

# **О хранении чувств преподобный Никодим Святогорец**

По благословию Святейшего Патриарха Московского и всея Руси  
Алексия II

## Предисловие к современному читателю

Никто не отказался бы взойти на Небеса и наслаждаться нескончаемым блаженством, если бы этого можно было достичь, не прилагая усилий и подвига. Все мы готовы быть с Господом во славе Его, но мало найдется тех, кто пребудет верным Ему в скорбях и поношениях. И даже если уже решились идти вслед за Христом, при первой трудности наш ветхий человек начинает вопиять о нарушении своих «прав», о невыносимости такого пути. Он готов, подобно древним израильтянам, вернуться назад к египетским «мясам», готов обернуться вспять, как жена Лотова. И какой тогда требуется труд, чтобы обуздать его, чтобы сохранить верность Господу и не бросить взятого креста! Тем, кто переживает подобное, адресована эта книжка в напутствие и укрепление. Только узким путем войдем мы в Царство Небесное; только с приложением усилий, по неложному слову Господа, только многими скорбями, только отвергнув себя и возненавидев душу свою, в скверне греховной валяющуюся, возможем мы пронести до конца свой крест.

Но иногда, в минуты позорного малодушия, бывает полезно поразмыслить о том, что составляет радость и услаждение этого безумного мира, в который нас тянет ветхий человек. И что же? Обрядиться нарядными одеждами, которые по сути-то своей есть не что иное, как лукавое прикрытие нашей греховности, унаследованной от Адама, – ведь праотцы наши ходили по раю наги и не стыдились (см.: Быт. 2, 25). В чем еще мирское счастье? Хорошенько поесть, повкусней и побольше, потешить чувства удовольствиями, понежить тело перинами, усладиться благоуханиями и так далее и тому подобное. И все? Но это ведь «гробы повапленные» (ср.: Мф. 23, 27). Это ведь внешний блеск при внутренней пустоте и гнилости. И таковых в современном мире большинство! Так неужели должно ринуться за этим шумящим потоком, несущимся пространством путем в погибель? Но, скажет ветхий человек, ведь не все таковы: есть и те, кто посвятил себя науке, искусству, семье... И что ж, обрели они счастье? Поищите счастливых в этом мире – и вы не найдете ни единого! Премудрый Соломон познал все мирские удовольствия, всю славу мира сего и заключил – «суета суетствий, всяческая суета» (Еккл. 1, 2).

Что и говорить, все наши начинания суетны и преходящи. Сколько было в мире великих завоевателей, известных поэтов – и большинство из них забыто, всех их скрыла земля. Суетны и тленны все дела человеческие,

за исключением тех, которые совершаются ради Бога и с Богом и которые через это становятся вечными и бессмертными, каков Сам Бог. Не веришь этому? Вот, смотри, счастливая семейная чета воспитывает детей: как в хлопотах и суете состарятся родители, так же в трудах и скорбях уйдут в прошлое их дети. Но если все это освящено присутствием Божиим, то как родители, так и дети обретут отраду и утешение в Господе и по смерти сподобятся Жизни Вечной. И точно так же во всем остальном: только соделанные в Боге и с Богом труды наши приобретают смысл и из преходящих становятся бессмертными.

Итак, не озирайся вспять, душа, теки своим путем, взявши крест свой, «мужайся, и да крепится сердце твое, и потерпи Господа» (Пс. 26, 14). Пусть скорбен и тесен путь твой, но им прошли и Сам Господь, и все святые, которые ныне взирают на твоё шествие и помогают тебе. Конечно, надо пересилить в себе ветхого человека, надо возненавидеть греховность и суетность – тогда воскреснет твой мертвец, твоя душа, для Божественного и небесного, ты обретешь истинную и неотъемлемую радость в том, чтобы любить Творца и Его творение, чтобы исполнять благую волю Божию.

«И вы же печаль имате убо ныне; паки же узрю вы, и возрадуется сердце ваше, и радости вашей никтоже возмет от вас» (Ин. 16, 22).

Да будет тако.

