилась, скорее всего, и мать, которой писал свт. Игнатий. И вот, как он объясняет ее состояние.

**Игнатий Брянчанинов** (Письма, п. 73): «Вы поспешили предаться безмерной печали. Ее нанесли Вам мечты Ваши (т.е. в воображении рисуются печальные картины и мы им верим и страдаем/переживаем/боимся – от сост.)».

Поэтому получается, что в случаях, когда нет скорби, а есть неизвестность, вначале человеку его страсти или бесы рисуют какую-то скорбь, он страдает (хотя ничего плохого не происходит). А потом он или сам будет говорить себе разные причины для успокоения или ему кто-то скажет. (В примере с ответом свт. Игнатия не известно, успокаивала ли себя мать похожими доводами, как были ей написаны.)

Также надо заметить, что человек может сказать себе какой-то мирской довод и успокоиться на время. Но, как только опять вспомнит о скорби, тотчас начинает переживать, забыв о том доводе. К тому же, он может рассказывать о своих переживаниях другому человеку, и если тот скажет довод, о котором страдающий также думал, то он скажет по типу: «да я это знаю», «я так думал» и т.п.

А теперь скажем о христианских суждениях – утешениях. Как мы уже говорили не раз, христианский дух должен успокаиваться в Боге (в надежде на Него, в доверии Ему, в смирении пред Его волей), молитве и христианских истинах.

Кстати, в том письме свт. Игнатия есть и духовное суждение:

**Игнатий Брянчанинов** (Письма, п. 73): «Вы поручили сына Вашего Божией Матери: отдайте же его воле Великомощной Покровительницы этой и успокойтесь».

И вот именно об этом нужно и говорить себе христианину, когда он о ком-то волнуется, и это будет христианское любомудрие.

Также обратим внимание, что свт. Игнатий не привел только духовную истину, а и утешал мать мирскими доводами. И это говорит о том, что он понимал, что душа матери еще не способна утешиться только любомудрием и ей нужно и мирское, и духовное утешение. И, как говорит опыт, очень многим христианам еще нужна такая «не твердая пища», как мирское утешение (см. Евр.5, 12-13). Но все-таки многим из нас надо избавляться от привычки утешаться только мирскими суждениями в скорбной ситуации.

А вот примеры утешения страхов и переживаний (а не еще реальных скорбей) только духовными истинами и в них нет никаких мирских выходов из трудностей/неприятностей.

**Амвросий Оптинский** (Собрание писем, п.269): «Пишешь о своих заботах, и страхах, и предположениях относительно будущего. — Положись на волю Божию, тверди себе, что будет то, что Богу угодно будет, и что Всеблагой Господь Божественным Своим Промыслом всячески устрояет о нас все благое, полезное и спасительное. — Страху же вражию старайся не поддаваться, а когда усилятся тревожные помыслы, отвечай им так, — с нами Бог, и прочее».

**Иосиф Оптинский** (Письма, п. 433): «Сколько ты жила с больной Марией, не думала, что заболеешь, а теперь думаешь и тревожишься. Твердо нужно быть уверенной в том, что без воли Отца нашего Небеснаго не упадет и волос с головы нашей, по слову Христа Сына Божия. Этими Евангельскими словами успокаивай всегда себя и надейся на Господа, что Он о всех неусыпно промышляет и посылает всем, что кому полезно и душеспасительно».

Но далеко не каждому только такие слова принесут утешение, и это не просто так подумать тому, кто не обучен духовным рассуждениям, и его ум привык, так сказать, производить в скорби только печальные мысли или мирские рассуждения. Это происходит по причине того, что, к сожалению, мы еще слабы духом, а мир и страсти в нас сильны. Мы и при мирских утешениях не всегда утешаемся или утешаемся на краткое время, а потом опять начинаем печалиться/страдать/бояться и т.п., не говоря уже о чисто духовных утешениях. А иногда мы и не способны произвести логических здравых суждений себе в утешение.

Опыт говорит, что тому, кто желает научиться утешаться в Боге, сначала надо утешать себя (и других) и мирскими здравыми доводами, и духовными истинами с молитвой. Так, надо замечать эти мирские мысли и добавлять к ним молитву, например: «Вот попью лекарство, и станет легче. Помоги, Господи, чтоб болезнь прошла, если есть на то Твоя воля, а если нет, то подай терпение в болезни». А если лекарство помогло, то надо не забыть поблагодарить Бога. Или не знаешь, как поступить, то подумай, не только: «ладно, как-то будет», а и скажи: «Господи, да будет воля Твоя благая, а не моя, и управь обо мне, как Сам желаешь». Или, например, при переживаниях о бедности, надо не только утешить себя будущим наследством, а и сказать себе о том, что и Господь был беден и что богатому, по словам Господа, тяжело войти в Царство Небесное и др.

Конечно, сразу не будет так выстраиваться мысль, а будет так, что, произнеся какой-то мирской довод, начнешь думать дальше. И вспомнишь о том, что не помолился или не любомудрствовал только через время (но часто бывает, что и не вспомнишь об этом). Так вот, когда вспомнишь, укори себя в отсутствии памяти Божией, попроси у Господа прощение, и обратись с просьбой о помощи в выходе из скорбной ситуации. Т.е. это - исправление своего забвения, пусть и через время. Если часто будешь так делать, то постепенно мирское будет окроплено духовным; и пусть это не будет чисто духовное утешающее душу суждение, но там будет память Божия. А со временем, если закрепится такой способ мышления и будет научение себя любомудрию, то душа научится утешать себя только духовными истинами без мирских суждений.

Также хотелось бы заметить, что бывает и так, что христианин говорит себе и мирское утешение, и духовное. И считает, что его душа утешилась духовным и молитвой. Но, как говорит опыт, наши души успокаиваются более от мирского, чем от духовного. Это надо знать, чтобы не иметь о себе мнение, что «ты помолился или вспомнил о Боге» и страдание прошло. Нет, если было и то, и то, то еще неизвестно, что более утешило душу…. Смиряемся!

## 1.2.2. О том, что духовные суждения могут не приносить плода страдающей душе

Также в скорби душа может не только не говорить себе истин (о чем сказано выше), а может говорить и не воспринимать их. Это выражается в том, что, во-первых, она говорит их себе (или кто-то ей говорит), а они не утешают душу, во-вторых, она знает, что надо говорить их себе, но не особо старается это делать (или ей не особо хочется слышать это от других).

Итак, далее речь пойдет о тех случаях, когда христианин, во-первых, вспомнит во время скорби, что надо выходить из своей печали, говоря себе истины; и, во-вторых, у него появляются здравые мысли как бы сами собой (а не через осознание, что надо думать по-другому). Но при этом у него не наступает утешение или оно кратковременно, т.е. человек на некоторое время, например, на несколько минут не страдает/не переживает, а потом начинается все заново. А значит и нельзя сказать, что человек поистине смирился перед волей Божией и христианскими заповедями. И думаю понятно, что это не истины какие-то не такие, а это мы - такие.

## 1.2.2.1. Что может быть при твоем или чужом любомудрии, когда ты в скорби

Сейчас укажем на несколько важных фактов, что может происходить при любомудрии в скорбях: как можно говорить истины, как воспринимать и что говорить.

### Говорить себе истины можно осознанно, и звучать они могут не осознанно

Вначале отметим, как истины могут произноситься себе.

Любомудрствовать (говорить себе христианские истины) христианин может (и должен) осознанно. Т.е., когда он чувствует печаль в скорби и осознает свои страстные помыслы (саможаление, ропот, недовольство и т.п.), он, так сказать, берет себя в руки, давая себе команду прекратить и успокоиться, а затем говорит себе те или иные истины, увещевая, назидая себя. Это духовно-подвижнический путь.

Но, как правило, у людей возникают какие-то здравые мысли и некоторые истины без осознания себя. Такие мысли звучат сами собой в череде других мыслей и «тихо». Это не подвижнический путь и не любомудрие, о котором говорят святые отцы.

