



# О ГРЕХОВНЫХ ПОМЫСЛАХ и борьбе с ними

**О ГРЕХОВНЫХ  
ПОМЫСЛАХ  
И БОРЬБЕ С НИМИ**



ПО БЛАГОСЛОВЕНИЮ  
ВЫСОКОПРЕОСВЯЩЕННЕЙШЕГО  
**ВЛАДИМИРА,**  
АРХИЕПИСКОПА ПОЧАЕВСКОГО,  
НАМЕСТНИКА СВЯТО-УСПЕНСКОЙ  
ПОЧАЕВСКОЙ ЛАВРЫ



# ВСТУПЛЕНИЕ

«Сердце чисто созижди во мне Божие...»

Пс. 50,12.

В древнем законе грехи внешние перечислены с подробностью и для их очищения даны постановления о умиловительных, мирных и очистительных жертвах, о всесожжениях, каждениях, курениях и омовениях; но нигде не упоминается о купели, которая бы служила к очищению грехов внутренних — скверн душевных. И нет даже открытого напоминания о них, кроме одного не для всех ясного предостережения: *Берегись, чтобы не вошла в сердце твое беззаконная мысль* (Втор. 15, 9). Поэтому неудивительно, что многие из евреев по своему неразумию представляли, что греховная вина может проявляться только во внешних действиях. Таковы были во время земной жизни Господа нашего Иисуса Христа фарисеи, которым Господь, постоянно обличая их в этом заблуждении, указывал на достижение внешней чистоты через очищение сердца (Мф.23, 26). И преподавая новый закон евангельский, Господь учит, что внутренние грехи — злые помышления и похотения — столь же греховны, как и внешние беззакония (Мф.5, 28), и первые являются корнем и источником последних (Мк.7, 21- 22).

Тем не менее, встречается подобное фарисейское заблуждение и среди христиан: к сожалению, многие из них, постоянно оскверняя себя разнообразными греховными помыслами и похотениями, почитают себя чистыми от греха только потому, что не исполнили на деле того, что совершили умом и сердцем: *«Многие не осознают прельщения ума, которое претерпевают от бесов,— говорит преподобный Филофей Синайский,— и только делом совершаемые грехи считают падениями, не заботясь о мысленных побеждениях и победах»*.<sup>1</sup>

Все мы почти всегда бываем рабами помыслов. Они врываются в сознание, засоряя его ненужными, пустыми, даже вредными, развращающими представлениями, картинками, воспоминания-

---

<sup>1</sup> Прп. Филофей Синайский. Добротолюбие. 40 глав о трезвении, гл. 37.

ми. В правильный и спокойный ход мышления врываются не идущие к делу и мешающие работе мысли, воспоминания и представления, например, о вчерашней встрече, о неприятном разговоре, о планах, впечатлениях, о газетных сообщениях и т. д. И особенно все это засоряет сознание и сердце, когда человек становится на молитву или приходит в храм Божий. Как нарочно, словно из рога изобилия, посыплются в голову всевозможные посторонние мысли, планы будущего, мелкие заботы, тревоги о забытом, иногда раздражение против другого человека; потребность сделать то и то, и ваша молитва начинает не ладиться, она мешает вам, задерживает вас, вы начинаете молиться торопливо, чтобы скорее закончить правило и заняться делом, и т. п.

Отчего все это происходит с нами? Конечно, прежде всего, от недисциплинированности нашего сознания, от непривычки держать его в пределах назначенной ему работы. Но не только от этого! В наш просвещенный XX век, особенно среди более образованной части людей, даже думать серьезно стесняются, а не только говорить о той внешней посторонней бесовской силе, которая стремится всевозможными способами засорить, осквернить и загрязнить наше сознание и сердце с целью поработить нас своей власти, отнять у нас ясность и чистоту мысли и оторвать нас от Бога. И мы нередко, не сознавая и не желая сознавать это, становимся игрушкой этой внешней и злой силы. Вот как об этом учит святой праведный Иоанн Кронштадский: «Откуда же происходит греховная нечистота сердца, когда мы сотворены по образу и подобию Божию, а Бог чист и пресвят?! Она происходит от диавола, который называется чаще всего в Писании духом нечистым, а в церковных молитвах — духом чуждым, скверным и омерзненным. Этот нечистый дух, сделавшись после своего отпадения от Бога скверным сосудом всяческой нечистоты и греха, осквернил изначально нечистым своим дыханием сердца первых человеков и, глубоко заразив нечистотою греха все существо их, душу, тело, передает эту нечистоту, как наследственную порчу, всему потомству даже до нас. А эта греховная нечистота так велика, так глубоко въелась в человеческое сердце, так трудно избавиться от нее, что

даже святые угодники Божии, которые всю жизнь бдели над всеми движениями и помыслами своего сердца, ощущали в себе по временам как бы наплыв или бурю лукавых, скверных и хульных помыслов. Так велика, что некоторые мужи, взошедшие уже на верх чистоты и святости, стремительно падали в грех нечистоты. Так велика, что, несмотря на частые наши молитвы, на благодать Таинств, на получение нами разума в Слове Божием, на все наказания, которыми Бог посещает нас за нашу греховную нечистоту, она все еще остается в нас и будет с нами жить до могилы, и в иных, к стыду человечества, обнаруживается с особенной наглостью и безстыдством».

Итак, чтобы одних вывести из заблуждения, а других, неопытных, предостеречь от этих грехов, рассмотрим: *во-первых*, в какой степени эти внутренние грехи, то есть греховные помыслы, греховны; *во-вторых*, какими они бывают, и сколь великое происходит от них зло для человека; *в-третьих*, какими средствами можно и должно предотвращать и удалять эти помыслы и как избавиться от укрепившихся в сердце и овладевших человеком греховных помыслов.



## Глава I. ПОСТЕПЕННОЕ ДЕЙСТВИЕ ПОМЫСЛОВ НА ДУШУ ЧЕЛОВЕКА

*«Остерегайся своих мыслей, ибо мысли слышны на небе»*

*Блаженный Августин*

Что за грех в помыслах,— подумает, может быть, или скажет кто-то,— когда они невольно приходят и овладевают моею душою? Правда, что первые помыслы о предмете, хотя и греховном, сами по себе не греховны, поскольку не зависят от моей воли. Ког-



да я иду по улице, могу ли воспрепятствовать лающему на меня псу? Могу ли воспрепятствовать, чтобы дующий ветер не наносил мне в глаза пыли? Могу ли воспрепятствовать, чтобы муха не садилась мне на лицо? Подобным образом не зависит от моей воли и то, что адский веельзевул возмущает мое воображение и представляет моему уму гнусные мысли и образы; а что не зависит от моей воли, то не может быть вменено мне в грех...

Но как только ум обращает внимание на приразившийся помысл и останавливается на нем, вступив, так сказать, в собеседование с ним, тут же начинается грех.

Постепенно возрастающую силу захвата нашей души помыслами святые отцы изображают так:

1. Вначале является так называемый *прилог*. Этим именем называют всякий простой помысл или представление какого-либо предмета, какую-либо мысль, пришедшую на ум человека. Как таковой, прилог называют безгрешным, не заслуживающим ни похвалы, ни осуждения, пока он не вызывает в нас того или другого к себе отношения.

2. Второй момент наступает тогда, когда мы замечаем этот предмет или эту мысль, начинаем присматриваться к ним или, по выражению святых отцов, начинаем с ними беседовать страстно или не страстно. В этом случае мы не отталкиваем помысла и позволяем ему остаться в нас, хотя и не принимая его. Это называется *сочетанием*. Это святые отцы почитают уже не всегда безгрешным, но оно может быть и похвально в том случае, если это рассматривание помысла совершается богоугодно, то есть когда мы отвергаем его, усматривая его греховность.

3. Третий момент бывает тогда, когда к возникающему помыслу мы начинаем относиться сочувственно, склоняемся к нему и готовы последовать ему. Это называется *сложением*, или *соглашением с помыслами*. Но в этом случае могут быть два исхода:

а) после временного склонения в сторону помысла мы можем опомниться, и, раскаиваясь и исповедуя Богу свой мысленный грех, мы преодолеваем помысл;

б) другой же исход, по слову святого Григория Синаита, быва-

ет тогда: «когда кто волею своею принимает от врага наносимые мысли и, соглашаясь и сдружась с ними, побеждается ими так, что уже не только не противится им, но и решается сделать все по их внушению; если не исполнит своих решений на деле, то не почему-либо другому, как потому, что времени или места не было, и по другой причине, которая не позволяла выполнить намерение!» Это уже явный грех.

4. Четвертый момент тот, что помысл невольно или принудительно овладевает нашим сердцем, сливается с ним как бы в одну жизнь, удерживается в нем и разрушает наше доброе устройство. Этот момент называется *пленением*. Но и в этом случае плененный помыслом ум при помощи Божией может освободиться от него.

Бывает, однако, что ум, как бы уносимый бурей и волнами и увлекаемый лукавыми мыслями, не может уже опомниться и прийти в доброе устройство. Это особенно бывает от суеты и от многих бесполезных бесед.

5. Наконец, высшая степень овладения нас помыслами именуется *страстью*. Это бывает тогда, когда долгим временем угнездившийся в душе нашей злой помысл становится как бы ее нравом и постоянной привычкой. В такое состояние человек приходит по собственной воле, и в нем он постоянно обогревается страстными помыслами, влагаемыми врагом и укореняющимися от постоянного упражнения и от мечтательности. Избавиться от этого состояния можно только путем покаяния, в противном случае человек подлежит будущей мукe.

Видите теперь, что мы должны, как говорит святой Иоанн Златоуст, всю жизнь сидеть у дверей своего сердца и беречь его от засорения тем, что лишает нас общения с Богом. Наша главная беда именно и заключается в неупорядоченности, безпризорности и запущенности сердца.

О губительном действии помыслов на наши души очень хорошо говорит современный подвижник Афонский старец Паисий.



# Беседы Афонского старца Паисия

## *О брани помыслов*

Один добрый помысл равен по силе многочасовому; все-нощному бдению! Он обладает великой силой. Один чистый, добрый помысл обладает силой большей, чем любой аскетический подвиг.

— Твоя основная проблема — это многие помыслы. Если бы этих многих помыслов у тебя не было, то и на послушании, и в духовной жизни ты трудилась бы с гораздо большей отдачей.

От многих помыслов даже здоровый человек станет ни на что не годным. Если расстраивается больной и страдающий, то у него есть оправдание. Однако если кто-то, будучи здоровым, беспокоится и страдает от помыслов «слева», то на него впору надевать смирительную рубашку! Мыслимое ли дело — быть в прекрасном здравии и мучиться от собственных помыслов!

Причина в помысле. Можно иметь поврежденный помысл в отношении чего угодно и кого угодно. Не имея доброго помысла и не убирая своего «я» из каждого своего действия, то есть действуя по своекорыстию, человек не получит пользы даже от Святого. Если бы он даже имел Святого Старца или Старицу, если бы даже его Старцем был сам Антоний Великий — да что там говорить — даже все святые будь они его Старцами не смогли бы ему помочь. Даже Сам Бог не может помочь такому человеку, несмотря на то что Он очень этого хочет. Если человек любит себя самого, то есть страдает самоугождением, то он истолковывает все по нраву и вкусу своего «я». Одни истолковывают все греховно, другие — как им это нравится. Постепенно нелепые истолкования становятся для такого человека «естественными». И как бы ты себя ни повел, — такие люди все равно соблазняются. А некоторые, стоит лишь оказать им чуточку внимания, сказать какое-то доброе слово, взлетают, как на крыльях. Но, если не уделить им внимания, они очень огорчаются и бросаются в крайности. Эти крайности от врага. К примеру, такие люди замечают какой-нибудь пустяк и на основании его строят свое безосновательное предположение.

— Геронда, а все ли взрослые люди зрелы?

— У некоторых незрелая голова. Речь сейчас идет не о тех, у кого она просто не варит. Если человек не ведет себя просто, то его помысл направляется ко злу и все истолковывает наперекосяк. Такой человек не имеет духовного здоровья, и ему не помогает даже добро. Даже от добра такой человек терзается.

Тот, у кого есть добрые помыслы, духовно здоров и зло превращает в добро.

### *Доверие помыслу приводит к душевным болезням*

— Геронда, если человек мучается помыслом, что все вокруг якобы только им одним и заняты, то как ему этот помысл прогнать?

— Этот помысл от лукавого, который стремится сделать человека больным. Надо относиться к такому помыслу с безразличием, не обращать на него внимания. Ему нельзя верить ни на грош. Например, человек мнительный, увидев, как два его знакомых тихо разговаривают между собой, думает: «А ведь это они мне косточки перемывают! Не ожидал от них такого!» А люди беседуют совсем о другом. Если дать такому помыслу волю, то постепенно он «наберет обороты» и человек дойдет до того, что станет думать, будто за ним следят, его преследуют. Даже если кто-то имеет «неоровержимые данные» о том, что окружающие заняты им одним, он должен знать, что эти «факты» подтасовал столь хитрым образом не кто иной, как сам враг, желая убедить человека в истинности внушаемого помысла. Какой же диавол хитрый подтасовщик!

Я знаком с одним юношей. Будучи весьма умным, он верит своему помыслу, который внушает, будто он психически неуравновешен. Принимая помыслы, которые приносит ему тангалашка, молодой человек создал себе целую кучу комплексов. Он пытался покончить с собой, совершенно измучил своих родителей. Бог дал ему силы и дарования, но враг все это приводит в негодность. Так парень мучается сам и мучает других. Я не могу понять: ну зачем люди принимают эти тангалашкины помыслы и сами делают свою жизнь невыносимой? Потом они даже Бога начинают обвинять в том, что с ними происходит, а ведь Он так нам благодетельствует и

так нас любит! Что ни говори таким людям — толку не будет. Пока сам человек не перестанет верить помыслам, которые приносит ему враг, все разговоры с ним вымотают силы и больше ничего.

Если впечатлительный человек верит своему помыслу, это может довести его даже до психиатрической лечебницы.

А другие люди мучают себя помыслом, что они якобы обременены тяжелой наследственностью. Вернее, это тангалашка приносит им такой помысл и старается убедить их, будто так оно и есть. Враг нагоняет на таких людей страх, желая заморочить им голову и без серьезных причин вывести из строя. Да хотя бы в человеке действительно было что-то наследственное — перед Благодатью Божией не может устоять ничего. Помните святого Киприана — бывшего колдуна, который стал иерархом Церкви и мучеником Христовым? А преподобный Моисей Мурин? Поначалу был разбойником, а в монашестве превзошел чуткостью многих великих отцов. Какой высокой степени устроения он достиг! Когда его навещал святой Макарий, преподобный Моисей спросил его: «Что мне делать? Меня беспокоят люди, и я не могу сохранить безмолвия». — «Моисей, — ответил ему Авва Макарий, — ты очень чуток. Иди в Аравийскую пустыню, потому что прогнать людей ты не можешь».

Святой Моисей — этот бывший разбойник — превзошел тонкостью душевного устроения даже преподобного Арсения Великого, который происходил из знатной семьи, был человеком образованным, культурным. Видишь, что творит Божия Благодать! Но о преподобном Моисее необходимо сказать и то, что он имел великое смирение...

— Геронда, откуда появляется брезгливость?

— А чем ты брезгуешь?

— Да всем чем угодно.

— Ну, тогда тебе и будет попадаться все что угодно. И червячки в яблоках, и жучки в фасоли, и волоски в хлебе...

— Геронда, мне как раз все это и попадается!

— Слава Тебе, Господи. Видишь, как Бог помогает тебе преодолеть эту немощь?

— Геронда, а разве все подобное начинается не с помысла? Предположим, сестре попался в тарелке волос. Ну, так пусть она его выбросит — и дело с концом.

— Помню, как-то на Синае мы шли куда-то вместе с одним монахом. По дороге я дал ему два персика. Смотрю — не ест. Он хотел их сперва помыть, но в карман положить боялся — чтобы еще и те микробы, что сидят в кармане, на них не перебежали. Так и продержал всю дорогу в руках. Его брат о нем рассказывал: «У меня восемь детей, и жена, всех их моя и обстирывая, изводит мыла меньше, чем он один на мытье рук!» И поглядите, что с ним произошло. Там, на Синае, каждому монаху выделяли бедуина — помогать, приносить еду и тому подобное. Бедуин, которого выделили брезгливому монаху, был самый грязный из всех. Черный, как трубочист! И его одежда, и он сам издавали страшное зловоние. Чтобы отмыть грязнулю, пришлось бы целую неделю отмачивать его в корыте! А что у него были за руки!.. Лучше даже не спрашивай. Можно было брать шпатель и соскабливать с них грязь целыми кусками. Неряха хватал миску с едой и спешил к своему «подшефному» монаху. Два грязнущих больших пальца его рук при этом обязательно оказывались погруженными в суп или в кашу. «Прочь, прочь!..», — кричал монах, едва видел его на пороге. В конце концов он сбежал, не пробыв на Синае и двух недель.

А в общежительском монастыре, где я жил раньше, был монах, который в миру работал участковым полицейским. Он был образован, и поэтому ему дали послушание чтеца в храме. Он прожил в монастыре немало лет, но, несмотря на это, брезговал всем вокруг. К дверным ручкам он даже и не притрагивался, а открывал двери ногой. Если требовалось поднять щеколду, он делал это локтем, а потом еще протирал рукав спиртом. Он открывал ногой даже дверь церкви. Когда он состарился, то, по попущению Божию, его ноги стали гнить и в них завелись черви — особенно в той, которой он открывал двери в храм. Когда я нес послушание в монастырской больнице — помогал фельдшеру, он как раз впервые пришел туда с перевязанной ногой. Фельдшер велел мне развязать его ногу, а сам пошел за бинтами. Ох, что же я увидел,

сняв повязку! Вся нога кишмя кишела червями! «Иди на море, — сказал я ему, — и промой свою ногу, очисти ее от червей. Потом приходи, и мы сделаем тебе перевязку». До чего же он дошел! Какое наказание его постигло! Я был просто потрясен. «Понял, в чем причина?» — спросил меня фельдшер. «Как не понять! — ответил я. — Причина в том, что он открывает дверь храма ногой».

— Геронда, даже находясь в таком состоянии, он продолжал открывать дверь ногой?

— Да, ногой! А состарился в монашестве!

— Он так ничего и не понял?

— Не знаю. Я потом ушел из того монастыря в обитель Стомион в Конице. Кто знает, какой смертью он умер? А между тем, некоторые молодые инокы из того же самого монастыря подьедали за старыми монахами остатки с их тарелок — как благословение. Они собирали после них «избытки укрук». Другие монахи от благоговения целовали дверную ручку, потому что к ней прикасались руки отцов. А этот, прикладываясь к иконам, только чуть-чуть касался их усами, которые после тщательно тер ваткой со спиртом!

— Геронда, когда человек относится к святыне подобным образом, это неблагоговение?

— Начинает-то он просто с безразличности, но потом заходит еще дальше. Как этот монах: он дошел до того, что не прикладывался к иконам от страха, что тот, кто прикладывался к ним раньше, был чем-то болен!

Несколько дней назад ко мне приходил человек, занимающий очень высокую должность в одном учреждении. Несчастный испытывает столь великий страх перед микробами, что от постоянных протираний спиртом его руки стали белыми как мел. Он протирает спиртом даже свой автомобиль. Мне стало жаль бедолагу. Представляешь: занимать столь высокую должность и так себя вести? Я взял из коробки кусочек лукама и подал ему, но он отказался, потому что я дотронулся до лукама своими руками. Однако предложи я ему самому взять лукум из коробки, он все равно отказался бы, думая о том, что кто-то мог укладывать лукум в

коробку немытыми руками. Ну что же, тогда беру я этот кусочек лукума, нагибаюсь, обтираю им его ботинки и потом съедаю. Пришлось проделать с ним подобную штуку несколько раз — и только тогда, с большим трудом, мне удалось немножко освободить его от этой немощи. Да вот и сегодня сюда приходила девушка, испытывающая страх перед болезнями. Войдя в комнату, где я принимаю людей, она не стала брать у меня благословения, боясь подхватить микробов. Я хотел ей помочь и сказал ей много полезного, а она после всего этого, уходя, опять не стала брать у меня благословения. «Я не целую тебе руку, — объяснила она, — потому что боюсь заразиться микробами». Что тут скажешь? Так люди сами делают свою жизнь черной и невыносимой.

Сколько же людей годами мучаются подобным разом от того, что верят своему помыслу и не слушаются других!

### *О борьбе против помыслов*

Ведь тангалашка портит твой помысл для того, чтобы задержать твой духовный рост. Если бы ты не застревала на своих помыслах, то двигалась бы вперед гигантскими духовными шагами. Вся духовная жизнь основывается на помысле. От помысла зависит преуспевание в духовной жизни.

Поэтому старайся не собирать в себе весь этот мусор помыслов — иначе потом тебе придется приложить немало усилий, чтобы их прогнать. Произноси Иисусову молитву и будь внутренне собрана.

Насколько я понял вы слишком много слушаете тангалашку. Как же [легко] он обводит вас вокруг пальца! Зачем вы верите тангалашке? Зачем выходите из равновесия? Будь мирна. Ты понапрасну расстраиваешься и без причины себя изводишь. Тангалашка, подобно фокуснику, показывает тебе все запутанным. Он морочит тебя мрачными, пессимистическими помыслами, чтобы отнять у тебя время и отвлечь от молитвы, а также от внимания на послушании. Если ему удастся хоть немножко заморочить тебе голову и лишит тебя расположения вести с ним борьбу, этого уже будет достаточно для того, чтобы он перешел в наступление

и захватил новые плацдармы.

— Геронда, что помогает достигнуть того состояния очищения от помыслов, о котором Вы упомянули?

— В этом помогут духовное чтение, непрестанная молитва, молчание и любочестное подвижничество — аскеза. Человек, горячо борющийся против злых помыслов, может достичь более хорошего состояния, чем тот, у кого злых помыслов почти не было. То есть такой человек, имея в начале своей духовной жизни девяносто злых и десять добрых помыслов, может достичь лучшего состояния, чем тот, у кого было девяносто помыслов добрых и десять злых.

— Геронда, а помогает ли молитва в деле очищения ума?

— Одной молитвы недостаточно. Кто-то может изводить во время молитвы килограммы ладана, однако если его ум полон лукавыми помыслами о других, то пользы это не приносит. От ума опускается лукавая «телеграмма» в сердце и делает человека зверем. Бог хочет, чтобы мы имели «сердце чисто». А наше сердце чисто тогда, когда мы не позволяем злему помыслу о других проходить через наш ум.

— Геронда, что поможет мне прогнать помыслы подозрительности?

— А ты уверена, что все действительно обстоит так, как тебе это представляется?

В противном же случае, принимая помыслы «слева», ты приходишь в раздражение, волнуешься, расстраиваешься и наносишь себе духовный вред.

А другие — несчастные — так страдают от вещей, которые не просто не существуют в природе, но которые и сам диавол не смог бы выдумать!

— Геронда, а какой ущерб могут причинить душе подозрительность, недоверчивость и мнительность?

— Какого рода подозрительность, такого рода и ущерб. А недоверчивость и мнительность приносят духовную болезненность, худосочие.

— Чем же исцелить эту немощь?



— Добрыми помыслами.

— Конечно, и нам самим необходимо быть внимательными. Мы не должны давать людям повод приходить к ошибочным заключениям. Например, если у человека возник о тебе «левый», недобрый помысл, то причиной этого может быть как его собственная недоброжелательность, так и то, что ты сам дал ему повод плохо о тебе думать. Но если человек думает о тебе плохо, несмотря на то что ты ведешь себя со вниманием, то прославь Бога и помолись о нем.

Посмотри, ведь когда диавол пришел искусить Христа, Он сказал ему: «Иди за Мною, сатано» (Лк. 4, 8). Раз Христос сказал диаволу: «А ну иди отсюда...», то уж мы-то с какой стати будем с ним разговоры вести?

— Геронда, а если я собеседую с «левым» помыслом, чтобы узнать, откуда он происходит, — это плохо?

— Плохо то, что ты собеседуешь не с помыслом, как тебе это кажется, а с тангалашкой.

— Геронда, а когда приращение «левого» помысла является падением?

— Вот приходит помысл, и ты его немедленно прогоняешь. Это не падение. Но вот он приходит, и ты собеседуешь с ним. Это — падение. А может быть и так: вот он приходит, ты его ненадолго принимаешь, а потом изгоняешь. Это половина падения, поскольку и в этом случае ты повредила: ведь диавол осквернил твой ум. То есть в последнем случае ты все равно, что говоришь пришедшему диаволу: «Добрый день, как поживаешь, хорошо? Присаживайся, я тебя угощу. А?! Так ты диавол? Ну, тогда уходи!» Но раз ты видела, что это диавол, зачем было пускать его внутрь? А теперь ты его «угостила», и поэтому он придет вновь.

— Геронда, почему в монастыре меня осаждают различные плохие помыслы, тогда как в миру со мной такого не происходило? Я что, сама попускаю им это?

— Да нет же, глупенькая! Пускай себе приходят и уходят. Разве самолеты, пролетающие над монастырем и нарушающие безмолвие, спрашивают у тебя на это позволения? Так же обстоит дело

и с этими помыслами. Не отчаивайся. Эти помыслы внушает тебе диавол. Они подобны перелетным птицам, которые, паря в вышине, смотрятся очень красиво, и ты, разинув рот, ими любишься. Однако, когда эти птицы спустятся, сошьют в твоём доме гнезда и выведут там птенцов, эти птенцы изгадят тебе весь дом.

— Так почему же, Геронда, мне приходят такие помыслы?

Это работа диавола. Но и в тебе самой есть некий мутный осадок. Очищения ещё не произошло. Однако раз ты не принимаешь этих помыслов, то и ответственности не несёшь. Оставь псов — пусть себе лают. И не бросай в них много камней. Ведь пока ты будешь кидать в них камни, они будут продолжать лаять. А потом из многих камней бесы построят себе «монастырь» или дом — на что хватит стройматериалов... И потом тебе уже нелегко будет разрушить то, что они построят.

## Глава 2. РАЗНОВИДНОСТИ ПОМЫСЛОВ

Как правило, мысли смущающие человека святые отцы разделяют на три типа: помыслы хульные, блудные, и разные<sup>2</sup>.

### Раздел 1. Хульные помыслы

*Из книги «Врачевство духовное на смущение помыслов»*

Врачевство этих смущений состоит в следующем. Необходимо рассуждать, что нет никакого греха в злых мыслях, когда воля и разум человеческий не попускают тем злым мыслям, особенно же, когда ненавидят и не хотят их. Но когда разум и воля человеческая добровольно услаждается ими и, благоволя им, удерживает их в сердце своём, тогда те же мысли являются смертным грехом. А поскольку смущаемый такими помыслами и не благоволяющий о них мятется, думая, что он согрешает, то необходимо сказать, что он только прельщается диаволом по своему малодушию и по неведению разницы между помышлением и соизволением. Ибо

<sup>2</sup> Свят. Димитрий Ростовский «Врачевство духовное на смущение помыслов».

