

**№ 31**

**Об унынии**

**(часть 1)**

***Вопрос:*** По какой причине про­исходит у человека духовное охлаж­дение к молитве, к духовному дела­нию - наступает расслабление и бе­зучастие, ничего не хочется делать?

***Ответ:*** Как говорит Феофан Зат­ворник, бывает два рода охлаждения. Во-первых, бывает охлаждение вос­питательное. В этом случае человек просто проходит духовное «обуче­ние» по ступеням духовного возрас­тания - Господь дает такому челове­ку урок, чтобы он про­явил свою свободную волю в исполнении ду­ховного делания, которо­му он перед этим обучал­ся теоретически, читая святоотеческие книги.

А другое расслабле­ние и охлаждение быва­ет наказательное - тогда, когда человек по ленос­ти и нерадению свои те­оретические познания не воплощает в жизнь и по­тому впадает в охлажде­ние, или же тогда, когда кого-то осудит или надмится своим деланием. В этом слу­чае от согрешившего в какой-то сте­пени отступает благодать Святого Духа, и человек познает свою не­мощь: какой он есть на самом деле. Если он думал, что он хороший, что он подвижник, что он делатель, что он преуспевает, и высоко уже под­нялся, то тут вдруг видит, что он и нищ, и слеп, и наг, и беден (ср. Откр. 3, 17). И что одолевает его холод­ность к Богу, и леность, и нерадение к духовным деланиям, как и прочих людей, которых он осуждал и над которыми превозносился.

А, следовательно, исходя из это­го понятия (что существуют два рода охлаждения), мы должны делать себе выводы. Во-первых, нужно помолиться: «Господи, за что это попуще­но мне? Или за какой-то грех? Или для того, чтобы я проявил пред То­бою свое усердие и на деле показал, с каким старанием я буду проявлять образ жизни такой, какой угоден Тебе, а не такой, какой угоден моей плоти, моему самолюбию и прочим страстям?» И из этого уже понуждать себя на трудничество: бороться со своими страстями, каяться в том, в чем согрешили и, смирившись до зела и испросив Божией помощи, стараться все-таки (несмотря на рас­слабление) упражняться в тех дела­ниях, в которых мы должны упраж­няться. У каждого они свои: кому-то не хочется заниматься молитвою, кому-то не хочется исполнять послу­шание, а третьим не хочется поступать по заповедям, например, хочет­ся отомстить - у каждого бывают свои особенности.

***Вопрос:*** В наше время уныние - наиболее часто встречающееся состояние (в разных степенях у каждо­го). Насколько оно связано с духов­ным охлаждением? Как поступать в этом состоянии?

***Ответ:*** Действительно, уныние развивается из охлаждения. Сначала человек теряет духовную рев­ность. А потом, если он не борется с этим охлаждением, не кается, не ищет причину, то впадает в уныние.

Бывают и другие причины. Одна из них - когда человек еще не всту­пил в самостоятельную борьбу с са­мим собой, со своими страстями. В этом случае он не имеет еще духов­ного образа мыслей и смотрит на жизнь просто «по-человечески», т.е. плотскими очами. Смотрит и ничего не понимает. И впада­ет из-за этого в уныние, расслабление, ропот, не зная, что ему делать.

Преподобный Марк Подвижник говорит так: «**Уклонившись от духовного образа мыс­лей, ощутишь страда­ние**». Т.е. наши страда­ния душевные (а уны­ние - один из образов этих страданий) возни­кают оттого, что мы **не заботимся о стяжании духовных понятий** – не смотрим на события своей жизни духовно. Ну, скажем, нас оскорбили. Мы сразу обижаем­ся, думаем: «Вот, я почитал его, как порядочного, а он смотри, что сде­лал!» А не думаем по-духовному, что «это Промысл Божий устроил так, что мне в этом мире нужно что-то потерпеть, кому-то что-то про­стить, чтобы простились мне мои многие грехи». И это всего лишь один пример. Подобным образом во многих других случаях нужно искать духовный смысл происходя­щего - тогда и охлаждение теряет силу, и уныние отступает. А если мы живем «как придется», «спустя рукава», «лишь бы день до вечера скоротать», тогда начинает томить нас охлаждение и уныние. Это наказательное уныние - нужно каяться и исправляться.

Духовно более зрелый человек может исследовать, по какой причи­не постигло его это уныние. А кто еще не имеет опыта, таковому просто нужно понять и запомнить то, что сказали Святые Отцы - за борьбу с уны­нием Господь дает самые большие венцы. Потому что человек в этом состоянии, действительно, проявляет свою верность и преданность Хрис­ту через **понуждение** себя на всякое богоугодное делание. Здесь совершается именно то, что сказал Господь: «Нуждницы восхищают Царствие Небесное».1 Т.е. нам необходимо **по­нуждение** в борьбе со своими страстями (и, в частности, с унынием), сопротивление греховному нерадению и исполнение всего того богоугодного, что в расслабленном состоянии делать не хочется. И за эту борьбу - что человек понуждает себя - Господь дарует ему небесные венцы.

***Вопрос:*** Но это понуждение пре­секается помыслом, возникающим во время уныния: «Все, чтобы ты ни делал, - безполезно, т.е. впустую».