## Почему ум порабощён чувственными страстями<sup>1</sup>

Есть две причины тому, что ум порабощен чувственными похотениям. Первая и главнейшая причина состоит в том, что после грехопадения Адама во все человеческое существо проникла страстность. В страсти человек зачинается и возрастает в утробе матери, как о том говорит пророк Давид: «Се бо, в беззаконных зачат есмь, и во гресех роди мя мати моя» (Пс. 50, 7).

Второй причиной является то, что человек все детские годы, по несовершенству своего разума, не может заставить ум руководить чувствами и направлять их к духовному наслаждению. В это время чувства подчинены телу, которое пользуется ими не только в необходимом для жизни, но и в страстях своих, подчиняя и самый ум, несовершенный и несмышленный, чувственному наслаждению. И примерно до пятнадцатилетнего возраста, пока не достигнет человек зрелости полного развития, ум руководится чувствами: глаза привыкают пристрастно смотреть на красоту телесную, уши услаждаются приятной мелодией, нос привыкает обонять сладость ароматов, язык и уста стремятся к изысканным кушаньям, кожа привыкает к осязанию мягких и приятных для тела одежд.

И как после сего убедить человека, что не в этом состоит истинная радость, что это не духовное услаждение, а плотское, животное? И что поможет человеку избавиться от подобного порабощения чувствам? Может быть, ум? Он хотя и понимает, что такое состояние свойственно бессловесным животным, но, сам навывкнув в первые годы своей жизни находиться под властью чувств и почитать за благо свое им подчинение, и в зрелом возрасте оказывается скованным, как железными оковами, этими пятью чувствами. Ум страдает оттого, что, будучи сотворенным царем над телом, стал рабом ему и все же волей-неволей склоняется к услаждению чувств.

Что же убедит человека в необходимости выйти из такого жалкого состояния? Может быть, воображение? Но и оно полно страстными образами и идолами чувственных наслаждений, которые столько лет занимали его, что фантазия скорее возбудит в уме и чувствах сладостное воспоминание о них, чем воспрепятствует желанию погрузиться в них снова. Может быть, сердце? Увы, сердце само исполнено чувственных похотений и склоняет некоторым образом и ум, и воображение, и тело к удовлетворению их.

Но это не все. Сам сатана, который является господином всех телесных похотений, щекочет и ум, и сердце, и все чувства.

## Как ум избавляется от чувственных похотений

Итак, по миновании детского возраста, после того как ум обретет зрелость и узнает из Священного Писания и от Святых Отцов, что есть иное, сродное ему – не плотское, а духовное – наслаждение, то он, будучи благолюбивым по природе, не вынесет того, что чувства тела, в котором он обитает, поработены страстям, что и сам он поработен им же и из господина и царя стал рабом и пленником.

И осознав свои права царя и господина над телом, дарованные ему Творцом, он всей своей силой, всем желанием и всем разумением, при содействии благодати Божией, стремится искоренить из чувств своих эти многолетние, утвердившиеся привычки и таким образом не только избавиться от тиранства страстей, но и подчинить их своей воле.

Как же и каким образом происходит освобождение чувств и подчинение их уму? Слушай.

Когда какой-нибудь царь хочет без труда захватить город, окруженный стенами, он лишает его жителей всех источников питания и через это вынуждает их сдаться. Подобное средство использует и ум в борьбе с чувствами: он урезает понемногу у каждого из них привычные ему похотения, не позволяя более удовлетворять их, и так легко и за короткое время подчиняет их себе. В то же время он не остается беззаботным, но, получая свободу от телесных удовольствий, он обращается к естественной для него духовной пище, состоящей в чтении Священного Писания, в созидании добродетелей, в творении заповедей Господних, в молитве, в размышлении о сотворении видимого и невидимого мира.

Но это не все. Ум должен, насколько возможно, противиться телесным чувствам, возводя их к тому, чтобы и они привыкали к духовным наслаждениям, как прежде и сам услаждался наслаждениями чувственными, – чтобы и тело становилось духоносным.

Многоплачевное падение праотца нашего Адама состояло именно в том, что он, по свидетельству Святых Отцов, оставив духовную пищу и наслаждение, впал – увы! – в телесное и чувственное наслаждение, а от Адама и мы унаследовали это праотеческое стремление к чувственному. Древо познания добра и зла – это познание чувственного наслаждения: усладившись добром, то есть чувственным наслаждением, праотцы познали и зло – страдание, неразрывно связанное с ним.