еще не соизволяем мы, когда помышляем, и только тогда есть соизволение, когда мы любим злые мысли, услаждаемся ими и желаем их усердно, приумножая их в уме нашем. Если же мы их ненавидим и не хотим их, но сами они идут нам на ум, хотя мы отвращаемся от них, тогда имеется верный признак того, что нет нашего соизволения на них, и тогда нет нужды смущаться о них в совести своей, ибо тем большую мзду мы восприимем от Бога, чем сильнее они угнетают нас, а мы терпим, не соизволяя на них. У многих появляются неверные и хульные мысли о Боге, о Пречистой Богородице или Божиих святых. Так, бывает, что когда кто воззрит на Тайны Христовы, тотчас нападают на него, подобно темному облаку, хульные мысли, хотя бы он и не хотел их. О таких злых помышлениях, приходящих к нам без воли нашей, не нужно беспокоиться, а считать их ни за что и презирать их, как будто их совсем не было, и не возбуждаться ими до скорби. Ибо это утешит врага нашего диавола, когда он увидит нас скорбящих о сем, смущающихся и сомневающих; тогда он наведет на нас еще больше мыслей, смущающих совесть нашу. Но когда он увидит, что мы презираем, хульные мысли нерадим о них, когда увидит, что мы не скорбим и не печалимся, тогда посрамленный диавол убежит от нас, а мы пребудем в покое и без смущения. Главное — нужно только не попускать. Но некоторые думают, что, помышляя подобное, они попускали, и беспокоятся о том. Это одно малодушие. Ведь уже, то есть явное показание безгрешия и несоизволения, что они болезнуют и печалются, ненавидя наносимые диаволом злые мысли. Ведь диавол, пытаясь всяческими кознями оскорбить нас, между прочим, и тем старается причинить нам печаль, что вкладывает в ум наш хульные мысли на Бога или на святых Его, или на Божественные Тайны; но он нисколько не преуспее, если мы пренебрежем им и отринем от себя смущение, нисколько не печалясь о его наветах. Что успели те два скверные старца, о которых пишет Даниил пророк и которые восстали на чистую Сусанну, желая осквернить ее? Ничего они не успели, ибо пренебрегла ими Сусанна и не соизволяла их скверному намерению. Точно так же нисколько не успеют и помыслы

хульные и скверные, когда не соизволяем и пренебрегаем ими, как и Сусанна, нечистыми старцами.

*Свт. Димитрий (Ростовский)*

### ***Из «Лествицы» степень 23***

Ужасен корень гордости, от которого рождается неизглаголаный отросток хульных помыслов; он многим доставлял великое отчаяние и безнадежие. Сии прескверные мысли имеют обыкновение часто появляться именно во время святых собраний и хулить Господа в самый час освящения Тайн. Душа наша не повинна в них, и в этом мы убеждаемся из того, что не сама она вещает в мыслях сии хульные глаголы, но богоненавистный бес, который и с небес был свержен за то, что и там Господа хулил. Этот прелестник часто и очень многих приводил в исступление ума, именно тех, которые безрассудно внимали его хулам и поддались скорби и печалям по своему неразумию; там, где подобало смеяться над наносимым бесовским хулением, они опечаливались и доставляли бесу радость тем, что вменяли себе в грех мысли хульные, которые на самом деле не только не являются грехом, но даже служат для не-соизволяющих к умножению небесной награды за терпение.

Когда мы становимся на молитву, эти нечистые и неизглаголанные помыслы восстают, но по окончании молитвы тотчас уходят от нас, ибо не любят они иметь дело с теми, кто не борется с ними. Безбожные мысли не только хулят все божественное, но вещают нам некоторые срамнейшие и неподобные словеса, чтобы мы или молитву оставили, или же отчаялись; однако, нет нужды их слушать.

Многих же неразумных хульные мысли отклонили от молитвы и отлучили от божественных Таинств. У некоторых тела истаяли печалью, других постом удручили эти лукавые и безплотные томители, но никто из них не получил облегчения. Так случилось не только с теми, кто в мире живет, но и с теми, которые проводят иноческую жизнь; и все они не только не получили спасения, но оказались более окаянными, чем неверные и поганные. Итак, да не слушает их никто, ибо послушавший их прельстится и станет предметом поругания для врага. Кто хочет избавиться от

хульных мыслей, угнетающих его, пусть твердо знает, что не душа его повинна в этих мыслях, но бес нечистый, который некогда сказал Господу: «Сия вся Тебе дам, аще пад поклонишия ми» (Мф. 4, 9). Так и мы, уничтожая его и презирая наносимые им мысли хульные, скажем ему: «Иди за Мною, сатано» (Мф. 4,10); Господу Богу моему поклонюся и Тому Единому послужу, тебе же никогда; и пусть болезнь твоя обратится на главу твою, и на тебя сойдет хула твоя в нынешний и будущий век. Аминь.

Кто думает бороться с хульными мыслями иначе, чем это изображено выше, тот подобен человеку, который хочет молнию схватить своими руками. Ибо как он может уловить их и бороться с ними, когда они мелькают в сердце, подобно ветру, и лишь только он скажет слово, они уже безследно исчезают? Все силы его стоят, напрягаются и медлят, и бесплодно пропадает время, а помыслы хульные никогда не медлят: они внезапно появляются и внезапно исчезают.

Бес обычно всячески старается нанести такие помыслы на простых и не сведущих, которые больше всех смущаются и волнуются, не понимая, что нет никакого греха в этом. Эти несведущие страдают не от гордости своей, а от зависти бесовской и своего невежества.

Не будем же осуждать ближнего и да не устрасимся помыслов хульных, ибо чрез первое мы станем повинны во втором.

Один монах, угнетаемый сим бесом, то есть хульными помыслами, до двадцати лет изнурял плоть свою постом и бдением, но потом, не ощущая никакого успеха, пошел к некоему великому среди отцов святому мужу и, описав на хартии страсти хульных помыслов, отдал ее в руки святому, а сам пал к ногам его и, лежа лицом на земле, не смел воззреть на сего мужа святого. Отец, прочтя написанное, улыбнулся и, подняв брата, сказал ему: «Возложи, чадо, руку твою на выю мою»; и когда это сделал брат, великий муж сказал: «Да будут на моей вые, брат, сии твои грехи помыслов хульных, которые ты считаешь за грехи, но которые суть ничто, и поэтому больше не смущайся о них, не скорби и не считай их за грехи, ибо они, поистине, только прелесть бесовская, которая смущает неразумных». И почувствовал тот монах, что безслед-

но исчезли страсти хульные еще прежде, чем он вышел из келий старца.

### *Из «Патерики»*

Брат спросил некоего старца о хульных помыслах, говоря: «Опечалена, отче, душа моя лукавым бесом хульным; но сотвори милость, скажи мне, откуда появляются помыслы хульные и что мне делать?» Старец ответил: «Хульный помысл происходит от оклеветания, от укора и осуждения, от лености и своеволия, и от гордости; вот откуда появляются в мыслях хулы. Если человек не сопротивляется им смирением и уничижением самого себя, то пребудет окаянная душа его в злобе, в бесе блудном или в исступлении ума».

Часто укорять себя пред Богом, смиряться, не осуждать — вот что сильно в отгнании хульных помыслов.

### *Из «Провещаний отеческих»*

Некий брат, угнетаемый духом хульным, стыдился исповедаться. Всюду, где слышал о великих старцах, он шел к ним, чтобы исповедать свои хульные мысли, но когда приходил, стыд возбранял ему исповедаться. Когда он стал часто приходить к авве Пимену, то старец прозрел, что тот имеет некие помышления, и сказал ему: «Вот ты много раз приходишь ко мне с помыслами и снова со скорбью уносишь их с собою, не исповедав мне. Скажи же мне, чадо, что имеешь?» Брат же со стыдом произнес: «Хульными мыслями враг смущает меня, и я стыжусь сознаться в этом». Как только произнес это брат, он тотчас ощутил отраду, и старец сказал ему: «Не печалься, чадо, о сем; когда же придет к тебе хульный помысл, то скажи: я не нуждаюсь в этой мысли, пусть хула твоя, диавол, отселе на тебе пребудет, ибо помысла твоего не хочет душа моя. Ведь всякие мысли, которых душа не хочет, не долго медлят, но скоро исчезают, как дым». Итак, брат, получив пользу, ушел, благодаря Бога за то, что Он чрез сего старца научил его, как избавляться от хульных помыслов.

### *Из «Житий святых»*

К папе Григорию в Риме пришел некий епископ исповедаться в том, что он объят тьмою помыслов хульных на Бога, скорбь, о

чем иссушила плоть его, и он уже впал в отчаяние. Услышав это, папа сказал ему: «Ты епископ и не знаешь козней бесовских! Ведь тот искони враг; когда он видит кого добро творящим и не может положить ему преткновения, чтобы пал он, тогда нападает на него помыслами хульными, чтобы смутить совесть его, расстроить ум его, отторгнуть от добродетели и низринуть в бездну отчаяния. Ты же то разумеи, что помыслы хульные суть ничто и они никак не могут вредить тем, которые небрегут о них и не иссушают ими сердца своего; и только тем они вредят, которые по малодушию и неведению считают их своим грехом и изнемогают от скорби суетной. И сбывается на них слово Давидово: «Тамо убояшася страха, идеже не бе страх»» (Пс. 13,5).

### *Из особого рассуждения*

Со многими людьми бывает то искушение от духа хульного, что, смущаемые помыслами хульными, они не знают, что им делать, и приходят в отчаяние, считая, что это их грех, и думая, что они сами виноваты в тех лютых и мерзких помыслах. Посему я хочу вспомнить немного и о них.

Помысл хульный есть искушение для человека богобоязливого и особенно смущает его тогда, когда он молитву творит или делает что-либо доброе.

Помыслы хульные не находят на человека, валяющегося в смертных грехах, нерадивого, не богобоязливого, ленивого и небрежущего о своем спасении, но на тех нападают кто пребывает в праведном житии, в трудах покаяния и любви Божией.

Сим хульным искушением диавол ведет человека к тому, чтобы утратить его; и если он от иных грехов свободен, то чтобы возмутить совесть его; если он в покаянии, то чтобы прервать его покаяние; если же от добродетели восходит к добродетели, то чтобы остановить и низринуть его; но если диавол не успеет в сем, то стремится хотя бы оскорбить и смутить его. Однако умный пусть рассуждает.

1. Пусть не думает, что те мысли принадлежат ему и от него самого происходят, но что они диаволом наносятся, который есть их начало и изобретатель. Ибо как могут исходить с нашего сердца и



воли те хулы, которые мы ненавидим, и скорее желали бы себе какой болезни более чем тех мыслей? этом состоит истинное удостоверение, что не от нашего желания рождаются хулы, потому что мы их не любим и не желаем

2. Всякий угнетенный хульными помыслами пусть не вменяет их себе в грех, но считает их за особое искушение, ибо чем больше кто будет вменять себе во грех помыслы хульные, тем более утешит врага своего диавола, который над тем уж будет торжествовать, что этим совесть чью-либо смутил как будто грехом каким. Если бы кто сидел связанный посред богохульных людей, слышал их хульные речи на Бога, на Тайны Христовы, на Пречистую Богородицу и на всех святых и хотел бы убежать от них, чтобы не слышать их хульных речей, и не мог бы, потому что связан, и не мог бы даже ушей свои заткнуть от хулы их, — скажи мне, имел ли бы тот грех, како от того, что нехотя слушает их хульные речи? Воистину не только не имел бы никакого греха, но и великой похвалы сподобился бы от Бога, потому что, будучи связан и не имея возможность убежать, он с тяжестью в душе слушал их богохульные слова. Подобное бывает и с теми, кого диавол угнетает хульным помыслами, когда они ни убежать от них не могут, ни избавиться от них, ни отрястись от духа хульного, который безстыдно и безпрестанно наводит на них хульные помыслы, хотя они не хотят их, не любят и даже ненавидят их. Потому не только никакого греха не будут они иметь от мыслей тех хульных, но и большую благодать заслуживают у Бога.

3. Молить Господа Бога необходимо, чтобы Он удалил это искушение и отогнал духа хульного, а если не случится сего, то терпеть кротко и с благодарностью, помня, что не от гнева, но от благодати Божией попущено было сие искушение для того, чтобы мы оказались в нем терпеливыми и несмущенными.

Некто из великих отцов часто говорил про себя сие слово: «Не соизволяю, не соизволяю». И когда что-либо делал: ходил ли, или сидел, или работал, или читал, или молился, — то многократно повторял сие слово: «Не соизволяю». Услышав это, ученик его спросил, говоря: «Скажи мне, авва, зачем ты часто говоришь это

слово? Какая тайна слова сего?» Отец ответил: «Когда какой-либо злой помысл приходит в мой ум, и я ощущаю его, тогда говорю ему: не соизволяю на тебя; и тотчас тот злой помысл убегает и пропадает без вести».

Всегда, когда страдаешь от духа хульного, как только найдут на тебя помыслы хульные и нечистые, ты легко можешь избавиться от них и отогнать их от себя сим словом: не соизволяю. Не соизволяю, диавол, на твои хуления! Твои они, а не мои мерзости; я же на них не только не соизволяю, но и ненавижу их.

Достоблаженная Екатерина, по прозванию Сенейская, из города Сенны, была долгое время смущаема от бесов хульными и скверными помыслами, и когда явившийся ей Господь Иисус отогнал их, она возопила к Нему: «Где был доселе, о сладчайший мой Иисусе?» Он ответил: «Я был в сердце твоём». Она же сказала: «Как же Ты мог быть, когда сердце мое было исполнено мыслями скверными?» На это Господь ей ответил: «Потому и разумеи, что был Я в сердце твоём, ибо любви твоей не было к нечистым мыслям, но ты усиленно старалась избавиться от них и, не будучи в состоянии, болезновала, и этим Я нашел место в сердце твоём».

Поэтому пусть никто не смущается и не отчаивается, имея наваждение от помыслов хульных, зная, что они нам более на пользу, чем на соблазн, а самим бесам на посрамление.

### *Из бесед старого священника*

Принятие мною сана священника, по повелению покойного батюшки, изменение всего уклада моей жизни, которая стала осмысленной; ясная цель, которую я имел перед собой, и сознание того великого служения, которое я возложил на свои слабые плечи, и громадной ответственности, принятой на себя, заставили меня очень следить за каждым своим действием, словом и помышлением, чтобы мое личное поведение, отношение к людям и к своим обязанностям соответствовали званию пастыря и руководителя человеческих душ по пути спасения, а молитва была искренней и теплой, возносимой с глубокой верой, дабы всегда чувствовать пребывание Спасителя в сердце.

Эта борьба со своими недостатками, грехами и страстями и особенно молитва очень не нравились и раздражали врага рода человеческого, и он на меня ополчился. Сперва он мне мешал молиться, так что бывало, остановишься среди молитвы и погрузишься в эти мысли и улетишь за тридевять земель, забудешь, что стоишь на молитве; потом начал раздражать разными мелкими досаждениями, которых на каждом шагу в домашнем быту, если человек не следит за собой, может быть бездна, но к ним прибавились и специальные «досаждения»: предметы вырывались из рук и падали или закатывались так, что приходилось их искать; при исполнении какого-нибудь дела возникали всякие препятствия, в коих ясно чувствовалась рука «окаяшки». Все это иногда приводило меня в большое раздражение и я, вместо того, чтобы молиться и просить помощи свыше, гневался (я был прежде вспыльчивым) и награждал «окаяшку» разными нелестными эпитетами.

В результате он мне отомстил так называемыми «навязчивыми идеями»: совершаю как-то литургию, как всегда благоговейно и сосредоточенно, наступает самый великий потрясающий ее момент — освящение Даров, воздымаю чашу и потир, возглашая «Твоя от Твоих...», вдруг мозг прорезает нецензурное слово, гадкое, мерзкое, которое никогда в жизни не употреблял, вслед за этим является внушенная мысль: «Вот тебе, вот тебе».

Несколько секунд стою в смущении. Прихожу в себя, делаю все усилия, чтобы забыть происшедшее, сосредоточиться и благоговейно продолжать литургию. С помощью Божией это удастся, но на душе остается какой-то осадок.

В следующий раз дело обстоит хуже: в самый торжественный момент литургии мозг пронизывает мысль о каком-либо соблазнительном поступке или сладострастном моменте, затем следуют нецензурные слова и целые выражения. После совершения литургии я чувствую себя смущенным и у меня нет спокойствия и умиления.

Все эти переживания заставили меня пойти к прекрасно ко мне относящемуся старцу Исаяи (иеромонаху Пантелеимоновского подворья, бывшему келейнику старца Аристоклия, там погре-

бенного).

Отец Исайя выслушал меня со вниманием и сказал:

— Конечно, все, что с вами происходит,— дело врага рода человеческого, но вам не следует раздражаться, а тем более бранить его, как вы делаете. Имейте в виду, что он зол, мстителен, но и обидчив. Чем меньше вы на него обращаете внимания, тем более он ступшевывается. Обращение с ним должно быть корректным.

Это последнее определение мне особенно понравилось: не нужно подавать повода темной силе делать зло, мстить, а просто ее игнорировать, не замечать, как ничтожество и существо бесполезное и вредное.

Батюшка о. Алексей, к которому я обратился позднее по этому делу, в дополнение к тому, что сказал отец Исайя, прибавил следующее:

— Обращая внимание на выходки врага рода человеческого, вы не только поощряете его на разные поступки, но сами ему помогаете: вот вы ожидаете, что в известный момент должно наступать то-то и то-то, оно действительно и совершается. Но часто может совершиться без его участия: в известное время слова и выражения вам могут прийти уже по ассоциации идей. Вам нужно стараться совершенно забыть и не вспоминать того, что с вами происходило во время совершения литургии; не настораживаться, ожидая, что вот мысль вам придет, и, верьте, все обойдется благополучно, и вы не будете посрамлены.

Так все и произошло. Постепенно навязчивые мысли меня перестали беспокоить, и совершение литургии стало происходить безпрепятственно.

По поводу изложенного скажу, что внушение темной силой нецензурных слов и выражений — дело обычное: нередко одержимые девушки из лучших семейств, совершенно невинные, никогда не слышавшие дурных слов, не имеющие понятия о дурных действиях и безнравственных поступках, во время припадков, к ужасу близких, гадкие слова и выражения выкрикивают и делают соблазнительные движения и жесты, а после ничего не помнят, что с ними происходило.

## О смущении

Наконец, следует подать благопотребный совет страждущим от хульных помыслов. Тяжка и несносна брань хульных помыслов, и боримые ими сильно смущаются малодушием и неопытностью. Святые Отцы и богомудрые наставники, озабоченные скорбным состоянием смущаемых этими помыслами, оставили для страждущих много благопотребных советов. Мы приведем некоторые из них, применительно к тем мыслям и чувствам, которыми люди смущаются в таких случаях.

Смущение их зависит, во-первых, от того, что они почитают эти помыслы своими собственными. Но Святые Отцы и опытные наставники в духовной жизни уверяют, что помыслы эти не суть собственное их порождение и не от собственной их воли происходят, а от зависти дьявола, внушающего последние. «Да не воображает человек,— говорит святитель Димитрий Ростовский в книге «Врачевство духовное»,— что мысли эти — его собственные и от него самого происходят. Наводит их дьявол: он сам их причина и изобретатель. Как же могут такие хулы от нашего сердца и воли исходить, когда мы их ненавидим, и скорее желали бы себе болезни какой-нибудь, чем этих мыслей? Отсюда нам истинное удостоверение, что не от нашего произволения рождаются хулы, потому что мы их не любим и не желаем».

И еще говорит: «Никто да не почитает себя виновным в хульных помыслах. Ибо Господь — Сердцеведец и знает, что не наши речи эти хульные в уме нашем, но врагов наших».

«Итак, для чего,— говорит один богомудрый наставник,— печалиться о грехе чужом, а не о своем, о грехе, происходящем от дьявола, о грехе не любимом, а ненавидимом, о грехе не вольном, но невольном?» И приводит в подтверждение пример преподобного аввы Памвы, который был утешен и успокоен в своем смущении Божественным гласом. «Преподобный авва,— говорит он,— однажды, будучи борим от демона хулы и молясь Богу о избавлении от сей борьбы, услышал свыше Божественный глас: «Памво, Памво! Не печалься о чужих грехах, а о своих делах заботься»».

Возлюбленный брат, прими себе в утешение это небесное

вразумление и, внимая внушениям богомудрых наставников, не почитай своими наносимых тебе от дьявола хульных мыслей и нисколько не смущайся ими как чуждыми твоему сердцу.

Другие, также вменяя себе в грех хульные помыслы и воображая величину и тяжесть сего греха и не зная, что делать, в скорби и сокрушении о том доходят до отчаяния. «Многим людям,— говорит упомянутый святитель,— бывает такое искушение от духа хульного, что они, смущаемые помыслами хульными, не знают, что делать, и приходят в отчаяние, считая это своим грехом и думая, что они — виновники этих лютых и мерзких помыслов».

«Подобает знать,— говорит святитель Димитрий,— что помыслы хульные не суть от человека, но наговариваются от диавола, и человек должен их побеждать презрением, вменяя их ни во что, как ничтожные страшилища, а не как истинные беды. Не должен также человек в терпении тех страстей малодушествовать и скорбеть, так как он на них не соизволяет, если бы даже и казалось кому-то, что соизволяет, но из этого самого и должен знать, что ненавидит эти помыслы и не желает их. А поскольку нет соизволения, то весьма безпечален да будет». И далее говорит: «Да не скорбит человек о стужающих его мыслях хульных, ибо если он восскорбит, то возрадуется о нем враг его диавол, который с тем намерением хульные мысли и наносит, чтобы ими опечалить и смутить человека. А когда диавол увидит человека смущенным и опечаленным, то радуется. Если же человек те мысли хульные презирает и печали не предается, но даже и посмеивается им, тогда диавол отбегает постыженным». И заключает: «Итак, не должен человек смущаться и отчаиваться, когда находят на него помышления хульные, ибо за то его ожидает венец терпения».

«Какими бы образами враг тебя ни искушал, если не соизволяешь речам врага твоего, во уме твоём шепчущего, но отворачиваешься от него, то Господь посреди сердца твоего».

Возлюбленный брат! Внимая этим спасительным внушениям богомудрых наставников, не вменяй себе в грех хульных мыслей, не почитай себя виновным в них и не только не смущайся, но и презирай их как нечто ничего не значащее и уверься в том, что с тво-

ей стороны нет причины к отчаянию.

Иные думают, что они сильно прогневали грехами своими Бога, и что Он во гневе Своем оставил их, и потому подвергаются они хульным помыслам и окаивая себя, почитают себя грешнее всех людей. «Есть люди,— говорит тот же опытный наставник в духовной жизни,— которые, внимая находящим хульным помышлениям, безмерно смущаются, и настолько печальями мучат себя, что считают себя и Богом оставленными, и что они хуже язычников из-за хульных помыслов. Но заблуждаются неразумные как слепые: ибо не являются грехом те мысли, которых не желаешь, на которые не соизволяешь. Поэтому,— говорит он,— осознавай свое несоизволение, ибо нападающие на тебя в уме хульные слова не любишь, не желаешь их, не усердствуешь в них, но более ненавистию их ненавидишь. Из этого знай, что нисколько им не соизволяешь».

Для ободрения и успокоения таковых безмерно смущающихся и полагающих причиной находящихся на них хульных помыслов свою греховность и воображаемое ими оставление их Богом за грехи их, опытные наставники в духовной жизни говорят, что хульные помыслы находят не на тех, которые обременены многими грехами, но именно на упражняющихся в добрых делах. «Помыслы хульные,— говорит один богомудрый наставник,— не находят на человека, закосневшего в смертных грехах, нерадивого, небогобязненного, ленивого и нерадеющего о своем спасении, но нападают на тех, кто пребывает в исправленном житии, в трудах покаяния и в любви Божией.

Помысл хульный, — говорит он, — это искушение, находящее на человека богобязненного, он его тогда более всего смущает, когда тот молится или что-то доброе творит».

«Страсть хулы,— говорит один подвижник,— всем живущим по Богу в добродетели стужает, много преуспевающим в молитве и в видении божественных вещей».

Другой подвижник утешает страждущего хульными помыслами примером святых, терпевших такую хульную брань. «Должен,— говорит он,— человек утешать себя примером святых, потому что



многие святые терпели подобные скверные хуления, и все же не лишились святости и от благодати Господней не удалились».

Даже святые исповедники и святые мученики терпели искушение от хульных помыслов. Это подтвердили собственным своим признанием святой священномученик Петр Александрийский и святой исповедник преподобный Пафнутий, также страдавшие от хульных помыслов и взаимными советами врачевавшиеся. Будучи некогда смущен демоном хулы, св. Петр объявил об этом св. Пафнутию, который в ответ рассказал о себе, что во время его исповедничества, когда тело его было мучимо истязателями и он был опаляем пламенем, и тогда демон хульный говорил ему изнутри хулы на Бога. «Во время, — говорит св. Пафнутий, — исповедничества моего, при самом истязании, когда тело мое было терзаемо разными страшными муками и опаляемо огнем, демон из внутренности моей изрыгал хулы на Бога».

Если на таких святых ополчался демон хулы, то для чего скорбеть и печалиться нам с тобою, возлюбленный брат, что мы испытываем эту брань от демона хулы, и так страшиться и отчаиваться, как будто бы мы за грехи свои оставлены были Богом?

Святые Отцы уверяют, что попущение этого искушения есть знамение не гнева, но благодати Божией. «Молить Господа Бога нужно, — говорит упомянутый святитель, — да удалит Он от тебя искушение и отженит духа хульного. Если же нет, то надо терпеть с благодарением, зная, что не от гнева, но от благодати Божией попущено быть этому искушению, чтобы мы не смущались и стяжали в нем терпение. Ибо и апостол Павел говорит, что нечто подобное терпел, когда упоминает о пакостнике — жале, данном ему в плоть, о котором трижды молил он Господа удалить его и просимого не получил, только услышал: *«довольно для тебя благодати Моей»* (2 Кор. 12, 9).

Бывает еще и такое искушение, что безбожный враг влагает в уста слово хульное, и искушаемый устами произносит хульные слова на Бога и Господа Иисуса Христа и Пречистую Его Матерь, или на какого святого, или на Божественные Тайны, или на святые иконы и другие священные вещи. Святые и богомудрые Отцы не

упустили из виду и сего искушения и преподали мудрые свои советы на такой случай. «Не только Божество и все Божественное хулит безбожный враг, — говорит преподобный Иоанн Лествичник, — но какие-то срамные и непристойные слова произносит в нас, чтобы мы или оставили молитву, или отчаялись в себе».

Также говорит прп. Никита Стифат: «Подобает внимать, зная о нашествиях сего духа, ибо он сидит рядом, когда мы молимся и поем псалмы, и извергает иногда устами нашими, когда мы невнимательны, клятвы на нас же и неподобные хулы на Бога Вышнего, приводя их стихами псалмов и словами молитв. Но следует, — говорит преподобный, — когда он что-либо такое приносит во уста наши или подсеивает в мысли наши, обращать против него слово Христово. *«Отойди от меня, сатана, — скажем ему, — всякого злосмрадия исполненный и осужденный на вечный огонь; хула твоя да падет на главу твою»*. И тотчас ум освободим от пленения, обратив его к какой-либо иной, Божественной или человеческой вещи, или со слезами возвысим его к небесам, к Богу. Так, с Божией помощью, избавимся мы от тяготы хульной».

