

## *Свт. Лука Крымский*



### **ОБЪЯСНЕНИЕ ВЕЛИКОПОСТНОЙ МОЛИТВЫ ПРЕПОДОБНОГО ЕФРЕМА СИРИНА**

«Господи и Владыко живота моего! Дух праздности, уныния, любоначалаия и празднословия не даждь ми! Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему. Ей, Господи Царю, даруй ми зрети моя прегрешения и не осуждати брата моего, яко благословен еси во веки веков. Аминь!»

Молитва преподобного Ефрема Сирина в богослужении Святой Церкви занимает особое место. Много раз повторяется она во время служб Великого поста.

Эта молитва проникает в сердце, как никакая другая, таинственно воздействует на него, и вы чувствуете особую, исключительную, божественную силу ее. Отчего это? Оттого, что излилась она из сердца, совершенно очищенного, святого, из ума, просвещенного Божией благодатью, который стал причастником ума Христова. Она коротка, но, тем не менее, содержит огромное богатство мысли и чувства. Чрезвычайно важен сам факт, что святой Ефрем просит Бога избавить его от всего порочного, противного Ему, и сподобить великих добродетелей. Почему он просит об этом?

Есть люди – и таких особенно много было в языческие времена, – которые во всем полагаются на себя, думают, что все достижимо силами их ума и чувства. Они не понимают, что многое, причем самое важное, самое драгоценное и сокровенное, нашему уму и чувству недоступно. Тот, кто это понимает, помнит, что сказано святым апостолом Павлом: *Не понимаю, что делаю: потому что не то делаю, что хочу, а что ненавижу, то делаю* (Рим. 7:15).

Так говорит величайший верховный апостол, сознавая свое бессилие идти по пути добра, глубоко понимая, что плоть его, которая тянет вниз и не пускает сердце высоко к Богу, имеет огромную власть над ним. Он тосковал, мучился душой оттого, что не творил того доброго, чего жаждала душа его, а творил то злое, чего не хотел.

Святой Ефрем Сирий, глубоко сознавая это, молил Бога, чтобы Он избавил его от пороков, чтобы дал силу творить добро. Силу творить добрые дела, как и силу избавиться от пороков, получаем только от Бога. Это смутно сознает душа каждого христианина, и потому так трогает молитва святого Ефрема Сирина.

У каждого человека есть свой дух: в его душе оставляют, след и те пороки, которыми он грешит, и то добро, которое он творит. Гораздо легче избавиться от отдельных пороков, чем от духа этих пороков. Последнее возможно только постепенно, с Божией помощью.

И вот святой Ефрем Сирий просит Бога не только дать ему дух добродетелей и избавить от духа пороков, но просит, чтобы душа благоухала Христом.

## 1. Праздность – мать греха

*«Господи и Владыко живота моего! Дух праздности не даждь ми!»*

Почему святой Ефрем Сирий начинает свою великую молитву с прошения о праздности, как будто нет более тяжких пороков?

Наблюдая праздность с обычной, житейской, точки зрения, видим, что праздность презрена, заслуживает всеобщего осуждения.

Праздность – весьма опасный порок, так как является матерью многих других пороков. Праздные люди не сосредотачиваются мыслью на глубокой серьезности жизни, на огромной ответственности, которая лежит на них не только перед людьми, но и перед Самим Богом.

Праздный человек – вредный член общества и государства. Праздные люди, по лености своей не способные работать, впадают в нищету. Нуждаясь, они требуют не только то, что необходимо для жизни, но даже и то, что превышает предел необходимого удовольствия, – роскоши и т.п. И чтобы достать денег, они измышляют разные, нередко греховные средства и становятся способными на всякую низость: темные дела, ложь, обман, взятки.

Но еще более губительна праздность в жизни духовной. Известно, что всякая способность наша, остающаяся без упражнения, теряется. Если музыкант, достигший совершенства в игре, на долгие годы совсем оставит музыку, то потеряет это совершенство. Каждый орган нашего тела без упражнения приходит в состояние вялости, неспособности работать. Человек, который всегда лежит, утрачивает способность ходить. Кто не работает руками своими, доводит мускулы рук до дряблости. При физическом бездействии силы тела угасают. То же можно сказать и о способностях души. Если человек не молится, то теряет способность молиться. Человек, который всегда

отвергает пост, не заставит себя поститься. Кто не следит за духом и за сердцем своим, становится распущенным в духовном отношении.

Душа, оставшаяся без упражнения, становится подобной ниве, не возделанной несколько лет, зарастающей бурьяном, негодной травой, колючками, которую трудно сделать плодоносной. Праздность души, неупражнение в добрых делах, приводят к гибели души, к зарастанию ее сорными травами греха.

Однако, как это ни тяжело, в этом еще не вся беда. Гораздо большая беда в том, что мы теряем дни духовного делания – краткие дни сей жизни, данные от Бога для того, чтобы достигнуть великой и святой цели – подготовиться к Страшному Суду. Надо, чтобы мы стали достойными в очах Божиих и чтобы не поставил Он нас на левую сторону, сказав: *Идите, проклятые, в огонь вечный, уготованный дьяволу и ангелам его* (Мф. 25:41).

Жизнь нам дана для того, чтобы мы спешили делать великое дело очищения сердца своего, следуя за Господом Иисусом Христом. А ведь это следование – напряженное делание, нередко тяжкий труд, а не праздность. Это и перенесение страданий за Господа Иисуса Христа, а праздность избегает страдания.

Знаете ли вы, что все святые, которые, казалось бы, и не нуждались в труде и все время жизни посвящали духовным подвигам, делили время суток на три части: одну часть отдавали молитве, одну часть – чтению Слова Божия и одну часть – работе, труду. Все они чуждались праздности, считая ее великим и губительным злом.