И, конечно, истины могут говорить тебе другие люди, и при этом, опыт говорит, что очень часто, не учитывая, готов и способен ли человек слушать или нет.

### О произношении другим людям истин, но не делании этого самому себе или неутешении от них

Нельзя не сказать об очень распространенном случае. Опыт говорит, что многие христиане склонны говорить кому-то в скорбях о терпении и спасении души, о скорбном пути, приводить пример с Иовом и т.п. Но что касается себя, то сами они не любомудрствуют в своих скорбях.

Также может быть и так, что христиане говорят себе истины, но их душа может не утешаться этими же и другими истинами, которые они говорят другим.

**Николай Сербский** (Неделя 20-ая по Пятидесятнице): «… сегодня многие говорят «не плачь» скорбящим о своих усопших, то есть в смысле: "Не плачь, слезами его не воротишь! Так уж суждено! Все там будем!" Таково неутешительное утешение, которое мы даем другим, но которое не утешает и нас самих, когда мы от других его слышим».

Это говорит о том, что истины ими только знаемы, и они нередко используются ими страстно, как правило, при учительстве, духовной гордости (когда говоришь что-то правильное, и кажется, что ты бы так делал).

Поэтому нам надо обращать внимание на свои слова, которые мы говорим при скорбных обстоятельствах другим людям; и если произносишь любомудрые слова, то после укорить себя в том, что ты так не говоришь себе, или что говоришь, но они тебя не утешают.

### О том, что истины могут говориться другими тебе в утешение, но лучше, когда ты сам их себе произносишь

А сейчас скажем о том случае, когда христианские истины может кто-то тебе говорить.

Сразу заметим, что, к сожалению, мало кто из людей, находящиеся возле нас, при страдании могут сказать нам христианские истины; а и более того, есть такие, которые могут еще и навредить нам своими словами.

**Ефрем Сирин** (Поучительные слова к египетским монахам, п. 33): «… есть и такие, которые по видимому утешают и состраждут, но не знают, что причиняют большую скорбь и делают вред». Брат говорит: «Кто же таков, что утешает брата во вред ему?» – Брат отвечал ему: «Если утешающий – человек духовный, то приходит он не ко вреду, но к великой пользе. А кто имеет плотский образ мыслей, тот не принесет нималой пользы»».

**Епископ Гермоген** (Утешение в смерти близких сердцу): «… (есть) у тебя друзья земные, но сколько они ни стараются утешить тебя - участие их не утешает, а иногда еще более растравляет раны твоего сердца. А придет пора и они тебя оставят со своими утешениями, или потому, что не так горячи будут к тебе или потому, что сами будут иметь нужду в утешении, и тогда ты останешься один с горестью в сердце».

Далее. Конечно, хорошо, когда рядом есть кто-то, кто может утешить тебя истинами, но выше этого напоминания от других людей все же стоит свое личное памятование истин, которые человек произносит, борясь со своим печальным состоянием. И вот как об этом говорят святые отцы.

**Василий Великий** (Письма, п. 6.): «… молю самого Господа, неизреченною силою Своею коснувшись сердца твоего, произвести в душе твоей свет благими помыслами, чтобы в себе самой иметь тебе источники утешения (т.е. чтобы ты смог говорить себе мудрые христианские истины и они приносили утешение печали – от сост.)».

**Ефрем Сирин** (В подражание притчам): «Сам себя утешай, возлюбленный, терпя всякую скорбь, чтобы не сделаться тебе высокоумным, если часто будут утешать другие».

Но когда рядом нет кого-то и самим нам тяжело в таком состоянии вспомнить истины, то было бы хорошо, если бы мы хотя бы вспоминали, что они есть, и что о них можно прочесть у святых отцов. И поэтому составитель в помощь собрал основные утешительные истины, которые надо читать, когда находишься в скорби. И опыт говорит, что это очень действенный способ для того, чтобы прийти в себя и оставаться в здравом уме при скорбях.

### После памяти о необходимости любомудрствовать в печали душа может не хотеть этого делать

Может быть и так, что, находясь в печали, человек может вспомнить, что христианин должен бороться со своей печалью, обращаясь к себе духовными рассуждениями или читая святых отцов. И может быть так, что после мысли-напоминания об этом, чувствуется, что душа не хочет этого делать. Она может так и сказать себе: «не хочу», а может еще и оправдывать себя разными причинами, например: мне сейчас не до этого, или что это не тот случай, или что мне сейчас и на ум не придет истина, или что это все равно не поможет. И тогда считается, что она не принимает/отвергает здравую мысль о любомудрии (которая может быть от ее духа или от ангела-хранителя), вновь продолжая думать о скорби и печалиться.

Также иногда человек может и произнести одну-две истины, но сделает это холодно, и первое, что вспомнится, т.е. как бы делая некое одолжение, и вновь вернется к своим помыслам. Если же начнет читать святых отцов о скорби, то может быть невнимателен при чтении и продолжать думать о скорби или о чем-то другом, и тогда прочитанное никак не действует на душу.

### О том, что христианская истина может казаться «несколько докучливой», и может говориться несвоевременно

Что касается вопроса о том, как можно воспринимать истины, то может быть так, что:

**Василий Великий** (Письма, п. 6.): « … душе, пораженной тяжелою скорбью, кажется несколько докучливым слово, предлагаемое во время самой живой горести, хотя бы заключало оно в себе и много утешительного».

Объясним здесь два важных аспекта.

Первый – слово истины может казаться «докучливым». Скорее всего, это слово означает то, что душе обременительно/тяжко/неприятно слышать истины. Они будут казаться ей не важными, ни о том, не подъемными и т.п. И причина этому – она хочет слышать другое (например, чтобы ей сказали, как конкретно поступать, чтобы избавиться от скорбного обстоятельства, или чтобы пожалели ее, поддакнув, что она права или что она самая несчастная).

Второе - может быть так, что какая-то скорбь произошла совсем недавно и страдания очень сильные (т.е. «во время самой живой горести»). В этом случае душа не может ни сама себе говорить истины, ни воспринимать от других. Вот как об этом говорит свт. Иоанн Златоуст.

**Иоанн Златоуст** (т., ч., К молодой вдове. Сл. 1): «(У молодой вдовы был знатный и благочестивый муж, который умер в цветущем возрасте после пяти лет супружества. И она находилась в сильной печали – от сост.) Все будут согласны с тобою, и никто, даже из весьма любомудрых, не станет противоречить тому, что ты получила тяжкий удар, и что посланная свыше стрела поразила тебя в самое роковое место. Но так как раненные должны не в плаче и слезах проводить все время, а тщательно заботиться и об уврачевании ран, чтобы они, быв оставлены без внимания, не причинили больших слез и не усилили пламени скорби, то полезно и тебе принять словесное утешение, и, остановив несколько потоки слез, хотя на краткое время предать себя тем, которые намереваются утешить тебя. Поэтому и мы не беспокоили тебя во время самой сильной скорби, когда эта молния лишь только упала (на тебя); но, переждав этот промежуток времени и предоставив тебе насытиться рыданиями, когда, наконец, ты получила возможность проглянуть несколько из этой мглы и открыть слух тем, которые стараются утешить тебя, и мы теперь, после (утешительных) речей служанок (которые, скорее всего, были мирскими утешениями – от сост.), предлагаем и свою. Кто стал бы убеждать (тебя) отложить печаль тогда, когда еще буря была велика и горе весьма сильно, тот более усилил бы твои рыдания, и своими словами придал бы много пищи огню (печали), а на себя навлек бы неудовольствие и мнение, как о человеке недобром и безрассудном; когда же буря, наконец, начала утихать, и Бог усмирил ярость волн, то мы свободно распустим паруса слова. Во время умеренной непогоды искусство, может быть, в состоянии будет сделать свое дело; а когда бывает непреодолимый напор ветра, тогда и опытность не приносит никакой пользы. По всем этим причинам мы во все предшествовавшее время молчали, и даже теперь едва решились открыть уста, когда услышали от твоего дяди, что можно, наконец, осмелиться на это, что уже осмеливаются вести с тобою длинные речи об этом и почетные служанки, и посторонние женщины, и родственницы, и другие близкие (к тебе). Если их слова ты принимаешь, то мы вполне надеемся и убеждены, что не отвергнешь и наших, но выслушаешь их с возможным спокойствием и благодушием».

