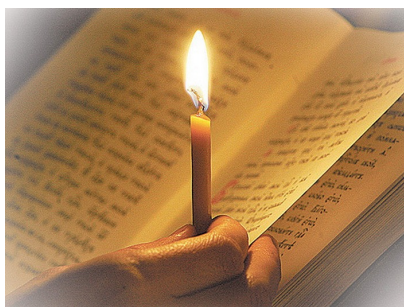


## Правила для отогнания внутреннего нестроения

### Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться

**43. Вступивший после покаяния и причащения на путь истинной жизни должен установить внутри себя мир. Правила для отогнания внутреннего нестроения: непрестанная память о Боге, решимость во всем - большом и малом - поступать по совести и терпеливое ожидание успехов**



Хочу и еще предложить вам несколько указаний на то, что нужно вам теперь при вступлении на новый путь.

Что дух наш есть дух ниспадный, это до осязательности сознает каждый, кто положит себе правилом построже наблюдать за деющимся внутри нас хоть в продолжение одного дня. Я уже вам говорил об этом давным-давно. Припомните: именно, что внутри нас смятение, что смятение это незаконно пришло и потому должно быть пресечено. Да вы и сами когда-то писали, что не управитесь с неудержимую подвижностью внутри. Возобновляю в немногих словах изображение сего состояния.

Мысли ума нашего все обращены на земное, и никак не подымешь их к небу. Предмет их - суетное, чувственное, грешное. Видали вы, как туман стелется по долине? Вот это точный образ мыслей наших. Все они ползают и стелются по земле. Но кроме этой низкоходности, они еще бурлят непрестанно, не стоят на одном, толкутся, как туча комарей летом. Между тем, они не остаются без действий.

Нет, под ними лежит сердце, и от них в сие сердце непрестанно падают удары и производят соответственное себе действие. Какая мысль, такое и движение сердца. Отсюда то радость, то досада, то зависть, то страх, то надежда, то самоуверенность, то отчаяние одни за другими возникают в сердце. Остановки нет и порядка никакого, так же как и в мыслях. Сердце непрестанно дрожит от чувств, как осиновый лист.

И на этом дело не останавливается. Мысль с чувством всегда рождает желание, более или менее сильное. Под мятущимися мыслями и чувствами беспорядочно мнутся и желанья: то приобрести, другое бросить; одному подбрюхотствовать, другому отомстить; то бежать от всех, то выступить на средину и действовать; в одном

## Правила для отогнания внутреннего нестроения

Автор: Admin

06.11.2011 16:04 - Обновлено 06.11.2011 17:09

---

послушаться, а в другом поставить на своем; и прочее, и прочее, и прочее. Не то чтобы все это исполнялось, но загадки то на то, то на другое непрестанно роятся в душе. (Присмотрите за собой, когда, например, сидите вы за работой, - все это увидите происходящим в себе, как на сцене.)

Так вот какое у нас нестроение и смятение внутри. От него нестроение и в жизни и мрак какой-то вокруг. И не ждите порядочной жизни, пока не уничтожите этого внутреннего нестроения. Оно и само по себе много зла причиняет, но особенно оно недоброкачественно потому, что к нему подседают бесы, и крутят, и мутят там внутри еще более, направляя все на зло нам и на нашу пагубу.

Когда во время говения вы осматривали себя и полагали одно устранить, а другое прибавить, то, конечно, не могли не обратить внимания и на внутреннее свое смятение и не вооружиться против него достоподобным ревнованием. И извольте паче, и прежде всего напирать на этого внутреннего врага.

Вы положили твердое намерение работать Господу и Ему Единому принадлежать отселе. Таинство покаяния прощение вам подало во всем и чистою вас явило пред лицом Бога. Святое Причащение ввело вас в ближайшее общение или возобновило ваше общение с Господом Иисусом Христом и всякою благодатною силою вас преисполнило. И вот вы снаряжены на дело.

Если бы для исправления нашей внутренней жизни достаточно было захотеть - и все бы там явилось в наилучшем виде, или дать слово - и за словом тотчас явилось бы и дело, то вам более не о чем было бы и хлопотать. Все бы пошло у вас как лучше и желать нельзя. Но таков уж закон нравственно-свободной жизни, наипаче в существе поврежденном, что и твердая решимость есть, и благодатная помощь готова, а все же надо напрягаться и бороться, и прежде всего с самим собою.

Вдруг внутреннее наше никогда не вставляется в должный порядок, а всегда по восприятию благого намерения и сподоблении пособствующей благодати чрез таинства, требуется и предлежит опять усиленный труд над собою, над своим внутренним - труд и усилие, обращенные на то, чтобы царствующее внутри нестроение уничтожить и вместо него водворить порядок и строй, за чем последует внутренний мир и постоянное обрадовательное состояние сердца.