Разный труд избирали они: плели корзины, рогожи, разводили огороды, рубили лес, строили кельи, церкви и целые монастыри. То, что делали руками, продавали в ближайший город, питались сами и питали нищих. Святой апостол Павел проповедовал по целым дням, а по ночам делал палатки. При свете луны или лампы он усердно трудился, считая для себя труд обязательным. Главное его стремление было в том, чтобы спешить, сколько было сил, к цели – в царствие Божие. У него есть удивительные слова: *Братие, я не почитаю себя достигшим, а только, забывая заднее и простираясь вперед, стремлюсь к цели, к почести высшего знания Божия во Христе Иисусе* (Флп. 3:13–14). Вот пример жизни, противоположный жизни праздных людей.

Никакого следа праздности не найти в жизни апостола Павла, в жизни отшельников-постников, в жизни монашеской, в жизни великих святых. Все они чуждались ее, считая великим и губительным злом. Помните, что жизнь коротка и надо спешить, подобно апостолу Павлу, в делании Господу.

## 2. Лют дух уныния

*«Господи и Владыко живота моего! Дух уныния не даждь ми!»*

Что такое дух уныния? Это то, что называют упадком духа. Люди, совсем не понимающие христианства, глядя на монахов, ходящих в черной одежде, потупивших голову и перебирающих четки, думают, что вся религия уныла. А это совсем не так. Это противоречит тому духу, которым проникнуто все христианство, ибо, скажите, может ли человек унылый обладать силой и бодростью духовной, необходимыми для того, чтобы идти по узкому пути, неутомимо борясь с греховностью жизни и восходя от силы в силу?

Конечно, нет! Наша религия – религия не уныния, а бодрости, энергии, силы воли и характера, имеющая своим плодом не уныние, а нечто совершенно противоположное, то, о чем говорит святой апостол Павел: *Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание. На таковых нет закона* (Гал. 5:22–23). Вот это подлинный дух и сущность нашей религии: не уныние, а праведность, мирная радость о Духе Святом. Разве обладающий этой радостью может быть унылым? Конечно, нет!

Люди часто ошибаются, оценивая внешность человека. Подлинный христианин не имеет такого вида, как предающиеся радости жизни. Он всегда мирен, часто бывает на вид глубоко задумчив, предаваясь своим размышлениям. Мысли его сосредоточены на вечном, на царствии Божиим, обращены к Господу Иисусу Христу, поэтому он всегда серьезен.

Иногда бывает, что и христианин становится по временам унылым. Это бывает и с теми, которые далеко уйдя по пути Христову, пути отречения от соблазнов мира, иногда мыслью возвращаются на прежний путь: им кажется, что напрасно сошли они с этого пути, что хорошо было бы продолжить идти по широкому, торному пути, по которому идет большинство людей. Тогда впадают они в уныние.

Их соблазняет дьявол, останавливают легионы бесов, мешают идти по Христову пути, представляя картины семейного счастья, блаженства дружбы, тянут с великого пути обратно – обратно на этот путь. И нередко бесам удается достигнуть своего: подвижник падает духом, теряет ревность о Господе Иисусе Христе. Уныние – великая опасность, подстерегающая христианина на пути его за Христом, это соблазн дьявольский.

Этим наветам духа тьмы подвергались все святые, и в огромном большинстве случаев молитвой, постом, бдением побеждали христиане дух уныния, навеваемый дьяволом.

Но были и такие, в душах которых дух уныния все возрастал, и уходили они с пути Христова. А когда уходили, чувствовали себя оставленными Богом, пустота и тяжесть жизни становились им невыносимы и часто кончали они жизнь самоубийством. Вот почему все святые считали уныние великой опасностью, несчастьем и все силы направляли на борьбу с духом уныния.

Иногда, когда человек достигает высокой жизни, он может возомнить о себе, и Божия благодать на время его оставляет. Тогда впадает он в тяжелое, невыносимое состояние духа: сердце в нем сразу пустеет. Вместо тепла, посылаемого от Бога, водворяется в сердце холод; настает вместо света тьма, вместо радости – глубокое уныние. Это Господь делает для того, чтобы напомнить подвижнику, что он не своими силами, а благодатью Божией идет по пути Христову. Это один источник уныния.

Какие еще есть источники уныния? Праздность – одна из матерей уныния. Люди праздные, неработающие и вполне обеспеченные, которые пресыщены благами жизни и утопают в роскоши, теряют вкус к жизни. Все им надоедает, становится неинтересным, скучным, ни в чем они не находят радости, сердце их наполняет уныние – тяжкий и опасный враг нашего спасения.

Еще один источник уныния – пессимизм. Пессимисты склонны видеть все в мрачном свете, сосредотачивать мысль на темном, греховном. Если человек замечает в жизни только мрачное и дурное, овладевающее им уныние возрастает, доходит до того, что человек не видит ничего доброго и кончает жизнь самоубийством. Так силен дух уныния.

Наиболее часто встречаемый источник уныния – это испытываемые людьми в жизни горести и прискорбные случаи. Умрет близкий, любимый человек: муж, сын – впадает мать в тяжкое уныние. Свет не мил такой матери. Она думает только об умершем, блуждает мыслью около его могилы, представляет близкого лежащим в гробу, и все глубже и глубже становится ее уныние.

Как избавиться от этого? Не надо вспоминать прошлое и проливать слезы. Умерший далеко-далеко. Душа его предстоит Богу и Ангелам, радуясь своему освобождению. Надо всей силой мысли унести туда, где теперь дорогой, любимый. Если сосредоточиться не на темном и тленном, а на вечном, – дух уныния уйдет.