### Христианская истина может вызывать еще большее страдание, возмущения и «внутренние бури»

Если христианская истина произносится тобою или кем-то тебе несвоевременно, без учета ситуации, духовного возраста, слишком высокая и т.п., то она может вызвать еще большее страдание и возмущение. Так, например, при печали человек читает или слышит, что Господь говорил о скорбях и что терпением спасается душа, или что кого любит Господь, того наказует. Если он в сильной печали, то это может ввести в еще большее отчаяние, при котором чувствуется твоя «несчастность» или возникают мысли, в которых звучит несогласие, непонимание, ропот.

А может быть и так, что христианин находится в сильной печали, и ему кто-то, кто в этот момент вполне благополучен, говорит истины; и тогда слово истины кажется не просто «докучливым», а может произойти некая «буря» на этого человека, в которой ты выговариваешь ему, например, о том, что ему легко рассуждать, ропщешь на свои обстоятельства, и печаль еще больше усиливается. Если так происходит, то надо сознавать, что ты в сильной печали и это - некая зависть к благополучию другого (хотя, конечно, даже это осознание себя зачастую невозможно для страдающего).

### В мыслях возникают оправдания, противоречия, недоумения в ответ на истины

Может быть и так, что зная христианские истины, ты и говоришь их себе во время скорби, но душа не откликается на них, а продолжает скорбеть, при этом иногда противореча им какими-то оправданиями, недоумениями, несогласиями. Вот пример того, что у страдающего и есть вера, что Господь печется о нем и посылает скорби во благо, но он тут же говорит о своей тяжести.

**Дмитрий Ростовский** (т.3, 3. Апология для утоления печали человека…): «(После слов старца о заботящемся и милующем Бог, который никогда не оставляет – от сост.) муж скорбящий (прослезился и сказал): Неужели и я не забыт Господом Богом, несмотря на то, что недостоин я милости Господней? Неужели Он печется и о мне, грешном? Но я верю в Его неизреченную благость и человеколюбие, верю, что и моего спасения Он хочет. … Мне только одно теперь очень тяжело, а именно то, что я несправедливо был обижен, не сделав даже никакого зла ненавидящим меня».

Если происходит подобное «но мне только» и опять идут слова/мысли о скорби, то это знак того, что ты еще не имеешь истинных добродетелей: ты маловерен, малодушен, не имеешь истинной надежды на Бога, «прилеплен к земле» и т.п., несмотря на то, что только что говорил о своем отношении к Богу.

К тому же:

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.1, В, в, бб, 1): «… если случится услышать голос совести с заповедию, противною нашей склонности, то он имеет для нас меньше убеждения, нежели требования сердца. 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?».

## 1.2.3. Некоторые причины, почему не утешает любомудрие

Далее перечислим некоторые причины того, почему душа не реагирует на произносимое любомудрие. Если сказать в общем, то это происходит: от духовного нерадения и лени, от привычки к своим помутненным состояниям, от отсутствия навыка и сил к сопротивлению своим страстям, от маловерия, от плотяности души (для которой очень важно мирское и плотское, а не духовные добродетели - вера и спасение души), от того, что истины только знаются, но они, так сказать, не живы и др. Причем никогда не бывает одной причины при каждом случае, так сказать, «неудачного» любомудрия/неутешительного утешения (когда душа не воспринимает истины).

И пусть изложенный далее материал послужит нам для познания нашей греховности, а значит для смирения.

### О духовном нечувствии и забвении

Одной из главных причин того, что душа не реагирует на любомудрие, является порок - духовное нечувствие.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетическая проповедь, гл. Поучение в неделю жен-мироносиц, третью по Пасхе (Мк. 16:1-8)): «По определению Отцов нечувствие есть умерщвление духовных ощущений, есть невидимая смерть духа человеческого по отношению к духовным предметам, при полном развитии жизни по отношению к предметам вещественным».

Т.е. мы, грешники, склонны переживать о земном и о своей плоти, и не склонны переживать о будущей участи души в вечности.

Также святые отцы говорят и о забвении.

**Феофан Затворник** (Толкование на Пс.118, ст.18): «Особый вид ослепления духовного временного есть «забвение». Святой Марк Подвижник часто горько жалуется на этого врага и других предостерегает от его козней. Приходит враг и уносит из внимания спасительные, возбудительные и остерегательные помышления; забывает человек что он, куда идет, что его ожидает, кому работает, под чьим взором живет и действует, и по причине такого забвения начинает действовать, как несмысленное, резвое дитя. Не всегда это сопровождается большими ошибками, но всегда от этого падает внутренняя энергия и расстраивается весь строй духовный».

### Человек может быть духовно не готов к принятию истин

Следующая очевидная причина того, что сказанная себе (или тебе кем-то) христианская истина в скорби не утешит страдания и не просветит ум, заключается в том, что у человека плотская душа (все ее интересы и чаяния связаны с миром и телом). Поэтому и говорится, что:

**Исидор Пелусиот** (Письма, п. 576): « … многие из людей, будучи погружены в невежество, в бедах бывают безутешны сердцем…».

А вот как говорят о разнице восприятия духовного слова обычным человеком и христианином.

**Георгий Затворник** (Письма, п.2.281): «Кто полюбил утехи мира, и чья душа сует полна, тому священная царя Давида лира противна, тягостна, скучна: не понимает он духовных псалмопений! А вам— да будет в них источник утешений».

**Филарет Дроздов** (т.2, п.27): «…от сей мысли, что мы «страждем по воле Божией», неверующий ужаснулся бы, и возроптал бы на вернаго Создателя. Но верующий, углубляясь в сию мысль, обретает в ней обильный источник утешения, который растворяет сладостию всякую горесть. Одобряющая и обнадеживающая мысль о «воле Божией», о воле «вернаго Создателя», мирит верующего с угрожающею мыслию о неповинном «страдании»».

**Василий Великий** (Письма, п. 6.): «… как воспаленному глазу причиняет боль и самое нежное пособие, так и душе, пораженной тяжелою скорбью, кажется несколько докучливым слово, предлагаемое во время самой живой горести, хотя бы заключало оно в себе и много утешительного. Но когда пришло мне на мысль, что слово мое обращено будет к христианке, которая издавна обучена божественному и приготовлена ко всему человеческому, тогда не признал я справедливым не выполнить своей обязанности (и начал говорить о христианских истинах и заповедях – от сост.)».

Т.е. люди неверующие или маловерующие не знают христианских истин и, конечно, их не понимают (или понимают по-своему). Но, к сожалению, есть и внешние и малодушные христиане, которые и знают истины, но все равно их души во многом плотские и пристрастны к миру и телу, т.е. истинно и внутренне духовно необученные, и на которых духовные источники утешения не действуют. Но таких надо все равно утешать или они должны стараться сами духовно утешаться.

**Феофан Затворник** (Толков. на 1 Солун. 5, 14-15): ««Утешайте малодушныя». «Малодушен тот, кто падает в духе от неприятностей, несчастий, от притеснений, гонений и лишений, от скорбей и болезней, малодушен не переносящий обид, малодушен не переносящий искушений за Христа. Он именно и есть посеянный на камени» (Златоуст). Как готового отпасть, долг любви обязывает всякого поддержать его, утешая и воодушевляя к терпению великими обетованиями благ, отложенных истинным христианам, которые, несмотря на скорби, пребудут верными своему званию. И малодушные, как христиане, сами знают все это; но в час скорби и малодушия выпадают из памяти и сердца все утешительные истины христианские. Воскресить их в сознании и снова приблизить к сердцу — есть указать источник утешения и воодушевления малодушествующим».

