

**№ 80**

**Об избавлении от злопамятности**

**Часть 7**

***Вопрос****:* Надо ли себе ставить за цель самоукорение или просто выполнять требования совести?

***Ответ****:* Наша беда в том, что мы далеко не всегда внимаем требованиям совести, а когда и начинаем внимать, то зачастую не все их выполняем. Совесть от меня требовала так, а я сделал этак, потому укоряю себя: «Господи, прости меня...» Это и есть самоукорение, это и есть начало покаяния. Потому не надо думать, что мы вымышляем какую-то самоцель.

Недавно, когда я стоял на молитве, то пришел такой помысел: «Вот мусор вывозят, а там сколько еще разных хороших вещей, которые собирают и везут на рынок продавать: и кастрюли, и котелки... Люди нашли себе способ жизни с мусорки». Вскочила эта мысль и отвлекла, думаю: «Искушение, просто издеваются надо мной бесы, что я отвлекаюсь от молитвы таким помыслом».

Потому самоукорение - это не какое-то безпочвенное самоедство, не что-то особое, а тот вывод, который рождается от внимания к своим словам, мыслям и желаниям. Это - самоконтроль, это - самоочищение, когда обнаруживаются наши грехи и страсти, прежде не замечаемые нами. Как я вдруг обнаружил склонность к стяжанию, да еще дешевому - с мусорки, нелепое осуечение и безблагоговейное, небрежное предстояние на молитве. Потому нужно внимание к требованиям совести и самоконтроль, самоанализ, а потом уже будет самоукорение, которое будет созидать в нашем сердце дух сокрушения и смирения. И такую душу Господь принимает в Свои объятия как блудного сына.

***Вопрос****:* А не может ли получиться по поговорке, что если повторять себе «свинья-свинья», то, в конце концов, и захрюкаешь? Скажешь себе: «Мои обидчики и недоброжелатели брезгуют мною и бегут как от мерзости. Они меня убедили, и я внутренне соглашаюсь с ними: да, я - мерзость. Ну и буду делать мерзости, раз я такая...»

***Ответ****:* Если духовный отец или мы сами себя укоряем, то это не для того, чтобы нам таким и быть, а для того, чтобы исправиться. Как если ты набьешь на лбу шишку, то спешишь приложить лед или холодный пятак, а ни в коем случае не горячую грелку, так и холодность укорения помогает нам в духовном излечении.

Даже величайшие из святых сознавали за собой грехи и выражали это каким-то обобщенным словом: святой праотец Авраам называл себя «*землею и пеплом*», а пророк Давид говорил: «*Червь есмь аз у Тебе, а не человек».* Но если пророк Давид и говорил, что я - червь, а не человек, то это не значило, что он терял все человеческое и начинал жить как червь. Здесь, мне кажется, очень полезно применять наставление, данное Господом старцу Силуану Афонскому: «Держи ум твой во аде и не отчаивайся». Если человек в какой-то момент ощущает себя добродетельным и доволен собой, тогда просто необходимо укорять себя даже за самые незначительные ошибки и грехи - «держи свой ум во аде». А «не отчаивайся» уже относится к тому моменту жизни, когда человек настолько ощущает свою никчемность и безнадежность, что доходит до отчаяния, потому жесткое укорение может принести только усугубление изнеможения и тяготы.

***Вопрос****:* Как определить, что сейчас полезнее, потому что не всегда можешь оценить свое состояние правильно?

***Ответ****:* Наиболее правильно наше духовное состояние может определить духовный человек, но если такого советника нет, тогда нужно испрашивать благой помысел хотя бы в кратенькой молитве, и душа интуитивно, ориентируясь на сохранение внутреннего равновесия, то есть мирного и благодушного расположения, может сделать правильный вывод. А чтобы сохранять это равновесие, нужно усвоить себе такое правило, что никакое обстоятельство жизни не должно нас доводить ни до гордостного самопревозношения, ни до безнадежного отчаяния (тем более ропота на Бога), а если такое случается, то нужно понимать, что это навевается от диавола, это - его обман, как смотрение в кривое зеркало.