Иногда в уныние повергают тяжкие телесные болезни. Есть много людей, нетерпеливо переносящих болезни. А были святые, которые всю свою жизнь лежали, прикованные болезнью к постели, и славили за это Бога. Нужно помнить о таких и уметь принимать посылаемые от Бога болезни. Не надо отказываться от помощи врача, ибо премудрый сын Сирахов говорит: *Врача сотворил Бог на помощь людям* (Сир. 38:1). Врач – это слуга Божий, который может облегчить страдания и этим отогнать дух уныния.

Таковы источники и причины уныния. Главное средство борьбы с ним, уже много веков испытанное всеми святыми, – молитва. Нет ничего более действенного, чем молитва, постоянная просьба к Богу о помощи.

Когда вступаете в беседу с Богом, Он утешает вас, отгоняет духа уныния. А если на исповеди откроете сердце пред пастырем Церкви и вслед за этим причаститесь Тела и Крови Христовой, почувствуете облегчение и радость, и дух уныния с позором будет прогнан от вас.

Не сосредотачивайте мыслей на мрачном, греховном, тяжком; вознесясь духом горнее, сердцем своим пребывайте у Бога, в чертогах небесных, куда нет доступа темным духам.

А что сказать о людях, не знающих почти Христа, идущих путем мирским, ищущих радость и утешение от мира? Внешне они часто кажутся довольными, бодрыми, веселыми, как будто нет у них уныния. Не думайте, что это так. В глубине их души никогда не прекращается обличение совести, усыпить которую никто не может. Это постоянное страдание тех, кто гонится за мирским благополучием. Апостол Павел говорит: *Печаль ради Бога производит неизменное покаяние ко спасению; а печаль мирская производит смерть* (2 Кор. 7:10).

Если не обратитесь от печали по миру к печали по Богу – погибнете! Помните о тяжести уныния, помните, что сердце христианина должно быть наполнено радостью стремления к свету, должно быть чуждо печали, которая наполняет сердце грешников.

Да помилует, вас Господь Бог, а святой Ефрем да содействует вам молитвами своими!

### 3. Страсть властолюбия

*«Господи и Владыко живота моего! Дух любоначала не даждь ми!»*

Что такое дух любоначала? Это стремление первенствовать, властвовать над другими. Оно погубило Архангела – главу всех Ангелов, сделав его сатаной и низвергнув с неба; погубило Моррея, Лафана и Авирона, которые позавидовали славе Моисея, когда он вел народ израильский по пустыне в землю Ханаанскую. Любоначалие двигало всеми еретиками, которые хотели поставить вместо учения Церкви свое и стать вождями в Церкви. Были и писатели с развращенными мыслями, растлевавшие целые поколения.

Господь Иисус Христос осудил любоначалие – страсть книжников и фарисеев быть первыми, их желание предвозлечь на пиршествах, получать приветствия, приличествующие вождям в народе. Господь сказал своим ученикам, а через них всем нам: *Кто хочет быть первым, будь всем слугою* (Мк 9:35). Любоначалие противно духу Евангелия, духу смирения. Однако эта страсть владеет всеми, нет никого, кто бы не был заражен ею – даже малые дети.

Все стараются добиться высокого положения, жаждут поощрения, желают почета, многие родители воспитывают в своих детях честолюбие, страсть первенствовать, и этим развращают их.

Разве нельзя понять, что высшее положение – удел немногих? Не могут все первенствовать. По сути дела, это удел людей исключительных, отмеченных Богом, Чрезвычайно многие стремятся занять высокое общественное положение, не брезгают никакими средствами для достижения этой цели, пускают в ход связи, заискивают, прислуживаются, чтобы только добиться своего.

Часто, часто Господь карает их: несчастная страсть их кончается крахом. Они озлобляются, отказываются от общественной работы, уходят в семейную жизнь и замыкаются в ней. Но самолюбие и тут их терзает, а они терзают своих ближних, и нет покоя в их душе.

Вот почему святой Ефрем Сирин в великой молитве своей просит Бога избавить его от тлетворного духа любоначала, столь противоположного смирению.

Всем нам указан путь к почету, выше которого нет, с которым не сравнятся никакие земные достижения. Это путь в царство Божие, где можем мы стать друзьями, детьми Божиими. Цели достигнем, только стремясь исполнять все Христовы заповеди.

Надо помнить, что Господь умеет вывести нас на широкий путь, когда не ищем его, не стремимся к славе земной. Он нередко помимо наших стараний и воли дает эту славу. Истинная слава бежит от тех, кто гонится за ней, жаждет ее, и находит тех, кто бежит от нее.

Надо, не помышляя о власти над людьми, вникнуть в то, как можно развить свои способности и таланты, данные от Бога, углубиться в развитие своих способностей в тиши, в неведении миру. И может случиться так, как случалось уже не раз, что Господь возведет такого человека на недостижимые вершины славы. Помните, Господь умеет отметить людей, отличить дела человеческие, творимые по заповедям Христовым. *Кто хочет быть первым, будь из всех последним и всем слугою.*

Молитесь с Ефремом Сириным об избавлении от тяжкого порока любоначала!

## 4. Способность хранить уста

*«Господи и Владыко живота моего! Дух празднословия не даждь ми!»*

Святой Ефрем молится об этом, святой пророк Давид говорит в псалме своем: *Положи, Господи, хранение устом моим и дверь ограждения о устнах моих* (Пс. 140:3), и Сам Господь Иисус Христос сказал, что *за всякое праздное слово* мы дадим ответ на Страшном Суде (см. Мф. 12:36). Как это серьезно и тяжело за каждое такое слово – дать ответ. А разве есть что-либо другое, к чему относились бы легче, чем к слову?