***Ответ:*** Это диавольский помысел, диавольская ложь. Что может быть проще, чем подать стакан холодной воды жаждущему че­ловеку? Но и это не впустую.2 А за то, что мы не внимаем евангельским словам, диавол так легко обольщает нас свои­ми ложными мыслями.

Мы раньше уже касались этой темы на примере ящери­цы, которая барахтается в бан­ке с водой.3 Посмотрел чело­век, что она в таком бедствен­ном состоянии, пожалел ее и вытащил. Или на примере жука, который попал в стеклянную банку и не может вылезти из нее сам. Он бесполезно вроде бы пытается выбраться, его положение безнадежно, своим усилием он не может спастись. Но человек из жалости к нему простирает руку и избавляет его от этой беды. Тем паче спасает нас Господь. **Не мы сами воз­делываем свое спасение**, но Гос­подь по Своему милосердию к нам изымает нас из всякой страсти, в том числе и из духа уныния, если мы про­являем (со своей стороны) деятельное сопротивление греху.

Фактически, в нашей жизни бы­вает то, что мы наблюдаем в приро­де: то солнечный день, то темная ночь. Солнечный день: когда нас осиявает благодать, душа радуется, иг­рает, ликует, все кажется веселым, радостным, и все кругом - ангелы. А в другое время покрывает душу тьма и мрак. Человек ни на кого не хочет смотреть, никого не хочет ви­деть, ни с кем не хочет говорить. Только бы засунуть голову под по­душку, и «не троньте меня». Это ночь в духовной жизни. И чем усер­днее мы с ней боремся, тем быстрее мы ее проходим.

Нужно понять, и просто знать, что такого, хотя бы кратковремен­ного омрачения, никто не избегает - подобные испытания были у каж­дого Святого Отца. Потому что, как говорит преподобный Исаак Си­рин, «кто идет без перемен, тот на волчьем пути», т.е. он попал в пре­лесть. Если его духовное состояние не изменяется, все время стабиль­но. без перемен, следовательно, он не на спасительном пути, а на пути заблуждения.

И потому нужно помнить слова апостола Павла, что «*любящим Бога все содействует ко благу****»*** (Рим. 8, 28). Даже в самые тягостные мину­ты Господь не отворачивается от нас (как нам это кажется) - в это время испытывается наша верность и пре­данность Господу. И Господь в та­кие минуты смотрит на нас наибо­лее внимательно - смотрит, насколь­ко мы Ему верны: насколько свои желания предаем в Его волю и ста­раемся исполнить то, что Ему угод­но. Не то, что угодно нашей плоти, нашему ветхому человеку, нашим прихотям, а то, что угодно Ему - как Он хочет, чтобы мы действовали в этом состоянии, в котором мы сей­час находимся.

1 Ср. Мф. 11, 12: «От дней же Иоанна Крестителя доныне Царство Небесное си­лою берется, и употребляющие усилие восхищают его».

2 Ср. Мф. 10, 42: «И кто напоит одного из малых сих только чашею холодной воды, во имя ученика, ис­тинно говорю нам, не потеряет награды своей».

3 Был у меня такой случай. Встретились мы как-то с одним монастырским духовником. Попривет­ствовали друг друга, сели в тени виноградной арки и начали беседо­вать.

Вдруг я замечаю, что метрах в двух-трех от нас, около стены, стоит литровая банка с водой, и туда попала ящерица. Плавает, барахтается, хочет вы­лезти, но не может. Духовник начал серь­езный разговор, и я слушаю его и смотрю на эту ящерицу. Думаю: «Продолжать слу­шать его или пойти выпустить ящерицу? Нет, жалко. Бедная, сколько она там уже барахтается?» Вскакиваю и, ничего не го­воря, бегу к этой ящерице. Конечно, надо было бы извиниться... Духовник такие удивленные глаза сделал, смотрит: «Что это, мол, с ним такое случилось, что он вскакивает и куда-то бежит?» Я беру бан­ку, выливаю на газон воду, ящерица выс­какивает, и - прыг! - побежала.

Я смотрю на реакцию этого иеромона­ха. Что он подумал, конечно, не знаю. Но вижу - нужно объясниться хоть потом. Подхожу, говорю: «Знаете, я посмотрел на эту ящерицу и вспомнил себя. Я ведь, фак­тически, такой же. Как пришлось замечать: когда попадет жук в стеклянную банку и сидит там тихонько, то думаешь: "А!.. Он, наверно, уже сдох". И оставляешь без внимания. А когда этот жук барахтается, то думаешь: "Бедный, сколько он там уже ба­рахтается! Он же не вылезет из этой стеклянной банки сам". Вынимаешь его, выпус­каешь на свободу, и он бежит. Так, думаю, и я пред Богом: если я сижу, ничего не де­лаю в своем нерадении, то я - все равно как этот мертвый жук. А если я хоть что-то делаю, то Господь по милосердию Сво­ему - не по моим делам, а по Своему ми­лосердию, потому что я все-таки барахта­юсь - пожалеет и меня. Ведь если мне жал­ко жука, то, думаю. Господь пожалеет и меня, и изымет меня из "*рова страстей и брения тины*" (Пс. 39, 3)».