И да смилуется над нами, грешными, Господь, и даст нашим душам любомудрие и утешение от него, как это происходит с истинными христианами!

### «Когда бессилие утешает бессилие, эта утеха слаба»

Но не только дух самого человека не может утешиться истиной, но еще и если его утешает духовно неразумный, то «эта утеха слаба».

**Николай Сербский** (Неделя 20-ая по Пятидесятнице): «Когда бессилие утешает бессилие, эта утеха слаба».

Об этом мы уже упоминали в разделе 3.2.2.1. «О том, что истины могут говориться другими тебе в утешение…».

### Любомудрие не утешит и не просветит душу по причине неимения привычки к нему

Если же в скорби находится христианин, и он знает духовные истины, которые должны быть источниками утешения, но его душа, так сказать, не привыкла, не упражнилась в любомудрии и для нее эти истины не стали значимыми (хотя человек может даже этого не подозревать, а считать, что они значимы), то от этого также он не получает утешения при любомудрии.

**Феофан Затворник** (Рукописи из кельи – 1, гл. Мысли о богоугодной жизни): «Сколько лет слышим Евангелие, и утешительные глаголы его проносятся у нас поверх головы. Даст же, наконец, Бог иному минутку, когда оно услышится его сердцем. Тогда, вошедши внутрь, оно производит там свое дивное, разрушительно-созидательное дело, сущность которого - истинная жизнь. А дотоле что? Дотоле имеем только вид, что живы, а между тем мертвы, мертвы».

Вообще считается что, если человек никогда не любомудрствовал в своей скорби или в искушении, то тогда он - «неразумен», и он не может быть спокойным.

**Дмитрий Ростовский** (Алфавит духовный, ч.1, гл.5): «Неразумие никогда не даст человеку покоя и совершенного утешения, если сам разум своим просвещением не успокоит и не утешит душу. Как слепому нельзя иметь покоя, пока не видит света, так и безумному нельзя быть спокойным до тех пор, пока не придет в разум».

Но даже если человек и говорил себе христианские истины или слышал от других, но продолжал страдать, то он все-таки в некой степени все равно духовно «неразумен» и не здрав.

Надо заметить и то, что у того, кто начнет только учиться любомудрствовать в своей скорби, не получится сразу поистине утешиться и стать духовно здравым. Это только иногда может так случиться, что душа сразу утешиться. Но и то - или на короткое время или в какой-то не сильной скорби, или может утешиться от одной мысли, но не утешиться от другой истины. Мы предупреждаем об этом для того, чтобы не обмануться о себе и своем делании.

Со временем же, постоянно упражняясь в скорбях, любомудрие будет приобретать силу, и помогать христианину.

Заметим и то, что о тех христианах, которые знают истины и знают, как надо бороться со страстями, но не делают этого или у них не всегда получается, может говориться так:

**Никон Воробьев** (Письма, п. 40): «Господь старается смирить тебя. Должна и ты бороться с собой. «Уготовихся и не смутихся». Так надо всегда быть готовым на то, что какая-либо страсть может проявиться, и знать, что предпринять, чтобы не быть одоленной ею. А если уж поддались, то надо смиряться, не оправдывать себя, а во всем себя винить и укорять, и просить прощения у Бога и у людей. "Уготовляться" ты знаешь как, а мало применяешь на деле».

Так, что будем просить Господа подать нам терпение, выдержку, мудрость и силу в приобретении любомудрия в скорбях.

### Применяемая истина является некой «пластинкой», на которую уже не реагирует душа

Мы говорили выше, что очень часто христиане применяют одни и те же истины, и тогда они становятся уже некими «пластинками», которые душе уже привычны, и она на них уже искренне не реагирует.

### Человек может не понимать, какую истину надо говорить

Есть и такая причина, почему душа не воспринимает истины: она не понимает, какие истины она должна себе говорить. Т.е. она скажет себе (или кто-то ей) то, что вспомнит (что первое придет на ум), а эта истина не просвещает и не утешает. И, как правило, бывает так, что, не получив утешения, человек прекращает любомудрствовать. Считается, что такая душа не имеет в себе «источника утешения». Поэтому многим из нас надо просить Господа, чтобы он послал душе благие помыслы.

**Василий Великий** (Письма, п. 6): «… молю самого Господа, неизреченною силою Своею коснувшись сердца твоего, произвести в душе твоей свет благими помыслами, чтобы в себе самой иметь тебе источники утешения».

### Истины говорятся без рассудительности

Опыт говорит, что очень часто, когда истины произносятся другим (а иногда и себе), то не учитывается какого рода скорбное обстоятельство, какова степень духовности человека, каков его характер и жизненные обстоятельства, какова степень его печали и др. Т.е. говорятся общие фразы и без рассудительности. Это не позволяет душе утешиться и просветиться от истины.

(Далее мы приведем много разных истин и с учетом какого рода скорбь, и уже привели выше по классификации каков характер истины.)

### Некоторые истины настолько духовно высоки, что душа не может от них утешиться

И последней причиной того, почему душа может не утешаться любомудрием, является то, что душа страдающего еще не может воспринять истины высоких добродетелей.

Далее приведем пример рассуждений грешника в скорбях, в котором переданы такие реакции и мысли, которых, к сожалению, нет у христиан (как говорит опыт); и даже нам, грешным, трудно представить, что можно так искренне принимать скорби. И скорее будет так, что от них наши души не получат утешения. Но, тем не менее, мы приведем это поучение и увидим, насколько мы далеки от такого духовного состояния, и пусть это послужат для нашего смиренного мнения о себе. Прости нас, Господи, и помоги!

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст. 125): «…грешника беда подвигает возвратиться к Небесному Отцу и истинному покаянию. Бедами и напастями стесненный грешник так рассуждает: «Не имею я телесных и временных благ. Нищета моя, скудость и убожество увещевает меня искать душевного богатства; поищу его у Христа, Который, «будучи богат, меня ради обнищал» (2 Кор.8:9). Телесная моя немощь научает меня искать здоровья душевного у Христа: Он Врач душ наших и телес. Терплю я бесславие и посмеяние от людей — поищу славы и похвалы у Бога. Говорит Господь: «Только прославляющих Меня прославлю» (1 Цар.2:30). Терплю я гнев царский или господина моего — поищу милости у Бога. «Уповающего на Господа милость окружит» (Пс.31:10). Служу я телом такому-то человеку, не имею свободы и благородства телесного — поищу свободы и благородства душевного. Все люди меня презирают и оставляют — прибегну я к Богу и приближусь к Нему, и Он не оставит создание Свое и не презрит: никого Он не оставляет и не презирает. «Не остави мене, Господи, Боже мой! Не отступи от мене; вонми в помощь мою, Господи спасения моего! Упование всех концов земли и находящихся в море далеко» (Пс.37:22-23; 64:6). Удален я от Отечества своего и от дома и отлучен от родственников и друзей моих — постараюсь усерднее искать небесного Отечества, и с Ангелами и святыми Божиими вечное дружество иметь. Темница эта, в которой я сижу, и узы эти, которыми я связан, убеждают меня покаянием избавиться от темницы адской и от уз греховных и адовых, и прочее. Слава Богу, «Который хочет, чтобы все люди спаслись и достигли познания истины» (1 Тим 2:4). Он посылает мне скорбь, но ею меня обращает, и пресекает пути к погибели, и к Себе возвращает. «Встав, иду к Отцу моему».

Если же есть такой христианин, который так рассуждает в скорбях, то «дивен Бог во святых своих» (Пс. 67.33)!