Наша способность слова в значительной мере уподобляет нас Самому Богу. Бог словом сотворил весь мир, слово Божие имеет огромную, могущественную силу. Слово человеческое тоже сильно. Пророк Илия словом воскрешал мертвых, заключал небо, навел дождь на землю и оставил его.

В чем же сила, заключающаяся в слове? Слово живет, живет столетия, тысячи лет. До сих пор живут слова, которые изрек великие Божии пророки, жившие за много столетий до Рождества Христова, святые апостолы, подвижники Божии. Учение Церкви Божией живо в течение тысяч лет. А если слово живет тысячи лет, значит оно очень важное. Слово, выходя из уст наших, всегда производит чрезвычайно глубокое действие на окружающих, и даже на далеких людей.

Благодатные и мудрые слова святых созидают правду в мире, творят вечное добро, а злые, греховные слова приносят бесчестье, ненависть, огромный вред всему человечеству. Слова живы, несутся, как волны радио, в пространстве и вливаются в сердца и умы людей.

Слова – огромная сила, соединяющая или разъединяющая людей. Если бы люди были лишены слова, они бы уподобились животным, и жизнь человеческая была бы расстроена. Как велико и глубоко значение человеческого слова!

Мы все встречали в жизни немало людей, особенно женщин, которые неудержимо болтают без конца, и не знает при этом их язык усталости. Все, что говорят они, пусто и никому не нужно.

Святой Ефрем Сирин молит Бога избавить его от празднословия. Боялся он пасть, чтобы язык не погубил его, а эти несчастные болтуны ничего не боятся. Люди их часто терпят – болтают и пусть себе болтают. Им кажется, что их слушают с удовольствием, а в глубине сердца все тягостится ими. Если язык болтает и празднословит, то мысли бесцельно блуждают, не сосредотачиваясь ни на чем глубоком, истинном, важном. Душа голодает, человек противен другим, самому себе причиняет тяжкий вред. Вот каково значение празднословия. Люди мудрые, живущие жизнью духовной, никогда не празднословят. Они всегда молчаливы, сосредоточены.

Как отделаться от порока празднословия, что делать с неудержимым языком нашим? Нужно делать то, что делает святой Ефрем Сирин: молить Бога об избавлении от этого порока, и подаст просимое Господь Иисус Христос; нужно избегать общения с людьми празднословными, искать общества немногих мудрых, которые отверзают уста свои, чтобы сказать что-либо полезное; нужно чрезвычайно внимательно следить за собой: приобрести привычку наблюдать, чем занят ваш язык, привыкнуть держать язык в узде, – не позволяйте ему праздно болтать.

Чем больше человек сосредоточен на главном, внутреннем, на истинном, чем больше времени полагает на чтение Евангелия, Святого Писания, творений Святых Отцов, тем более проникается их мудростью и неохотой праздно болтать.

Приобрести власть над языком – дело великое! Святой апостол Иаков в соборном Послании своем говорит: *Кто не согрешает в слове, тот человек, совершенный, могущий обуздать и все тело* (Иак. 3:2). *Обуздать все тело* – значит подчинить его высшим целям духовной жизни, обуздать все дурное, к чему влечет плоть. Начните с обуздания языка, и если достигнете этой цели, стяжаете совершенство и обуздаете все ваше тело. А обуздав все свое тело, будете чисты и праведны перед Богом.

Этой чистоты и праведности да сподобит вас всех Господь, а молитва святого Ефрема Сирина будет всегда напоминать об этом.

## 5. Запретный плод

*«Господи и Владыко живота моего! Дух целомудрия даждь ми!»*

Такой великий подвижник и пустынножитель, святой Ефрем Сирийский молился о том, чтобы Господь дал ему дух целомудрия. Неужели он нуждался в этой молитве? Но он судил, что нужно об этом молиться, и все святые молились об этом. Почему? Они знали, что Господь требует от них, как и от всех христиан, полного, безусловного целомудрия не только плоти, но и духа.

Даже в наших помыслах мы не смеем и не должны нарушать целомудрия, ибо Сам Господь сказал, что *всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем* (Мф. 5:28). А помыслов нечистых никто не может избежать, и святые долгие годы мучительно боролись с этими помыслами.

Преподобный Мартиниан, человек молодой, боролся отчаянно с этой страстью. Как он, когда его соблазняла развратная женщина, сумевшая проникнуть в келию, стал на горящие уголья, чтобы побороть в себе плотскую страсть.

Так боролись святые, боролись упорно, боролись десятками лет, и главным средством в их борьбе был пост, смирение и молитва, ибо все Святые Отцы говорят, что нет большей защиты от плотских вожделений, чем смирение. Человек, если стяжает смирение, освобождается от них, а люди гордые, чуждые смирения, всецело обуреваются этой низменной страстью.

Как много среди нас христиан, которые не считают серьезным этот грех и говорят: «Ведь я благочестив, стараюсь изо всех сил исполнять заповеди Христовы и творить дела милосердия; неужели Господь не простит эту маленькую слабость?» Говорящие так глубоко ошибаются, ибо то, что они считают «маленькой слабостью», святой апостол Павел называет совсем иначе. Он так строг в этом отношении, что в Послании к ефессянам говорит: *А блуд и всякая нечистота и любо-стяжание не должны даже именоваться у вас, как прилично святым* (Еф. 5:3). Даже и помышлять о них нельзя, даже говорить нельзя, *как прилично святым*.