По этой причине и пришел Новый Адам – Иисус Христос, чтобы

возвести нас от чувственных пристрастий к услаждению духовным. И этого легко достигают те, которые отсекали похотения телесные и, возжелав сладости духовной, оставили мир и убежали в пустыни. Там, не находя причин, возбуждающих чувственные страсти, они легко подчиняют чувства уму и в короткое время сподобляются Божественного и сладчайшего упокоения.

О том и прошу тебя, возлюбленный, чтобы ты познал из Священного Писания, что естественным для ума является наслаждение духовное, состоящее в питании духовным брашном, а наслаждение чувственное уму противоестественно. И более того, согласно святому Каллисту, духовное наслаждение одно только и достойно того, чтобы называться наслаждением, поскольку, вкушая его и усладившись им, человек испытывает радость. Чувственное же и телесное наслаждение в действительности не является наслаждением, поскольку и во время вкушения его, и после него оно вызывает только сердечную скорбь. Что и говорить: плотское наслаждение подобно мухе в меде, которая, вкусив сладости меда, прилипла к его поверхности и утонула. Оно подобно яду, который сладок на вкус, но смертоносен, как о том же говорит Соломон: «Мед бо каплет от устен жены блудницы, яже на время наслаждает твой гортань, последи же горчае желчи обрящещи» (Притч. 5, 3–4).

Но поскольку чувства твои на протяжении стольких лет были порабощены телесным наслаждениям и ум подчинился им, оставив естественную ему духовную пищу, то что делать тебе? Необходимо с большой внимательностью подвизаться, чтобы, насколько возможно, овладеть своими пятью чувствами, предоставляя им только потребное для телесных нужд и отсекая все лишнее и приводящее к услаждению. Таким образом ты станешь господином своих страстей, сможешь очистить свои чувства от ложных сладостей и, освободив ум от похотений плотских, возведешь его к вожденной ему духовной сладости.

## О хранении зрения

Согласно святому Василию Великому, глаза – это две бестелесные руки, которыми душа ощущает находящееся на расстоянии. Итак, необходимо пресечь воззрение глаз на красоту телесную, приводящую душу к неподобающей страсти, как тому учит Соломон: «Очи твои право да зрят, и вежди твои да помавают праведная» (Притч. 4, 25). Услышь и то, что говорит Иов: «Завет положих очима моима, да не помышлю на девицу» (Иов. 31, 1). К соблюдению зрения приложи все свое внимание, поскольку это чувство подобно вору: скоро захватывает ум, так что во мгновение ока от страстного взгляда запечатлевается в памяти образ кумира, им услаждается душа и его вожделевает сердце, – и человек грешит, как сказал о том Господь: «...всяк, иже воззрит на жену ко еже вожделети ея, уже любодействова с нею в сердца своем» (Мф. 5, 28). Потому-то и Соломон заповедует нам хранить глаза: «Сыне, да не победит тя доброты похоть, ниже уловлен буди твоима очима» (Притч. 6, 25).

Если же проберется этот вор и уловит тебя, то подвизайся, чтобы кумир Афродиты, то есть мерзкое похотение, не запечатлелся в душе твоей. Как? Через призывание Бога: ведь согласно псалмопевцу, «Господне есть спасение» (Пс. 3, 9); или обращением твоего внимания к духовному образу<sup>2</sup>, чтобы образ образом и воображение воображением победить. Если же сатана не перестанет беспокоить тебя тем кумиром, который запечатлелся в твоём воображении, то святой Иоанн Златоуст и преподобная Синклитикия советуют тебе прибегнуть к следующему средству: вынь мысленно у этого кумира глаза, сними с него кожу, отсеки губы – и тогда ты увидишь, что оставшееся настолько ужасно, что человек не может смотреть на это без отвращения и содрогания, потому как это есть не что иное, как окровавленное мясо и кости.