# Раздел 1.3. НЕКОТОРЫЕ СОВЕТЫ О ТВОРЕНИИ ЛЮБОМУДРИЯ ПРИ БЕСЧУВСТВИИ ДУШИ К НЕМУ

А теперь приведем несколько советов, которые были в опыте составителя и которые найдены в поучениях святых отцов, относительно творения любомудрия, когда душа не реагирует на христианские истины.

### Любомудрие должно быть осознанным процессом самовоспитания

Мы уже не раз говорили о том, что если уже охвачен печалью, то очень трудно воспринять слово истины, и оно само собой не рождается. В разделе 3.2.2.1. «Говорить себе истины можно осознанно, и звучать они могут не осознанно» мы говорили и о том, что иногда от памяти могут происходить истины, о которых ты знаешь, но звучат такие мысли, так сказать, очень тихо и в череде разных помыслов.

И еще раз скажем: опыт говорит, что, во-первых, надо осознать, что при скорби ты сейчас не в порядке и ты охвачен страстями. Вот пример подобного самоукорения.

**Авва Зосима** (Добротолюбие, т.3, ст.7): «…кто любит истинный и прямой путь, тот, когда смутится чем (т.е. начнет волноваться, возмущаться, бояться и т.п. – от сост.), всегда сильно укоряет и обличает самого себя, говоря: «что беснуешься, душа моя, и что мятешься, как помешанная? Этим самым показываешь, что ты больна. Ибо если б не была больна, то не страдала бы».

Во-вторых, надо осознанно постараться выйти из этого состояния; на первых порах, сделать это даже за счет мирского утешения (каких-то действий, логических доводов, утешительных слов себе). И когда печаль чуть отойдет, то надо сказать себе что-то и из духовных истин. Конечно лучше, если после осознания, что ты сейчас в страсти, ты сразу говоришь себе христианские истины. Но, к сожалению, неупражненного христианина это не сразу и не всегда просвещает и утешает. Так же бесспорно, что надо обязательно и молиться (но о чем молиться и как мы скажем в следующей главе, а пока мы говорим только о любомудрии).

Заметим и то, что такой порядок любомудрия относится к понятию «духовная брань»/«брань со страстями», когда вначале душа входит в состояние какой-то страсти, а потом преодолевает ее путем духовного рассуждения и молитвы.

### Нужно произносить разные истины, если душа не реагирует на ту или иную истину

Надо понимать, что одна истина не сможет успокоить и поддержать душу, а на другую – душа отреагирует; одна истина сегодня утешит, а завтра – нет.

К тому же истины могут быть утешающими, вразумляющими и укоряющими. И в разное время надо произносить то те, то другие. Заметим, что иногда нужно себя укорить и вразумить, а не утешить, а иногда должно быть только утешение без укорения, чтобы не привести душу в еще большую печаль и ропот. Так, если видишь, что против какой-то истины начался ропот/несогласие или еще больше страдаешь (например, человек говорит себе: что по грехам твоим тебе дается эта скорбь, а другая мысль звучит по типу: а я что самый грешный?!), то это знак того, что сейчас она не подходит душе и лучше ее не произносить. Тогда надо пробовать другое размышление или молитву. И так до тех пор, пока душа не почувствует облегчения. Это познается с опытом и путем проб.

Также, когда через время начнется опять страдание/боль души, то вновь начинаешь искать, что ее успокоит.

Поэтому нужно подходить к утешению своей души разными христианскими истинами и молитвой со вниманием к себе (своим мыслям и чувствам) и рассудительностью, и если на что-то душа не откликается, то произноси другое.

### Несмотря на то, что душа не слышит истины, надо все равно их говорить в скорбях

И в заключение скажем о том, что, несмотря на то, что душа не слышит истин, нельзя не говорить их себе, потому что без них ты не являешься христианином по духу. А произнося их себе, даже не соглашаясь с ними в приступах печали, ты будешь согрешающими христианином, а не неверующим. Когда же приступ печали отойдет, ты сможешь покаяться и попросить прощение за свои страстные помыслы, реакции и духовную немощь.

К тому же, опыт говорит, что если постоянно, при каждом внутреннем страдании стараться говорить себе и исполнять то, что отцы написали, то со временем они станут очень действенными и послужат нашему спасению души.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, ч.1, Чаша Христова): «Хотя б сердце твое и не хотело поступать так, принуждай его: потому что одни насилующие свое сердце к исполнению Евангельских заповедей могут наследовать Небо (Мф. 11, 12)».

**Иоанн Златоуст** (т.3, ч.1, п. 161): «Ваши страдания приобретут вам более дерзновения у Бога, – следовательно, принесут и более силы. Действуйте же, пользуясь случаями, ревностно, и как непосредственно своими усилиями, так и через других, через кого только будет можно, словом и делом старайтесь рассеять наступившую бурю (печали, отчаяния, тяготы и т.д. – от сост.). Может быть, ваше усердие принесет величайшую пользу; но если бы оно и ничего не принесло – и тогда вы будете иметь у человеколюбивого Бога награду за доброе намерение и старание».

### О том, как познать себя после утешения страдания в скорби

Так как все наши темы посвящены не только разным вопросам христианской науки, а и такому великому деланию как познание себя и своей греховности, то скажем о том, как наблюдение за твоими реакциями на любомудрие, покажет правду о тебе и приведет тебя к смиренному мнению о себе.

Так, мы уже говорили в первой главе, что то, как человек переносит скорбь, показывает каков он на самом деле.

**Нил Синайский** (Письма, п. 1.305): «Безутешно печалиться, плакать и поститься над умершим родственником — служит обличением неверия и безнадежности».

**Нравственное богословие Е. Попова** (Грехи против 7-ой запов., грех: Чрезмерная печаль о чете или, напротив, забвение): «Безутешные слезы по случаю вдовства показывают недостаток веры в будущее воскресенье и свойственны «не имущим обетования» (1Сол.4,13)».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст. 957): «Без искушения и железо обыкновенное кажется сталью … или смешанное серебро чистым серебром, … и обыкновенное стекло алмазом, но испытание показывает настоящее их достоинство. Так и с людьми бывает. По виду многие кажутся кроткими и смиренными, милостивыми, добрыми, простыми, целомудренными, верующими и проч., а испытание (так сказать, характера души, которое происходит в скорбных/трудных/проблемных обстоятельствах – от сост.) показывает нередко, что они и злы, и горды, и жестокосерды, и нечисты, скупы, жадны, завистливы, злопамятны, ленивы и проч.».

**Тихон Задонский** (Письма, т.5, Письма келейные и наставления, п.20): «Многие в счастье мужественными и великодушными себя показывают, но в беде пришедшей падают, малодушествуют и от боязни отчаиваются. Многие полагают в благополучии, что на Бога надежду имеют, но в нашедшей буре оказывается, что не на Бога, а на человека, на серебро и золото надеются, когда от них помощи ищут в печали. Видишь, как искушение открывает, что в сердце нашем содержится, а отсюда видно, насколько полезно искушение для познания внутреннего состояния (т.е. ты увидишь себя, например, жадным, гневливым, отчаивающимся, ропщущем, осуждающим и т.д., чего не происходило, когда все было тихо и хорошо, и ты осознанно или нет имел о себе хорошее мнение – от сост.). А познавшему немощи свои надобно их исцелять истинным покаянием, сожалением и призыванием Иисуса Христа, Врача душ и телес …. Так особенно нам, христианам, видя в себе (во время скорбных обстоятельств – от сост.), то есть в душах наших многоразличные недуги … не должно коснеть, медлить и нерадеть, но призывать Иисуса Сына Божия и от Него исцеления просить».

И то, отчего душа успокаивается, также показывает каков твой дух и какие твои страсти или добродетели. Например, если человек видит, что душа успокоилась от мыслей, например, мщения, непрощения, гордого превозношения и т.д., т.е. от явно выраженных страстей, то это – страстное и греховное успокоение. Вот пример об этом.