Он говорит, что *ни прелюбодеи, ни блудники, ни пьяницы* не войдут в царство Божие (см. 1 Кор. 6:9, 10). Разве это не указание апостола на то, что грех против седьмой заповеди не просто слабость, которую Бог простит?

А где же будут прелюбодеи и блудники? Конечно, в месте тьмы и вечных мучений. Не думайте, что эта страсть естественна. Природа человека устроена так, чтобы люди рождали детей, а не для того, чтобы оскверняли сами себя. Ибо, как говорит апостол Павел, *всякий грех... есть вне тела* (1 Кор. 6:18): гордость, тщеславие, честолюбие, зависть, гнев, так как это страсти души, но блуд и прелюбодеяние – в самом теле и оскверняют не только дух, но и тело.

Не сказал ли он, что *тела наши суть храм... Святого Духа* (1 Кор. 6:19)? А если храм – должны быть чисты. Разрушать храм Святого Духа, делать члены тела нашего *членами блудницы*, – как сурово восклицает апостол: *да не будет!* (см. 1 Кор. 6:15)

Сколько среди людей таких, которые плотскую страсть обращают в постоянное услаждение, которое делает их равными тем животным, которые отличаются особой похотливостью. Стыдно христианину равняться с павлином.

*Ибо, –* говорит апостол Павел в Послании своем, – *воля Божия есть освящение ваше, чтобы вы воздерживались от блуда; чтобы каждый из вас умел соблюдать свой сосуд в святости и чести, а не в страсти похотения, как и язычники, не знающие Бога* (1 Фес. 4:3–5). *Ибо призвал нас Бог не к нечистоте, но к святости* (1 Фес. 4:7).

Он сказал: *Те, которые Христовы, распяли плоть со страстями и похотями* (Гал. 5:24). Если хотите, то запомните это – вы должны плоть свою со страстями и похотями распять, умертвить. Нужна огромная, повседневная борьба со всей плотью.

Впавшим в грех против седьмой заповеди надо выкарабкиваться из бездны падения, призвав на помощь Того, Кто дал заповедь о целомудрии (см. Исх. 20, 14; Мф. 5, 27–28), горячо молиться и помнить постоянно, что говорит святой апостол: *Не упивайтесь вином, от которого бывает распутство* (Еф. 5:18). В вине есть блуд, ибо ничто так не возбуждает похоти нашей, как пьянство: напившись вина, человек становится игрищем в руках беса блудного.

Тот, кто питается пространно, всегда празден, не желает работать, занят только развлечениями, танцами, хождением в театры и кино, спит, как изнеженные женщины, до 11 часов утра, конечно, будет блудником, ибо делает все для того, чтобы похоть плотская взяла его в свои путы.

А если человек занят постоянным физическим или умственным трудом, у него нет времени отвлекаться от работы. Окончивши свой труд, вечером он будет стремиться только к отдыху, – ему не до похоти, не до безобразия. Следовательно, средства освобождения от власти блудного беса – смирение, пост, напряженный труд, всегдашние молитвы.

Как бесконечно много несчастных людей, особенно среди молодежи, которые с огромным интересом читают страстные романы и повести, в которых описываются грязные картины разврата. Какой это яд и разжигание своей похоти!

Надо поступать иначе: не разжигать похоть порнографическими описаниями и картинками, а стремиться следить за ней. Как только замечаем, что появляются в мыслях страстные образы, нужно стараться схватить змея за шею и раздробить ему голову, ибо если мы этого не сделаем сразу, то он незаметно вползет в наше сердце и отравит его блудной страстью. Надо помнить, что сказал пророк Давид в псалме 136: *Блажен, кто возьмет и разобьет младенцев о камень* (Пс. 136:9). Младенцы – это наши похоти и страсти и бороться с ними надо начинать сразу, пока они не возмужали, пока не овладели сердцем нашим.

И только тогда, когда вы исправитесь и в Таинстве исповеди получите прощение в этом грехе, только тогда будете иметь доступ к Святой Чаше.

Дело обстоит серьезно. Теперь понятно, почему святой Ефрем Сирин молится Богу о том, чтобы дал ему Господь дух целомудрия. Будем же и мы все, повинные в этом грехе, молиться Богу о спасении и взывать подобно святому Ефрему: Помоги, помоги нам в этой борьбе: мы слабы, а Ты силен!

## 6. Смирение – корень всего

*«Дух смиренномудрия даруй ми, рабу Твоему, Господи!»*

Заповедь о смирении – это первая заповедь блаженства, а значит, самая важная. Вспомните слово Божие, завещанное пророком Исаиею: *Так говорит Высокий и Превознесенный, вечно Живущий, – Святый имя Его. Я на высоте небес и во святилище, и также с сокрушенными и смиренными духом, чтоб оживлять дух смиренных и оживлять сердца сокрушенных* (Ис. 57:15).

Разве не хотите, чтобы с вами жил Бог? Он Сам говорит, что живет в сердцах смиренных и оживляет их, а мы так нуждаемся в оживлении сердец наших! Бог призывает на смиренных сердцем. Вспомните слова святого апостола Иакова: *Бог гордым противится, а смиренным дает благодать* (Иак. 4:6). Разве вы не хотите получить благодать? А если хотите, запомните, что такое смирение, что это за святая добродетель, которая так угодна Богу, за которую Бог живет с нами и призывает на нас. Смирение – это то, что противоположно гордости.

Смиренные – это нищие духом, помнящие о недостатках своих, устремляющие взор свой в глубины сердца, неустанно наблюдающие за каждым движением своего сердца, за всякой нечистотой, проникающей в него. Святые, которые всегда исполняли заповеди Христовы, перед чьим мысленным взором все время стоял Господь, постоянно помнили о смирении и молились о нем.