Блуди же тщательно глаза твои, поскольку идола зрения глубже, чем идола, возникающие от действия других чувств, запечатлеваются в памяти, что мы и по опыту знаем: образы, запечатленные в воображении от других чувств, легче изглаживаются, а образы зрительные остаются в течение продолжительного времени, так что и со многими трудами мы не в состоянии бываем от них избавиться: если мы бодрствуем, они не перестают нападать на нас, а если спим, являются нам в сновидениях, и так мы с ними вместе и стареем, вместе и умираем.<sup>3</sup>

Внемли себе, и если возможно, то не встречайся и не разговаривай с теми, кто может вовлечь тебя в мысленную брань. Если тебе необходимо



говорить с женщинами, то опусти долу глаза твои или вообще закрой их и повторяй мысленно слова псалмопевца: «Предзрех Господа предо мною выну, яко одесную мене есть, да не подвижуся» (Пс. 15, 8). А к этому пусть будет с тобой еще один или два брата, чтобы не дать врагу свободы.

Однажды авва Исидор отправился в Александрию, чтобы повидаться с патриархом Феофилом, а когда он вернулся, собрались отцы скита и спросили: «Как мир, авва? Что делают люди?» А он ответил: «Я не видел человеческого лица, кроме лица патриарха, ибо принудил себя не смотреть на людей». И все подивились его воздержанию (*из Отечника*). Из этого примера ты можешь понять, как опасно оставить блуждать глаза свои. Потому и святой Симеон Новый Богослов учит не смотреть не только на женщин и молодых, но и на старцев. Итак, блюди глаза свои, прося Господа вместе с Сирахом: «Господи Отче и Боже живота моего, не даждь возношения очима моима и вожделение отврати от мене» (Сир. 23, 4). И, конечно же, блюдись, чтобы не смотреть на те лица, к которым раньше закралось похотение в сердце твое, поскольку, глядя на них, ты бываешь борим от диавола вдвойне: и изнутри – страстью от прежде воспринятого вожделения, и снаружи – от настоящего лицезрения.

Храни же глаза свои, поскольку через них входят во множество разбойники и овладевают душой твоей. Ведь если бы наши праотцы хранили глаза свои, то не были бы изгнаны из рая; если бы хранили глаза свои содомляне и не увидели двух Ангелов, то не были бы уничтожены; если бы Давид не увидел купающуюся Вирсавию, то не впал бы в двойное беззаконие: прелюбодеяние и убийство, так что, наученный печальным опытом, молил Господа отворотить его глаза от тщетной красоты: «Отврати очи мои еже не видети суеты» (Пс. 118, 37).

К чему многословить? Всеми признана та истина, что от воззрения рождается похотение и наоборот: где не было воззрения, там и не возникнет похотения, как о том пишет Сирах: «Блуд женский в возвышении очес» (Сир. 26, 11). Потому-то глаз и окружен веками, чтобы, как девица (по-гречески <h k!ogh – зрачок и девица), скрываться от посторонних во внутренних покоях. О том хорошо сказал святой Иоанн Лествичник: «Всеми силами будем убегать, чтобы не видеть, не слышать о том плоде, которого мы обещались никогда не вкушать, ибо удивляюсь, если мы считаем себя крепчайшими пророка Давида» (Слово 15, 64).

## О хранении слуха

Храни уши твои от слышания развратных мелодий, поскольку душа, услаждаясь ими, пребывает нечувственной к духовному наслаждению и не познает своего бедственного состояния; поскольку от похотливых песен ум запечатлевает в воображении страстные образы, а сердце склоняется к принятию их.

По известной легенде, Одиссей заткнул уши воском, чтобы не слышать сладких песен сирен и не погибнуть. И нам необходимо закрыть уши от слышания распутных песен, чтобы никогда не быть пойманными этими смертоносными сиренами сладострастия. Потому и Ксенократ учил юношей носить затычки в ушах, чтобы сохранять свой слух от развращенных и неподобных бесед.