**Авва Дорофей** (Душеполезные поучения, п.7): «… иной презирает желающего оскорбить его, и потому не обращает внимания на его обиды, не считает его за человека, и потому не вменяет ни во что все, что тот говорит или делает. И скажу вам нечто такое, чему вы удивитесь. В общежитии … был один брат, которого я никогда не видал смутившимся, или скорбящим, или разгневанным на кого-либо, тогда как я замечал, что многие из братии часто досаждали ему и оскорбляли его (т.е. были скорби от отношений с людьми, но у брата не было страданий об этом – от сост.). А этот юноша так переносил (оскорбления) от каждого из них, как будто никто вовсе не смущал его. Я же всегда удивлялся чрезвычайному незлобию его и желал узнать, как он приобрел сию добродетель. Однажды отвел я его в сторону и, поклонившись ему, просил его сказать мне, какой помысл он всегда имеет в сердце своем, что, подвергаясь оскорблениям или перенося от кого-либо обиду, он показывает такое долготерпение. Он отвечал мне презрительно, без всякого смущения: «мне ли обращать внимание на их недостатки, или принимать от них (обиды), как от людей? Это - лающие псы». Услышав это, я преклонил голову и сказал себе: нашел путь брат сей, и, перекрестясь, удалился от него, моля Бога, чтобы Он покрыл меня и его».

А вот еще говорится, от чего и кто может утешиться:

**Иоанн Златоуст** (т.10, ч.1, б.30): «Человека малодушного и получившего меньше других ничто так не утешает и не располагает оставить скорбь, как убеждение, что он не унижен пред другими».

Далее. Если человек видит, что страдание прошло на какое-то время после каких-то мирских мыслей и слов (например, кто-то поможет, придумал выход из скорби и др.), а не от христианской истины и памяти о Боге, то для него это знак, что он еще не имеет любомудрия и смиренномудрия, а успокоился, как обычный человек.

Кстати сказать, опыт говорит, что немало христиан успокаивается от мирских мыслей, но т.к. еще и помолились Богу о скорби, то считают, что это они успокоились в Боге. И это прелесть/обман. Поэтому, если были и мирские суждения, и духовные, и ты успокоился, то не верь, что на тебя подействовали только духовные. Смиряйся.

Или, например, если человек видит, что страдание прошло от христианской истины и памяти о Боге, но через время вновь вернулось, то это – знак того, что дух человека еще очень слаб и не может удержаться долго в истине и «с ними случается по верной пословице: пес возвращается на свою блевотину, и: вымытая свинья (идет) валяться в грязи» (1Петр.2, 22).

Если же человек видит, что после любомудрия страдания прошли и не возвращаются, то да прославит он Господа, что Он дал его духу силу воспринять истины или поблагодарит, что Господь утешил его грешную душу. И здесь надо заметить, что в этом случае нужно еще быть внимательным к тому, чтобы не приписать себе заслугу.

**Феофан Затворник** (Письма к разным лицам, п. 41): «Мирное состояние сердца — благодать Божия. Когда есть, благодарите Бога; но не присвояйте его себе, как окончательное установившееся и утвердившееся состояние».

## 1.3.1. Кратко о том, когда и как произносить истины при твоем страдании в скорби

Что касается вопроса о том, в какой момент надо произносить христианские истины своей душе, то в поучениях святых отцов есть указания на то, что, когда начинаешь чувствовать страдания/переживания/страх и т.п., надо делать это как можно быстрее, пока страсть печали не захватила тебя.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь, п.56): «Как только заметите страстное, поскорее постарайтесь возбудить в себе серчание на него».

**Игнатий Брянчанинов** (Советы относительно душевного иноческого делания, гл.32): «… если возникнут гнев, памятозлобие, корыстолюбие, печаль - не смутись этим. Этому должно быть! Но лишь явится какая страсть, нисколько не медля посекай ее евангельскими заповедями. Если не будешь поблажать страстям, узришь умерщвление их. Если же будешь поблажать им, беседовать с ними, питать их в себе и услаждаться ими, то они умертвят тебя».

Напомним и то, что в скорби обязательно надо и молиться, а не только любомудрствовать. Что касается очередности произношения истин и молитв, то у святых отцов нет четкого указания об этом. Но рассуждение и опыт говорит, что, когда заметишь, что начались страстные помыслы (ропот, саможаление, недовольство, отчаяние, навязчивое размышление, что делать и мн. др.), то можно произносить молитву, в которой будет и прошение прощения за страстные помыслы и чувства, и просьба о помощи, а потом произносить себе что-то из истин. Или можно останавливать себя истинами, а затем помолиться. А иногда можно и просто помолиться. И каждый раз может быть по-разному.

Вот, например, как о разных случаях говорит свт. Иннокентий.

**Иннокентий Херсонский** (Падение Адамово, Беседа в пяток 2-й недели Великого поста): «Весьма полезно … для нас иметь в памяти своей запас изречений из Священного Писания (или духовные истины – от сост.), дабы в случае искушения (и скорби – от сост.) тотчас можно было употребить их к отражению стрел вражиих (т.е. страстных помыслов от печали, раздражения, ропота – от сост.). А кто не может сделать сего, тот в сем случае делай, по крайней мере, вот что: первее всего устреми мысль к Богу и проси помощи, ибо сами по себе мы, как трость, ветром колеблемая, легко можем увлечься и пасть без помощи свыше».

Но что еще первее, так это надо вспомнить о том, что надо выводить себя из печали при скорбях духовными истинами и молитвой, причем правильной (о молитве будем говорить в следующей главе). Мы же, как уже говорилось не раз, долго находимся в страстных мыслях и чувствах, страдая, и не приучены останавливать эти состояния христианскими истинами.

Сразу надо сказать и то, что любомудрствовать надо не неосознанно, когда мысли приходят сами собой, в привычном неконтролируемом мысленном потоке, когда они не задерживаются, не впечатляя душу. А надо делать это осознанно, с неким усилием и собранностью, и, причем, иногда это обращение к себе со строгостью, иногда с лаской (как неким упрашиванием), а иногда просто спокойно или с сожалением о себе.

## 1.3.2. Что нужно читать при скорбных страданиях

Начнем разговор с чтения истин, которое можно совершать, когда понимаешь, что началось или продолжается действие страсти печали при скорби.

К сожалению, личный опыт составителя говорит, что так никто не делает. И много ли среди христиан таких, которые исполняют это правило, никто не знает, кроме Бога.

Нельзя не напомнить и том, что опыт говорит, что есть люди, знающие христианские истины, но которым настолько тяжело любомудрствовать своими словами в своем помутненном состоянии при скорбях/трудностях/проблемах (они или забывают истины, или говорят не то и не тогда), что им в страданиях лучше любомудрствовать и молиться, только читая Св. Писание, Псалмы и святых отцов.

И пусть это не твое личное любомудрие, а ты его получаешь от кого-то (в данном случае от святых отцов, а не слышишь от людей), но и оно поможет душе, которая находится в болезненном состоянии.

**Письма Валаамского старца** (п. 20): «… не унывай, во время неприятностей углубись в Св. Писание и св. отцов и в молитву, тогда опытом почувствуешь мир и тишину в душе своей; своим рассудком, как не рассуждай, без Божьей помощи не можем умиротвориться сами и других умиротворить».

Заметим, что во второй части этого поучения имеется в виду не то, что человек не может сам произнести истину и нужно только читать, а то, что человек не может сам знать истину и ее надо сначала узнать из слова Божьего и из христианского учения, осознать, запомнить, а потом уже сможешь ее говорить сам.

Итак, одним людям всегда в какой бы степени печали они не находились нужно читать истины и молитвы (т.е. чтобы другие им их говорили, и причем не просто люди, а святые). А другим – упражненным в любомудрии нужно читать, а не говорить себе истины своими словами в случаях, когда они все же вошли в тяжелые внутренние состояния, и у них не получается выйти из печали путем своего любомудрия.