Христос говорит: *Научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем* (Мф. 11:29). Господь велит нам научиться от Него смирению, а оно проявлялось во всей Его земной жизни. А о том смирении, которое явил Он на суде над Ним и потом, когда был веден на Голгофу и распят на Кресте, не смеют говорить уста человеческие, так оно велико. Оно – смирение Спасителя.

Смирение – это качество души человеческой, которое гордые клеймят презрением, ибо такие люди не верят во Христа и избрали иные идеалы в жизни. Они называют смирение рабством, а смиренных – рабами, лишенными самого нужного и необходимого качества – духа протеста, сопротивления силой тяжким бедствиям человечества. Они клеймят смирение презрением, превознося энергию борьбы и протеста.



Но смиренные – не рабы, подчиняющиеся насилию, а духовные победители зла. Только они ведут настоящую борьбу с ним, ибо искореняют из сердца своего и других людей самые источники его. Они не верят в то, что причина зла лежит только в несовершенстве социальных отношений. Смиренный – это подлинный воин Христов, а не раб. Однако по-настоящему смиренных людей сейчас очень трудно найти, – о смирении не думают, оно почти забыто.

О смирении думают лишь те, кто идет путем Христовым и кто учится у Него нищете духовной. Подлинно смиренны только святые. Основа святости их заключается в том, что они ни над кем не превозносятся, а осуждают только сердце свое.

Люди гордые и дерзкие, не задумываясь, судят обо всем, даже о самом высоком и святом, смиренные же – лишены дерзости, скромны и тихи. Множество примеров, подтверждающих это, находим в Священном Писании и в житиях святых. Велики пред Богом праведный Авраам, который слушал великие обетования, был назван другом Божиим, но никогда не переставал называть себя прахом и пеплом; пророк и царь Давид, искренне говоривший о себе: *Я же, червь, а не человек, поношение у людей* (Пс. 21:7); апостол Павел, называвший себя первым грешником, чуждый дерзости и превозношения, и не боявшийся признаться *в немощи, и в страхе, и в великом трепете* (1 Кор. 2:3). Такое глубокое смирение – пример для всех нас, бесконечно далеких от него.

Нам нужно всегда думать о нем и с усердием просить его у Бога. Никакими собственными усилиями мы не сможем стяжать эту добродетель. Смирение – великий дар Божий. И каждый шаг по пути Христову приближает нас к нему. Когда смиренно сердце человека, Дух Святой поселяется в нем. Какое же великое счастье быть смиренным и как трудно это.

Господь Иисус Христос говорил ученикам: *Большой из вас да будет всем слуга, ибо кто возвышает себя, тот унижен будет, а кто унижает себя, тот возвысится* (Мф. 23:11–12). Как часто сбываются эти слова Христовы! Сколько гордых, стремящихся стать выше других, потом падают ниже всех; и сколько смиренных, ничтожных, родившихся в нищете и бедствовавших в начале жизни своей, потом становятся великими людьми. Такова история многих святых.

Господь говорит: *Многие же будут первые последними, и последние первыми* (Мф. 19:30). Так бывает в жизни, так будет и на Страшном Суде: первые гордые и дерзкие станут последними, а последние – ничтожные и презренные – окажутся первыми.

Мы должны помнить слова святого апостола Петра: *Все вы подчиняясь друг другу, облачитесь смиренномудрием, потому, что Бог гордым противится, а смиренным дает благодать* (1 Пет. 5:5). Бог смиренным дает благодать. Нам нужно стремиться к смирению, постоянно просить его у Бога.

Господи и Владыко живота моего, дух смиренномудрия даруй ми рабу Твоему! Если человек будет постоянно иметь в памяти эти святые слова, то получит от Бога глубокую добродетель смирения.

## 7. Спасение – в терпении

**«Господи и Владыко живота моего! Дух терпения даруй ми!»**

О как надо нам просить этого духа терпения! Ведь Сам Господь сказал: *Терпением вашим спасайте души ваши* (Лк. 21:19). Почему это так? *Потому что, – говорит Иисус Христос, – тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь* (Мф. 7:14). Путь христианской жизни – это путь страданий и скорбей. *В мире, – предупреждает Господь, – будете иметь скорбь, но мужайтесь: Я победил мир* (Ин. 16:33). Только терпением мы можем спасти души наши.

Святой апостол Иаков говорит в своем Соборном Послании: *С великой радостью принимайте, братия мои, когда впадаете в различные искушения, зная, что испытание вашей веры производит терпение; терпение же должно иметь совершенное действие, чтобы вы были совершенны во всей полноте, без всякого недостатка* (Иак. 1:2–4). Слышите? Терпение делает нас совершенными, без всяких недостатков. А святой апостол Павел пишет: *Терпение нужно вам, чтобы, исполнив волю Божию, получить обещанное* (Евр. 10:36) – жизнь вечную, царство Божие.

Все апостолы, кроме Иоанна Богослова, терпели много великих скорбей, гонений, преследований и в конце мученическую смерть (только апостол Иоанн умер естественной смертью). *Признаки апостола, – говорит апостол Павел, – оказались пред вами всяким терпением, знаменами, чудесами и силами* (2 Кор. 12:12). *Мы же являем себя, как служители Божии, в великом терпении в бедствиях... в тесных обстоятельствах* (2 Кор. 6:4). Этими словами великий апостол явил всем нам лицо апостольское в великом терпении. А своему ученику, епископу Тимофею, апостол завещал: *Ты же, человек Божий... преуспевай в правде, благочестии, вере, любви, терпении, кротости* (1 Тим. 6:11). И если епископу было завещано преуспевать в терпении, то как же нам, слабым христианам, отвергать эту добродетель? – Ведь без терпения невозможен путь в царство Божие.