И вот что вам теперь предлежит! Не думайте, однако ж, что вам должно для этого переделать кучу дел или навязать на себя не знать сколько правил. Совсем нет. Два-три правильна, два-три предостережения - и все тут.

Внутри нестроение - это вы опытно знаете. Его надо уничтожить - этого вы хотите, на это решились. Беритесь же прямо за устранение причины сего нестроения. Причина нестроения та, что дух наш потерял сродную ему точку опоры. Опора его в Боге. Опять вступает на нее дух памятованием о Боге. Итак, первое: надо навязать непрестанному памятованию о Боге со страхом и благоговеинством. Прошлый раз я писал об этом, и вы согласились на это. Знаете, какой надо для этого употребить прием, и начали уже.

## Правила для отогнания внутреннего нестроения

Автор: Admin

06.11.2011 16:04 - Обновлено 06.11.2011 17:09

---

Благослови, Господи! И извольте продолжать труд сей неопустительно. Все с Господом будьте, что бы вы ни делали, и все к Нему обращайтесь умом, стараясь держать себя так, как кто держит себя пред царем. Скоро навыкнете, только не бросайте и не прерывайте. Если будете добросовестно исполнять это небольшое правило, то этим внутреннее смятение будет стеснено изнутри и, хоть будет прорываться то в виде помыслов пустых и недолжных, то в виде чувств и желаний неуместных, но вы тотчас будете замечать сию неправость и прогонять этих непрошенных гостей, спеша всякий раз восстанавливать единомыслие о Едином Господе.

Воодушевляю вас! Возьмитесь поретивее и продолжайте не прерывая - и скоро достигнете искомого. Установится благоговейное внимание в Едином Боге, а с Ним придет и мир внутренний. Говорю: скоро, однако ж не чрез день или два. Потребуется, может быть, месяцы. О, когда бы и не годы! Просите Господа, и Он Сам Вам поможет.

В пособие к сему приложите и следующее: ничего не делать, что запрещает совесть, и ничего не опускать, что велит она делать, большое ли то или малое. Совесть всегда есть наш нравственный рычаг. Что внутри нас детки наши - мысли, чувства и желания - предаются непозволительной резвости, причина сему, между прочим, и та, что совесть потеряла силу. Возвратите ей сию силу, изъявляя полную ей покорность. Вы теперь просветили ее, выяснив все, что вам должно делать и чего не делать. Извольте же следовать сему неуклонно, и так решительно, что хоть умереть, а ничего против совести не позволять себе делать. Чем решительнее будете так поступать, тем могущественнее будет становиться совесть, тем полнее и сильнее будет она внушать вам должное и отклонять от недолжного - и в делах, и в словах, и в помышлениях - и внутреннее ваше будет спешнее упорядочиваться. Совесть с благоговейною памятью Божией - бьющий ключ истинной духовной жизни. Припомните, что говорилось о духе в начале нашей беседы[1].

Больше этих двух правил ничего и не требуется. Дополните только их терпением. Вдруг не придет успех, надо ждать, трудясь, однако ж, неутомимо. Надо трудиться и, главное, ни в чем не уступать себяугодию или мироугодию. Непрестанные будут противления начатому порядку. Надо одолевать их, следовательно, напрягать силы и, следовательно, терпеть. Облекитесь же в это оружие всемогущее и никогда не падайте духом, видя неудачи. Все придет со временем. Воодушевляйтесь в терпении сею надеждою. Что это так бывает, оправдано опытами всех людей, искавших и содевавших спасение.

Так вот и все! Памятовать благоговейно о Боге, следовать совести и вооружаться терпением с надеждою. Это немногое - семя всего. Благослови вас, Господи, так настроиться и стоять в сем настроении.

Письма: "Третья сторона человеческой жизни: жизнь духовная. Главные проявления духовной жизни: страх Божий, совесть и жажда Бога. Достоинство человека.", "Воздействие духа на душу человека и происходящие отсюда явления в области мыслительной, деятельной (воле) и чувствующей (сердцу).", "Выводы из сказанного о

## Правила для отогнания внутреннего нестроения

Автор: Admin

06.11.2011 16:04 - Обновлено 06.11.2011 17:09

---

трех сторонах человеческой жизни. Возможность перехода из одного состояния в другое и преобладания той или другой стороны жизни. Преобладание душевности и плотяности как греховное состояние. Господство духовной жизни как норма истинной жизни человека." и "Истинное счастье человека - жизнь по духу. Тончайшая оболочка души, служащая посредницей между ею и телом и средством общения душ между собою и с миром святых и Ангелов. Светлое и темное состояние оболочки души."

*Из книги святителя Феофана Затворника*

*"Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться"*