А прп. Варсануфий на вопрос брата, исповедавшего ему хульные слова свои, дал такой ответ: «В течение сорока дней приноси покаяние Богу, делая ежедневно по три поклона и говоря: *«Прости меня, хулившего Тебя, Бога моего»*, и исповедуй его злохулившими устами трижды в день, говоря: *«Слава Тебе, Боже мой, благословен еси во веки, аминь»*.

Подобными советами заключает спасительные наставления об избавлении от хульных помыслов святитель Димитрий Ростовский.

«Если придет, — говорит, — хульный помысл на Бога, читай: «Верую во Единого Бога», до конца. И если будет возможно, сотвори сколько-нибудь земных или поясных поклонов по силе.

Если придет хульный помысл на Пречистые Тайны Христовы, читай: *«Верую, Господи, и исповедую, яко Ты еси воистину Христос»*, — до конца, и сотвори поклон.

Если придет хульный помысл на Пречистую Богородицу, читай какую-нибудь молитву к Пречистой Богородице: или «Под

Твое благоутробие», или «Богородице Дево, радуйся», или какой-нибудь тропарь Богородичен, с поклонами, произнося: «Пресвятая Богородице, спаси мя, грешного».

Если какой придет хульный помысл на какого-нибудь святого, читай так: *«Моли Бога о мне, грешном, святой (имя рек), яко аз по Боже к тебе прибегаю, скорому помощнику и молитвеннику о душах наших»*; и сотвори поклонов по силе, произнося: *«Святой (имя рек), моли Бога о мне, грешном»*.

Если придет хульный помысл на какую-нибудь икону, сотвори пред тою иконою поклонов пятнадцать, или сколько можешь, молясь тому, кто на той иконе изображен, и так хульные мысли ни во что вступишь Божьею помощью, аминь.

Вот что говорят святые и богомудрые наставники для ободрения и успокоения смущающихся борющимися их хульными помыслами. Но с другой стороны, называя известные им по опыту причины таких помыслов, они проявляют спасительную заботу об устранении этих причин для избавления от их вредных последствий. Они говорят, что хульные помыслы рождаются от гордости, от неуместного любопытства о Таинствах веры, от презрения и осуждения ближних, от клеветания, гнева и раздражительности. Потому советуют боримым этими помыслами, чтобы они не гордились, а были смиренны и просты, не любопытствовали о таинствах веры и не пытались испытывать того, что выше их понимания, а в простоте и смирении повиновались вере, которой их учит Церковь, и благоговели пред страшными тайнами Божиими и священными изображениями и словами, чтобы не презирали и не осуждали ближнего, и, наконец, остерегались клеветы, гнева и раздражительности.

Прими, смущающийся брат, себе в руководство в брани против хульных помыслов эти спасительные советы и предостережения богомудрых наставников и старайся пользоваться ими, и, надеясь, благодатью Божиею избавишься отстужающих тебя хульных помыслов.

Вот каким образом и какими средствами обуздываются и сдерживаются страсти душевные, и вместе с тем истощаются и

искореняются проистекающие из них скверные, лукавые и хульные помыслы.

### *Опыт брани с хульными помыслами архимандрита Кронида*

В один вечер, во время стояния моего в храме св. Зосимы и Савватия за всеобщей, — рассказывал о себе архимандрит Кронид, — вдруг неожиданно, как молния, пронеслась в моей голове странная и ужасная мысль неверия, сомнения и богохульства. Это совершилось так мгновенно и внезапно для меня, что, подобно молнии, обожгло меня адским огнем. Затем помыслы этого рода полились сплошной рекой в моем сознании. Я онемел от страха и ужаса. В моей душе что-то совершалось неопишное и непостижимое, ужасное и страшное. По приходе из храма в келию помыслы эти не оставляли меня. Воистину эти страдания были не земные, а скорее адские. Я лишился аппетита и сна. После этого проходят дни, недели, месяцы, проходит год, два, три, четыре, а адские мысли произвольно текут и продолжают преследовать меня. Я не находил себе нигде места успокоения от тоски и печали и даже в отчаянии, грешный, просил себе у Господа смерти. Эта мысленная брань была неопишимо тяжка. Представьте себе состояние боримого, когда два мира внутри него: один как бы мир светлой веры и надежды на Бога и пламенного желания спасения, а другой мир темный, внушающий одни только пагубные и богохульные мысли и неверие. Описанная нестерпимая брань особенно посещала меня во время совершения Божественной литургии. Предстоя престолу Божию, пред Святой Святым и низводя молитвою действие Святого Духа, Пресуществителя Святых Даров, я в этот же самый момент продолжал мучиться от скверных помыслов неверия и сомнения. Оттого покаянным слезам моим не было предела. Даже иеродиакон Иоанафан, сослуживший мне, видя меня столь горько плачущим, приписал мне повреждение в уме. Он, конечно, так думал по своему неведению. Он не знал, что совершается в глубине моей души. Единственным моим утешением и радостью было в свободные минуты раскрывать книгу житий святых и там читать житие

Нифонта, Кипрского чудотворца, который сам страдал подобными помыслами в течение четырех лет. Затем перечитывал сочинение св. Димитрия Ростовского, где он описывает страдание от хульных помыслов преподобной Екатерины Сенеиной.

После прочтения этих книг я на некоторое время успокаивался. Но пагубные мысли нападали на меня с новой силой под великие и двенадцатые праздники. Под влиянием этого мои нервы были разбиты и расстроены, мысли уныния и отчаяния преследовали меня всюду. Теряя самообладание, я принужден был прятать от самого себя ножи, вилки, бечевки и всякие другие вещи и орудия, содействующие самоубийству. Не достаёт у меня сил описать все и слез оплакать ужасы и страдания, вынесенные мною. Были моменты, когда я ночью, бессильный овладеть собою, выскакивал из келлии, шел к собору, бегал вокруг него, плакал навзрыд и не мог дожидаться минуты, пока отопрут собор и я смогу у раки преподобного выплакать свою скорбь и тяготы невыносимые. Вспоминаю я теперь слова подвижников: «Ищи себе старца и руководителя не столько чудотворца, сколько опытного в духовной жизни». И этот совет мне пришлось испытать, прежде всего, на самом себе.

Когда в своих великих страданиях я обратился к одному духовному ученому лицу и поведал ему свою скорбь, он выслушал меня и сказал: «Что ты, Господь с тобой! Да разве можно допускать такие мысли?» Вышел я от него под гнетом печали, не понятый им, ни жив ни мертв от безысходной тоски. Всю ночь не спал. Утром, едва переставляя ноги, я по обязанности своей отправился в живописный класс, а по пути зашел к заведующему живописной мастерской иеромонаху Михею. Он, увидев меня расстроенного, с удивлением воскликнул: «Отец Кронид, что с тобой? Тебя узнать невозможно! Лицо твоё какое-то особенно страдальческое. Исполнено оно печали, что невольно выдает твои душевные муки. Говори, что с тобой?» .

Тогда я ему поведал о всех внутренних скорбях и мыслях своих, которые меня мучают. Он со слезами на глазах выслушал меня и с особым чувством сострадания и любви христианской, как

бы сам, переживая со мной мои муки, сказал мне: «Успокойся, отец Кронид! Эта великая брань, наносимая врагом, бывает со многими людьми. И мы с тобой не первые. Многие, очень многие страдают от нее. Я и сам страдал от этой брани семь лет и дошел до такого состояния, что однажды, придя в Успенский собор к вечерне, от мыслей хулы, неверия и богохульства даже не смог там оставаться. Выбежав из храма, я направился в келию своего духовного отца, иеромонаха Авраамия, при этом весь дрожал и сказать ничего не мог. Старец несколько раз спрашивал меня: «Что с тобой, что с тобой, скажи мне?» После обильных слез я только смог ему сказать: «Батюшка, я погибаю!» Тогда старец мне говорит: «Ты ведь не услаждаешься этими мыслями и не соизволяешь на них? Что же ты так тревожишься? Успокойся, Господь видит твои душевные мучения, и Он тебе во всем поможет». Потом прочитал надо мной разрешительную молитву, благословил меня и отпустил с миром. И с того дня при помощи Божией помыслы эти совершенно исчезли. А когда они изредка появляются, я не придаю им значения, и они исчезают, и я быстро успокаиваюсь». Слова отца Михея как драгоценный бальзам пролились на мою душу, и я с того времени получил значительное ослабление мысленной брани.

*«Троюцкие цветки с луга духовного»*

*Рассказы о явлениях силы Божией  
собранные в обители преподобного Сергия.*

***Старец Паисий о том, какие помыслы являются  
хульными***

— Геронда, я не понимаю, когда помысл является хульным...

— Когда нам на ум приходят скверные картины о Христе, Матери Божией, Святых, о чем-то божественном и святом или даже о нашем духовном отце и тому подобном, то это хульные помыслы. Этих помыслов и пересказывать-то никому не надо.

— Даже духовнику?

— Духовнику достаточно сказать следующее: «Мне приходят хульные помыслы о Христе или о Святом Духе, о Матери Божией, о Святых или о тебе — моем духовном отце». Все эти богохульства

и грехи не наши — они происходят от диавола. Поэтому нам нет нужды расстраиваться еще и из-за грехов диавола. Когда я был новоначальным монахом, диавол какое-то время приносил мне хульные помыслы даже в церкви. Я очень расстраивался, диавол внушал мне скверные помыслы о Святых, [в качестве исходного материала] используя те сквернословия и похабщину, которые я слышал от других, будучи в армии. «Эти помыслы от диавола, — вразумлял меня мой духовник. — Раз человек расстраивается из-за скверных помыслов о святине, которые у него появляются, это уже доказывает, что они не его собственные, а приходят извне». Но я продолжал расстраиваться. Когда приходили хульные помыслы, я уходил молиться в придел Честного Иоанна Предтечи, прикладывался к его иконе, и она благоухала. Когда скверные помыслы приходили снова, я опять спешил в Предтеченский придел, и от иконы вновь исходило благоухание. Во время одной Божественной литургии я был в приделе и молился. Когда певчие запели «Святой Боже» Нилевса, я со своего места стал тихонько подпевать. Вдруг я увидел, как через дверь, ведущую в притвор главного храма, в придел вваливается огромный страшный зверь с головой пса. Из его пасти и глаз извергалось пламя. Чудовище повернулось ко мне и, раздраженное тем, что я пою «Святой Боже», дважды злобно погрозило мне лапой, я бросил взгляд на монахов, молившихся рядом со мной: может быть, они тоже видели [зверя]? Нет, никто ничего не заметил. Потом я рассказал о случившемся духовнику. «Ну, видел, кто это был? — сказал мне духовник. — Это он самый и есть. Теперь успокоился?»

— Геронда, а всегда ли человек понимает, что его помысл является хульным?

— Он понимает это, если работает головой, которую дал ему Бог. Например, некоторые задают мне вопрос: «Геронда, как возможно существование адских мук? Мы огорчаемся, видя человека, сидящего в тюрьме, что же говорить о тех, кто мучается в аду!» Однако такие рассуждения — хула на Бога. Эти люди выставляют себя более праведными, чем Он. Бог знает, что делает. Помните случай, рассказанный Святым Григорием Двоесловом? Однажды



епископ Фортунат изгнал нечистого духа из бесноватой женщины. Изгнанный бес принял образ нищего, вернулся в город и стал обвинять епископа. «Немилосердный изгнал меня!» — кричал он. Один человек, услышав эти крики, пожалел «несчастливого»: «Что за нелегкая дернула его тебя выгнать! Как он мог на такое пойти! А ну, давай, заходи ко мне в дом». Дьявол вошел в его дом и вскоре попросил: «Подбрось в очаг дровишек, а то я зябну». Хозяин положил в огонь толстые поленья, пламя весело загудело. А когда огонь разгорелся как следует, дьявол вошел в ребенка хозяина дома. В припадке беснования несчастный прыгнул в огонь и сгорел. Тогда хозяин понял, кого изгнал епископ и кого он принял в свой дом. Епископ Фортунат знал, что делал, когда изгонял нечистого духа из бесноватой.

### *Откуда происходят хульные помыслы*

— Геронда, не могли бы Вы рассказать нам что-нибудь о добром равнодушии?

Доброе равнодушие необходимо человеку чрезмерно чувствительному, которого мучает разными помыслами тангалашка. Такому человеку хорошо бы стать немного безчувственным — в положительном смысле этого слова — и не копаться в помыслах определенного рода. Кроме того, доброе равнодушие необходимо человеку, которого дьявол, желая вывести из строя, сделал чрезмерно чувствительным в отношении какого-то конкретного дела или явления, хотя обычно такой человек чрезмерной чувствительностью не страдает. И такому человеку на какое-то время поможет доброе равнодушие. Однако за ним должен наблюдать духовник. Ему нужно открывать свой помысл духовнику и быть под его наблюдением. В противном случае он может потихоньку стать безразличным ко всему и впасть в противоположную крайность — превратиться в совершенно равнодушного человека.

— Геронда, почему, когда я впадаю в печаль, у меня появляются хульные помыслы?

— Смотри, что происходит: видя тебя опечаленной, тангалашка пользуется этим и подсовывает тебе мирскую карамельку — греховный помысл. Если ты в первый раз падешь [приняв этот помысл-

карамельку], то в следующий раз он расстроит тебя еще больше и у тебя не найдется сил ему сопротивляться. Поэтому никогда не нужно пребывать в состоянии печали, вместо этого лучше заняться чем-то духовным. Духовное занятие поможет тебе выйти из этого состояния.

— Геронда, я очень мучаюсь от некоторых помыслов...

— Они от лукавого. Будь мирна, и не слушай их. Ты человек впечатлительный, чуткий. Дьявол, пользуясь твоей чувствительностью, внушает тебе [привычку] придавать некоторым помыслам излишнее внимание. Он «приклеивает» к ним твой ум, и ты понапрасну мучаешься. К примеру, он может принести тебе скверные помыслы о матушке-игуменье или даже обо мне. Оставляй эти помыслы без внимания. Если отнестись к хульному помыслу хоть с немногим вниманием, он может тебя измучить, может тебя сломать. Тебе необходимо немного доброго равнодушия.

Хульными помыслами дьявол обычно мучает благоговейных и очень чувствительных людей. Он преувеличивает их падение [в их собственных глазах] с тем, чтобы ввергнуть их в скорбь. Дьявол стремится низвергнуть их в отчаяние, чтобы они покончили с собой, а если это ему не удастся, то стремится, по крайней мере, свести их с ума и вывести из строя. Если же дьяволу не удастся и это, то ему доставляет удовольствие навести на них хотя бы тоску, уныние.

Часто хульные помыслы приходят человеку и по зависти дьявола. Особенно после всенощного бдения. Бывает, что от усталости ты падаешь как мертвый и не можешь противодействовать врагу. Вот тогда-то злодей дьявол и приносит тебе хульные помыслы. А потом, желая тебя запутать или ввергнуть в отчаяние, начинает внушать: «Да таких помыслов и сам дьявол не принесет! Теперь ты не спасешься». Дьявол может принести человеку хульные помыслы даже на Святаго Духа, а потом сказать, что этот грех — хула на Святаго Духа — не прощается.

— Геронда, а может ли хульный помысл прийти по нашей собственной вине?

— Да. Человек может и сам дать повод для прихода такого

помысла. Если хульные помыслы не вызваны чрезмерной чувствительностью, то они приходят от гордости, осуждения и тому подобного. Поэтому, если, подвизаясь, вы имеете помыслы неверия и хулы, знайте, что ваше подвижничество совершается с гордостью. Гордость омрачает ум, начинается неверие, и человек лишается покрова Божественной Благодати. Кроме того, хульные помыслы одолевают человека, который занимается догматическими вопросами, не имея для этого соответствующих предпосылок.

### *Презрение к хульным помыслам*

— Геронда, Авва Исаак говорит, что мы побеждаем страсти «смирением, а не превозношением». Презрение к какой-то страсти, превозношение [над ней] и презрение к хульным помыслам — это не одно и то же?

— Нет. В презрении страсти есть гордость, самоуверенность и — что хуже всего — самооправдание. То есть ты оправдываешь себя и «отказываешься» от своей страсти. Ты словно говоришь: «Эта страсть не моя, она не имеет ко мне никакого отношения» — и не подвизаешься, чтобы от нее освободиться. А вот хульные помыслы мы должны презирать, потому что, как я уже говорил, они не наши, а от диавола.

— А если человек притворяется перед другими, что имеет какую-то страсть, например, изображая себя чревоугодником, то тем самым он насмехается над диаволом?

— В этом случае он «лицемерит добрым лицемерием», но это не насмешка над диаволом. Ты насмехаешься над диаволом, когда он приносит тебе хульные помыслы, а ты поешь что-то церковное.

— Геронда, как прогнать хульный помысл во время богослужения?

— Песнопением. «Отверзу уста моя...» Ты что не умеешь петь по нотам? Не расковыривай этот помысл, отнесись к нему с презрением. Человек, который стоит на молитве и беседует с такими помыслами, подобен солдату, который отдает рапорт командиру и при этом раскручивает гранату.

— А если хульный помысл не уходит?

— Если он не уходит, знай, что где-то в тебе он облобовал для себя местечко. Самое результативное средство — это презрение к диаволу. Ведь за хульными помыслами прячется он — учитель лукавства. Во время брани хульных помыслов лучше не бороться с ними даже молитвой Иисусовой, потому что, произнося ее, мы покажем свое беспокойство, и диавол, целясь в наше слабое место, будет обстреливать нас хульными помыслами без конца. В этом случае лучше петь что-то церковное. Смотри, ведь и малые дети, желая показать презрение своему сверстнику, перебивают его речь разными песенками вроде «тру-ля-ля». То же самое следует делать и нам по отношению к диаволу. Однако будем показывать свое презрение к нему не мирскими песенками, а священными песнопениями. Церковное пение — это не только молитва к Богу, но и презрение к диаволу. Таким образом, лукавому достанется на орехи и с одного, и с другого бока — и он лопнет.

— Геронда, находясь в таком состоянии, я не могу петь. Даже ко Святому Причащению мне подходить нелегко.

— Это очень опасно! Тангалашка загоняет тебя в угол! И пой, и причащайся — ведь эти помыслы не твои. Окажи мне послушание хотя бы в этом [во время брани помыслов] пропой один раз «Достойно есть», чтобы тангалашка получил то, что ему причитается, и пустился наутек. Я не рассказывал тебе об одном афонском монахе? Двенадцатилетним сиротой он пришел на Святую Гору. Лишившись любви своей матери по плоти, он всю любовь отдал Матери Божией. Он питал к Ней такие же чувства, как к своей родной матери. Если бы ты видела, с каким благоговением он прикладывался к иконам! И вот враг, сыграв на этой любви, принес ему хульные помыслы. Несчастный даже к иконам прикладываться перестал. Его Старец, узнав об этом, взял его за руку и заставил приложиться к ликам и рукам Пресвятой Богородицы и Спасителя на Их иконах. Сразу же после этого диавол пустился в бегство. Конечно, лобызать Божию Матерь и Спасителя прямо в лик — это, некоторым образом, дерзко. Но Старец заставил монаха сделать это, чтобы прогнать мучавшие его помыслы.

*В каких случаях мы виновны  
в хульных помыслах сами*

— Геронда, когда я испытываю приращение хульного помысла, но без сосложения с ним, то ложится ли на меня вина?

— Если ты огорчаешься и не принимаешь этого помысла, то вины нет.

— Геронда, а когда человек виновен в хульном помысле?

— Он виновен, если не огорчается, что имеет такой помысл, а сидит [сложив руки] и беседует с ним. И чем больше он будет принимать хульные помыслы, тем большему диавольскому смятению подвергнется. Ведь, разглядывая появившийся хульный помысл и беседуя с ним в уме, ты в малой степени подвергаешься беснованию.

— А как прогнать такие помыслы?

— Если человек огорчается, что такие помыслы к нему приходят и не беседует с ними, то, не получая пищи, они отпадают сами собой. Дерево, которое не поливают, засохнет. Однако, начав хотя бы немного услаждаться этими помыслами, он дает им пищу, «поливает» своего ветхого человека. В этом случае помыслы «отсыхают» нелегко.

— А со мной, Геронда, иногда случается следующее: я принимаю хульные помыслы, сослагаюсь с ними, потом понимаю это, но уже не могу их прогнать.

— Знаешь, что с тобой происходит? В какой-то момент ты на что-то отвлекаешься, рассеиваешься и с разинутым ртом начинаешь считать ворон. Тогда к тебе подкрадывается тангалашка и вбрасывает в твой разинутый рот карамельку. Ты начинаешь вращать ее во рту, чувствуешь ее вкус, и тебе уже тяжело ее выплюнуть. Нужно выплевывать сразу — едва-едва почувствуешь ее «сладость».

— Геронда, а если я ненадолго принимаю появившийся хульный помысл, но потом его прогоняю?

— В этом случае диавол дает тебе леденец, ты его выплевываешь но не сразу, а спустя какое-то время. Выплевывать нужно немедленно. В противном случае, обманув тебя вначале с помощью леденца, диавол впоследствии напоит тебя горьким зельем и поглумится над тобой.

## Раздел 2. Блудные помыслы

Все мы, как один, без исключения, подвергаемся блудным нечистым помыслам, услаждаемся ими в сердце, подогревая и укореняя их в сердце своем. Засматриваемся на красивые лица с вожделением, грешим сквернословием, любовными помыслами, безстыдными телодвижениями, кокетством, волокитством, сводничеством, пресыщением в пище и питье, излишним сном, чтением романов, просмотрением всяких зрелищ с любовными сценами (будь то в театре, кино или по телевизору), рассматриванием соблазнительных картинок, отвратительных открыток и снимков, вольным обращением и играми: с другим полом, излишним щегольством; употреблением всяких косметических средств, чтобы придать себе, как многим кажется, более привлекательный вид, надеванием неподобающей, безстыдно обнажающей одежды или надеванием одежды и прически, неподобающей христианом, болтливостью, непристойными шутками, рассказыванием и слушанием непристойных анекдотов и прочих двусмысленных, грязных фраз, намеков, острот и шуток, произвольным похотным разжжением.

Мы не только не сопротивляемся помыслам блудным, не встаем против них тотчас, как диавол подбрасывает их нам, не обращаемся к Богу с молитвой за помощью, не остерегаемся как огня, способного в секунду воспламенить нашу склонную на похоть блудную плоть, а с упоением принимаем их в сердце, услаждаемся тайно, а при первом же подходящем моменте, если Господь Своей благодатью не отведет, не разрушит эту мерзкую мысленную постройку блудилища, совершаем страшные смертные грехи: блуд, прелюбодеяние и всякие противоестественные грехи, о которых страшно не только говорить, но даже и помыслить...

Блаженный Августин говорил, что от человека одержимого блудной страстью убегают Ангелы, узрев ее, смежают очи диаволы!

В церковных сказаниях есть многочисленные примеры, подтверждающие справедливость слов блаженного Августина.

«Некий волхв, один из так называемых чернокнижников, вызывал к себе диавола для некоторого служения ему. Диавол долго

не появлялся, а волхв не переставал призывать и умолять его. Наконец диавол явился к волхву в образе человеческого и, стоя вдали, закрывал нос своей перстами. Тогда волхв спросил диавола: «Что это значит?» И диавол отвечал ему: «Смрад блудодеяния твоего не допускает, чтобы я приблизился к тебе».

«О блудник окаянный! — восклицает святитель Димитрий Ростовский, — до какого крайнего окаяинства ты доходишь, что не только Бог и Святые Ангелы Его, но и самые нечистые бесы гнушаются нечистотою твоею и, видя ее, смежают очи свои, затыкают ноздри от ее смрада!»

Этот же святитель приводит другое повествование, — как человек на исповеди рассказывал, что, когда он совершил незаконную плотскую нечистоту, был слышен голос диавола, который как будто стоял за стеной, страшно загоготал и трижды сказал: «Фе, фе, фе!» (Из бесед святителя Димитрия Ростовского).

Где же спрятан корень этой ужасной страсти? Святой праведный Алексей Мечев писал своим чадам, что восстание плоти бывает от нерадения о молитве, воздержании и добром безмолвии.

Страсть блудная восстает в человеке от многоядения, от многословия, от многого сна, от превозношения и величания, когда кто думает о себе, что он лучше других, что благоговейно служит Богу, что проводит целомудренную жизнь, когда осуждает других и считает их грешными.

Как геенского огня, надо бояться сладострастных влечений к кому бы то ни было. Необходимо убегать и не говорить с теми, к кому ощущаешь страсть, а также бояться каких-либо и собственных страстных услаждений. Всякую мысль о сем гнать от себя в самом ее начале, как порождение диавольское, как смертоносный змеиный яд, который, разливаясь по всем составам человеческого тела, умерщвляет и тело, и душу. Кто не удерживается от этого греха, гибель тому неизбежна.

**Блудная страсть более всего убивает в человеке страх Божий и делает безбожником.**

Склонные к сладострастному греху бывают сострадательны, ласковы и скоры на слезы, но все это действие бесовское, чтобы об-

маном чувств глубже утопить несчастных. Также враг внушает им излишнее упование на милосердие Божие. Господь действительно милосерд, но и правосуден.

У человека нечестивого и страстного и вещи его заражены страстями; не прикасайся к ним, не употребляй их.

Следует удаляться от предмета соблазна, ибо чего не видит глаз, то не приходит на мысль, а чего нет в мысли, то не трогает воображение и не возбуждает страсти.

«Если будут появляться дурные мысли, желания, ты сможешь отбросить все греховное, как ребенок, через немедленное, хотя мысленное, молитвенное обращение к Пресвятой Богородице, как к общей Матери: «Владычице, спаси, сохрани меня, окаянного, я хочу быть чистым, близко стоять к Тебе,» — а потом звать: «Иисусе Сладчайший, спаси меня, окаянного, привлеки к Себе, не возгнушавшийся блудницы и разбойника», также можно звать и какими либо своими воззваниями, идущими из глубины души, которые в этот момент сложатся в нашем уме, ведь сущность настоящей молитвы в возношении ума и сердца к Богу, — и такая молитва наверняка сделает свое дело, даст тебе возможность выгнать из глубины души твоей греховную мысль».

Из письма: «Скорблю, что у тебя почему-то душевное состояние неважное: «Скучно, тяжело на душе». Наверное ты плохо молишься или чем либо недоволен. Молись усердней так: «Господи помилуй, Господи не оставь мене!»»

«Молитва — это важное и необходимое дело. Молиться нужно и можно всегда и везде. Как явится мысль какая, чувствуешь соблазн ко греху, видишь, что сейчас падешь, так и нужно обратиться ко Господу и к Божией Матери: «Владычице, помоги мне, мне хочется быть хорошим, помоги мне быть твоим чистым сыном», и пока еще будем молиться, мысль злая исчезнет. А потом привыкнем и всегда молиться. Всякое дело нужно начинать молитвой» (1 Фес. 5, 17).

«Апостол Павел пишет: «Непрестанно молитесь». Чтобы исполнить делом эти слова молись умом во всякое время и во всяком месте. Идешь по улице, делаешь ли что либо руками, сидишь ли в



вагоне — твори молитву, особенно Иисусову: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешнаго», или более сокращенно: «Иисусе, Сыне Божий, помилуй мя». Читай эту молитву чаще и безбоязненно сознавая свою немощь и греховность, а если появляются дурные мысли, то не обращай на них внимания, а старайся еще чаще читать молитву Иисусову, и, Бог милостив, все пройдет».