Как же стяжать терпение? Нужно привыкать терпеть, стараться не роптать, и, конечно, просить у Бога помощи. Если будем просить у Бога неотступно, то будет с нами по слову Христову: *Если вы, будучи злы, умеете деяния благие давать детям вашим, тем более Отец ваш Небесный даст блага просящим у него* (Мф. 7:11). А терпение и есть высшее благо.

Прошение о терпении угодно Господу, и Бог поможет каждому христианину, взывающему к Нему под тяжестью креста своего. Но просят помощи и злые люди, идущие путем греховным. Им Бог терпения не даст: это значило бы облегчать их темную, греховную жизнь. Им не даст, а добрым христианам, которые идут смиренно путем Христовым, Господь поможет, ведь, по слову апостола, *верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы все могли перенести* (1 Кор. 10:13).

Наше горе – ничто по сравнению с тем, что претерпел за нас Господь наш Иисус Христос. Поэтому нам надо много терпеть, ища утешения и *взирая на Начальника и Совершителя веры Иисуса, Который вместо предлежавшей Ему радости претерпел крест, пренебрегши посрамление, и воссел одесную Престола Божия. Помыслите о Претерпевшем такое над Собой поругание от грешников, чтобы вам не изнемочь и не ослабеть душами вашими* (Евр. 12:2–9).

Вот чем надо укрепляться, откуда можно без конца черпать терпение. Взирайте почаще на святой Крест, Спасителя, распятого на нем, и молитесь вместе со святым Ефремом Сирийским: «Господи и Владыко живота моего, дух терпения даруй ми, рабу Твоему. Аминь».

## 8. Бог есть любовь

*«Господи и Владыко живота моего! Дух любви даруй ми, рабу Твоему!»*

Мы просим о любви, которая есть исполнение всего закона, ибо если не имеем любви, то по слову святого апостола Павла мы *медь звенящая или кимвал звучащий* (1 Кор. 13:1).

Даже если у нас есть *дар пророчества*, великие звания и вера, переставляющая горы, но нет любви – мы ничто. Величайшим примером любви для нас является Господь наш Иисус Христос. То, что Он говорил и совершал во дни своей земной жизни, а затем явил на Голгофе, – есть непрестанная проповедь о любви.

Значит, стяжать любовь – величайшая и основная задача нашей жизни, о чем мы должны просить всегда, настойчиво, постоянно, ибо наша цель – приблизиться к Богу и стать совершенными, как Отец Наш Небесный. Без любви мы бесконечно далеки от Бога.

Любовь это то, что культивировали в своем сердце все святые, что дается от Бога, как величайший дар Его благодати за исполнение заповедей Христовых.

Даже если человек родился с кротким сердцем, ему надлежит претерпеть весьма много и пройти крестный путь страданий, чтобы еще более ярким пламенем разгорелась любовь Христова в сердце его, чтобы еще больше умножить любовь, которая дана ему от рождения.

Особенно сильно были переполнены сердца людей любовью Христовой во времена апостолов, когда люди любили друг друга как братья, исполняя заповедь Христову. О них Господь мог сказать: *Потому узнают, что вы Мои ученики, если будете иметь любовь между собою* (Ин. 13:35).

А теперь настало страшное время, о котором Господь, указывая на признаки Своего Второго Пришествия, сказал так: *Тогда соблазняются многие, и друг друга предадут, и возненавидят друг*

*друга. И по причине умножения беззаконий во многих охладает любовь* (Мф. 24:10, 12). Это то, что терзает, раздирает сердца наши.

Невыносимо тяжело жить и видеть, что вместо любви Христовой свирепствует взаимная ненависть. Какой несказанный ужас мы пережили столь недавно, когда народ германский, исповедующий Христа в союзе с другими христианскими народами, творил такие злодеяния и надругательства над законом любви, каких мир не видел. Что осталось от закона любви в тех злодеях, которые закапывали детей и стариков живыми в землю, разбивали камнем головы новорожденных и истребляли десятки миллионов людей?

Что же нам делать и как нам быть? Любовь Христова должна сохраняться в сердцах малого Христова стада до Второго Пришествия Господа Иисуса Христа. Те ужасы жизни, неправды и попорченной любви, которые мы видим ежедневно и ежечасно, должны побуждать нас к возгреванию в сердцах наших этого великого чувства.

Любовь дается только тем, кто исполняет заповеди христовы, идет, не сворачивая, по узкому пути страдания, что бы ни грозило. И если будем упорно и непрестанно идти к свету любви, то придем.

Но можно ли любить людей, которые ненавидят нас? Это возможно, хотя бы в небольшой мере. Жалость – вот одна из форм святой любви. Разве не должны мы жалеть всем сердцем людей, отвергших Христа и идущих по гибельному пути? Любить их чистой, полной любовью трудно, но жалеть – возможно, сокрушаясь сердцем, что эти несчастные на пути погибели.

На великого святого Серафима Саровского напали разбойники, избили его смертным боем, проломили череп, сломали ребра, так что он потерял сознание и несколько месяцев пролежал в монастырской больнице, пока не пришла Пресвятая Богородица и не исцелила его. Как же отнесся он к обидчикам? Она были пойманы, преданы суду, но преподобный Серафим упросил со слезами, чтобы их не наказывали и отпустили. Он жалел их, а следовательно любил.

Такую жалость проявляли многие святые. Так и сам Бог жалеет и терпит грешников. Вот один из примеров Божиего долготерпения. Некогда жил страшный разбойник Варвар, который убил более 300 человек. Но потом он принес Богу такое покаяние, что был не только прощен и возлюблен Господом, но и получил от Него дар чудотворения.