### О том, что обычно в скорбях без рассудительности говорятся общие и всем известные истины

Относительно вопроса о том, что можно говорить себе в скорбях, то отметим следующее.

Как показывает опыт, христиане привыкли говорить только – терпи, путь/крест Христов, некоторые фразы из Писания или пример Иова, а также напоминают заповеди о прощении, если ситуация связана с человеческими отношениями. (Причем, как правило, эти самые часто употребляемые фразы в христианской среде говорятся другим людям, а не себе.)

А существует очень много других истин, увещеваний, самоукорений, которые христианин должен говорить и себе, и другим с учетом какая скорбь, каков характер истины (увещевание, укорение, надежда, отношение к Богу и др.).

Поэтому выше мы и представили много истин, которые надо применять в любомудрии (и еще представим далее по классификации скорбей).

### Можно читать определенные псалмы, когда чувствуешь внутреннее страдание

Святые отцы говорят, что в скорбях нужно читать псалмы Давида (или произносить их наизусть).

Заметим, что псалмы являются молитвами, но в них есть и много духовных суждений. Поэтому, с одной стороны, их можно читать как молитвы, а с другой – использовать для своего любомудрия.

Итак, вот советы святых отцов о чтении псалмов в скорбях.

**Георгий Затворник** (Письма, п. 3.157): «Душа, погружающаяся в разум Давидовых псалмов, удобно может успокоиться от находящих внешних беспокойств».

**Амвросий Оптинский** (Собрание писем, п.343, 234): «Заучивай псалмы сии и читай их почаще: 1) «Живый в помощи Вышняго» (Пс.90); 2) «Терпя потерпех Господа, и внят ми и услыша молитву мою» (Пс.39); 3) «Боже, в помощь мою вонми» (Пс.69). — Читай их, научайся предаваться Промыслу Божию и обучайся терпению встречающегося. (п. 234) Чтобы в твоем положении получить милость и помощь Божию, читай ежедневно псалом 36-й: «Не ревнуй лукавнующим, ниже завиди творящим беззаконие» (Пс. 36,1). И хорошо бы этот псалом читать по слову святого Давида — вечер, утро и полудне. И еще два псалма — «Господь просвещение» (Пс. 26) и псалом «Живый в помощи» (Пс.90). Ежели во имя Святой Троицы будешь исправно читать эти псалмы ежедневно по три раза со смирением и усердием, предавая себя всеблагому Промыслу Божию, тогда изведет Господь яко свет правду твою и судьбу твою яко полудне, только повинися Господеви и умоли Его. Полезно также читать псалом «Терпя потерпех Господа, и внят ми» (Пс.39, 2)».

**Троицкие Листки** (ст.160): «Да читал ли ты когда-нибудь это шестопсалмие (Пс.3, 37, 62, 87,102 и 142)? Знаешь ли, что это за псалмы такие?.. О, если бы ты когда-нибудь, хоть раз в жизни (а наипаче тогда, когда тоска сдавит сердце твое, когда душа твоя будет томиться скорбью безотрадной, — ведь это и в жизни счастливца нередко бывает!) — если бы ты понудил себя прочитать эти псалмы в тиши уединения, не спеша, внимая умом и сердцем в каждое слово Богодухновенного Псалмопевца (но именно это может и не получаться, т.к. ты постоянно думаешь о своем – от сост.), прилагая эти слова к своему сердцу, как целительный бальзам!.. Вот тогда бы … ты опытом изведал, сколько утешений они могут доставить бедной, измученной в борьбе со грехом душе человеческой, какой благодатный елей проливают они на раны сердечные...».

Причем можно читать как весь псалом, так и повторять по многу раз какие-либо строчки из него.

**Максим Грек** (Догматические сочинения, 19): «Будучи гонимы и подвергаясь сильным скорбям, вспомним многолетнее терпение и различные злострадания … кротчайшего Давида, как он, будучи столько лет без всякой вины, гоним неправедным Саулом, скитаясь по пустыням и горам и укрываясь в пещерах, никогда не отступил от надежды на Бога, от веры и любви к Нему, но всяким способом утверждал себя, говоря: «возлюблю Тя, Господи, крепосте моя. Господь утверждение мое и прибежище мое, и избавитель мой» (Пс. 17, 2. 3). И опять: «Господь - свет мой и спасение мое: кого мне бояться? Господь крепость жизни моей: кого мне страшиться?» (Пс. 26, 1). И опять: «На Господа уповаю; как же вы говорите душе моей: улетай на гору вашу, (как) птица?» (10, 1). И опять: «Объяли меня болезни смертные, муки адские постигли меня; я встретил тесноту и скорбь. Тогда призвал я имя Господне: Господи! избавь душу мою». (Пс. 114, 3. 4). И опять: «Из тесноты воззвал я к Господу, - и услышал меня, и на пространное место (вывел меня) Господь. Господь за меня - не устрашусь: что сделает мне человек?» (Пс. 117, 5. 6). Главное же его по Боге упование, которым он тогда утешал себя, и ныне нас утешает и в терпении скорбей утверждает, есть следующее, ибо и он, блаженный, как человек, иногда смущался при особенно сильном действии скорбей, но при этом дивно утешал себя и утверждал, говоря: «Что унываешь ты, душа моя, и что смущаешься? Уповай на Бога, ибо я буду еще славить Его, Спасителя моего и Бога моего (Пс. 41, 6). Это же спасительное утешение и мы часто будем приговаривать себе с великою верою и надеждою на Бога, и всячески воссияет и на нас свыше свет божественной благодати и помощи Божией. Ибо близ Господь, говорит божественное писание, всем призывающим Его во истине, волю боящихся Его сотворит, и молитву их услышит, и спасет их (Пс. 144, 18. 19)».

Итак, при внимательном чтении псалмы могут принести душе успокоение, так как во многих из них развернуто говорится о скорбях, передаются похожие страдания, и обязательно в каждом из них есть надежда на Бога и на Его помощь (чего и не хватает человеку в страдании – удержать свою надежду, а в псалмах она уже высказана, и ты ее произносишь, читая их).

### Можно читать или произносить по памяти определенные слова из Писания, касающиеся скорбей

Также можно читать (хорошо, если они будут выписаны отдельно) или говорить себе слова из Писания, знаемые на память, которые касаются смысла скорбей и их перенесения.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, ч.1, Чаша Христова): «Чаша Христова — страдания. … Принимается Чаша, когда христианин переносит скорби земные с смиренномудрием, заимствуемым из Евангелия».

**Иоанн Златоуст** (гл.2, ч.1, Беседа 4 о покаянии и молитве, и др.): «Не столько древесные ветви, служащие для овец кровом в полдень, успокаивают овец, доставляя приятную и полезную тень и располагая к весьма сладкому сну, сколько чтение божественного Писания ободряет и оживляет скорбящие и одержимые печалью души, уничтожая силу и жар скорби, и доставляя утешение, которое приятнее и сладостнее всякой тени. И, действительно, оно доставляет нам великое утешение, не только в потере имущества, не только в утрате детей, или в другом подобном несчастии, но и в обстояниях греховных. (т.4, б. 29) Видишь, возлюбленный, что каждое обстоятельство, описанное в божественном Писании, предано памяти не для чего другого, как только для нашей пользы и для спасения рода человеческого? Помышляя об этом, каждый из нас пусть извлекает оттуда приличное для себя врачество. Вот почему оно и предлагается всем беспрепятственно, и всякий желающий может извлекать из него свойственное удручающей его страсти врачество и получать скорое исцеление, только бы не отвергал целительного врачества, но принимал с признательностью. Действительно, из всех недугов, обременяющих человеческую природу, нет ни одного - ни душевного, ни телесного, который не мог бы получить врачества из Писания. … Прошу вас, чаще приходите сюда (в храм – от сост.), внимательно слушайте чтение божественного Писания, и не только когда бываете здесь, но и дома берите в руки священные книги и с усердием извлекайте из них пользу для себя. Велика действительно польза, которая от них происходит: во-первых, от чтения их образуется язык; потом, и душа окрыляется и делается возвышенною, будучи озаряема светом Солнца правды, освобождаясь в это самое время (чтения) от нечистоты порочных помыслов, и наслаждаясь великим миром и спокойствием. Что телесная пища для поддержания наших сил, то же - и чтение (Писания) для души. Оно есть духовная пища, которая укрепляет ум и делает душу сильною, твердою и мудрою, не позволяя ей увлекаться неразумными страстями, напротив еще облегчая полет ее и вознося ее, так сказать, на самое небо».