*Святой праведный Алексей Мечев.*

### ***О борьбе с блудной страстью и нечистыми помыслами***

«Когда стужают тебе блудные помыслы, — говорит преподобный Нил Сорский, — тогда наиболее ограждай себя страхом Божиим и напоминай себе, что от Бога ничего нельзя утаить, даже самого сокровенного помышления, что Он есть Судия и Истязатель всех тайн сердечных. Помни, что истинно целомудрен только тот, кто чист бывает от скверных помыслов, — вот что пред Богом многоценно и вселюбезно! А кто предается нечистым помыслам, тот любодействует в сердце своем, как сказали святые отцы. Таковой от помыслов легко доходит и до дела. А как тяжек грех блудный, это видно уже из того, что никакой другой грех у святых отцов не называется падением, кроме этого греха. И это потому, что впадший в этот грех лишается дерзновения перед Богом и сильно влечется к отчаянию. Вспоминай стыд и срам перед людьми: что, если бы люди застали тебя в сквернодействе этом? Не пожелал ли бы ты тогда лучше умереть, нежели понести сей срам? Блуди главу змия, то есть всячески гони от себя прочь самые первые блудные помыслы, гони их прежде всего прилежной сердечной молитвой. Молитва — это страшное оружие против всякого врага. Преподобный Максим Исповедник велит молиться против блудных помыслов словами пророка Давида: *избави мя от обышедших мя* (Пс. 31, 7). И преподобный Иоанн Лествичник приводит образец молитвы против помыслов блудных: «Боже, в помощь мою вонми». Полезно в этом случае призывать на помощь тех святых, которые подвизались особенно за целомудрие и чистоту. Так,

преподобный Даниил Скитский приказал брату, боримому блудом, молиться, призывая на помощь святую мученицу Фомаиду, за целомудрие пострадавшую, и молиться так: «Боже, за молитвы мученицы Фомады помози мне!» И брат, помолившись так у гроба мученицы, тотчас избавился от блудной страсти. Хорошо также призывать в молитве преподобных Моисея Угрина и Иоанна Многострадального, киевских Чудотворцев — преподобных Моисея Мурина и Мартиниана, мученика Философа и др. Если брань не утихает, то встань, простри на небо очи и руки, и молись, по наставлению преподобных Григория Синаита и Исаака Сирина, говоря: «Ты, Господи, силен, Ты все можешь. Ты Сам, Господи, побори и победи за нас во брани сей!»

И преподобный Иоанн Лествичник учит: «Возопий к Могущему спасти тебя не хитро сложенными словами, но смиренным вещанием: *Помилуй мя, Господи, яко немощен есмь* (Пс. 6, 3), и тогда познаешь силу Вышнего, и врагов невидимых отженешь. Бей всегда супостатов именем Иисусовым, ибо крепче этого оружия не обрящешь ни на небе, ни на земле... Враг особенно восстает на нас тогда, когда нам неудобно помолиться видимым образом: внимай же, и когда начнут тебя смущать скверные помыслы, возведи очи душевные и телесные ко Господу Сил, и тогда опытом уразумеешь, что силой Вышнего отражается всякая вражеская сила». А если обленишься это сделать, то ослабеешь, и осквернится совесть твоя. Не смотри на лица женские и иные доброзрачные, избегай вспоминать о них, гони и отсекай тотчас же всякий нечистый помысл, лишь только он появится в душе твоей, хотя бы это было с целью самоукорения. Бегай непристойных шуток и разговоров, не читай книг, в которых описывается нечистая любовь, и чаще вспоминай то, что говорит Лествичник от лица плоти нашей: «Если познаешь, — говорит она, — глубокую мою и твою немощь, то тем свяжешь мне руки. Если гортань умучишь постом и воздержанием, то свяжешь мои ноги; если отречешься от своей воли в деле спасения, то освободишься от меня, а если приобретешь смирение, то отсечешь мне голову». Так учат святые отцы побеждать похоть блудную.

*Сколько гибельно услаждение грешными мыслями  
Повесть о загробном мучении девственницы*

*Из книги «Письма святогорца» —  
письмо шестнадцатое*

Письмо Ваше мною получено. Вы по-прежнему все-таки жалуетесь на прилив страстей к сердцу, на смуты мысли и на тревогу чувства. Трогательны жалобы Ваши, да пособить иным нечем, кроме утешительных истин Евангелия, кроме обетований Божиих побеждающим плоть свою и дружеских советов. Вы страдаете сердечно? Не диво: потому что Вы в мире, среди всех очарований и в полном цвете и силе Вашей собственной жизни. Но к чему и зачем бояться мыслей, движений сердца и брани плотской? Все это само по себе ничего не значит, беда только в том, ежели мы лакомимся желанием греха, воображением сладострастных его действий и разнообразием видов плотского удовлетворения. Я думаю, Вы не поверите, если сказать, что многие, не падая действительным падением плотского греха, строго сохранив чистоту плоти, не вошли и не войдут в Царствие Божие потому только, что мысленно услаждались, лакомились в сердце желаниями нечистыми и сладострастным воображением. Послушайте, я расскажу Вам повесть, которая очень кстати для нашей беседы, то есть что и одних преступных мыслей достаточно для нашей погибели, не говоря о греховных делах, которые отчуждают нас от Бога и от райской славы Царствия Его.

Однажды, в урочное время, является бес в числе других к сатане с доносом об успехе своих вражеских действий между людьми.

— Ну, что твой монах? — спросил сатана беса.

— Как нельзя лучше! — отвечал бес. — Он не хочет действительного греха, но в сладость внимает моим наговорам о красоте и увлекательности женских лиц: каждое мое слово он ловит с жадностью и, принимая к сердцу, весь сторает в вожделении плотском. Я ему обрисовываю в воображении соблазнительные сцены, действия греха во всем его разнообразии, и монах мой готов прыгать от удовольствия; он решительно — наш!

— Хорошо! — воскликнул сатана. — Хорошо! Смотри же, — продолжал он чуть не шепотом, как будто опасаясь, чтоб кто не подслушал его в аду, — смотри же: умеи кончить начатое, не преставай подстрекать сердце монаха плотским вожделением, улаждай его мысль пакостью греховною, и, ежели это пойдет счастливо, падение его в действительный грех, при мечтаниях порочных, несомненно, и тогда он — наш!

Они расстались. Прошло несколько времени. Однажды, как и прежде, сатана гордо сидел на своем адском престоле и принимал доносы от своих подчиненных о ходе человеческих дел и о успехах адской брани. В числе других является и знакомый нам бес, но не таков, как прежде: вид его был уныл...

— Что ты? — грозно спросил сатана беса, заметив его грусть и трепет.

— Виноват! — завопил бес, бросившись к ногам сатаны. — Монах мой погиб!

Сатана нахмурился:

— Как погиб? Договаривай, что и как было, — заревел он во всю пасть.

— Долго водил я моего монаха, — отвечал бес, — как он поддавался мне, даже грустил без меня; но... ох!. Прости меня, мой повелитель!

— Продолжай, бездельник! — крикнул сатана. — Продолжай.

— Раз представился случай монаху быть наедине с женщиной завидного безстыдства; она начала его блазнить прежде взорами, а там словами; я подоспел к ней на помощь, и — монах пал!..

— Ну что ж, это недурно, — заметил сатана, — это очень хорошо! Лучше требовать нельзя!..

— Хорошо-то хорошо, — сказал бес, — но вот беда в чем: едва монах пал, как совесть сильно уязвила его: он зарыдал, залился слезами, забился как сумасшедший. Смотря на него и баба одурела, зарыдала и упала монаху в ноги, прося прощения, что ввела его в грех, а после того прямо — в монастырь. Там она во

всем призналась духовнику, а теперь сидит в затворе, так что я не смею подойти к ней, поражаясь убийственным для меня светом, окружающим кающуюся, которая теперь отнюдь не дает пробудиться своим прежним помыслам и желаниям: она погибшая для нас!

— А монах что? — сурово спросил сатана.

— Он в тысячу раз хуже той женщины! — отвечал бес. — Впрочем, время еще не ушло: я постараюсь ухаживать за ними и, может быть, не успею ли увлечь их снова в мои тайные сети!

Видите, что значит услаждение мысли и сердца плотским грехом? От мысли до самого дела — один шаг! Потому-то, конечно, и сказал Спаситель: *всяк воззревый на жену, во еже во-зделети ея, уже любодействова с нею в сердце своем*<sup>3</sup>. В таком случае лучше, по слову Святого Писания, жениться, нежели разжизниться<sup>4</sup>. А надобно, к сожалению, признаться, что многие из нас за ничто считают преступные мысли и только боятся действительного греха. Между тем и сама порочная мысль для нас, как видно, губельна и усладительна для сатаны, не говоря о наших греховных делах, которые составляют его славу и красоту его демонского венца. В подтверждение справедливости слов моих послушайте еще повесть, которую читал я, помнится, в греческой книге: «Σωτηρία ἀμαρτωλῶν».

При одной игумении в женском монастыре оставалась племянница ее, для того чтобы в самый расцвет юной жизни посвятить себя на служение Господу Богу и на все труды монастырского послушания; она была прекрасна собою и неукоризненного поведения, так что все сестры любовались ее ангельскою непорочностью и истинно иноческой скромностью. Недолго, впрочем, любимица доброй настоятельницы была украшением ее девственного общества: она скончалась, и ее торжественно похоронили в чаянии, что ее чистая душа унеслась к Богу, в Его райские обители. Немного протекло дней после погребения

---

<sup>3</sup> Ср.: Мф. 5, 22.

<sup>4</sup> См.: 1 Кор. 7, 9.

девственницы, как игумения, слишком огорченная ее потерей, решила просить Господа, чтоб открыл Он, в какой славе Небесного Царствия ее племянница и как высоко стоит она в лике блаженствующих девственниц. Чтоб скорее услышал Господь молитву, игумения назначила себе строгий пост и утомительное бдение. Бог послушал молившуюся и открыл ей таинственную судьбу ее почившей племянницы. Однажды, когда игумения в келейной тишине преполовляющейся<sup>5</sup> ночи стояла на молитве, вдруг слышит, что под ее ногами расступилась земля, и огненная лава шумно потекла в виду молившейся. Вне себя от испуга, она взглянула в пропасть и среди геенского пламени видит свою несчастную племянницу.

— Боже мой! — отчаянно вскрикнула игумения. — Тебя ли я вижу, моя возлюбленная?..

— Да, — скрежеща зубами, произнесла несчастная.

— За что ж это? — с участием спросила старушка страдальцу. — Я тебя надеялась видеть в райской славе, в ликах ангельских, среди непорочных агниц Христовых, а ты... Боже мой!.. За что это?..

— Горе мне, окаянной! — вскричала со стоном мучившаяся. — Я сама виною моей гибели, этого геенского пламени, всегда пожирающего меня и не уничтожающего моей преступной души. Ты меня хотела видеть, — продолжала несчастная, — смотри же: Бог открыл тебе тайну моего загробного положения...

— За что ж это? — сквозь слезы спросила игумения.

— За то, — отвечала страдальца, — что я в виду вашем казалась девственницею, чистым Ангелом и непорочною, а на самом деле была совсем не то. Правда, я не осквернила себя плотским грехом, но мои мысли, мои тайные желания и преступные мечты свели меня в геенну. При непорочности моего девического тела я не умела сохранить мою душу, моих мыслей и движений сердечных в ангельской чистоте, и вот я мучусь за то... По молодости моей, по моей собственной неосторожности я питала в себе чувство сердечной привязанности к одному юноше, услаждалась в моих

---

<sup>5</sup> *Преполовляющийся* — доходящий до половины.

мыслях и мечтах представлением его прекрасного вида и любовью к нему и, считая то за грех, между тем совестились открыться при исповеди духовнику. Следствием порочного услаждения моей девической мысли нечистыми мечтаниями было то, что по смерти святые Ангелы возгнушались мной и с огорчением оставили меня в демонских руках. И вот я теперь сгораю в пламени геенском, бесконечно буду гореть и никогда, никогда вовеки не сгорю, потому что нет конца мучению для отверженников Неба!

При этих словах страдальца завилась, как червь, застонала, заскрежетала зубами, была охвачена огненной лавой и исчезла в ней от глаз испуганной игумении.

Вот что значит услаждаться греховными помыслами! Если и за них такая мучительная казнь, чего же ждать за действительный грех и за дела порочные? Можете сами знать про это из Священного Писания.

Неизвестно, впрочем, с какою целью попускает Бог на Вас искушение; может быть, как в святом апостоле Павле, Он хочет совершить в Вашей немощи Свою Божественную силу. Если для этого попущена брань, если можете устоять в ней, отстоять непорочность сердца, чистоту мысли и тела, стойте, мужайтесь, и, разумеется, благодать Божия не замедлит.

Понимаете теперь, для чего Бог попускает на нас сильную плотскую брань, которой не избегал всякий, кто когда-либо решился жить свято и благоугождать Господу в непорочности сердца. Не бойтесь мыслей: главное — дело, только не услаждайтесь ими, отвергайте их с возможною скоростью и силою сердечного произволения и не доводите себя до действительного греха. Мы обыкновенно увлекаемся при наших падениях мыслью, что Бог милостив и успеем покаяться. О, поверьте, нет ничего неосновательнее подобной мысли!.. Если и бывали образцы дивного покаяния по падении, так они не для того явлены, чтоб всякому небоязненно увлекаться в грехах в надежде исправления и милости Божией, но чтоб тот, кто по неосторожности пал, не приходил в отчаяние. Правда, что много мы видали и видим, что после всех заблуждений жизни, после всевозможного разврата человек иногда вдруг

приходит в чувство и остаток своих дней посвящает искреннему покаянию, слезам и сетованию о грехах своих. Но если это правда, так неоспоримая правда и в том, что часто Бог поражает человека иногда в самые минуты его собственного увлечения в действительный грех!.. А это самое не убеждает ли всякого из нас бояться не только греха, как подслащенного яда, но и мысли о нем? Итак, бойтесь не только падения, но и самих нечистых мечтаний, потому что неизвестен нам смертный час; но если Вы уж не в силах бороться со врагом за девственность Вашей плоти — с Богом, под венец!..

### *Случай из жития преподобного Парфения Киевского*

*От мысленных греховных приражений охраняла его  
благодать Божия*

«В начале моего просфорного послушания, — рассказывал он, — случилось мне однажды наслушаться невольно праздных бесед между ребятами, и в сумерки, когда прилег я отдохнуть, взбрело на мысль мне слышанное. А я еще был неискусен, не отогнал этой мысли, остановился на ней, и, наконец, думаю: да как это люди грешат, что же за приятность в грехе плотском? Все больше и больше эта мысль начала занимать меня; никак уж и не отвязжусь от нее. Вдруг стучат в дверь, и зовут меня на послушание. Я пошел немедленно; принялся по обычаю за дело от всей души и с молитвою — и помыслы, меня занимавшие, исчезли совершенно, так что я и забыл о них. Протрудившись до полуночи, совершил я обычное правило и уснул. Рано утром меня позвали к наместнику. Когда я пришел к нему, он повел меня в кабинет и говорит: «Скажи мне, Петр, как бы отцу духовному, не согрешил ли ты в чем-либо особенно?» Я смутился; думаю, перебираю в мыслях прошедшее и ничего не нахожу. «Нет, — говорю, — не знаю ничего, кажется, в чем бы укорила меня совесть». — «Подумай, — говорит он, — испытай себя хорошенько». Опять думаю; нет, ничего не припоминаю.

Тогда он говорит мне: «Ну, что-нибудь да есть. Я видел ныне во сне, будто стою в великой церкви против местной иконы Пре-



святой Богородицы. Близ ее по сторонам святой апостол Петр и преподобный Антоний. Тыходишь в церковь, подходишь к иконе, кладешь поклон; Пресвятая Владычица, как бы живая, отвращает от тебя лицо. Ты заходишь с другой стороны, Она опять отвращается от тебя. Ты остановился пред Нею в смущении. Тогда преподобный Антоний покрывает тебя своей мантией и говорит вместе со святым апостолом Петром: «Пресвятая Владычице, прости его; он погрешил в неведении; мы Тебе за него поручаемся». — «Если вы за него поручаетесь, — говорит Пресвятая Дева, — Я прощаю его вас ради». С сими словами Она обратила к тебе лице, а я пробудился. «Подумай же еще; если ты не согрешил делом, то не помыслил ли чего безместного?» Тогда я вдруг как бы озарился светом, вспомнил смущавшие меня помыслы и исповедал их наместнику».

«Этот случай, — прибавлял он к своему рассказу, — указал мне, до какой степени должно хранить себя даже от приближения к нечистым помыслам, и как тщательно должны мы блюсти чистоту не только телесную, но и умственную, — если Пресвятая Владычица отвращается от нас и за помышления о чуждых грехопадениях! Вот что значит: *От тайных моих очисти мя, и от чуждых пощади раба Твоего!*» (Пс. 18: 13-14).

## ПРИМЕР ИЗ КНИГИ «ПАСТЫРЬ»

Во втором веке жил в Риме римский гражданин Ерма. Он оставил после себя книгу «Пастырь», которую читали древние христиане во время служб, в наши дни как апостольское послание она читается в храмах. В ярких видениях, ему посланных, Ерма получил пояснение смысла земной жизни. Земная жизнь была названа «зимой». Верующие пренебрегают земной жизнью, но они знают, что она — «зима». Весна впереди. «Вот, — сказано было Ерме, —смотри, зимой все деревья кажутся сухими и мертвыми; но наступит весна — жизнь будущего века — и все расцветет, зазеленеет, и обнаружится ясно, какое дерево было мертвым, а какое имело в себе жизнь». Зимой без листьев все кажется одинаково сухим; но в каком дереве есть жизнь, солнце это по-

*кажет весной. Так и в вечности. Проявится в человечестве, кто был духом жив, а кто мертв. Это и есть Суд Божий: для одних — Страшный, для других — Радостный. Сердце доброе даст в вечности «лист и плод свой». В этом мире люди обманчиво, по наружности, кажутся одинаковыми, как деревья зимою. Но наступит весна. Солнце нравственное наполнит всю жизнь мира, и до конца обнаружится, что жило в человеке. Одни обуглятся, другие «воссияют»... Нет ничего тайного, что ни стало бы явным.*

***Обличение Ерму за его собственные слабости и за небрежность об исправлении детей его.***

Воспитавший меня продал в Рим одну девочку. По прошествии многих лет я увидел ее, узнал и полюбил, как сестру. Через несколько времени, видя, что она купается в реке Тибр, я подал ей руку и вывел ее из реки. Смотря на ее красоту, я думал в своем сердце, говоря: «Счастлив бы я был, если бы имел жену такую же лицом и нравом». Только это одно, и ничего более я не подумал. Спустя несколько времени я шел с такими мыслями, и прославлял творение Божие, помышляя, как величественно оно и прекрасно. Во время прогулки я заснул, и дух восхитил меня и понес<sup>6</sup> направо чрез какое-то место, по которому человек не мог ходить. Место это было скалисто, круто и непроходимо от вод. Миновав его, я пришел к равнине, и, преклонив колена, начал молиться Господу и исповедовать грехи свои. И в то время, как молился я, отверзлось небо, и вижу ту женщину, которую пожелал себе; она приветствует меня с неба и говорит: «Здравствуй, Ерм». Взглянувши на нее, говорю ей: «Госпожа, что ты здесь делаешь?» Она отвечает мне: «Я взята сюда, чтобы обличить пред Господом грехи твои». «Госпожа, — говорю я, — ужели ты меня будешь обвинять?» «Нет, — говорит она, — но выслушай слова, которые хочу сказать тебе. Бог, живущий на небесах, сотворивший из ничего все сущее, и умноживший ради святой Церкви Своей, гневается на тебя за то, что ты согрешил против меня». Я говорю в ответ ей: «Госпожа, если я согрешил против тебя, то каким об-

---

<sup>6</sup> Т.е. в видении

разом? Где или когда я сказал тебе какое-нибудь дурное слово? Не всегда ли я уважал тебя, как госпожу, не всегда ли я почитал тебя, как сестру<sup>7</sup>? Что же наговариваешь на меня столь дурное?» Тогда она, улыбаясь, говорит мне: «В сердце твоём возникло нечистое желание. Ужели не думаешь, что для человека праведного порочное дело и то, если в сердце его возникает худое пожелание? Это — грех для него, и притом тяжкий, ибо человек праведный и помышляет праведное. И когда он помышляет праведное и неуклонно к тому стремится, то имеет на небесах благоволение Господа во всяком деле. Те же, которые помышляют нечестивое в сердцах своих, навлекают на себя смерть и плен; особенно те, которые любят настоящий век, роскошествуют в богатстве своём и не ожидают благ будущих: гибнут души их. А это делают двудушные<sup>8</sup>, которые не имеют надежды в Господе, нерадят и небрегут о своей жизни. Но ты молись к Господу, и исцелит грехи твои и всего дома твоего и всех святых».

После того, как сказала она эти слова, небеса заключились. И я весь был в скорби и страхе, и говорил в себе: «Если это вменяется мне в грех, то как могу спастись или каким образом умолю Господа о безчисленных грехах своих? Какими словами упрошу Господа быть ко мне милостивым?» В то время, как я помышлял и соображал это в сердце своём, вижу против себя большую кафедру, сделанную из волны белой, как снег. И пришла старая женщина в блестящей одежде с книгою в руке, села она и приветствовала меня: «Здравствуй, Ерм». И я с печалью и слезами сказал: «Здравствуй, госпожа». Она сказала мне: «Что печален ты, Ерм, ты, который был терпелив, умерен и всегда весел?» Я говорю ей в ответ: «Госпожа, одна прекрасная женщина сделала мне укоризну, будто я согрешил против нее»: И она сказала мне: «Такое дело должно быть чуждо рабу Господню. Но ведь в сердце твоём возникло пожелание к ней. В рабах Божиих даже и такой помысл

---

<sup>7</sup> В греческом: как дочь.

<sup>8</sup> Те, которые веруют в Бога и вместе преданы этому миру, его понятиям и благам, служа Богу, служат и мамоне по привязанности сердца к настоящей жизни и неуверенности в благах будущей (ср. Иак. 1, 8; *Ерм.* Вид. III, 4).

составляет грех; ибо такого худого помысла не должно быть в рабе Божиим, и сердце чистое не должно желать дурного дела, — особенно ты, Ерм, удаляющийся от всякого преступного пожелания, исполненный простоты и великого незлобия».

### *Очищение сердца — дело всей жизни*

Над приобретением: чистоты сердца каждому из нас надо трудиться, неустанно и не ослабевая, всю жизнь, чтобы — не дай Бог! — не умереть в греховной нечистоте сердца, потому что страшно слово Господне: В чем застану, в том и сужу (ср.: Ин. 5, 30)! О длительности сего делания имеются важные наставления и у святых отцов.

«Если ум,- говорит святой Исаак Сирин,- приложит старание к чтению Божественных Писаний, потрудится несколько в посте, бдении, безмолвии, молитве, то забудет прежнее свое житие, достигнет чистоты, как скоро удалится от скверного поведения, однако же не будет иметь постоянной чистоты, потому что скоро он очищается, но скоро и оскверняется. Сердце же—корень жизни, гнездилище страстей— достигает чистоты многими скорбями, лишениями, удалением от общения со всем, что в мире мирского, и умерщвлением себя для всего этого. Всякая чистота, приобретенная скоро, в короткое время и с малым трудом, скоро теряется и оскверняется. Потому не надобно полагаться на чистоту своих помыслов, а всегда надобно остерегаться приращения страстей; нельзя быть беспечным: когда на время затихают в нас страсти, их нельзя скоро подавить. Исцеление души от недугов, страстей совершается обыкновенно не вдруг, а только мало-помалу, постепенно, с большим, долговременным трудом; зато оно бывает тем вернее, прочнее. Скорое исцеление как тела, так и души скоро опять ослабевает, и часто бывает быстрый возврат болезни, иногда еще с большим ожесточением. Это очищение должно составлять труд всей жизни. Ростки страстей, как бы ни казались подавленными, всегда продолжают пускать отпрыски; совершенно истребить их нельзя, пока живем в брэнной плоти. Потому, когда мы называем один путь жизни очистительным, а другой — просветительным, или путем преуспевающих, то не так надобно понимать, будто когда

нибудь можно оставить очищение сердца от страстей. Но название берется от главного, или того, что в каком состоянии больше должно занимать нас».

## Раздел 3. Помыслы разные

### *О помыслах и плотских движениях*

Мы должны стараться быть свободными от помыслов нечистых, особенно, когда приносим молитву Богу. Ибо нет единения между смрадом и благовонием.

Для сего нужно отражать первое нападение греховных помыслов и движений и рассеивать их от земли сердца нашего. Пока дети Вавилонские, то есть движения и помыслы злые, еще младенцы, должно разбивать и сокрушать их о камень, который есть Христос; особенно же нужно сокрушать следующие три страсти: чревоугодие, сребролюбие и тщеславие, которыми ухищрялся диавол искусить даже Самого Господа нашего Иисуса Христа в конце подвигов Его в пустыне.

Диавол, как лев, скрываясь в ограде своей (Пс. 9,30), тайно расставляет нам сети нечистых и нечестивых помыслов. Итак, немедленно, как только увидим, надобно расторгать их посредством благочестивого размышления и молитвы.

Требуется подвиг и великая бдительность, чтобы во время псалмопения ум наш согласовался с сердцем и устами, дабы в молитве нашей к фимиаму не примешивалось зловоние. Ибо Господь гнушается сердцем с нечистыми помыслами. Закон говорит: *не ори юнцем и ослятем* (Втор. 22, 10), то есть с помыслом чистым и нечистым не приноси молитвы.

Будем подражать Давиду, который говорит: *во утрия избивах вся грешных земли, еже потребити от града Господня вся делающая беззаконие* (Пс. 100, 8). Законом запрещено было нечистому входить в дом Господа. Дом сей — мы, и Иерусалим внутри нас. Грешные земли суть кроющиеся в сердце нашем змиевидные помыслы.

Будем и мы с ним взывать ко Господу: *устрой душу мою от*

злодейства их (Пс. 34, 17); расточи языки, хотяция бранем (Пс. 67, 31), дабы и нам услышать: в скорби призвал Мя еси, и избавил тя (Пс. 80, 8).

Будем непрестанно, день и ночь, со слезами, повергать себя пред лицом благодати Божией, да очистит Он сердца наши от всякого злого помышления, чтобы мы достойно могли проходить путь звания нашего и чистыми руками приносить Ему дары служения нашего.

Ежели мы не согласны со влагаемыми от диавола злыми помышлениями, то мы добро творим.

Нечистый дух только на страстных имеет сильное влияние; а к очистившимся от страстей приражается только со стороны, или внешне.

Человеку в молодых летах можно ли гореть и не возмущаться от плотских помыслов? Но должно молиться Господу Богу, да потухнет искра порочных страстей при самом начале. Тогда не усилится в человеке пламень страстей.

*Преп. Серафим Саровский*

### ***Из наставлений прп. Амвросия Оптинского о помыслах на молитве***

Многим заповедовал старец Амвросий, молиться краткою молитвою Иисусовою: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного!» От устной молитвы никто не впадал в прелесть, а умную, сердечную молитву проходить опасно. Такая молитва требует наставления, безгневия, молчания и смиренного самоукорения во всяком неприятном случае.