Господь, будучи сама Любовь, изливает ее на всякую душу, «*глубиною мудрости человеколюбно вся устрояет* *и полезная всем подает»,* заботясь о спасении каждой души. Потому что человек, как создание Божие, всегда многоценен пред Богом и одна душа ценнее всех сокровищ мира, весь материальный мир не стоит того, что стоит одна душа. Богу легче создать новое небо и землю, чем спасти одну душу, наделенную свободой выбора образа мыслей, желаний и действий. Мы не можем себе представить, насколько милостиво и долготерпеливо Господь заботится о каждой душе, обманывающейся ложными пониманиями и удаляющейся от Него. Ибо такая, обманутая диаволом, душа гибнет, то есть отрывается от Бога - источника Жизни, радости и утешения. Потому, если душа находится во мраке, то это состояние навевается врагом ее спасения. От этого состояния нужно оттолкнуться и стать на правильную позицию в отношении к себе и к Богу. Не травмировать себя тем, что моя душа - мерзость пред Богом, а только стараться очищать ее от мерзости греха.

***Вопрос****:* Но вы же ссылались на высказывание святых отцов, что самоукорение - это единственно правильный путь...

***Ответ****:* Путь самоукорения - это действительно правильный путь, но как состояние души непостоянно, многократно изменяется, так и высказывания святых отцов бывают различны и «подобны лекарствам в большой аптеке», по слову святителя Игнатия Брянчанинова. Так святитель Григорий Богослов сказал: «Что такое человек? Это - ум, посаженный на колесницу плоти», а другой святой, священномученик Петр Дамаскин, на этот же вопрос ответил: «Человек - это не что иное, как малое, скоро исчезающее зловоние». Вот видишь? Но мы же не можем сказать, что кто-то из них ошибся или один противоречит другому? Потому, что они говорили о различном состоянии: один говорил о человеке, который живет по уму, а другой - о том, кто живет по телесности. Так что помоги нам всем, Господи, применять полезное для нас лекарство из духовной аптеки в свое время и в своей мере, то есть когда нужно - укорять, а когда нужно - и ободрять себя.

Как в «Отечнике» описан случай за монаха, которому, когда бесы говорили: «Ты не спасешься. Что ты здесь сидишь?», то он возражал: «Я сижу в келии, исполняю правило по силе своей и надеюсь, что за сей малый труд Господь меня помилует и спасет». А когда они начинали хвалить его: «О, так ты, наверное, великим будешь?! Ты уже преуспел в духовной жизни!», то он прибегал к самоукорению: «А каковы грехи мои?» И сказано, что бесы удивлялись, что он не поддавался на внушаемое ими - ни в одну, ни в другую крайность - пребывая на золотой середине. Ведь средина между крайностями - это и есть путь добродетели, это и есть правильный путь спасения каждой души человеческой.

***Вопрос****:* Вот недавняя ситуация: в очередной раз обидели и унизили. И ты борешься со своей страстью: у тебя есть уже какие- то собственные основательные выводы, и помнишь наставления духовника по этому вопросу, и тебе даже вслух читают на эту тему цитаты из святых отцов. Но ты уже в таком состоянии, когда богоугодный образ мыслей не помогает, потому что не вмещается, а то даже может вызвать гнев и ропот: «Это выполнить невозможно! Другие вон как живут и им все позволительно!» и т.д. В это время все выводы забыты. Даже сам понимаешь, что в каком-то омрачении, а сделать ничего не можешь - не справляешься. И как из такого состояния выходить?

***Ответ****:* Тогда нужно делать то, что делал утопающий апостол Петр: из глубины своего бедственного состояния вопиять: «*Спаси мя, погибаю!..»*

И надо понимать, что в нас самих есть препятствие, не допускающее воздействие благодати Святаго Духа - есть гордость, пусть даже не осознаваемая.

***Вопрос****:* Но от гордости можно до конца дней не избавиться, и об этом много написано у святых отцов.

***Ответ****:* В таком состоянии как раз и надо понять, что в первую очередь необходимо начать избавляться от гордости, потому что, как говорится, попадешь пальцем в небо. Если, скажем, чревоугодие или гнев, или какая-нибудь другая страсть может действовать, а может и не проявляться, но если будем каяться в гордости, то никогда не ошибемся, потому что все к ней причастны. А если каемся, то этим уже смиряемся, уже приходим в правильное устроение.

***Вопрос****:* Да, я должна думать о себе так, я должна быть униженной и смиренной, а мои обидчики живут, «светло радуясь каждый день», и не заботятся иметь о себе смиренное помышление.

***Ответ****:* А разве ты можешь знать, о чем они думают, что чувствуют в душах своих? Но даже если, в самом деле, они не заботятся сегодня, то не исключено, что начнут заботиться послезавтра.