## О хранении обоняния

Необходимо хранить свое обоняние от услаждения духами и ароматами, поскольку иначе душа изнеживается, ум опустошается и скорее склоняется к разврату. Пророк Амос говорит: «Горе первыми вонями мажущимся» (ср.: Ам. 6, 6). И пророк Исаия предвозвещает наказание умащающимся благоуханиями: «И будет вместо вони добрыя смрад» (Ис. 3, 23). Убоявшись этого проклятия, преподобный Арсений Великий, бывший знатным придворным, после того как стал монахом, никогда не менял воду, в которой мочил финиковые ветви, так что она стала весьма зловонной. Будучи спрошен, зачем он так поступает, преподобный ответил, что делает это в наказание себе за те благовония, какими он умащался при дворе. Итак, брат, если ты хочешь, чтобы благоухало твое тело, то не бездействуй, но делай по пятьдесят и по сто земных поклонов каждый день, так чтобы из твоего тела вышли все лишние воды, являющиеся причиной его зловония, и тело, иссушенное таким образом, стало издавать благоухание. Ведь мы видим, что тела всех трудящихся, и уж тем более монахов, не издают зловония, но благоухают.

## О хранении вкуса

Чувство вкуса хотя и является четвертым в перечне физиологов, но по силе влияния на человека есть первейшее среди других. Откуда эти обильные трапезы и изысканные кушанья? Конечно, не по необходимости и не по нужде тела, но для услаждения гортани. И что же рождают эти многоценные яства? Конечно, ничего хорошего, но только страсти телесные и душевные. Объядение, прожорливость, пьянство, ожирение, подагра, блуд и все вообще плотские подчревные страсти являются порождением чревобесия.

Священное Писание говорит об иудеях, что они, наевшись и напившись, «востаха играти» (Исх. 32, 6), разумея под этим блуд и всякую нечистоту. Один из старцев говорил, что если бы Навузардан, главный повар Навуходносора, не пришел в Иерусалим, то храм Господень не был бы разрушен, разумея под этим, что «если чревобесие не возобладает над душой, то ум не подвергнется бесовской брани».

И это не все. Многоядение препятствует благочестию, как мы читаем об израильтянах: «утолсте, разшире и остави Бога, сотворшаго его, и отступи от Бога Спаса своего» (Втор. 32, 15). Так же и апостол Павел в послании к Филиппийцам врагами Креста именует тех, кому «бог чрево, и слава в студе их» (Флп. 3, 19). Особенно же чревобесие вредит молодым, у которых и так кровь кипит, а от крепкой пищи их несчастные тела превращаются в «пещь Вавилонскую». Поэтому приучи себя есть раз в день: от этого и тело твое станет легче и здоровее, и ум – чище и способней к духовным размышлениям. Но и тогда, прошу тебя, не объедайся. Ведь согласно святому Григорию Синаиту, существует три степени удовлетворения голода: **воздержание** – когда после еды остается еще чувство голода, **доволь** – когда не испытываешь голода и не отягощаешься, и **сытость** – когда отягощаешься немного. Так что если ты не в состоянии соблюдать первые две степени, то хоть не объедайся, помня слова Господа: «Горе вам, насыщенный ныне, яко взалчете» (Лк. 6, 25) и того богатого, который каждый день пировал. Бойся его участи, ведь ради довольства, воспринятого им в сей временной жизни, он лишился лона Авраамова и молил, чтобы ему прохладили гортань смоченным в воде пальцем. Святитель Василий Великий советует юным не только не насыщаться вдоволь, но и не есть досыта.

Итак, всегда, когда ешь или пьешь, вспоминай слова псалмопевца: «Кая польза в крови моей, внегда сходити ми во истление?» (Пс. 29, 10) – и

часто повторяй это, чтобы избавиться от многоядения и многопития.

Сохраняя гортань от многоядения, храни ее и от осуждения, срамословия и празднословия, помня, что за каждое праздное слово мы дадим ответ на Страшном Суде (см.: Мф. 12, 36), и да будут всегда слова твои растворены солью благодати, как заповедует апостол Павел (см.: Кол. 4, 6).

Блюдись также и от смеха, помня слова Господа: «Горе вам, смеющимся ныне, яко возрыдаете и восплачете» (Лк. 6, 25) и: «Блажени плачущии, яко тии утешатся» (Мф. 5, 4). Итак, да будем избегать смеха – как уготовляющего вечный плач и возлюбим плач – как виновника нескончаемой радости.