Что такое — умная молитва? (т.е. постоянно повторять в уме молитву Иисусову). Трудное это дело-всего разломит. К молитве простирайся сколько можешь — вот тебе меч духовный! Учитель молитвы — Сам Бог.

А когда тебя во время молитвы будет беспокоить раздражительность на кого-либо, молись так: «Господи Иисусе Христе, помилуй нас грешных!»

Один брат жаловался старцу, что во время молитвы множество бывает разнообразных помыслов. Старец на это сказал: «Ехал мужик по базару, вокруг него толпа народу, говор, шум, а он все на свою лошадку: но-но! но-но! — так помаленьку, помаленьку и проехал весь базар. Так и ты, чтобы ни говорили помыслы, все свое дело делай — молись!»

Враг душевный не восстанет так ни против какой добродетели, как против молитвы, всевает в наш ум разные греховные помыслы, всеми способами подвигает человека на гнев и на немирствие против других, которое по своему неразумию, а вместе по наущению вражию, мешают нам проходить внимательную жизнь. Один брат спросил другого: «Кто тебя обучил молитве Иисусовой?» А тот отвечает: «Бесы». — «Да как же так?». — «Да так, — они безпокоят меня помыслами греховными, а я все творил и творил молитву, — так и привык. Так и ты, чтобы ни говорили помыслы, все свое дело делай — молись!»

## ВЫПИСКИ ИЗ НАСТАВЛЕНИЙ И ПИСЕМ СТАРЦА СХИ.-АРХИМАНДРИТА. ИОАННА (МАСЛОВА)

### *о борьбе с греховными помыслами*

В своих проповедях и наставлениях отец Иоанн часто повторял: «Мы должны постоянно следить за собой, за своими мыслями, делами и пожеланиями и всячески избегать того, что оскорбляет Бога и удаляет Его из нашего сердца». Он называл внимание первым средством для очищения души: «Что касается духовной жизни и очищения души от греховного мусора, то первым средством в этом деле является бодрствование духа». В письмах старец также часто писал своим чадам о внимании: «Будем внимать себе!»; «Будь повнимательнее к себе самой»; «Желаю тебе быть лучше и обратить особое внимание на свою бессмертную душу»; «Будь, отченька, внимательным к своей жизни и побеждай все плотские пожелания, вопиющие против бессмертной души, страхом Божиим и страхом вечных мучений за гробом» и т.п. Отец Иоанн показывает, какое важное значение имеет внимание в деле спасения. Он

пишет: «Наше спасение заключается в том, чтобы мы смотрели за собой повнимательнее». «Будем почаще испытывать самих себя, где мы находимся, и с помощью Божией удаляться от всего греховного и порочного».

По учению святых отцов, поставив ум в трезвенное состояние, мы должны внимательно смотреть на нападающие помыслы и отвергать их при самом появлении, не принимая их и не позволяя им проникнуть в наше сердце. Батюшка очень образно учил этому. Его духовная дочь как-то сказала:

— Батюшка, мне от этих мыслей тщеславия никуда не деться.

— Вот выдумала. Если дверь закрыта, то никто не войдет. Не принимать этих мыслей. Безобразие.

Это образное выражение, что дверь души надо держать закрытой, батюшка часто использовал.

Когда батюшке говорили об унынии, тоске, он отвечал, что «это бывает, когда дверь души открыта, то есть впускаешь лукавые помыслы, они понемногу расхищают все, что накопилось в душе, все дары молитвы. Нужно дверь закрыть, помыслы гнать, богатство копить. Тогда в душе будет теплота, сокровища и благодать». Поясняя эту мысль молодой девушке, с которой он говорил в ризнице, батюшка добавлял: «Вот видишь, сколько здесь всего: облачения, книги, иконы. А если я дверь не буду закрывать — все растащат. Так и ты закрывай дверь души». Еще говорил: «Душу держишь всему открытой, все впускаешь, а надо дверь на замок от дурных помыслов и дел». Тем, кто былотягощен помыслами, батюшка мягко говорил: «Помыслов у кого не бывает, но их надо сразу отгонять; с помыслами бороться, и с плотью, и с врагом». Вообще, когда ему исповедовали греховную мысль или пожелание, он часто отвечал: «Это отогнать». Как приказ давал. Еще говорил: «Раз сразу не отсекаешь мысль, а разговариваешь [с ней], значит, не возненавидел греховную мысль».

Говоря о духовном омрачении человека, старец подчеркивал, что человек слаб, слушает внушения врага, принимает их за свои мысли. Поэтому часто повторял: «Не слушай врага, не соглашайся с ним!», «Не исполняй то, что он тебе внушает».



Еще говорил: «Надо стремиться к духовной жизни, не принимать помыслов от врага». Когда батюшку спрашивали: «Что значит — очищать помыслы?» — он отвечал: «Не соглашаться с ними». Преподобный Иоанн Пророк объясняет: «Согласие с помыслами состоит в том, что когда что-либо нравится человеку, он услаждается сим в сердце своем и с удовольствием размышляет о сем. Если же кто противоречит помыслу и ведет с ним брань, чтобы не принимать его, — это не есть согласие, но брань, и сие приводит человека к опытности и успеху».

Батюшка образно говорил: «Если зверя посадить в ящик и не давать есть и пить, он обязательно умрет. Так и мысли и воспоминания. Если не давать им пищи (отражать), они умрут». В одном из своих писем старец так раскрыл суть своего учения о борьбе с помыслами: «Безусловно, от помыслов никто не бывает свободен, и они всякого человека влекут к чему-то дурному, но от нас в полной мере зависит не соглашаться с ними и не вступаясь в беседу, и тогда они постепенно начнут удаляться от человека. Но здесь необходима борьба, только после которой наступает постоянное благодатное пребывание души в Боге». Он называет труд над очищением своего ума и сердца от скверных помыслов и пожеланий «непрерывным подвигом доброделания». В «Симфонии по творениям святителя Тихона Задонского» батюшка пишет: «Подвиг отсечения помыслов предстоит всем христианам без исключения и непрестанно...»

Если батюшке говорили о мыслях зависти, ревности, он образно отвечал, что, принимая эти мысли, человек сам пыль поднимает и пылит перед собой. На примере страсти зависти батюшка учил, как бороться и с другими греховными мыслями. «Зависть — это от врага. Он может истерзать душу, если не противиться... Когда зависть [нападает — Н. М.], не пытайся своим размышлением противиться врагу, бесполезно, он тебя обманет. Вообще не принимай его подступов — сразу отрезай: «Мне этого не надо, это не мое». «Занимайся сразу работой, чтобы ум был занят...» Если же у человека были сомнения в вере, батюшка говорил: «Сомнение — искушение диавола. Безмысленно разговаривать со своими

мыслями. На все сомнения — один ответ: «Верую», — и скоро почувствуешь помощь».

В борьбе с помыслами, как батюшка говорил, следует «переключать ум». «Важно в жизни, что извлекаешь из обстоятельств. Паук из цветка яд берет, а пчела — мед. Вот, например, идешь, услышишь музыку, песни, а ты сразу мысль переключай: «А как же Ангелы на небесах поют?» Мыслей греховных не допускай. Сразу переключайся на другое. Думай, например, о смерти, о Страшном суде». Другим батюшка советовал переключать ум на работу.

О том, как опасно принимать греховные мысли, свидетельствует такой случай. Один человек рассказал батюшке о мыслях, какие у него были летом, когда он не мог видеть старца. Батюшка сказал: «Да, плохо дело, натворил дел - большой грех. Телом не согрешил, но душой, теперь годы нужны, чтобы скверну эту омыть, чтобы душу к прежнему состоянию привести».

Вот один из примеров, как батюшка учил бороться с мыслями. Женщина говорит: «Батюшка, мне муж неприятен». Батюшка отвечает: «Враг не дурак, он знает, как действовать, ему только и надо разорвать таинство и выбросить. Если бы ты видела, кто все это шепчет, только по грехам нашим закрыты глаза наши. Когда ты венчалась, этого не было. С помыслами надо бороться. Когда назревает ссора, сказать себе: «Батюшка мне этого не велел». Когда враг начнет шептать, что муж плохой, неприятный, — ответить: «Нет, он хороший», — и все сразу исчезнет, и он действительно хороший...»

О. Иоанн учил замечать в душе пристрастие к кому-либо или чему-либо. Он говорил: «И малая вещь может погубить человека, если он будет относиться к ней с пристрастием». Батюшка наставлял бороться с помыслами молитвой. Он говорил: «Надо гнать вражьи мысли, заменять их молитвой». Некоторым советовал, когда в голову «лезут» плохие мысли или ненужные воспоминания, читать молитву: «Пресвятая Владычице моя Богородице...» И еще говорил: «Если будешь делом да молитвой занят, враг не подступит».

Старец учил, что бороться с греховными помыслами нужно и покаянием. Вот одна из его бесед с духовным сыном:

— Ну, что там у тебя?

— Тяжело на сердце, батюшка, грехи мучают.

— Что согрешил?

— Не знаю, наверно, мыслью.

— Мысли — все равно, что дела.

— Пусто на душе.

— Пустота, она всегда от помысла, когда плохую мысль принимаешь. Не молишься, не борешься.

— Как подогреть себя?

— Борись. Сразу проверяй: что согрешил, что принял, раз тяжело душе. Кайся и дальше иди.

К каждому у батюшки был свой подход, поэтому здесь указаны лишь некоторые способы борьбы с помыслами, которым он учил всех. Но в этой борьбе был еще один очень важный момент, тоже общий для всех. Батюшка обладал удивительным даром: помыслы, казавшиеся страшными и неодолимыми, часто в присутствии старца исчезали, будто их и не было.

О. Иоанн каждого приучал открывать свои мысли духовнику. В «Лекциях по Пастырскому богословию» он указывал: «Откровение помыслов старцу искореняет зло и предупреждает от грехопадений». Это делание — откровение помыслов старцу — издавна процветало в Глинской пустыни, и батюшка прививал его своим духовным детям.

Всякий грех начинается с греховных помыслов. Следовательно, и духовная борьба должна начинаться именно с них. Но для этого надо научиться видеть свои помыслы. Именно этому батюшка прежде всего и учил: замечать помыслы и исповедовать их, часто спрашивал у духовных детей: «Какие у тебя помыслы?» Он говорил: «До грехопадения был человек в единении с Богом. Не было у него плохих мыслей. А теперь враг то с одной стороны, то с другой стороны подступает. А человек слабый — все принимает. Какой-нибудь один раз воздержится человек и подумает: «Вот я воздержался!» — это уже враг обокрал». Насколько опасны греховные

мысли, отец Иоанн говорил в «Слове перед исповедью»: «Как нечистый и зловредный воздух изнуряет и ослабляет тело... и прежде времени сводит в могилу..., так и нечистые, греховные мысли... оскверняют душу, заражают ее грехом и препятствуют проникновению в нее благодати Божией, без которой душа умирает вечной смертью». В одном из писем он писал: «Душа, оскверненная порочными мыслями, бывает подобна грязному помойному ведру, где размножаются черви и всякая нечисть».

Помыслы, являющиеся в душе, бывают всех видов: и добрые, и злые, а иногда они тесным образом переплетаются друг с другом. И самому человеку без опытного наставника распознать их невозможно. Поэтому батюшка учил, что открытие помыслов должно охватывать содержание всей души. На исповеди ему открывали не только свои грехи, искушения, но и мысли, пожелания, малые движения сердца.

Старец как бы за руку вел человека по ступеням лестницы духовно-нравственного совершенствования. Сначала учил замечать помыслы (что очень непросто для новоначальных), открывать их духовнику и, наконец, бороться с ними.

Батюшка каждому много говорил о необходимости внутренней борьбы: «Наша жизнь здесь — борьба. Сидим в окопах как солдаты — вокруг рвутся снаряды. Христианин — это воин, сражающийся, по апостолу Павлу, с «духами злобы поднебесной». «Мы, воины, должны бороться, не расслабляться». «Здоровая душа, когда борется с мыслями, с желаниями». «Против греха борись как воин, сражайся с диаволом до победного конца, призывая в помощь Царицу Небесную».

Один человек как-то сказал старцу:

— Батюшка, так на душе плохо.

— Что плохо?

— Приеду к Вам — хоть какое-то болезнование сердца о грехах появляется. А уеду домой, через день-два все проходит.

— Да, все выветривается. Будешь бороться — будет легче. А не будешь — все пропадет. Надо бороться.

Батюшка разъяснял: «Борьба состоит в том, чтобы бороться со

своими душевными недугами». Старец учил: «С мыслями надо бороться. Не допускать их в ум, тогда они не проникнут в сердце..., мысль явилась, а ты ей должен сказать: «Нет, я не хочу».

Каждый из духовных чад отца Иоанна отчетливо помнит его энергичные слова, которые он говорил на исповеди или благословляя: «Будь внимателен!», «Исправляйся! Смотри за собой!» Эти слова были для каждого нравственным импульсом, сообщали людям бодрость, ревность о своем спасении. Старец учил редкому теперь дару — вниманию. (Святые отцы называют его еще трезвением, бодрствованием, хранением ума). Внимание — одно из основных средств борьбы с греховными помыслами. Глинские старцы всегда особенно старались воспитать это качество в своих учениках.

Еще старец мог постучать пальцем по голове человека (или, когда благословлял, слегка ударял по голове) — и все мучившие плохие мысли исчезали. Многие просили: «Батюшка, постучите», но старец не любил, когда так говорили.

По учению отца Иоанна, внимание относится не только к области ума, но вообще ко всему нашему существу. Бодрственное состояние души и тела требует от христианина как хранения ума, так и хранения чувств, которые по нашей невнимательности бывают проводниками греховных помыслов.

Духовные чада отца Иоанна отчетливо помнят, как он, поднося палец по очереди к глазам, уху и устам, весомо, проникновенно говорил: «Глаза, уши, язык», то есть «ограждай глаза, уши, язык». Казалось, что батюшка налагал на органы чувств какую-то узду. Давая такое наставление, батюшка как бы передавал человеку состояние внутренней собранности, контроля над собой. Такое состояние продолжалось некоторое время после беседы со старцем (у каждого по-разному). Потом человек, уже опытно познав его, должен был своим трудом и молитвой сам воспитывать в себе внутреннюю собранность, без которой духовная жизнь невозможна.

В своих письмах батюшка объясняет, почему он обращает внимание прежде всего на указанные чувства. «Очень было бы хорошо обуздать страхом Божиим наши телесные греховные чувства.

Особенно глаза, уши и злой язык, двери греха, уводящие свои жертвы, подобно блудному евангельскому сыну, «на сторону далече». Нужно подумать обо всем и сказать: «Вернусь я снова в отеческий дом и скажу Отцу Небесному: «Прими меня как единого от наемник Твоих». О, как бы было отрадно не только нам, но и Небесной торжествующей Церкви! Душа, познавшая свой грех и возненавидевшая его, бывает способна возлететь горе, к небесным сожителям».

В письме духовной дочери старец писал: «Нужно удерживать свои глаза от запрещенного древа — греха, и тогда только душа сможет воспрянуть от духовной спячки». Батюшка приводил много разных примеров того, как надо быть внимательным к зрению. Он говорил: «Засмотрелся на книгу с пристрастием, пожелал — уже грех. Надо сознавать». Вот маленький пример того, как старец пробуждал в людях самонаблюдение. Услышав наставление от батюшки о хранении чувств, один человек сказал: «А я часто езжу в транспорте и даже не обращаю внимания на то, что могу посмотреть или прочесть то, что люди рядом со мной читают (газеты, журналы)». Батюшка строго укорил его за этот грех и сказал, что это недопустимо. «Удерживай глаза», — говорил он.

Особенно старец призывал следить за языком. Он приводил слова преподобного Антония Великого: «Блудись, человек, возьми власть над языком своим и не умножай слов, чтобы не умножить грехов».

Духовных чад он наставлял: «Больше надо молчать. Много говорит пустой человек. Если будешь мало говорить, к твоему слову будут прислушиваться. Когда говорят старшие — все выслушать, не перебивать, потом вежливо, кротко ответить».

Духовная дочь жаловалась на себя: «Батюшка, на работе говорю много, потом душа болит». Батюшка тихо отвечал: «Не надо, надо молиться, возьми тропарик и читай».

Батюшка учил и к воспоминаниям относиться внимательно, чтобы они не повредили душе. О снах старец говорил: «Встал — забыл». Таким образом, батюшка учил быть внимательным во всем. В одном из писем он наставлял: «С нашей стороны требу-

ется постоянный контроль за нашими действиями, поступками и мыслями. Такого внимательного человека Бог никогда не отринет, и, более того, Он будет всегда помогать ему в преодолении всевозможных искушений». Духовным детям он говорил: «Надо быть внимательным и на работе, и дома», «Жизнь нам дается один раз, можно нажить столько врагов, что и по земле стыдно будет ходить, а можно приобрести столько друзей, что всегда помощь будет. Будь внимателен!»

## ПОУЧЕНИЯ АФОНСКОГО СТАРЦА ДАНИИЛА КАТУНАКСКАГО

### *О целомудрии*

Тот, кто отличился в целомудрии и святости и был удостоен всеразличных даров, стал достоин их благодаря покрову Владычицы нашей Богородицы.

Чтобы сохранить свою чистоту, борющийся девственник должен, прежде всего, быть исключительно преданным Владычице Богородице и смиренно молить Ее о помощи, так как облачения непогрешимой девственности нельзя достичь только путем аскетизма и личного борения— это, однако, непременно должно быть,— но дается это по милости Приснодевы Марии, Которая и очищает души девственников.

Кто желает сохранить целомудрие, должен приложить многие усилия, очищая свою душу от чувственных помыслов, которые всеаются для порчи душевной пособником зла. От помыслов этих можно избавиться при помощи молитвы Иисусовой и призыванием имени Владычицы Богородицы, Которая знает, как очистить души истинных ревнителей целомудрия.



## Глава 4. НАСТАВЛЕНИЯ ОПТИНСКИХ СТАРЦЕВ И ДРУГИХ ОТЦОВ О ПОМЫСЛАХ И О БОРЬБЕ С НИМИ

*Помыслы* стужающие и беспокоящие имеют многое различие: *прилог*, или *приражение помысла*, не имеет греха, но есть искус нашего самовластия, к чему оное преклоняется — к ним ли, или к сопротивлению им, а когда бывает *сосложение и сочетание* с оными страстями, считается грехом и подлежит покаянию. Не в силах будучи сами противиться оным, должно прибегать к Богу, повергать свою, немощь и просить Его помощи, просить и Матерь Божию о помощи на оные. Когда кто одолеваем бывает помыслами, то это знак, что предварила гордость, и потому надобно чрез оные более смиряться (*преп. Макарий, 24, т. 1, с. 449—450*).

*Ты не понимаешь*, как это: «*побеждать и побеждаться от нас зависит*»? А как же иначе? приходит прилог какого помысла скверного; в твоей воле состоит принять оный или отвергнуть; когда сочетаешься с ним и сложишься, то уже пленилась и стала побеждена, а когда отвергла прилог, то победила... (*преп. Макарий, 24, т. 3, с. 260*).

*Сопровивляйтесь* первому прилогу мысленному, сокрушайте младенцы вавилонские, пока они еще младенцы, — молитвою и смирением, а когда возрастут, то уже будут исполинами и трудно им сопротивляться (*преп. Макарий, 24, т. 1, с. 574*).

*О помышлениях* же ваших святой Давид в книге псаломстей пишет так: *весть Господь помышления человеческая, яко суть суетна* (Пс. 93, 11). А посему и за грех не ставьте их, о чем я и лично вам говаривал, но вы привыкли беспокоиться по-пустому (*преп. Антоний, 22, с. 36*).

*В разсуждении* частого разговора вашего с помыслами своими также не должно смущаться вам и приходить в уныние, ибо помышления таковые, кажется мне, не больше, как сонная греза. Некоторые люди бредят только ночью в глубоком сне, а мы с вами грешные ча-



сто бредим и наяву... Врачевство на сие одно: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешную и силою креста Твоего огради моя помышления от суетного и душевредного парения!* (преп. Антоний, 22, с. 237).

**Что** мрачные мысли нередко беспокоят вас, не смущайтесь, ибо мрачные мысли, как осенние облака, одни за другими находят и затемняют свет, но они и проходят, и небо остается чисто и приятно. Так и мысли наши побродят, побродят по белому свету, и ум усядется на своем месте, тогда и тихо, и весело бывает на душе. А уму нашему от скитания семо и овамо много способствует краткая, но часто повторяемая молитва Иисусова, к которой даруй вам, Господи, приобрести навык, и тогда ясные дни настанут для вас (преп. Антоний, 22, с. 285).

**В последнем** письме своем описываете вы о горьком и гордом помысле о муке вечной, и противник представил, что вы премудрее и справедливее Бога в своих суждениях! Видите, куда он вас поднял, — выше облак! Таких помыслов со смиренными не бывает, а вы страждете за превозношение свое и за многомыслие, ибо вы привыкли разговаривать сами с собою и думаете переспорить помыслы, но они отражаются молитвою Иисусовою и молчанием в мысли своей. Что делать, всякому человеку дан свой крест, который и должен он безропотно нести, ибо и сии негодные помыслы должны служить уроком к нашему смирению, а не кичению, ибо мы без Бога, своими силами, и с мухами не сладим (преп. Антоний, 22, с. 328).

**Тревожные** мысли — хуже всего, коих и должно опасаться всегда (преп. Антоний, 22, с. 350).

**А что** вы в домашней молитве своей, а иногда даже и в церковной, ощущаете разные мысли и рассеяние, то это бывает так иногда невольно, а иногда и произвольно. Например, в Москве и Санкт-Петербурге почти непрерывно проходят мимо окошек разносчики с разными мелочами и кричат: «купите, купите! продаю очень дешево». Чтобы не проходить им и не кричать, это не в нашей воле, а остановить их и вступить в разговор с ними и в разсматривание разносимых мелочей, это в нашей воле, и мы не без убытка бываем, когда купим у

них что. Так должно разуметь и об мыслях. Чтобы они не приходили, это не в нашей воле, а разговаривать с ними в нашей, т. е. если уладимся нечистым воображением, от чего да сохранит вас Господь! (*преп. Антоний, 22, с. 187—188*).

**Относительно** помыслов надо быть осмотрительней и с плачем вопиять — Господи, прежде даже до конца не погибну, спаси мя (*преп. Иосиф, 100*).

**Охранять** свою душу от помыслов — это трудное дело, значение которого даже непонятно людям мирским. Нередко говорят: зачем охранять душу от помыслов? Ну, пришла мысль и ушла, чего же бороться с нею? Очень они ошибаются. Мысль не просто приходит и уходит. Иная мысль может погубить душу человека, иной помысл заставляет человека вовсе повернуть на жизненном пути и пойти совсем в другом направлении, чем он раньше шел. Святые отцы говорят, что помыслы есть от Бога, помыслы от себя, т. е. от своего естества, и помыслы от бесов. Для того, чтобы различать, откуда приходят помыслы, внушаются ли они Богом, или враждебной силой, или происходят от естества, требуется великая мудрость (*преп. Варсонофий, 3, с. 231*).

**Вопрос:** «Эти дни мне совершенно некогда было читать, самые разнообразные мысли не давали сосредоточиться, от этого даже пропала охота читать».

**Ответ:** «А вы выйдите на террасу, посидите, мирный вид на вас будет наводить молитвенное чувство. Стоит только взглянуть на нашу церковь... Помыслы отогнать не в вашей силе, а не принять — в вашей. Имя Иисусово отгоняет их. А иногда нарочно попускается помыслу беспокоить вас, надо терпеть помыслы, не соглашаясь, однако, с ними...» (*преп. Варсонофий, 5, с. 49—50, от 30.04.1908*).

**А если** на молитве помыслы рассеиваются, то это дело обыкновенное — новоначальным нельзя не рассеиваться. Что касается до смущения твоего от помыслов, то средство одно: терпение и смирение (*преп. Анатолий, 7, с. 64*).

**А что** помыслы мутят, и ропот, и малодушие, то это обычный плод неправильной и слабой жизни. Но придет час, и ныне есть,

егда мертвии; (т. е. духом) услышат глас Сына Божия и услышавши оживут, то есть Духом Святым (*преп. Анатолий, 7, с. 101—102*).

**А чтоб** не досаждали тебе помыслы, что, дескать, и завтра, и послезавтра все то же будешь терпеть: это диавольское обыкновенное дело. Но сбудется не то, что диавол предсказывает, а что Бог велит. Что увлекалась в церкви помыслом — Бог да простит. Старайся только собирать помыслы. Это — дело монашеское (*преп. Анатолий, 7, с. 163*).

**...Ты отчаиваешься** и до того боишься открыть мне свои немощи, что и страх напал, и грудь стиснуло. Я сам человек грешный, но верую Господу, Который сказал: *Аз приидох грешныя спасти* (Ср.: Лк. 5, 32). А я грешник, стало быть, и меня спасет Господь. Вот страшно, кто грешит и не кается. А мы с тобой, сколько можем, стараемся покаяться. А потому не унывай. Помыслы борют очень многих, только смиренных не смеют тронуть. А мы смирения не имеем, вот и терпим безчестие. Этих помыслов ты еще не можешь отразить, а беги скорей к Иисусу, т. е. твори Иисусову молитву (*преп. Анатолий, 7, с. 163*).

**Какие** и в каком порядке приносятся врагами помыслы, во-первых, оскорбления и обиды, чтобы поколебать основание молитвы. Помыслы о земной славе и земном преуспевании под видом добродетели и даже чего-то духовного; основа их — гордость (*преп. Никон, 20, с. 20*).

**Согласие** с помыслами греха есть общение с врагом, отсюда отступление от нас силы Божией и помощи (*преп. Никон, 20, с. 21*).

**На вопрос** твой, какие исповедовать надо помыслы? Только те, которые борют душу, а о прочих много беспокоиться не надо, а то чрез это они будут более стужать (*преп. Иларион, 49*).

**Пишешь**, грустишь о разлуке со мною, и томительные помыслы находят, что скоро, может быть, лишишься меня. Грустить и загадывать вперед не надо, пользоваться будем настоящим и благодарить Бога (*преп. Иларион; 47*).

**В помыслах** самохваления — надо смотреть свои грехи и помнить, что без помощи Божией мы ничего доброго и полезного не сде-

лаем, наши одни только немощи и грехи. Скорби от игуменьи неси без роптания и молись за оскорбляющих тебя — не будет трудно (*преп. Иларион, 41*).

**Вы получили** некоторое спокойствие по прибытии от нас, чему завидуя, злокозненный враг вооружился против вас и смущает различными помыслами, представляя будто бы благословные причины, стараясь оными поколебать основание, на коем вы, при помощи Божией, желали созидать здание добродетели и благоугождать Господу. Вторая причина, что вы, желая угодить Богу, хотите скоро взойти на высоту добродетелей и мните это возможным от вас, что ясно доказывает в вас духовную гордость (в чем вы и сами себя сознаете), что, не находя деятельных плодов добра, которыми могли похвалиться, самое редкое желание добра служит ей (гордости) пищею. Эта причина доставляет удобный приступ врагу к сильному на вас нападению попусчением Божиим. Вот вам две главные причины вашего смущения и беспокойства... (*преп. Лев, 124*).