Пусть никто не говорит: как я могу любить тех, кто отравляет нашу жизнь и позорит русский народ? Нужно не проклинать, а жалеть этих людей, и тогда любовь Христова постепенно и незаметно проникнет в наши сердца. Человек, который всегда стремится угодить Богу: молится, смиряет свою плоть, старается помочь окружающим людям, обязательно стяжает это великое чувство и любовь Христова через край изольется в его сердце, как у преподобного Серафима на грешников, которые тысячами приходили к нему.

О такой любви и молитве Бога словами святого Ефрема Сирина: «Господи и Владыко живота моего, дух любви даруй мне, рабу Твоему!» И даст вам Бог дух любви!

## **9. Узри свое сердце**

***«Господи и Владыко живота моего!  
Даруй ми зрети моя прегрешения и не осуждати брата моего,  
яко благословен еси во веки веков!»***

Осуждение наших братьев – самая закоренелая наша привычка и важнейший из наших пороков. У нас нет привычки заниматься рассмотрением собственных прегрешений. Этим никто не занимается, кроме небольшого числа людей, полностью посвятивших себя Богу. Для них самое важное и основное занятие: они ищут нечистоту, грех в сердце своем. А когда находят, то усиленно стараются освободиться от него.

Осуждает людей тот, кто считает себя не заслуживающим осуждения и следит только за чужими грехами. Мы все подобны мухам, которые слетаются на гнойные раны, все внимание сосредотачивая на греховных язвах ближних и забывая о собственных.

*Не судите, да не судимы будете* (Мф. 7:1), сказал Господь Иисус Христос. – Не осуждайте никого, *ибо каким судом судите, таким будете судимы.* (Мф. 7:2). Чаще всего мы судим людей неправильно, несправедливо, ибо не знаем их сердца. Может быть, они уже покаяться в том, в чем мы их осудили, и Богом изглажен их грех. За это сами подлежим осуждению Божию.

*Какою мерою мерите, такою и вам будут мерить* (Мф. 7:2). Если мерим мерою полной, с добротой, снисходительно относясь к грехам наших ближних, – такою мерою и нам возмерит Господь и покроет наши грехи. *Что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревна в своем глазе не чувствуешь?* (Мф. 7:3). Свои великие грехи не замечаем, а мелкие грехи брата своего видим!

Запомните слова апостола Павла: *А ты, что осуждаешь брата своего? Или и ты, что унижаешь брата своего? Все мы предстанем на суд Христов* (Рим. 14:10). Когда осуждаешь других, не вспоминаем и не замечаем, что сами виновны в том же. А ведь знаем, что Господь судит не только за совершенные преступления, за которые осуждаем ближних своих, но и за само осуждение: *Неужели думаешь ты, человек, что избежишь суда Божия, осуждая делаящих такие дела и сам делая то же* (Рим. 2:3)?

Господь заповедал нам покаяние, а не осуждение других. Помните, как привели ко Господу женщину, взятую в прелюбодеянии, и спросили: «Учитель, Моисей повелел таких грешников побивать камнями. А Ты что скажешь?» Господь Иисус Христос не сразу ответил. Он сидел во дворе храма и что-то писал пальцем на песке. И лишь когда спросили Его вторично, дал удивительный ответ, Какой мог дать только Он: «Кто из вас без греха, первый брось в нее камень». С великим стыдом, низко опустив головы, стали расходиться один за другим книжники и фарисеи, которые считали себя праведниками. А Иисус, наконец, поднял голову и спросил: «Где же осуждающие тебя?» Женщина ответила: «Никто не осудил меня». – *И Я не осуждаю тебя. Иди и впредь не греши.* (см. Ин. 8:4–11).

Какой удивительный запрет осуждения! Как ясно Господь сказал, что надо думать прежде всего и больше всего о своих грехах. Кто без греха, пусть первый бросит камень. Мы не без греха, значит, не смеем бросать камень осуждения в других.

Нужно помнить слова апостола Павла: *Кто ты, осуждающий чужого раба? Пред своим Господом стоит он, или падает. И будет восстановлен, ибо силен Бог восстановить его* (Рим. 14:4). Мы все предстанем на Суд Христов. Нужно думать об этом Суде над нами, а не заниматься чужими грехами.

Свят и важен закон любви. Но что делать, если видим человека явно согрешающего, заслуживающего осуждения? Мы должны воззвать к Богу словами псалмопевца: *Положи, Господи, хранение устом моим и дверь ограждения о устнах моих* (Пс. 140:3) и от души попросить Всевышнего за этого человека: «Господи, прости его». И тогда бес осуждения отойдет от нас, ибо бесы бегут от молитвы. Если же осудим, то бес останется, и тогда будет очень трудно избавиться от этого греха.

Откуда же берется бес осуждения? От гордости, оттого, что многие считают себя выше и лучше других. Часто мы осуждаем от зависти, восставая на тех, кто получил дары духовные и живет благочестиво, или дары материальные и живет в достатке и довольстве. Осуждаем мы так же от злобы, от ненависти, – оттого, что любви очень мало в сердцах наших. Осуждаем в силу просто укоренившейся привычки постоянно осуждать людей.

Эту привычку надо искоренить, не давая ей возражать в нас, ловить себя на всяком осуждении. Остановив себя один-два раза, научимся воздерживаться и перестанем осуждать других, сосредоточив духовный взгляд на собственном сердце.

Так будем же стараться исполнять то, о чем просим в молитве святого Ефрема Сирина: «Господи и Владыко живота моего! Даруй мне зрети моя прегрешения и не осуждати брата моего, яко благословен еси во веки веков. Аминь».