И другая ложность этой мысли в том, что твои обидчики живут припеваючи, в радости. Ведь если присмотреться, то заметишь, что все страдают, все до одного, начиная от подзаборного бомжа до царя, только в свое время и в различной форме. Ведь на земле нет ничего постоянного, как и поэт говорит, что все переменяется: слава в безчестие, здоровье в болезнь, радость в печаль, потому этот вымышленный контраст ложный и нереальный. Ибо нет на земле ни у кого абсолютной радости, без примеси печали, как «нет и худа без добра». Так что нужно постараться безпристрастно оценивать ситуацию.

Потому, кто начнет с исправления себя, будет каяться в любом грехе, а особенно в гордости, тот не ошибется. А исполняя заповедь о покаянии, он уже привлекает благодать Святаго Духа, как сказано: «*Покайтеся, приближися бо Царство Небесное»* (Царство Небесное - и есть Царство благодати). И когда от покаянного духа этот туман омрачения будет отступать, развеется, то он увидит все ясно, четко и правильно. А пока он не начинал каяться, его ослепляет гордость, как ослепила Денницу, который возгордился сам собой.

***Вопрос****:* Но, гордость - это мать всех страстей - основание пирамиды греховности. Я не могу из основания кирпич выбить. А если меня упрекнут еще и в гордости в то время, как меня буквально попирают в человеческом отношении, то я просто «взорвусь».

***Ответ****:* Если бы ты стала каяться в гордости, то эта ситуация прошла бы менее болезненно, и ты быстрее бы вышла из омрачения, все расставила на свои места и обрела покой. Но неужели в твоем сознании нет, что ты гордая? Если у тебя этого нет я чувстве сердца, то неужели ты не понимаешь этого умом?

***Вопрос****:* Вот если я солгала, то совесть действительно мучит: «Ну зачем ты это сделала?» Или полюбопытствовала, или подслушала чужой разговор... И это искренно - стыдно. А когда мне говорят: «Ты – гордая», то это меня за живое не берет. Просто как теория: да, все гордые и я - не исключение. Конечно, можно каяться в этом только умом, поверхностно, но как это сделать из глубины души?

***Ответ****:* Это можно и нужно делать из осознания того, что мать всех страстей - гордость. Она сделала Херувима богопротивником, диаволом и явилась для него причиной омрачения и адского мучения. А потому для того, чтобы мне избавиться от этой тяготы внутреннего «кипения» и душевных страданий, нужно заняться освобождением своей души от сатанинской гордости.

Тому, что причиной всякого греха и страдания является гордость, нас учат простые жизненные примеры. Когда юноша, только получив водительское удостоверение, не научившись еще хорошо управлять машиной, смело набирает скорость, то отец, желая предотвратить беду, предупреждает: «Сынок, ты еще не умеешь хорошо ездить, так что не «летай» больше шестидесяти». А он отвечает: «Да хватит, папа! Ты меня не знаешь: я уже как настоящий каскадер». И, зачастую, такое самомнение и гордость приводят к аварии, перелому позвоночника и последующим страданиям.

Что-то подобное происходит и в духовном отношении, приводя человека к душевной «аварии», показывая ему, что гордость просто невыгодна и приносит страдания.

«Веруй, - убеждает преподобный Авва Дорофей, - что безчестия и укоризны суть лекарства, врачующие **гордость** твоей души, и молись об укоряющих тебя, как об истинных врачах (души твоей), будучи уверен, что тот, кто ненавидит безчестие, - ненавидит смирение, и кто избегает огорчающих его, - тот убегает кротости».

Полезно помнить слова преподобного Иоанна Лествичника, что «гнев - это признак великого возношения», и это хотя бы потому, что гневающийся считает себя вправе высказать свое негодование на «неисправного» ближнего. Мы часто мучительно «кипятимся» от гнева и злопамятности, потому само естественное желание себе блага, покоя и мира должно стимулировать у нас неприязнь к проявлению гордости во всех формах до ненависти к ней. И это желание подвигает нас к тому, чтобы из глубины души возопить: «Господи, прости мои грехи, в частности, гордость. Я сейчас в омрачении: не знаю, куда мне бежать, что мне делать, что предпринять, и жизнь мне не мила. Избави мя от страстей моих, даждь мир исстрадавшейся душе моей». Такие молитвенные покаянные воззвания ко Господу будут выбивать кирпичик за кирпичиком из основания греховной пирамиды, пока все это здание греховное не рассыплется в прах и смирение.