**Коликие бы** ни возстали волны на твою душу, всегда прибегай ко Христу. Спаситель, Он придет на помощь и укротит волны. Ты веруй, что Господь смотрительно устроил тебе таковую жизнь к исцелению, не отвергай ее и не ищи телесного спокойствия и мнимого мира, прежде подобает много потрястися и потерпеть: ежели будешь иметь откровение, то оно много облегчит твою брань и будешь больше иметь спокойствия, нежели сама собою (*преп. Лев, 161*).

**О. А.** лихорадкою движимые помыслы ехать на родину можно извинить, а согласиться на оные не должно. Если бы он на тот свет поглядывал чаще, то лучшие бы имел помыслы. В случае его неуспокоения надобно отозваться на старца, без коего благословения ничего не должно принимать и делать (*преп. Моисей, 310*).

**Враг** наш невидимый сам же вложит мысль греховную в душу человека, да тут же и запишет ее, как его собственную, дабы впоследствии на Страшном Суде Божиим обвинить человека (*преп. Амвросий, 1, ч. 1, с. 123*).

**Господь** тебя избавит от всех недолжных помыслов, только сми-

ряться (преп. Амвросий, 1, ч. 2, с. 75).

**Когда** найдет день, что будто хорошо живешь — весело и покойно, а вдруг делается беспокойство, и помыслы будут тебя смущать, тогда скажи себе: что ж ты теперь смущаешься? А помнишь, когда была покойна (преп. Амвросий, 1, ч. 2, с. 75).

**Против** помыслов немощных молись Господу: «от тайных моих очисти мя» и прочее и будешь получать облегчение... (преп. Амвросий, 23, ч. 2, с. 61).

...Пишешь... что тебе приходило сильное желание умереть, и не боялась смерти, все это обольщение вражие (преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 9—10).

**Когда найдут** смутные помыслы, тогда молиться: «Да воскреснет Бог» и поклон. — «Богородице Дево» три раза, и за каждым разом поклон. «Достойно есть» и поклон (преп. Амвросий, 23, ч. 2, с. 98).

...**Вся эта** противоречащая путаница есть действие врага, который борет и десными и шуими, то тоскою и страхом, то высокоумием и самонадеянностью, а когда отвергают его внушения, то опять шепчет: «благоже, благоже сотворил, победил, соделался велик». Тебе сильно казалось, что действительно пришла в меру совершенства, а сама пишешь, что голова пустая, душа, как разграбленная храмина, что с трудом привыкаешь к устной молитве, а четочного правила ни разу не выполнила, потому что, как только за него берешься, начинает тебя сильно ломать. Откуда же взялось твое совершенство? Видим, что тут явное противоречие, которое прежде всего врачуетя искренним покаянием и чистосердечным исповеданием «кому следует» (преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 3—4).

**Вперед** будь осторожна и осмотрительна при внушениях благовидных помыслов от врагов душевных. Как бы благовидны помыслы эти ни были, но ежели они приносят смущение и отчаяние, то это волки в овчих кожах, говорит Варсануфий Великий (преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 125).

**Как нельзя** не допустить ветра до открытой груди, так нельзя остановить и прилива помыслов, потому что человеческая душа

по самой природе (вследствие грехопадения прародителей) открыта для действий зла (*Авва Пимен*).

*Авва Памво* в ответ брату, жаловавшемуся на свою душевную брань с помыслами, сказал между прочим следующее: «не удивляйся случившемуся с тобою. Ты видишь меня, как я стар; 70 лет живу в келии этой, в попечениях о спасении моем. В такой старости поныне претерпеваю искушения и напасти от помыслов.

*От искушений* никому не избежать, но можно избежать падений (*Свт. Феофан Затворник*).

*Остров*, лежащий среди моря, может ли остановить волны, чтобы они не ударяли в него? По крайней мере остров противится волнам. Так и мы не можем остановить помыслов, но можем противиться им (*Преп. Ефрем Сирин*).

*Ты не можешь*, конечно, препятствовать полету птицы, но ты можешь воспрепятствовать ей свить гнездо там или здесь (*Прот. И. Толмачев*).

*Если нечестивые помыслы* тревожат ум твой, - не отчаивайся, но приводи себе на память Божии щедроты. Кому поверен корабль, того владелец корабля никогда не упрекнет так: «Для чего ты дал волнам бить мой корабль?» Но скажет разве: «Для чего не противился волнам?» (*Преп. Ефрем Сирин*).

*Не то навлекает* на нас осуждение, что помыслы входят в нас, но то, когда мы даем им худое направление (*Преп. Варсонофий Великий*).

*Не подумай* когда - нибудь нерадеть о помыслах; ибо никакая мысль не может утаиться от Бога (*Преп. Марк Исповедник*).

*Безопаснее* не допускать врага в дом, нежели, допустивши, с ним бороться (*Свят. Тихон Задонский*).

*Как не удерживаешь* скорпиона за пазухую, так не держи худого помысла в сердце твоём (*Авва Евагрий*).

*Угашай искру*, пока в пламень не возросла, и убивай врага, пока мал есть (*Свят. Тихон Задонский*).

**Как искра** удобно погашается до появления пламени, так и худое пожелание удобно подавляется в начале ( *Иаков Архиеп. Нижегородский* ).

**Лукавому помыслу** так же худо давать возрастать в душе, как и траве на гряде с овощами ( *Преп. Ефрем Сирийский* ).

**Часто воздвигай** ум к молитве и истребишь помыслы, приступающие к сердцу ( *Преп. Фалласий Сирийский* ).

**Если помыслы** будем отсекаль, отсекем и грех. От помыслов и грех бывает, как от корня дерево или как от семени плод. Отсеки корень и дерева не будет; подави семя и плод не возрастет ( *Свят. Тихон Задонский* ).

**Лукавые помыслы** исторгай иными помыслами ( *Преп. Нил Синайский* ).

**Как воззрение** на медного змия, вознесенного Моисеем в пустыне, имевшего силу прообразованного им креста Христова, вскоре исцеляло уязвленных ядовитыми змиями, так воззрение покаяния, веры и молитвы на распятого Иисуса вскоре исцеляет душу, уязвленную ядовитыми впечатлениями похотного помысла ( *Свт. Филарет Московский* ).

### **Помыслы на молитве**

**Не удивляйся** тому, что во время службы находят тебе помыслы различные: когда ты принимаешься за оружие против врагов, т. е. молитву, то и они на тебя вооружаются сильнее прилогами помыслов. Прибегай ко Господу на них молитвою и не смущайся: они исчезнут, а когда будешь смущаться, видя, что оные не оставляют тебя, то сим больше их на себя вооружаешь, а когда со смирением стоя вопиешь на них к Богу, то и успокоишься... ( *преп. Макарий, 24, т. 4, с. 513* ).

**Ты пишешь**, что несколько дней непрестанно борют тебя разные помыслы, которые и объяснить затрудняешься. В особенности они смущают тебя во время пения, чтения и церковного служения. Этому удивляться нечего и не надобно смущаться: помыслы лезут в ум твой против твоего желанья, а ты, по немощи твоей, согласишься с

ними и смущаешься. Молитва есть оружие против диавола; ты на него вооружишься, и он противостает тебе помыслами, но ты, вместо того чтобы смущаться, кайся пред Богом и смирайся, сколько бы раз ни случилось тебе увлечься мыслями. Когда будешь иметь залог смирения, то враг не может противостать оному. Итак, не смущайся, а кайся! Бог приемлет молитву смиренных (*преп. Макарий, 24, т. 6, с. 289*).

*Когда* становимся на молитве, тогда враги ополчаются против нас, влагая разные помыслы и представляя неподобные мечты, стараясь отторгнуть от молитвы или ввергнуть в уныние. Но мы должны иметь благое произволение о приношении молитвы и стараться о собирании бродящих мыслей наших в словеса молитвы, но при нашествии оных не смущаться, а, познавая свою немощь, каяться пред Господом. Смущение за нашествие помыслов показывает малодушие наше, происходящее от гордости, мы хотим видеть себя чистыми пред Богом, по примеру фарисея, а не грешными, как мытарь. Оттого-то нам и не дается чистота молитвы, что мы возмним о себе нечто высоко, а *еже есть в человецех высоко, мерзость есть пред Богом* (Лк. 16, 15). Так лучше при недостатках наших смиряться и каяться, нежели смущаться, а при исправлении не высокоумствовать (*преп. Макарий, 24, т. 3, с. 18—19*).

### **Брань с помыслами**

*Прогонять* помыслы, противиться им могут только святые, а нам от них надо бегством спасаться... сразу у вас нет своих сил бороться с помыслами, то будете призывать Господа Иисуса, и имя Его будет прогонять от нас помыслы. В грех они, как я уже сказал, поставиться не могут. Например, разве вы виноваты, что, когда отворили дверь кельи, вас охватил ветер и засыпало снегом. Никакой в этом вины нет. Но раз вы видите, что вам не под силу идти по такой вьюге, то можно спастись только бегством, именно, захлопнуть дверь. А другой, покрепче, он, подобно Давиду, выходит на единоборство, но не с голыми руками. Заметьте, с чем вышел Давид на Голиафа — с камнем. А что значит камень? *Камень же бе Христос* (1 Кор. 10, 4) (*преп. Варсонофий, 5, с. 108, от 01.03.1909*).

*...Иногда* уходят из храма из-за помыслов. Это, конечно, нераз-



умно. Враг подымает брань помыслов с целью вывести из храма. Не должно поддаваться врагу. В большинстве случаев у молодых бывают блудные помыслы, а у старых — помыслы гнева, воспоминание старых обид. Враг как бы говорит: «Ты помнишь, такой-то вот тебя оскорблял при всех, а ты смолчал, ни слова ему не сказал. Эх ты! А ты ему вот что, да вот что сказал бы...» Иногда от подобных помыслов иной весь вспыхнет от гнева. Надо бороться... (*преп. Варсонофий, 5, с. 125, от 25.10.1909*).

**Когда** беспокоят помыслы, или смущают, или тревожат, то не надо входить в разговор с ними, а просто говорить: «Да будет воля Божия!» Это очень успокаивает... (*преп. Варсонофий, 5, с. 164, от 14.07.1910*).

**А мы**, если и окунемся в скверные помыслы — не уныем, но скорее поспешим к чистой воде покаяния и самоукорения, и Господь Милосердный простит (*преп. Анатолий, 7, с. 239*).

**Без** помыслов не проживешь. Все равно, как без навоза хлебушка не вырастишь. Премудрому они венец сплетают. Дай премудрому вино, и премудрший будет. А кто ими оплетается, тот пусть кается, возстает и спасается (*преп. Анатолий, 7, с. 240*).

**Дапомыслов** долго не держи. Пишешь, что у монахини их быть не должно: да к кому же им и лезть, как не к молодой монашке; у старой им поживы мало, те уж искусились, а молодых демоны и томят и тоскою, и другими страстями. От этого молоденькие делаются искусными: муж не искушен — неискусен (*преп. Анатолий, 7, с. 132*).

**Мимолетные** мысли, к которым сердце не прилепляется, быстро проходят, как в калейдоскопе. Ум наш никогда не останавливается, всегда занят. Дурные мысли не надо считать своей неотъемлемой собственностью, они не от нашего естества. Не может один и тот же ум и славословить Бога, и хулить. На такие мысли не надо обращать внимание, надо выбрасывать их, как сор, как нечто постороннее. Если же какая-либо дурная мысль неотступно приходит на ум и сердце к ней прилепляется, сочувствует ей, тогда надо приложить все силы, чтобы выбросить ее с помощью молитвы Иисусовой

и исповеданием старцу (*преп. Никон, 8, с. 305—306*).

**Все языцы** обыдоша мя, и именем Господним противляхся им: обышедше обыдоша мя, и именем Господним противляхся им: обыдоша мя яко пчелы сот, и разгорешася яко огонь в тернии: и именем Господним противляхся им (Пс. 117, 10—12). Эти слова относятся к Иисусовой молитве. Вот как надо бороться с помыслами (*преп. Никон, 8, с. 325*).

...**Нам** не надо никогда останавливаться на помыслах. Пусть идут мимо, если они пришли к нам, отражайте их Иисусовой молитвой. Пусть не находят они в сердцах ваших сочувствия себе. Старайтесь очищать свои сердца, для этого-то и необходима... кроме молитвы Иисусовой, памяти Божией, тщательная и откровенная исповедь... (*преп. Никон, 6, с. 196*).

...**Когда** заметишь, что какая-нибудь мысль долбит постоянно и сердце к ней прилепляется, вот тогда это ужасная опасность; скорее надо бороться, чтобы выбросить ее, молитвой Иисусовой прогоняй, а если все же не в силах, исповедуй старцу (*преп. Никон, 6, с. 229*).

...**Враг** рода человеческого не дремлет, ему хочется запнуть стопы человека, сбить его с дороги. Он борет человека всевозможными способами и средствами, он возбуждает мысленную брань, то есть борьбу с грехом в мыслях человека, с целью ввергнуть человека в грех и делом. Тяжела эта борьба. Доводит она иногда человека до уныния и расслабления, даже до согласия на грех.

И вот это согласие на грех уже погрешительно перед Богом. И в нем нужно каяться. Но если удержался человек, не впал в грех самым делом, то, значит, не запнулись стопы его, не споткнулся он. Но лишь человек выпустит веления закона Божия из памяти своей и из чувства сердца своего, грех прельщает его, и он падает, запинаятся стопы его, он сбивается с дороги, греша уже не мысленно только, но и делом (*преп. Никон, 6, с. 202*).

**Господь** ждет: куда склонится наше сердце — сохранит верность Ему или предаст Его из-за временной сласти греха.

Сказали святые отцы: «отсеки помысл — отсецешь и все». Очень важно помнить, что всяким согласием с грехом, а через грех

и с бесами, мы предаем Господа, предаем Его за мерзостную цену греха. Кого и на что мы промениваем?! Личное несогласие на грех и борьба против него молитвою и исповедью — необходимы (*преп. Никон, 20, с. 38*).

**Тщеславные** помыслы необходимо объяснять, тем только и можно их победить (*преп. Иларион, 49*).

**Твои** слова «я и сама вижу, что действие вражие, а не соодолею помыслу злобному» оттого, что не имеешь оружия: самоукорение и смирение (*преп. Лев, 181*).

**Гордым** и самонадеянным помыслам о совершенстве противопоставляй крайнее смирение пред Богом и людьми, выставляя себе прямо на вид, что ты и устной молитве еще не научилась, и келейного правила не исполняешь. Откуда же вдруг явилось совершенство? (*преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 4*).

**Многоразличные** внушения врагии считай наравне с хульными помыслами и старайся презирать их, молясь псаломским словом: *Божже, в помощь мою вонми: Господи, помощи ми потщися. Да постыдятся и посрамятся ищущии душу мою, да возвратятся вспять и постыдятся хотящии (мыслящии) ми злая* (Пс. 69, 2—3). Когда же будут враги внушать похвалу и гордостное возношение, то продолжай следующий стих, глаголя: *да возвратятся абие стыдящися глаголющии ми: благоже, благоже* (Пс. 69, 4). Также приличное и в приличное время произноси из 39-го псалма, начинающегося так: *терпя потерпех Господа, и внят ми и услыша молитву мою* (Пс. 39, 2) и прочее по избранию до конца. Иногда же против гордых помыслов молись, как молился некто из древних отцев, глаголя: *«Господи, чужда есмь всякого блага и исполнена есмь всякого зла: помилуй мя единым милосердием Твоим»*. И повторяй это много раз, если возможно, с земным поклонением. Главное же, старайся удержать веру и упование спасения, что Господь хочет всем спастися и в разум истины прийти. Враг же немощной только силится удалить человека от спасительного пути разными нелепыми внушениями, и устрашениями, и возможными искушениями, чтобы как-нибудь поколебать человека и отвратить от истинного

пути, и хотя он иногда, аки лев рыкая, ходит иский кого поглотити, но святой апостол Петр увещевает противиться ему твердою верою и упованием на Господа, что Он не оставит нас и силен упразднить и разрушить все козни вражий, как слышим часто в тропаре мучеников, которые, имуще крепость от Господа, мучителей низложиша и сокрушиша демонов немощныя дерзости (*преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 6—7*).

**Когда** за работою по послушанию стужают злые помыслы, оставь работу и положи 33 поклона, смиренно призывая милость и помощь Божию (*преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 12*).

**Спрашиваешь:** как лучше, скорбеть ли о помыслах или не обращать на них внимания? И то и другое не твоей меры, т. е. не следует тебе безтолково скорбеть, и не можешь еще презирать помыслов, а следует тебе со смирением обращаться к Богу и молиться. Только во время молитвы должно стараться отвергать всякие помыслы и, не обращая на них внимания, продолжать молитву, если же стужение помыслов очень усилится, то опять должно просить против них Божией помощи (*преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 95—96*).

### **Помыслы блудные**

**Ежели ж ты** повинисься помыслам, влекущим тебя в мир и приносящим удовольствие от плотских наслаждений, то что безумнее этого? Будь уверена, что ни на малое время не получишь утешения, а томление и мучение совести всегдашнее обрящешь, когда же будешь противиться, то помощью Божиею и убежит от тебя враг (*преп. Макарий, 24, т. 6, с. 136*).

**Когда же** и случится ниспастъ чрез сложение и пленение помыслов в помрачение мысленное и плениться, то, не закосневая, припадай ко Господу с покаянием, смирением и сокрушением сердца, а не предавайся отчаянию, еще горшему самой страсти. Ищи же вины, откуда пришло сие, что тако пострадала? А вины суть: гордость, мнение о себе, уничижение и осуждение других, сластопитание, излишний покой, соображение с полом противным, и старайся удаляться, сколько можно, всего оногo, а паче старайся смиряться, ибо, по слову святого Лествичника: где есть падение, тамо предварила гордость.

(Степень 23). Не закосневая в откровении, и это приводит к смирению, обличив себя пред другим; помнишь, когда сокрывала, что пострадала? (*преп. Макарий, 24, т. 3, с. 328*).

...*Не предавай* самовластия твоего первомыслию прилогов, которые по сложении с ними возжигают сласть в теле (*преп. Макарий, 24, т. 3, с. 327*).

*От помыслов* которых не любишь и, по крайней мере, от которых стараешься избавиться — не погибнешь. Только кайся и смиряться. И Бог простит тебя. А что враг рисует тебе мирскую жизнь и супружество — это его обычное дело. И в древние, и в нынешние времена блуд и мнимый покой мирской — суть самые первые орудия дьявола против монахов. Но когда ты увлекаешься ими и после каешься, Бог не поставит тебе сего во грех (*преп. Анатолий, 7, с. 154*).

*От блудных* помыслов средства: смирение, самоукорение, воздержание, а паче всего — любовь к ближним — к слабым, немощным, больным, плененным страстями сестрам (*преп. Анатолий, 7, с. 91*).

*Тягчайшие* брани помысла: блуд, уныние. Надо смиряться. Смирение привлекает помощь Божию. Растлевающее действие блудных помыслов от услаждения ими — надолго отступает благодать Божия, привлечь которую опять можно только покаянием искренним и воздержанием от этих помыслов (*преп. Никон, 20, с. 21*).

...*Страстные* волны и бури чрез помыслы и сонномечтаниями обуревают твою душу, и во оных находишь себя виновною нерадением, леностию и прочим. Это справедливо, что вины подаешь, но во всех оных твоих поползновениях всегда приноси Богу покаяние с сокрушенным сердцем и всегдашним самоукорением, и Бог не попустит возобладать врагу твоим сердцем, только ты сама, сколько можно, сопротивляйся страстным помыслам, не допускай их до сердца, а прибегай к Богу молитвою и сознанием своей немощи. Хорошо и об страстных делах не иметь никаких разговоров, кроме откровения духовной матери, которое весьма бы было для тебя полезно, но я вижу, ты по оным пред нею закосневаешь от стыда, и сие есть вид

гордости (*преп. Лев, 161*).

**...Упоминаете**, что иногда блудною мыслию побеждаетесь и сребролюбием, не иметь таковых совершенно мыслей свойственно только естеству ангельскому, а не человеческому. Нам же, ежели что и когда прилучится чем поползнуться, то немедленно прибегаем с покаянием, себя же укорением ко Врачу Небесному; человеколюбивый Господь мало того что прощает наши безчисленные грехопадения, но еще и в сыновление приемлет истинно кающихся, для сего то Он, пришедший на землю, стал призывать сперва грешников, дабы никто из нас своего спасения не отчаивался (*преп. Лев, 206*).

**Смиряться** пред младшими тебя, живи воздержанно, не наедайся до сытости, ибо от сего умножаются помыслы. Если будешь себя очень смело и вольно держать, то не миновать тебе лютой плотской борьбы (*преп. Иосиф, 11, с. 262*).

**В страстных** и греховных помыслах не должно разбираться, но употреблять против них меч духовный. Это тебе и В. говорю, а размышлять о страстных помыслах и разбирать их — только усиливать их. От пристрастия да хранит всех Господь. Исповедовать свои помыслы надо с сердечным сокрушением, с сознанием своей греховности, с покаянием, так же и выслушивать исповедь надо с молитвою, то и вреда не будет. А лишних разговоров или подробных разъяснений не надо делать (*преп. Иосиф, 113*).

**Значит**, тебя обманывает лукавый и льстит. При напоре блудных помыслов клади поклончики по силе. А без брани ни одна душа не вошла в рай. Победители же венчаются (*преп. Анатолий, 7, с. 324*).

**Против** нечистых помыслов меч духовный употребляй — имя Божие. Покаяние надо приносить Господу; не должно и от духовного отца скрывать. Объявляемые струпы скоро исцеляют (*преп. Иосиф, 101*).

### **Помыслы о самоубийстве**

**Братья** твои Владимир и Василий и сестра Вера люди свободомыслящие. Жаль их. Но что же делать? Молись о них усерднее

такую молитвою: «*Устрой, Господи, о братьях моих и сестре (имена) полезное и спасительное по воле Твоей Святой*». Сестре твоей Вере, склонной к самоубийству, великую пользу могла бы принести искренняя и смиренная исповедь пред духовным отцом в своих заблуждениях (*преп. Иосиф, 104*).

### ***Помыслы хульные***

**Очень** жалею о твоём смущении, от врага происходящем. Ты считаешь себя такою грешницею, что и подобной нет, не понимая того, что враг борет тебя хульными помыслами, влагая в мысль твою неподобные и неизъяснимые слова его, а ты думаешь, что они от тебя происходят, а ты, напротив, не имеешь оных, но ужасаешься, скорбишь и смущаешься, тогда как они совсем не твои, а вражеские; твоего участия в них ни малейшего нет, и даже в грех вменять их не должно, а надобно быть спокойным, нимало не обращая на них внимания и ни во что вменяя, они и исчезнут. А когда ты смущаешься о сем, скорбишь и отчаиваешься, то врага это утешает и он еще более на тебя оными возстает. Ты отнюдь не считай их за грех, то и успокоишься; какая тебе нужда скорбеть за грехи врага, он и на небе хулил Господа... Но с твоей стороны вот какая вина и грех: ты думаешь о себе много, увлекаешься гордостью, зазираешь других, осуждаешь их и подобное, и мало о сем печешься, за то-то и попускается на тебя этот бич, чтобы ты смирилась и считала себя последнейшею всех, но не смущайся, ибо смущение-то и есть плод гордости. Перестань осуждать, не думай о себе много, не презирай других, то и отойдут хульные помыслы (*преп. Макарий, 24, т. 6, с. 252-253*).

**Святые отцы** вообще хульные мысли почитают не нашими, а вражьиими прилогами. И когда мы с ними не соглашаемся, но и скорбим о том, что они к нам на ум лезут, то это и есть знак нашей в оных невинности. Отнюдь не надо смущаться о том, что они приходят. Ибо если человек смущается, то враг более на него возстает, а когда не внимает оным, ни во что вменяет и за грех не считает, тогда и помыслы исчезают. О сем ясно пишет святитель Дмитрий Ростовский в «Духовном врачевстве».

Но помыслы сии хотя не суть грех, но попущением Божиим находят от врага за возношение наше, за мнение о себе или о своих исправлениях и за осуждение ближних. Когда человек, познав в этом свои грехи, смирится и не станет осуждать других, а принесет о сем покаяние, то получает от них освобождение... (*преп. Макарий, 24, т. 2, с. 165—166*).

**В хульных помыслах** тебе нет никакого греха, они не твои, а вражии, это доказывается тем, что ты не хочешь их, но и скорбишь, когда они на ум лезут. Враг же, когда видит, что ты смущаешься от его внушения, радуется сему и больше на тебя нападает... Что в них нет греха, то всякому известно, но они обличают наш грех гордости, который мы и не признаем за грех, а оный весьма близок к нам. Если мы что делаем хорошо, что бы то ни было, утешаемся этим и, по наущению врага, обольщаемся нечто имети благо, и хотя по маковому зерну — прибавляется, возрастает, а нам надобно всегда помнить слово Господне: *аще имя повеленная сотворите, глаголите, яко раби неключими есмы* (Лк. 17, 10), и вся наша жизнь должна проникнута быть смирением и покаянием. Смирение сокрушает все сети и козни вражии (*преп. Макарий, 24, т. 5, с. 774—775*).

**Хульные помыслы** старайся не принимать и не веруй им, и Господь простит тебя. Когда помыслы находят, не принимай их и не отражай, а тем больше не заклинай их и не противоречь — это не твоей меры! А прибегай к Господу с молитвою и смирением. Блудный помысл и боязнь попускаются за гордость нашу. Укоряй себя и старайся не глядеть на соблазняющего — и минует искушение (*преп. Анатолий, 7, с. 98*).

**А когда** хульные помыслы смущают тебя, ты и не борись с ними, а просто презирай, т. е. не обращай на них внимания: они не наши помыслы, а диавольские, а потому мы за них и не ответим. А мы, монахи, любим Бога, ибо ради Господа оставили мир. А хулы подмещет диавол, а не мы (*преп. Анатолий, 7, с. 114*).

**А что** помыслы скверные лезут — не смущайся. Они и к старухам лезут. Да те как знают, что Бог за раскаянные помыслы не наказывает, то и не боятся их (*преп. Анатолий, 7, с. 130*).



...*Сомнения*, все равно как блудные помыслы и хулы, надо презирать, не обращать на них внимания. Презирайте их — и враг-диавол не выдержит, уйдет от вас, ибо он горд, не вынесет презрения. А если будете входить с ними в разговоры, ибо все блудные помыслы, хулы и сомнения — не ваши, то он закидает вас, завалит, убьет. Верующий человек, любящий Бога, не может хулить, а тем не менее замечает в себе две нити: и любит, и хулит. Очевидно, что есть еще какая-то сила злая, навевающая сомнения. Заметьте, ведь это — серафимский ум. Поэтому несколько не удивительно, что он может возбудить, поднять сомнения, да еще какие! Не обращайтесь на них внимания. Сколько было искренних верующих людей, которые сильно пострадали от того, что принимали эти сомнения, рассматривали, разсуждали... Поэтому надо презирать эти сомнения, и хулы, и помыслы блудные, тогда они вам несколько не повредят, особенно если будете их открывать старцу-наставнику. Но открывать их надо не подробно, иначе можно повредить и себе и старцу. Особенно блудные помыслы засыпать, закрыть надо навесом... эту смердящую яму, а не копать в ней (*преп. Варсонофий, 5, с. 20—21, от 06.02.1908*).