## О хранении осязания

Хотя по преимуществу органом осязания и считаются руки, но в действительности это чувство свойственно всей поверхности тела, поскольку каждая часть и каждый член тела могут стать органом осязания. Итак, берегись от нежных рукопожатий, поскольку чувство, возникающее от прикосновений, намного быстрее вовлекает в грех. Знай же, что трудно освободиться от страстных чувств, возникших от осязания, и внемли себе всеми силами. И действия других чувств значимы, хотя иногда и кажется, что от них далеко до греха; осязание же – это уже начало греха.

Внемли, чтобы не приближаться ни рукой, ни ногой твоей близко к телу другого, и уж тем более молодого. Не протирай рук своих без нужды к собственному телу, даже чтобы почесаться, поскольку через это кажущееся незначительным осязание лукавый навывает склонять на грехи и рисовать в воображении неподобные страстные образы, оскверняющие чистоту помыслов. Потому и святой Исаак заповедует: «С целомудрием приступай к исполнению необходимой нужды, как бы стесняясь хранящего тебя Ангела, и совершай дело со страхом Божиим» (Слово 9).

Осязание побуждает нас носить мягкие и шикарные одежды. Воздерживайся же от нарядных одеяний, помня, что одежды являются постоянным напоминанием об изгнании из рая и о наказаниях за нарушение заповеди, поскольку находившимся в раю под покровом благодати праотцам не нужны были одеяния и только после послушания, лишившего их благодатного покрова, им понадобились лиственные опоясания. Помни и о том, что одежды нужны нам для согревания зимой и для защиты от зноя летом, согласно святому Василию Великому, так что и Соломон, имевший самые роскошные одежды, в конце концов назвал все это «суею суетствий и томлением духа» (ср.: [Еккл. 1, 14](#)).

Оставь же эту тщету, брат. Вспомни, что, согласно апостолу Павлу, «преходит образ мира сего» ([1Кор. 7, 31](#)) и что все видимое преходяще, а невидимое вечно. Смерть приходит, и после нее – суд, а после суда – ад и муки бесконечные. И когда придет смерть, то кончатся и молодость, и суета, и не нужны станут изысканные одежды.

Осязание побуждает нас искать и мягких постелей, что разнеживает тело, удлиняет сон и разжигает похоть. Как повествуется в Отчнике, одного старца спросил брат: «Авва, как мне избавиться от блудной брани?» Тот ответил: «Воздерживайся от многоядения, от осуждения и от всего, что возбуждает страсть». Но брат сказал: «Соблюдая все это, я не

нашел никакого избавления от брани». И часто вопрошая, брат докучал старцу, так что тот пошел в его келью и, увидев мягкую постель, на которой спал брат, воскликнул: «О, вот, вот где причина брани твоей, брат!»

## О хранении всех чувств вообще

Блюди все свои чувства, поскольку они подобны дверцам, через которые в душу входит или смерть, или жизнь: жизнь входит, когда мы ими хорошо управляем и не позволяем пробраться привычным страстям; смерть – когда они впускают смертоносные и душевредные страсти. Позаботься очистить свою душу от той скверны, какую вносят чувства извне вовнутрь. Ведь подобно тому, как бурные потоки, выходя из берегов во время дождей, сметают на своем пути камни, деревья и все прочее, так и чувства, лишь останутся без надзора ума, тотчас бросаются на все чувственное и воспринимают всякое пошлое зрелище, всякое сквернословие – короче говоря, всякую грязь похотей, а затем привносят все это в несчастную душу, делая ее вертепом разбойников. Об этих бурных потоках возопил некогда в скорби пророк Давид ко Господу: «И потоцы беззакония смятоша мя» (Пс. 17, 5).

Подвизайся удерживать свои чувства, поскольку они ведут ко злу, оскверняя душу через нечистые пожелания, как говорит об этом святитель Григорий Богослов, и поскольку диавол непрестанно наблюдает за нами и, как только мы открываем одно из чувств, входит в душу и убивает ее, как говорит о том преподобный Исаак Сирин.