**Лев Оптинский** (Душеполезные поучения преп. Оптинских старцев, ст. Терпение): «...А когда восхощешь во утешение себе прочесть главу 12-ю ко Евреям, и обрящешь себе немалую отраду стесненной скорбями своей душе; да еще вас прошу и молю, яко сестру послушную, прочитать от Соборного Послания святого апостола Иакова главу 1-ю, и, прочитавши, Господь вам невидимо чувство подаст отрады плода послушания и обрадует вашу (душу) внутренним утешением, и тогда со радостью от 33-го псалма стих 7-й устами и сердцем возглаголешь: «Сей нищий воззвал, - и Господь услышал и спас его от всех бед его. Ангел Господень ополчается вокруг боящихся Его и избавляет их. Вкусите, и увидите, как благ Господь! Блажен человек, который уповает на Него! … Много скорбей у праведного, и от всех их избавит его Господь. Он хранит все кости его; ни одна из них не сокрушится».

**Василий Великий** (Беседы, б.5): «В трудных обстоятельствах жизни скажем мудрому Врачу: «в скорби мале наказание Твое нам» (Изливал тихие моления, когда наказание Твое постигало (меня)) (Ис.26:16); скажем: «благо мне, яко смирил мя еси» (Благо мне, что я пострадал, дабы научиться уставам Твоим) (Пс.118:71); скажем: «недостойны страсти нынешняго времене к хотящей славе явитися в нас» (нынешние временные страдания ничего не стоят в сравнении с тою славою, которая откроется в нас) (Рим.8:18); скажем: «мало, о нихже согрешихом, уязвлени есмы» (Разве малость для тебя утешения Божии?) (Иов.15:11); воззовем ко Господу: «накажи нас, Господи, обаче в суде, а не в ярости» (Наказывай меня, Господи, но по правде, не во гневе Твоем) (Иер.10:24); «судими бо от Господа наказуемся, да не с миром осудимся» (Будучи же судимы, наказываемся от Господа, чтобы не быть осужденными с миром) (1Кор.11:32)».

**Максим Грек** (Догматические сочинения, 19): «Не будем же безмерно скорбеть и падать духом во время напастей, но будем стоять мужественно, христиане истинно верующие, и как имеющие надежду посредством попущенных нам скорбей получить спасение, памятуя говорящего: «кого любит Господь, того наказывает и благоволит к тому, как отец к сыну своему» (Притч. 3, 12). И в другом месте: «Блажен человек, которого вразумляешь Ты, Господи, и наставляешь законом Твоим» (Пс. 93, 12). … Этим и подобным сему будем себя утешать и утверждать душу мужеством, облекшись в веру и надежду во Христа, подобно мученикам, со всяким терпением и постоянством и с благодарением от всей души».

Есть и истины Писания, которые говорятся в тех или иных скорбях.

**Амвросий Оптинский** (Собрание писем, п. 182): «Нездоровится нам телесно; ободряет нас святой апостол Павел, глаголя (2Кор. 4: 16): «если внешний наш человек и тлеет, то внутренний со дня на день обновляется». Поносят нас и обвиняют на стороне, в это время да вспоминаем Евангельские слова Самого Господа: «Блаженны вы, когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за Меня» (Мф. 5: 11)».

Далее мы еще не раз приведем различные строки из Св. Писания.

### Можно читать подборки поучений святых отцов о той или иной скорби

Также надо читать поучения святых отцов о скорбях.

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения…, отд.1, Б,2.б): «Впрочем, как не всякий сам крепок умом, то хорошо иметь и знать изложение утешений на разные скорбные случаи и излияние благодарений, составленные мужами опытными в сем деле. ... Сколько их у святого Златоуста, у святого Димитрия Ростовского Чудотворца, у святителя Тихона Воронежского! Иные составляли целые книги в утешение несчастным и скорбящим».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетическая проповедь, (Поучение на слова: «вопль содомский…»): «Духовное рассуждение приобретается чтением Священного Писания, преимущественно же Нового Завета, и чтением святых отцов, которых писания соответствуют роду жизни, проводимой христианином. … Спасительно наставление Священного Писания и святых отцов - предварять все действия наши богоугодным судом, подвергать этому суду все намерения наши, все помышления, все сердечные стремления и влечения, направлять и внутреннее и внешнее жительство по Слову Божию, по разуму Божию. Без этого поведение наше не может быть ни благоразумным, ни добродетельным, ни богоугодным. Без этого мы должны непрестанно подвергаться обману извне и самообольщению внутри себя».

Хорошо читать подборки/сокровищницы поучений святых отцов. Это могут быть поучения о терпении, о скорбях и т.д. При этом есть разные поучения для разного вида скорбей, и чтение таких подборок, а не просто общих, более действенно, потому что:

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1. гл. 27): «Из прискорбностей каждая имеет свои особенности и против каждой есть свои приемы…».

Причем каждый может в разные времена произносить христианские истины из разных источников. Вот как, например, говорит об этом святой подвижник.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, т.1, О смирении (разговор между старцем и учеником его)): «У меня был коротко знакомый инок, подвергавшийся непрестанно различным скорбям, которыми, как он говорил, Богу благоугодно было для него заменить духовного старца. Несмотря на постоянные скорби, я видел инока почти всегда спокойным, часто радостным. Он занимался Словом Божиим и умною молитвою. Я просил его открыть мне для пользы души моей, в чем он почерпал для себя утешение? Он отвечал: утешением моим я обязан милости Божией и писаниям святых Отцов, к которым дана мне любовь с детства моего. При нашествии скорбей иногда я повторяю слова разбойника, исповедовавшего с креста своего праведность суда Божия в суде человеческом, и этим исповеданием вошедшего в познание Спасителя. Говорю: «Достойная по делом моим приемлю: помяни мя, Господи во царствии Твоем» (Лук. 23. 41, 42). С этими словами изливаются мир и спокойствие в сердце. В другое время противопоставлял я помыслам печали и смущения слова Спасителя: «Иже не приимет креста своего, и в след Мене грядет, несть Мене достоин» (Мф. 10, 38); тогда смущение и печаль заменялись миром и радостью. Прочие подобные изречения Священного Писания и святых Отцов производят такое же действие. Повторяемые слова «Слава Богу за все» или «да будет воля Божия» со всею удовлетворительностью действует против очень сложной скорби».

Так надо разными словами и способами настраивать свою душу, чтобы она училась переносить скорби по-христиански. При этом понимая, что не всегда твоя душа будет откликаться на них; и если видишь, что такое происходит, то познавай свою греховность и кайся.

Также важно заметить, что Святое Писание и поучения святых отцов о скорбях полезно читать, когда тебе трудно, чтобы любомудрие побеждало печаль, а не только в обычные времена, когда все относительно нормально.

Итак, далее приведем разные поучения святых отцов (но их великое множество), и каждый пусть сам выберет, какие истины тронут его сердце, и он будет повторять их, когда у него будут случаться приступы печали. И именно знание этих заповедей и истин помогает христианам терпеливо и смирено переносить любые скорбные обстоятельства.