*Ты испугалась* помысла, который тебе шепнул, что ты будешь святая: что ж тут страшного, а даже очень хорошо. И мы тогда стали бы чествовать тебя. Но только знай, что настоящие святые, совершившие все добродетели, считали себя в глубине сердца худшими всех, хуже тварей, хуже бесов. А мы с тобой не начинали еще добрых дел. А пугаться его нечего. Это диавольское дело — хульный помысл. Ты не принимай только его, т. е. не медли в нем и не увлекайся им, а смущаться тут нечем, мы знаем, что ты еще не преподобная (*преп. Анатолий, 7, с. 170*).

*От мыслей* богохульных не смущайся, а старайся презирать их. Бог за них не взыщет, они — от диавола (*преп. Анатолий, 7, с. 172*).

*А хульные помыслы* умножаются и укрепляются от гордости и осуждения других. Поэтому того и другого остерегайся, и хульные помыслы увянут. Так же презирай их, как лающих щенков, потому что они не твои, а враг хулит, и за них не будешь отвечать Богу (*преп.*

**Особенно** не тревожься хульными помыслами, которые явно происходят от зависти вражией. Со стороны же человека поводом к оным бывает или горделивое самомнение, или осуждение других. Поэтому в нашествии хульных помыслов прежде всего укоряй себя за осуждение других и гордое мнение, за настоящее или прошедшее, нисколько не беспокоясь тем, что слышим неизреченные хулы вражии. А благовременно иногда произноси против оных слова святого Иоанна Лествичника: «иди за мною, сатано! Господу Богу моему поклонюся и Тому Единому послужу, а болезнь твоя и слово сие да обратится на главу твою, и на верх твой хула твоя да взыдет в сем и в будущем веце» (преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 11—12).

... **Необходимо** тебе в настоящее время иметь в виду и твердо помнить совет Исаака Сирина; он пишет в 56-м Слове: «когда человек, заботясь об очищении внутреннем, милостию Божию будет приближаться к первой степени духовного разума, т. е. разумения твари, тогда враг от зависти сильно вооружается на него хульными помыслами. И ты... да не станешь в стране сей без оружий, да не вскоре умрешь от подседающих и прельщающих тебя. Да будут же тебе оружие слезы и частое пощение. И охраняйся не прочести догматов еретических; сие бо есть вооружающее на тя яко наимножайшие дух хулы. Егда же насытиши чрево твое, да не возбезстудствуешь испытати что от божественных вещей и разумений, да не расквесиши. Во чреве наполнение разума тайн Божиих несть». Внимая сим словам сего великого отца, старайся иметь сильное воздержание в пище и в питии и сокрушенное и смиренное пред всеми сердце, чтобы приобрести спасительный плач о прежних и настоящих согрешениях и чрез то сохранить себя безвредно в настоящем твоём искушении от духа хулы. Знай, что враг, если не может кому сделать вреда, то по злобе своей силится по крайней мере смущать его, досаждасть ему разными помыслами и злыми внушениями (преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 12).

...**Ты не можешь** сознавать себя грешнее и хуже других. Чувство это явно горделивое, от которого и рождаются, и укрепляются хульные помыслы и хульные глаголы, как свидетельствует святой

Лествичник, говоря: «корень хулы есть гордость». Если желаешь смирить себя, то помни всегда слово одного святого, глаголющего, что самая исправная жизнь человека-христианина подобна только купели, а заповеди Божии подобны неизмеримому морю, как глаголет псаломник Господу: *заповедь Твоя широка зело* (Пс. 118, 96). Если сравнить великое море с малою кадочкою воды, то и нечем будет возноситься возносящемуся. Не вопще говорит и Апостол: *вси согрешиха, и туне оправдаemi благодатию Христовою* (Ср.: Рим. 3, 23—24). Чтобы смирить себя, прими в помощь и слова преподобного Григория Синаита, написанные в 115-й главе, и почаще повторяй их себе. Знай, что кроме смирения и слез невозможно избавиться от хулы (*преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 26—27*).

**А хульные помыслы** известно за что борют: *первое* — за возношение, *второе* — за осуждение. Смирись, не думай о себе, что ты лучше других, не заирай никого, а себя за согрешения и поползновения укоряй, то и хульные помыслы утихнут. Впрочем, во всяком случае, не смущайся — невольные хульные помыслы святые отцы не считают грехом, а *их причины* — *грех* (*преп. Амвросий, 23, ч. 3, с. 77*).

**Знай**, что хулу, внушаемую врагом на кого-либо, вполне повторить грешно, и вредно, и оскорбительно (*пре. Амвросий, 23, ч. 3, с. 82*).

**Помыслами хульными** не смущайтесь, а только укоряйте себя в это время за горделивое расположение души и за осуждение других. Первые без последних не вменяются в грех (*преп. Амвросий, 23, ч. 1, с. 199—200*).

**Если придут** хульные помыслы и осуждающие других, то укоряй себя в гордости и не обращай на них никакого внимания (*преп. Амвросий, 1, ч. 2, с. 75*).

**Почти все** мы считаем, что помыслы есть нечто простое и естественное, и потому наивно им вверяемся. Однако не следует им ни вверяться, ни принимать их. В уме и сердце не должно быть абсолютно никакого помысла, ни злого, ни доброго, ибо место сие принадлежит только благодати Божией. Так и мы должны хранить его

чистым, и не только от помыслов, но и от малейшего беглого парения. Этого, однако, мы не можем добиться иначе, как только когда от многого любочестия полюбим Христа и уверяемся Ему во всём без малейшего колебания! И так смиряемся естественно. И после того, как мы смиримся, естественным является восстановление внутри нас Божественной благодати, которая дается только смиренным.

Если наш помысл утвержден в вере, никто не может его переменить... Мы будем иметь благие помыслы тогда, когда всё будем видеть чистым. Чистое сердце и чистые благие помыслы приносят душевное здоровье. Плохой помысл препятствует Божественной благодати.

Те, кто имеет добрые помыслы, и думают, и видят хорошее...

В начале духовной жизни подвизающийся прогоняет плохие помыслы духовным поучением, непрестанной молитвой и усердным подвигом. Потом приходят уже только благие помыслы. Позже останавливаются и благие помыслы, и чувствуется некая пустота, и затем приходит к человеку Божественное просвещение ( *Афонский старец Паисий*).

**Дурные помыслы** — это приманка, с помощью которой бесы стремятся привлечь наше внимание, чтобы мы вступили с ними в беседу: тогда они легко проникнут в сердце, а выпнять их оттуда будет трудно. Нужно сразу же отсекал помыслы и не обращать никакого внимания на бесовские наущения. Если мы дали себе поблажку и вступили в беседу, последнее слово должно непременно остаться за нами ( *Архимандрит Сергей (Шевич)*).

**Когда брат** имеет дурной помысл, нам нужно постараться его исправить своей добротой и смирением. Это наш долг. К сожалению, сегодня многие люди и даже духовные лица не борются со своими порченными помыслами. Они или соглашаются с теми, кто думает плохо, или ещё хуже портят их помыслы.

Моя работа исправлять помыслы, и эту работу все мы должны делать ( *Афонский старец Паисий*).

**На вопрос:** «Можно ли избавиться от помыслов» - *старец Григорий (Давыдов)* отвечал: «А ты можешь поймать птицу в небе?»

- «Нет». — «А не дать ей свить гнездо на дереве?» - «Могу». — «Тоже и с помыслами. Главное - не дать им свить гнездо в нашем сердце»...

Наблюдай за помыслами, потому что для тех, которые соглашаются с блудными помыслами и услаждаются ими, нет надежды на спасение: напротив же, те, которые не соглашаются с ними, но противятся со всевозможным усилием, молясь против них, получают венцы от Бога (*Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*).

**Всякий грех** начинается с греховных помыслов (*Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*).

**Чистоту помыслов** и чистоту чувств не трудно приобрести уединением, чтением, упражнением в молитве; но чистота сердца многими смертями приобретается, она есть совлечение страстей. Попробуйте уединиться на некоторое время, попробуйте отрешиться от всякой заботы и попечения, отдайтесь молитве, и вы увидите, как улягутся смятенные помыслы, как успокоятся раскаченные чувства, вы начнёте в мирном и внимательном настроении молиться. Но там, в груди, есть тяжесть непонятная, которая давит и давит. Без всяких порывов, без всяких желаний, но лежит как камень на сердце, производит тьму и тесноту, которая как стена стоит между душою и Господом. Эту стену может разрушить только благодать Божия, при нашей решительной борьбе со страстями по заповедям Божиим. А для нас, во тьме страстей живущих, необходима молитва сокрушенная, при вере в Господа спасающего (*Игуменья Арсения (Себрякова)*).

**Помыслы высокоумия** приходят, и нельзя, чтобы они не приходили. Но должно им противоборствовать помыслами смиренномудрия. Как ты и делаешь, припоминая свои грехи и разные недостатки. Так и впредь поступай и всегда помни, что и вся наша земная жизнь должна проходить в борьбе со злом. Кроме рассматривания своих недостатков, можешь еще и так смиренно мудрствовать: «Ничего доброго у меня нет... Тело у меня не мое, оно сотворено Богом во чреве матернем. Душа дана мне от Господа. Потому и все способности душевные и телесные суть дары Божии. А моя собственность - только одни

мои безчисленные грехи, которыми я ежедневно прогневно и прогневно Милосердного Господа. Чем же мне после этого тщеславиться и гордиться? Нечем». И при таких размышлениях молитвенно проси помилования от Господа. Во всех греховных поползновениях одно врачевство — искреннее покаяние и смирение (*преп. Иосиф Оптинский*).

*Если приходят* самолюбивые помыслы, вспоминай свои грехи (*Эгинский старец Неронам (Апостолидис)*).

*Архимандрит Сергей (Шевич)* говорил, что страсти всегда рождаются, проявляются и развиваются на основе помыслов (умственных представлений и образов). Поэтому борьба со страстями должна основываться на борьбе с помыслами. Помыслы возникают как искушения, исходящие от бесов, и являются «внушениями», направленными на то, чтобы заставить человека грешить или развить в нем страсти. Борьба с помыслами должна начинаться с отсекаания помыслов, с полного отказа уступать внушениям, с безразличия к ним.

Архимандрит Сергей советовал мгновенно отсекаать помыслы при первом же их возникновении, так помысл - это разгорающееся пламя, которое, если не затушить его тут же, разрастается и превращается в пожар, перед которым мы быстро оказываемся беспомощными. При постоянном отсечении и игнорировании помыслы теряют свою силу. Если прежде они были внутри нас, так как находили в нас для себя пищу, могли развиваться, то теперь они становятся все более и более внешними и чуждыми нам, и поэтому их власть над нами уменьшается раз от раза.

Повторяющееся отсечение помыслов и невнимание к ним, по словам подвижника, приводят к отмиранию в нас страстей, так как страсти лишаются того, посредством чего они могли бы зарождаться, развиваться и проявляться в нас... Страсти - явление духовное и тесно связаны с действием бесов, для победы над ними необходима высшая сила благодати, которая стяжается лишь покаянием, смирением и молитвой. Как только возникает дурной помысл, следует тут же покаяться, попросись у Бога прощения. Помыслам сразу же нужно воспротивиться Иисусовой молитвой, которая является наилучшим орудием борьбы и по-

беды над ними для постепенного очищения от всех страстей...

Молитва - единственный способ победы над искушениями... Борьба с помыслами - основа борьбы со страстями - становится особенно напряженной во время молитвы, когда действие помыслов проявляется сильнее и с большей очевидностью, чем во время наших повседневных дел...

С помощью молитвы и чтения Священного Писания нужно приучиться различать помыслы — эта способность позволит нам во всех обстоятельствах нашей жизни принимать добрые помыслы и отвергать дурные, так чтобы они не смогли перейти в слова или дела... Если мы пребываем во грехе, то теряем способность различать помыслы и видеть собственные грехи и страсти.

*Всякому искренно* желающему работать Господеви для спасения душевного надлежит прежде всего пост и молитва, а затем смирение и послушание — в этом заключается и от этого истекает вся полнота христианских добродетелей. Пост и молитва составляют самую безопасную ограду от нападений вражеских...

Всякий раз, когда нападает на нас смущение помыслов или еще какие-либо прилоги вражий, нужно тотчас же пользоваться этим врачевством, то есть нужно наложить на себя пост, и наветы вражий рассеются. Великая сила сокрыта в посте, и великие дела совершаются чрез него (*преп. Варнава Радонежский*).

### ***Откуда к нам приходят мысли?***

*Ангел* помогает, а бес подстрекает ( *Русская пословица* ).

*В обыкновенном* нашем положении все светлые мысли — от Ангела — Хранителя и от Духа Божия, тогда как, напротив, нечистые, темные — от нашего поврежденного существа и от диавола (*Святой праведный Иоанн Кронштадский*).

*Все помыслы* бывают трех устроений — человеческого, демонского и ангельского. Человеческий помысл связан с каким-либо воспоминанием. Демонский помысл бывает сложный — из мыслей и страстей. Ангельский же помысл есть безстрастное ведение вещей, то есть истинное знание, охраняющее ум и со-

храняющее его от крайностей (*преп. Петр Дамаскин*).

**Ангелы**, будучи служителями любви и мира, радуются о нашем покаянии и преуспевании в добродетели, почему стараются наполнять нас духовными созерцаниями и содействуют нам во всяком добре. Напротив, бесы, слуги гнева и злобы, радуются, когда умаляется добродетель, и весь труд свой обращают на то, чтобы увлекать души наши в срамные мечтания (*Святитель Феофор, епископ Едесский*).

**Все**, что есть в нас доброго, чистого, светлого, всякая хорошая мысль, всякое доброе движение сердца, наша молитва, покаяние, добрые дела — все это в нас рождается и совершается по внушению незримого нашего Ангела-Хранителя. Действуя через нашу совесть и наше сердце, это он (наш Ангел) удерживает нас от греха и соблазна, это он помогает нам бороться с искушениями, это он внушает нам страх пред тяжким грехопадением (*Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*).

### ***Как враг воздействует на ум?***

**Вот ступени**, по которым грех входит в нас: образ, внимание, интерес, влечение, страсть ( *Священник Александр Ельчанинов*).

**Враг непрестанно** подсовывает то мысли, то желания по роду своему. Не станешь внимать себе и блюстись - пропадешь. Он затуманит и закружит голову. У всякого особый враг: у иного похотный, у иного корыстный, у иного гордостный - с разными оттенками... Есть враг около не затем, чтобы ему покорствовать, а чтобы с ним бороться и борьбою вырабатывать в себе противоположное добро: вместо похотности - целомудрие, вместо гордости — смирение (*Святитель Феофан, затворник Вышенский*) .

**Диавол не имеет** власти приводить в движение наши помыслы, иначе бы он не пощадил нас, наводя понудительно всякую злую мысль и не попуская помышлять ничего благого; но он имеет власть внушать превратное в помысле только первой мысли, чтобы искусить наше внутреннее расположение, куда оно клонится: к его ли совету или к заповеди Божией, поскольку они друг другу противятся (*преп. Марк Подвижник*) .



**Прилог** есть простое слово или образ какого-нибудь предмета, вновь являющийся уму и вносимый в сердце; сочетание есть собеседование с явившимся образом, по страсти или безстрастно; сосложение же есть согласие души с представившимся помыслом, соединенное с услаждением. Из всех сих первое безгрешно; второе же не совсем без греха; а третье судится по устроению подвизающегося (*преп. Иоанн Лествичник*).

**Начало зол** - ложная мысль! Источник самообольщения и бесовской прелести — ложная мысль! Причина разнообразного вреда и погибельная мысль! При посредстве лжи диавол поразил вечную смертью человечество в самом корне его, в праотцах... Прелесть действует первоначально на образ мыслей; будучи принята и извратив образ мыслей, она немедленно сообщается сердцу, извращает сердечные ощущения; овладев сущностью человека, она разливается на всю деятельность его, отравляет самое тело как неразрывно связанное Творцом с душою (*Святитель Игнатий Брянчанинов*).

**Когда же** страстный помысл долго остается в сердце, то образуется так называемая страсть, которая - привычкою к себе - произвольно увлекает душу и, как свойственно, предает ее своему исполнению на деле. Такая страсть, несомненно, подлежит во всех или соразмерному покаянию, или будущей мукe (*преп. Петр Дамаскин*).

**Как люди** входят в дом и выходят из него, так и помыслы от бесов приходят и снова могут уйти, если ты их не принимаешь. Если помысл тебе говорит: «Укради» - и ты послушаешься его, то тем самым ты дал над собою власть бесу. Если помысл тебе говорит: «Ешь много, досыта» - и ты будешь есть много, то опять бес взял власть над тобою. И если так будет владеть тобой помысл всякой страсти, то ты станешь жилищем бесов. Но если восприимешь должное покаяние, то они затрепещут и вынуждены будут отойти. Помни два помысла и бойся их. Один говорит: «Ты - святой», другой: «Ты не спасешься» Оба этих помысла от врага, и нет в них истины. Но ты думай: «Я — великий грешник, но Господь Милостивый, Он много любит людей и простит мне грехи» (*преп. Силуан Афонский*).

**Обычай есть** у всегда воюющих против нас бесов: посильным для нас и удобоисполнимым добродетелям полагать преграды, а к непосильным и преждевременным сильное влагать стремление (*Святитель Феодор, епископ Едесский*).

**Враг**, где больше предусматривает духовной пользы от какого-либо духовного подвига или же телесного и вместе духовного, там большую противопоставляет адскую силу - воспрепятствовать подвигу тому.

Если ты сделал какое-либо важное дело, то он шепчет: «Ну, теперь можно сделать себе послабление, можно сердце пустить на волю - пусть оно потешится, пусть вздохнет свободно, ты сделал многополезное дело. Хоть немного и согрешишь, грех твой загладит сделанное тобою дело, оно сделает к тебе Бога милостивым». И такими хитрыми представлениями доводит иногда неопытных до грехов - например, до пьянства.

Характер дьявольских нападений - хитрость, быстрота, изворотливость: не победил одним изворотом - сейчас же изворачивается и употребляет другой, противоположный, и это делает быстро, стремительно, чтобы мы не могли опомниться и силою рассуждения о качестве дела отразить приражение зла (*Святой праведный Иоанн Кронштадтский*).

**Бесы хотя** и омрачились падением, но свой ангельский ум и другие способности в какой-то мере сохранили. Они прекрасно изучили свойства человеческие, физические и психические, они имеют доступ к телу и нервам, к мозгу человека, они действуют и на душевные качества и проявления, всегда действуя во зло и к гибели человека. Так как явные страсти человек видит, также и вред от них, то бесы стараются все перепутать, придать особое значение переживаниям человека: усиливают одно, ослабляют другое, чтобы ввести человека в заблуждение, придать страсти особые глубокие значения, красивую внешность и прочее, и прочее. Неисчислимы их хитрости, лукавство, ложь, всевозможные приемы для обольщения и погубления человека (*Игумен Никон (Воробьев)*).

## ***Впадаете в крайности...***

*Чрез меру трудного для тебя не ищи, и что свыше сил твоих - того не испытывай. (Сир. 3,21).*

**У Святых Отцов** говорится, что «край бесовския суть», то есть что крайности происходят от подущения душевных врагов (*преп. Амвросий Оптинский*).

**Когда видят** демоны человека, который благодаря равномерности служения и умеренности трудов своих движется во свете ума своего, тогда посредством неравномерности борются они с ним, чтобы он или уменьшил, или увеличил один из этих трудов, ибо и то, и другое одинаково вредно (*преп. Исаак Сирин*).

**Добродетели** суть середина: так, мужество находится посреди страха и наглости; смиренномудрие - посреди гордости и человекоугодия; благоговение - посреди стыда и безстыдства; подобно этому и прочие добродетели. (*преп. Дорофей Палестинский*)

## ***Как понять, во благо ли мысль?***

**После помыслов** от сопротивных душа смущена, то есть тотчас возбуждается страстями: яростью, похотью и так далее, гордыней, или высокомерием, или тщеславием. Но после помыслов от Ангелов на долгое время приобретает душа неизреченный мир, тишину и великое смирение (*Авва Евагрий Понтийский*).

**Что от благодати** - в том есть радость, есть мир, есть любовь, есть истина. Сама же истина побуждает человека искать истины. Всякий же вид греха исполнен смятения; в нем нет любви и радости пред Богом (*преп. Макарий Великий*).

**Когда заметишь**, что помысл обещает тебе человеческую славу, знай наверно, что он готовит тебе стыд (*преп. Марк Подвижник*).

**Ложные мысли** в вере тотчас сами себя обличают, убивают сердечную жизнь - знак, что они происходят от лжеца, мечтателя, имущего державу смерти - диавола (*Святой праведный Иоанн Кронштадтский*).

**Знай, что** действия благодати явны, и демон, хотя и видоизменяется, но не может возбудить ни кротости, ни приветливости, ни смирения, ни ненависти к миру, ни прекращения плотских наслаждений и страстей, что составляет действие благодати. Бесовские же действия таковы: гордость, высокоумие, устрашение и всякое зло. По данным действиям и можно распознать, от Бога ли свет, воссиявший в твоей душе, или от сатаны (*преп. Григорий Синаит*).

**Если замечаем** в помысле хотя бы малейшее смущение, не должно делать по его внушению (*преп. Варсонофий Великий и Иоанн*).

**Есть действие** от крови, кажущееся для неопытных действием благим, духовным, а оно не благое и не духовное, оно из падшего естества нашего и познается по тому, что порывисто, горячо. нарушает мир в себе и ближних. Действие духовное рождается из мира и рождает мир. Святая истина извещается сердцу тишиною, спокойствием, ясностью, миром, расположением к покаянию, к углублению в себя, к безнадёжности на себя, к утешительной надежде на Бога. Ложь, хотя бы и облеклась в личину добра, познается по производимому ею смущению, мраку, неопределительности, переменчивости, развлечению, мечтательности (*Святитель Игнатий (Брянчанинов)*).

**Надо нам с вами** всем помнить, что в душе светлой и чистой даже одна какая-нибудь брошенная от диавола мысль тотчас произведет смущение, тяжесть и сердечную боль; в душе же, омраченной грехом, еще темной и оскверненной, даже само присутствие вражье будет неприметно ( *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*).

### **Как бороться со злыми помыслами?**

Оружия воинствования нашего не плоские, но сильные Богом на разрушение твердынь: ими ниспровергаем замыслы и всякое превозношение, восстающее против познания Божия, и пленяем всякое помышление в послушание Христу. (2 Кор. 10,4-5).

**Учись** доброму, так худое на ум не пойдет ( *Русская пословица*).

**Будь привратником** сердца твоего, чтобы не входили в него чуждые, приходящие помыслы, постоянно вопрошая: *Наши ли ты или из неприятелей наших?* (Нав. 5, 13) (*Авва Стратигий*).

**Нападут мысли** - гони их: «А я вам не сочувствую; Кресту Твоему поклоняемся, Владыко, и святое Воскресение Твое славим», вот и все (*Святой праведный Алексий Мечев*).

**Поставьте себе** законом всякий раз, как приключится беда, то есть нападение вражие в виде худого помысла или чувства, не довольствоваться одним отражением и несогласием, но присоединять к сему молитву до образования в душе противоположных чувств и мыслей. И всегда этим завершайте свою брань с грехом. Это похоже на вынутые занозы...

Толпа искусительных помыслов становится безотвязнее, если позволить им сколько-нибудь замедлить в душе, а тем более если войти с ними еще и в переговоры. Но если их с первого раза оттолкнуть сильным напряжением воли, отвержением и обращением к Богу, то они тотчас удалятся и оставят атмосферу души чистою (*Святитель Феофан, затворник Вышенский*).

**Вы привыкли** разговаривать сами с собою и думаете переспорить помыслы, но они отражаются молитвою Иисусовою и молчанием в мысли своей (*преп. Антоний Оптинский*).

**Если кто** не прекословит помыслам, тайно всеваемым в нас врагом, но отсекает беседу с ними молением к Богу - это служит признаком, что ум того человека прият от благодати премудрость... (*преп. Исаак Сирин*).

**Иногда** без согласия нашего какой-нибудь помысл скверный и ненавидимый нами, как разбойник, неожиданно напав на нас, насильно содержит у себя ум наш. Однако же знай наверное, что и сей помысл произошел от нас самих; ибо или по Крещении мы предавали себя такому худому помыслу, хотя не исполняли его делом, или по собственной воле держим в себе некоторые семена зла, почему и утверждается в нас лукавый; и он, лукавыми семенами удержав нас, не отойдет, пока не отбросим их; скверный же помысл, пребывающий в нас чрез делание зла, тогда изгонится,

когда принесем Богу труды, достойные покаяния.

Каждый насколько верует Господу о будущих благах, презрев человеческую славу и удовольствия, настолько и помыслы удерживает и настолько бывает спокойнее того, кто любит удовольствия. Если хочешь, чтобы тебе не стужали злые помыслы, имей душевное уничтожение и телесную скорбь, и это не отчасти, но во всякое время, во всяком месте и во всяком деле (*преп. Марк Подвижник*).

**Когда нападут** помыслы и не в силах бороться - тогда сказать: «Господи, Ты видишь немощь мою, я не в силах бороться, помоги мне!».

Старайся, презирать помыслы, молясь псаломским словом: *Боже, помощь мне окажи: Господи, не замедли мне помочь! Да постыдятся и посрамятся ищущие душу мою, да обратятся вспять и постыдятся желающие мне зла* (Пс. 69, 2-3). Когда же будут враги внушать похвалу и гордостное возношение, то продолжай следующий стих, глаголя: *Да обратятся вспять со стыдом говорящие мне: «Добро же тебе, добро»* (Пс. 69, 4). Также в приличное время произноси из 39-го псалма, начинающегося так: *Терпеливо надеялся я на Господа, и Он внял мне и у слышал молитву мою* (Пс. 39, 2); и прочее по избранию до конца... Главное же - старайся удерживать веру и упование спасения, что Господь *хочет*, чтобы все спаслись и уразумели истину (1 Тим. 2, 4).

Ехал мужик по базару, вокруг него толпа народу, говор, шум, а он все на свою лошадку: «Но-но! Но-но!» Так помаленьку, помаленьку и проехал весь базар. Так и ты, что бы ни говорили помыслы, все свое дело делай - молись! (*преп. Амвросий Оптинский*).

**Славословием Бога** прогоняются помыслы неверия, малодушия, ропота, хулы, отчаяния; вводятся помыслы святые, божественные (*Святитель Игнатий (Брянчанинов)*).

**Когда беспокоят помыслы**, или смущают, или тревожат, то не надо входить в разговор с ними, а просто говорить: «Да будет воля Божия!» Это очень успокаивает (*преп. Варсонофий Оптинский*).

**Все благоугодение** и служение Богу в помышлениях состо-

ит. Остерегайся своих мыслей, ибо они слышны на небе. Размышление о Боге — жизнь и свет души. Мыслью душа назидается, мыслью и развращается. Худые мысли надо отгонять молитвой: *«Господи, помилуй мя, яко немощен есть»* (Георгий Затворник Задонский).

**Следите за мыслями:** здесь начало греха. Чаще представляй себе присутствие Божие. О прочитанном (или услышанном) Божиим слове думай целый день. Враг всячески старается вкладывать нам мысли, противные судьбам Божиим, и через то приводит в уныние, в смущение, в грусть и тоску, чтобы ум отлучить от Бога и молитвы. Должно просить у Него помощи (Архимандрит Феофан Новоезерский).

—**Какую молитву** советуется читать при духовной нужде?

—При всякой духовной нужде тверди молитву: *Богже в помощь мою вонми, Господи, помощи ми потщися* (Пс. 69:2). И будет она тебе избавлением от всего худого и охраною в тебе всего доброго. Принуждай себя как можно чаще читать Св. Писание, чтобы оно собрало твои помыслы, которые враг разсеивает своим злоухищрением, влагая в тебя лукавые мысли...

Всякий согрешает оттого, что при нападении худых помыслов, не отвергает их тотчас противоречием (Свт. Феофан Затворник).

**Памятование о смерти** предохраняет от грехов (Свт. Тихон Задонский).

**Память и размышление:** о смерти, о суде, об аде, о Царствии Небесном — есть истинная мудрость (прп. Алексей Мечев).

**Избавиться от помыслов** нельзя, а должно бороться с ними. Главный вид, в каком является враждебное в нас, есть помысл. Когда враг успеет занять нашу мысль худым помыслом, он уже не без прибыли. Поэтому-то у святых отцов все правила обращены на помыслы, страсти, пожелания и применяются к их свойству. Отсюда — отсеки (не прими) помысл — и все отсецешь. Мы не можем остановить помыслов, но можем противиться им (прп. Ефрем Сирин).

**Всякий греховный помысл** изгоняй из сердца как можно ско-

рее, как сбрасываешь с одежды и малейшую искру, попавшую на нее. Не питай пространно плоть твою — и скверные помыслы оскудеют в тебе (Авва Евагрий).

*Помыслы отгоняются* псалмопением, молитвою, размышлением о вышних предметах, а страсти отсекаются презрением тех вещей, к которым страстны (Георгий Затворник Задонский).

*Хранение ума* важнее дел. Истинно хотящий спастись — внимай себе! Сначала приучи ум различать греховные мысли, всеваемые врагом спасения, и немедленно прогонять их молитвою (прп. Филарет Глинский).

*От излишнего сна* страстные помыслы рождаются. Должно, вставши утром, посвящать первые мысли и чувства Богу (Свт. Тихон Задонский).

*Открытие помыслов*, вопрошение и совет — врагу страшны (схим. Авраамий).

*Вопрос:* По какой причине бывают хульные помыслы? (На Бога, святых, иконы, Св. Тайны, вообще на священное).

Ответ: Перестанем судить и осуждать ближнего, и мы не будем бояться хульных помыслов (прп. Иоанн Лествичник).

*Никто не должен думать*, что он виновен в хульных помыслах (если он не соглашается с ними и их не хочет), и относить их к бесам. Старайся не обращать на них никакого внимания. Главное — нужно очищать свою душу исповеданием пред духовным своим отцом (или старцем) помыслов... мысли твои открывай не всем, но только отцу твоему (духовному) (Маргарит).

*Душа*, которая любит осуждать людей или непослушлива, или неводержанна, или оставила покаяние — не может избавиться от бесовских козней и освободиться от плохих помыслов (прп. Силуан Афонский).

*Что ни делаешь* — размышляй о присутствии Божием. Учись внутреннему смирению, говоря: «Господи, даждь ми смирение в мыслях моих»; а себя почитать мысленно, что хуже всех. Если что ощутишь в мыслях своих нехорошее, то тотчас же и обрати



мысль ко Господу и помолитесь: «Сердце чисто созижди во мне, Боже, и дух прав обнови во утробе моей». *Господи, мы поползновенны от юности: Ты освяти души наши, Ты освяти и наши мысли, слова наши, тела наши* ( арх. Феофан Новоезерский).

*При всякой духовной нужде тверди молитву: Боже, в помощь мою вонми, Господи, помощи ми потщися* ( Пс. 69:2). И будет тебе она избавлением от всего худого и охраною в тебе всего доброго (свт. Феофан Затворник).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

В заключение присоединяем еще два предостережения.

Первое. Чтобы не подумал кто-нибудь, что высказанные здесь наставления и изречения Святых Отцов и подвижников и внушаемая ими спасительная забота об избавлении от греховных помыслов относятся только к инокам, а не к мирским людям, связанным и развлекаемым многочисленными заботами семейными, делами житейскими и общественными — богомудрые Отцы предупредили и это недоумение. Они говорят, что иночествующие преимуществуют перед мирскими только девственностью и нестяжательностью, а прочие обязанности благочестия у них с людьми мирскими общие.

«Какое преимущество инок перед мирскими, если он не девствует и не нестяжательствует, — говорит святой преподобномученик Петр Дамаскин, — ведь прочие заповеди и все остальные должны хранить, так как это естественно».

«Я не предписываю, — говорит свт. Иоанн Златоуст, — идти в горы и пустыни, но чтобы ты, живя среди города, вел себя честно, скромно, целомудренно, ибо все законы у нас с монахами общи, кроме брака».

И в другом же месте он говорит: «И в городе живущий может подражать любомудрию пустынножителей, и женатый и семейный может молиться, и поститься, и приходить в умиление. Ибо те, которые вначале были обращены самими апостолами, жили в городах, а являли благочестие, свойственное пустынножителям. Иные же занимались и рукоделием, например, Прискилла и Акила.

Да и многие пророки имели и жен, и дома — как и Исайя, и Иезекииль, и великий Моисей; однако это не препятствовало им быть добродетельными».

И еще в одном месте говорит: «Я не предлагаю вам ничего неудобоисполнимого: не говорю — не женись, не говорю — оставь город и устранись от дел общественных, но увещаю, чтобы ты, оставаясь при них, украшался добродетелью. Не говори мне: «Я имею жену и детей, управляю домом и не могу этого исполнить». Всего нужнее одно: утверждение духа в добрых расположениях; тогда ни возраст, ни бедность, ни богатство, ни множество дел и ничто другое не может быть нам препятствием».

«Всем возможно, братия, — говорит также преподобный Симеон Новый Богослов, — не только монахам, но и мирским, всегда и непрестанно каяться, плакать и молиться Богу и таким путем стяжать и все прочие добродетели. А что это истинно, подтверждает и златолаголивый Иоанн, великий столп и учитель Церкви, говоря о Давиде при объяснении пятидесятого псалма. «Возможно знатному в мире, имеющему жену, детей, и большое имущество не только ежедневно плакать, молиться и каяться, но и достигнуть, если хочешь, совершенства добродетелей, принять Духа Святаго, быть другом Божиим и удостоиться видения Его». Вот на какую возможность восхождения на высоту богоугождения указывает Святой Отец мирским людям».

Проникнись, возлюбленный брат, этими внушениями богомудрых Отцов и не увлекайся беспечными мыслями, происходящими от равнодушия и холодности к делу спасения.

Второе. Хотя все постыдные, злые и хульные помыслы кроме других указанных нами причин зависят от дьявола, тем не менее, как мы выше заметили, лукавые демоны внушают эти помыслы соответственно господствующим в нас страстям и душевной греховной настроенности. Поэтому мы, грешные и страстные, не можем почитать их совершенно чуждыми нам. Преподобный Марк Подвижник говорит, что «Бог ненавидит как лукавые помыслы, так и рождающее их сердце. Следовательно, — говорит он — имея их, мы должны плакать как грехолюбивые, а не надмеваться как

борящиеся с чуждым нам злом. Ибо что сладострастнее такого мнения — считать грех, состоящий в помысле, чуждым: от этого человек кичится и превозносится как невинный — вместо того, чтобы исповедаться и плакать о лукавых помышлениях». Итак, вместо того, чтобы почитать греховные помыслы чуждыми нам, будем скорбеть, болезновать и раскаиваться в том, что мы страстными навыками и греховной настроенностью душ наших предоставили демонам столько удобных случаев искушать и смущать нас различными помыслами и мечтаниями. Будем в сокрушении и смирении сердца каяться пред Богом и со слезами умолять Его благость о прощении нам греховных наших поползновений, просить Его помощи и защиты от всех демонских насилий и наваждений, оскверняющих и смущающих нас злыми, скверными и хульными помыслами.



# Правило об избавлении от хульных, блудных и злых помыслов

*Начало обычное:*

Царю Небесный...

«Трисвятое» по «Отче наш». Господи, помилуй (12 раз).  
Слава и ныне. Приидите, поклонимся (трижды).

## *Псалом 50*

Помилуй мя, Боже, по велицей милости Твоей, и по множеству щедрот Твоих очисти беззаконие мое. Наипаче омый мя от беззакония моего, и от греха моего очисти мя, яко беззаконие мое аз знаю, и грех мой предо мною есть выну. Тебе Единому согреших и лукавое пред Тобою сотворих; яко да оправдишися во словесех Твоих и победиши внегда судити Ти. Се бо, в беззакониях зачат есмь, и во гресех роди мя мати моя. Се бо, истинну возлюбил еси, безвестная и тайная премудрости Твоея явил ми еси. Окропиши мя иссопом, и очищуся; омыеши мя, и паче снега убелюся. Глуху моему даси радость и веселие; возрадуются кости смиренныя. Отврати лице Твое от грех моих и вся беззакония моя очисти. Сердце чисто созижди во мне, Боже, и дух прав обнови во утробе моей. Не отвержи мене от лица Твоего и Духа Твоего Святаго не отыми от мене. Воздаждь ми радость спасения Твоего и Духом Владычним утверди мя. Научу беззаконныя путем Твоим, и нечестивии к Тебе обратятся. Избави мя от кровей, Боже, Боже спасения моего; возрадуется язык мой правде Твоей. Господи, устне мои отверзеши, и уста моя возвестят хвалу Твою. Яко аще бы восхотел еси жертвы, дал бых убо: всесожжения не благоволиши. Жертва Богу дух сокрушен; сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит. Ублажи, Господи, благоволением Твоим Сиона, и да созиждутся стены Иерусалимския. Тогда благоволиши жертву правды, возношение и всесожигаемая; тогда возложат на алтарь Твой тельцы.

### *Псалом 3*

Господи, что ся умножиша стужающии ми? Мнози востают на мя, мнози глаголют души моей: несть спасения ему в Бозе его. Ты же, Господи, Заступник мой еси, слава моя и возносяй главу мою. Гласом моим ко Господу возвах, и услыша мя от горы святыя Своея. Аз уснух, и спях, востах, яко Господь заступит мя. Не убоюся от тем людей, окрест нападающих на мя. Воскресни, Господи, спаси мя, Боже мой, яко Ты порази еси вся враждующия ми всуе: зубы грешников сокруши еси. Господне есть спасение и на людех Твоих благословение Твое.

### *Молитва 1*

Владыко Господи Боже мой, Егоже в руках жребни мои, заступи мя по милости Твоей, и не остави мя погнѣнѣти со беззаконии моими, ниже воли последовати похотѣствующия плоти на дѣхъ. Создание Твое есмь, не презри дело рукѣ Твоею, не отвратися, щедри, но не уничижи; не презри мя, Господи, яко немощен есмь, яко к Тебе прибегохъ, Покровителю моему Богу, исцели душу мою, яко согрѣшихъ Тебе. Спаси мя ради милости Твоея, яко к Тебе привержен есмь от юности моя: да посрамятся ищущии отринути от Тебе, деянными нечистыми, помышленьми нелепыми, воспоминаньми неполезными. Отгони от меня всякую скверну, злобы излишество: яко Ты еси Един Свят, Един Крепкий, Един Безсмертный, во всехъ имейи могущество безприкладное, и Твоею дается всемъ, яже на диавола и его воинства, крепость. Яко подобаетъ Тебе всякая слава, честь и поклонение, Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки вековъ. Аминь.

### *Молитва 2*

Да обратится болезнь твоя на главу твою, и на верх твой хула твоя да снидет, лукавый бесе и нечистыни: аз бо Господу Богу моему кланяюся, и Того никогдаже похую. Како бо ми возможно Бему досадити, или Его похулити, Егоже по вся дни и нощи, и часы славословлю, и поклоняюся от всея

души моя, и крепости, и мысли моя; но убо славословие мое есть, хула же твоя еси: ты узриши, о нихже нань клеветещи, и яко отступник на Бога глаголещи.

### *Молитва 3*

Запрещает ти, вселукавый душе, диаволе, Господь, пришедый в мир Пречистою и Святою Девкою, воистинну Богородицею на спасение миру ради нас грешных. Проклят еси ты и вся неприязненная твоя помышления, яже в нощи и во дни, заклинаю тя именем Единосущных и Неразделимых Троицы, Отца и Сына и Святаго Духа, отступи от мене, раба Божия (имя), не влагай в сердце мое помыслов неприязненных, но отыди в места пуста и безводна, идеже не присещает Господь. Заклинаю тя, нечистый и богохульный душе, именем Господа нашего Иисуса Христа, не блазнити, не смущати мя хульными помысли, внегда сотворити ми молитвы моя ко Господу Богу моему, но да будут вся твоя хульная помышления на твою главу в День Судный: аз во Господу Богу моему служу, и Тому Единому возсылаю молитву во дни и нощи, тебе упражняющу, мене же милующу, и укрепляющу, и оставляющу ми за многую Его благодать и милость вся прегрешения. Иди за мною, (от меня) сатано, и проклят буди ты Им, и вся неприязненная твоя и противная сила, яко да благословится и прославится пречестное имя Отца и Сына и Святаго Духа, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

### *Молитва 4 ко Пресвятой Богородице<sup>9</sup>*

Пресвятая Владычице моя Богородице, святыми Твоими и всеильными мольбами отжени от мене смиренного и окаянного раба Твоего, уныние, забвение, неразумие, нерадение, и вся скверная, лукавая и хульная помышления, от окаянного ми сердца, от помраченного ума моего, и погаси

---

<sup>9</sup> Преподобного Иону Киевского спросил один юноша, что ему делать когда сильно борют нечистые помыслы и плотская брань, то старец Иона ему благословил во время этой брани почаще прибегать ко Пресвятой Богородице и просить у Нее помощи много раз молясь молитвой: «Пресвятая Владычице моя Богородице...» и т.д.

пламень страстей моих, яко нищ и окаянен есмь, и избави мя от многих лютых воспоминаний и предприятий, и от всех действий злых свободи мя, яко благословенна еси от всех родов, и славится Пречестное имя Твое во веки веков. Аминь.

Честнейшую Херувим: Господи, помилуй. (Трижды) Господи благослови, и отпуст.

### ***Кратчайший образ избавления от хульных мыслей***

*Аще придет хульный помысл на Бога, читай: «Верую во единого Бога...» до конца: и будет ли мощно, сотвори поклонов сколь-либо по силе.*

*Аще придет хульный помысл на Пречистыя Тайны Христовы, читай: «Верую, Господи, и исповедаю, яко Ты еси воистину Христос...» до конца и сотвори поклонение.*

*Аще придет хульный помысл на Пречистую Богородицу, читай каковую-либо молитву к Пречистой Богородице; или: Под Твое благоутробие... или какой-либо тропарь Богородичен, с поклонами, глаголя: Пресвятая Богородице, спаси мя грешного!*

*Аще кий придет хульный помысл на коего святого, читай сие: Моли Бога о мне грешном, святой (имя), яко аз по Бозе к тебе прибегаю, скорому помощнику и молитвеннику о душах наших. И сотвори поклонов по силе, глаголя: Святой (имя), моли Бога о мне грешнем.*

*Аще придет хульный помысл на какую-либо икону, сотвори пред тою поклонов 15, или koliko можеш, молящися тому, иже на той иконе изображен, и тако хульные мысли ни во что же вмениши Божиею помощию. Аминь.*

### ***Молитва на злые мысли***

**Помилуй мя, Господи, и не даждь мне погнеть! Помилуй мя, Господи, яко немощен есмь! Посрами, Господи, борющаго мя беса. Упование мое, осени над главою моею в день брани бесовския! Борющаго мя врага повори, Господи, и обуревающия мя помыслы укроти тишиною Твоею, Глаголю Божий!**

### *Молитва иная*

Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго и силою креста Твоего огради моя помышления от суетнаго и душевреднаго парения.

От юности моя враг мя искушает, сластьми плоти палит мя: аз же надеяся на Тя, Господи, побеждаю сего.

## **ВО ВРЕМЯ БРАНИ ПЛОТСКОЙ**

### *Молитва на брань блуда*

Господи, Боже правды, крепосте моя и помощи и приежище мое в день злый. Ты спасаеши во время скорби, спаси мя (имя), яко внидоша воды до души моя, углевох в тмении глубины, и несть от лица врага насильствующа, яко погна душу мою, попра в землю живот мой, во всю ночь поборя оскорби мя. Благоволи, Господи, еже избавити мя от руки беззаконующа и обидяща, яко да не согрешу Тебе, зане страх смертный нападе на мя, и покры мя тьма. Доколе воззову Господи и не услышиши, возопию к Тебе обидимым и не спасеши. Призри с небесе, Господи, и виждь от дому Святаго Твоего и славы Твоея, где есть множество щедрот Твоих, по милости Твоей, яко претерпел еси нас ради; суди обидящия мя и не буди яко человек спяй и яко муж не могий спасти, яко Милостив и Человеколюбец Бог еси и Тебе славу возсылаем, Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

### *Молитва об избавлении от искушений*

#### *прп. Симеона Нового Богослова*

Не попусти на меня, Владыко Господи, искушение или скорбь, или болезнь свыше силы моеей, но избавь от них, или даруй мне крепость перенести их с благодарением.

### *Молитва*

#### *архиепископа. Антония (Михайловского)*

Господи Боже мой, Ты видишь немощь и убожество души моеей, помоги мне, не оставь меня, не введи меня в напасть



и искушения, и спаси меня ради милости и человеколюбия Твоего к роду человеческому, да прославится и во мне имя Твое святое Отца, Сына и Святого Духа. Аминь.

*Молитва об избавлении  
от нечистых помышлений*

Владыко, Господи Боже мой в руках Которого участь моя, спаси меня Сам по милости Твоей; не дай мне погибнуть во грехах моих и не допусти последовать нечистым желаниям плоти, оскверняющим душу мою: ибо я — Твое создание, не презирай дело рук Твоих, не удаляйся, умиلسердись и не посрами, не оставь меня, Господи ибо я немощен и к Тебе, Покровителю моему Богу, прибегаю, исцели душу мою, ибо я согрешил пред Тобою, Спаси меня по милости Твоей ибо на Твоем попечении был я от юности моей, — да постыдятся желающие удалить меня от Тебя чрез дела греховные, помышления непристойные, воспоминания бесполезные; удали от меня всякое распутство, пороков излишество. Ибо Ты один только Свят, один Крепкий один Безсмертный во всем несравненное могущество имеющий и Тобою одним подается всем против дьявола и его воинства сила. Ибо подобает Тебе всякая слава, честь и поклонение, Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

*Молитвенное воззвание ко Пречистой Деве Марии  
о сохранении девства и чистоты*

Пречистая Дево,  
Мати Божия!..  
Свет Чистоты!  
Жезл Девства!..  
В девстве утверди меня  
И в чистоте сохрани!..

*(Архиепископ Антоний Михайловский)*

*Молитва при. Макария Оптинского  
чтомая во время брани плотской*

О, Мати Господа, моего Творца! Ты корень девства и неувядаемый цвет чистоты. О, Богородительнице! Ты ми помози, немощному плотскою страстию и болезненну сущу, едино во Твое и Твоею Твоего Сына и Бога имею заступление. Аминь.

*Молитва, когда бывают нечистые помыслы и желание  
грешить или уныние, отчаяние, тоска*

Предложение твое, враже, на главѣ твоею; Божия Матерь, помози ми.

И читать много раз молитву: «Богородице Дево, радуйся, Благодатная Марие, Господь с Тобою: благословенна Ты в женах и благословен Плод чрева Твоего, яко Спаса родила еси душ наших».

Угодниче Божий (имя святого), поминай нас в благоприятных твоих молитвах пред Христом Богом, да сохранит Он нас от искушений, болезней и скорбей, да дарует нам смирение, любовь, рассуждение, кротость, милосердие послушание и целомудрие, и да сподобит Он нас, недостойных, Царствия Своего. Аминь.

Не забывай о всегдашнем присутствии около тебя твоего Ангела Хранителя, ведь это самый близкий, самый верный, самый лучший твой друг и помощник.

Если ты будешь ему усердно молиться, то ты почувствуешь его близость, и так исчезнет этот злой дух одиночества, уныния и расслабления, ибо крепкая помощь, заступление и поддержка будут готовы тебе во всех обстоятельствах.

Всегда в молитвах призывай его на помощь.

*Молитва Ангелу Хранителю*

Ангеле Божий, Хранителю мой святой, на соблюдение мне от Господа с небесе данный! Прилежно молю тя, ты мя

днесь просвети и от всякого зла сохрани, ко благому деянию настави и на путь спасения направи. Аминь.

### *Молитвы по окончании молитвословий*

Исполнение всех благих Ты еси, Христе мой, исполни радости и веселия душу мою, и спаси мя, яко Един Много-милостив.

Достойно есть яко воистинну блажити Тя, Богородицу, Присноблаженную и Пренепорочную и Матерь Бога нашего. Честнейшую Херувим и Славнейшую без сравнения Серафим, без истления Бога Слова рождшую, сущую Богородицу Тя величаем.

Глава, и ныне: Господи, помилуй. (Трижды)

Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, молитв ради Пречистыя Твоея Матере, силою Честнаго и Животворящего Креста, и Святых Небесных Сил Безплотных и преподобных и богоносных отец наших, и всех святых помилуй и спаси нас грешных, яко Благ и Человеколюбец. Аминь.

### *Конечная молитва*

Господи, аще которую молитву без внимания прочитал и рассеялся в помыслах: прости и спаси мя по милости Твоей.



# Содержание

Глава 1. ПОСТЕПЕННОЕ ДЕЙСТВИЕ ПОМЫСЛОВ НА ДУШУ ЧЕЛОВЕКА.....	4
Глава 2. РАЗНОВИДНОСТИ ПОМЫСЛОВ.....	15
<b>Раздел 1. Хульные помыслы.....</b>	<b>15</b>
<i>Из книги «Врачевство духовное на смущение помыслов».....</i>	<i>15</i>
<i>Из «Лествицы» степень 23.....</i>	<i>17</i>
<i>Из «Патерики».....</i>	<i>19</i>
<i>Из «Провещаний отеческих».....</i>	<i>19</i>
<i>Из «Житий святых».....</i>	<i>20</i>
<i>Из особого рассуждения.....</i>	<i>20</i>
<i>Из бесед старого священника.....</i>	<i>22</i>
<i>О смущении.....</i>	<i>25</i>
<i>Опыт брани с хульными помыслами архим. Кронида.....</i>	<i>31</i>
<i>Старец Паисий о том, какие помыслы являются хульными.....</i>	<i>33</i>
<i>Откуда происходят хульные помыслы.....</i>	<i>35</i>
<i>Презрение к хульным помыслам.....</i>	<i>37</i>
<i>В каких случаях мы виновны в хульных помыслах сами.....</i>	<i>39</i>
<b>Раздел 2. Блудные помыслы.....</b>	<b>40</b>
<i>О борьбе с блудной страстью и нечистыми помыслами.....</i>	<i>43</i>
<i>Сколь губельно услаждение грешными мыслями Повесть о загробном мучении девственницы.....</i>	<i>45</i>
<i>Случай из жития преподобного Парфения Киевского.....</i>	<i>50</i>
<b>ПРИМЕР ИЗ КНИГИ «ПАСТЫРЬ».....</b>	<b>52</b>
<i>Обличение Ерму за его собственные слабости и за небрежность об исправлении детей его.....</i>	<i>52</i>
<i>Очищение сердца — дело всей жизни.....</i>	<i>54</i>
<b>Раздел 3. Помыслы разные.....</b>	<b>55</b>
<i>О помыслах и плотских движениях.....</i>	<i>55</i>
<i>Из наставлений прп. Амвросия Оптинского о помыслах на молитве.....</i>	<i>57</i>
<b>ВЫПИСКИ ИЗ НАСТАВЛЕНИЙ И ПИСЕМ СТАРЦА СХИАРХИМАНДРИТА. ИОАННА (МАСЛОВА)</b>	
<i>О борьбе с греховными помыслами.....</i>	<i>58</i>
<b>ПОУЧЕНИЯ АФОНСКОГО СТАРЦА ДАНИИЛА КАТУНАКСКОГО</b>	
<i>О целомудрии.....</i>	<i>65</i>

<b>Глава 4. НАСТАВЛЕНИЯ ОПТИНСКИХ СТАРЦЕВ И ДРУГИХ ОТЦОВ О ПОМЫСЛАХ И О БОРЬБЕ С НИМИ....</b>	<b>66</b>
<i>Помыслы на молитве.....</i>	<i>74</i>
<i>Брань с помыслами.....</i>	<i>75</i>
<i>Помыслы блудные.....</i>	<i>79</i>
<i>Помыслы о самоубийстве.....</i>	<i>81</i>
<i>Помыслы хульные.....</i>	<i>81</i>
<i>Откуда к нам приходят мысли?.....</i>	<i>90</i>
<i>Как враг воздействует на ум?.....</i>	<i>91</i>
<i>Впадаете в крайности.....</i>	<i>93</i>
<i>Как понять, во благо ли мысль?.....</i>	<i>94</i>
<i>Как бороться со злыми помыслами?.....</i>	<i>95</i>
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>100</b>
<i>Правило об избавлении от хульных, блудных и злых помыслов.....</i>	<i>103</i>
<i>Псалом 50.....</i>	<i>103</i>
<i>Псалом 3.....</i>	<i>104</i>
<i>Молитва 1.....</i>	<i>104</i>
<i>Молитва 2.....</i>	<i>104</i>
<i>Молитва 3.....</i>	<i>105</i>
<i>Молитва 4 ко Пресвятой Богородице.....</i>	<i>105</i>
<i>Кратчайший образ избавления от хульных мыслей.....</i>	<i>106</i>
<i>Молитва на злые мысли.....</i>	<i>106</i>
<i>Молитва иная ВО ВРЕМЯ БРАНИ ПЛОТСКОЙ.....</i>	<i>107</i>
<i>Молитва на брань блуда.....</i>	<i>107</i>
<i>Молитва об избавлении от искушений прп. Симеона Нового Богослова.....</i>	<i>107</i>
<i>Молитва архи-еп. Антония (Михайловского).....</i>	<i>107</i>
<i>Молитва об избавлении от нечистых помышлений.....</i>	<i>108</i>
<i>Молитвенное воззвание ко Пречистой Деве Марии о сохранении девства и чистоты.....</i>	<i>108</i>
<i>Молитва прп. Макария Оптинского чтомая во время брани плотской.....</i>	<i>109</i>
<i>Молитва, когда бывают нечистые помыслы и желание грешить или уныние, отчаяние, тоска.....</i>	<i>109</i>
<i>Молитва Ангелу Хранителю.....</i>	<i>109</i>
<i>Молитвы по окончании молитвословий.....</i>	<i>110</i>
<i>Конечная молитва.....</i>	<i>110</i>