Живущие в миру среди соблазнов должны иметь большее внимание к себе, чем отшельники, для которых их уединение служит стеной, ограждающей от неприличных сцен, от пошлых разговоров и всякой другой скверны, так что отшельники подобны сражающимся из укрытий, а ты сражаешься с врагом в открытую, лицом к лицу, и пули летят со всех сторон, – везде ты встречаешь поводы ко греху. Отшельники подобны находящимся вдали от обрыва, а ты подобен находящемуся на его краю, как говорил авва Пимен: «Те, кто живет вдали от мира, подобны находящимся вдали от пропасти, так что, когда их тянет к обрыву сатана, они взывают к Богу, и Он, пришедши, освобождает их. Живущие же в миру подобны находящимся рядом с пропастью, так что, когда их схватывает сатана, они не успевают прибегнуть к Богу и гибнут» (*из Отечника*). Итак, поскольку ты находишься у пропасти, то, как только по небрежности расслабишь одно из своих чувств, близок ты к гибели, а потому изо всех сил блюди их. Ведь по словам преподобной Синклитикии, «чувства наши и без нашего желания окрадываются. И возможно разве, чтобы в дом с открытыми дверями не пробрался дым с улицы?» (*из ее Жития*).

Аксиома Аристотеля гласит: «Ничто не войдет в ум, если прежде не



войдет через чувство». Эта аксиома не верна в тех случаях, когда речь идет о благом, – ведь и ум создан Творцом благим, поскольку все творения Божии «добры зело» (Быт. 1, 31). Если представить себе, что в ум человеческий не входит никакая хорошая идея, возникшая от чувств, и что он пребывает простым, без!образным, как неисписанная доска, то эта простота ума и будет его первейшим добром. Ум был создан простым и без!образным по подобию Простого и Без!образного его Творца, «по образу и подобию» (Быт. 1, 26). Так что в противоположность внешним мудрецам, которые обучают свой ум разным идеям и знаниям о природе и человеке, вся борьба и забота подвижников состоит в освобождении своего ума от всяких образов, форм и идей, какие в нем запечатлелись, так, чтобы ум стал без!образным и через эту свою простоту соединился с Богом и вернулся в свое первое младенческое состояние, о котором говорил Господь: «Аще не обратитесь и будете яко дети, не внидете в Царство Небесное» (Мф. 18, 3). Об этом так пишет преподобный Нил Синайский: «Блажен ум, который во время молитвы бывает невещественен и нестяжателен и держит совершенное ко всему нечувствие» (*Добротолубие*). Если же речь идет о зле, то аксиома Аристотеля оказывается совершенно верной: поскольку зло противоестественно и чуждо природе ума, созданной благой, то оно никак иначе и не может войти в ум, как только извне, через чувства. Так и в ум Адама не через собственные мысли вкралась идея греха, а извне, через чувства и подстрекательство дьявола.

И что из этого следует? Что всякое зло и страсть входят в душу посредством чувств. И если не хранить чувств, то невозможно уничтожить страсти. И как же их хранить? Слушай: окна храма Соломона были обтянуты сеткой, чтобы не пробрались через них нечистые насекомые, и это служило образом того, что тот, кто хочет сохранить свою душу от нечистых чувственных похотений, должен закрыть окна чувств сетью – памятью о смерти, об ответе на Страшном Суде, о муках вечных. Таким образом человек может отвергнуть похоти и грехи, с какими сталкиваются его чувства. А преподобный Исидор Пелусиот, уча, каким образом хранить чувства от похотей, говорит, что ум человека должен стоять, как царь и самодержец, и иметь помыслы, какие бывают у сильных и вооруженных воинов, чтобы они охраняли врата чувств и не впускали врагов внутрь, поскольку если они не войдут, то брань легка, а если войдут, то победа сомнительна. И так не только сохранишься ты от внешних телесных страстей, но и внутренние душевные страсти (образовавшиеся от прежних впечатлений), когда прекратится доступ чувственных похотений,

постепенно ослабнут и со временем совершенно исчезнут. О том же говорит и преподобный авва Пимен: «Как змея, если ее закрыть в сосуде, со временем умрет без пищи, так и страсти, таящиеся в нашем сердце, если не кормить их через чувства входящими образами, ослабнут и исчезнут» (из *Отечника*).

А вслед за тем и диавол, пищей которого служат страсти и похоти, лишившись этой пищи, погибнет, как о том говорит Иов: «Мраволев погиге, занеже не имеяше брашна» (Иов. 4, 11). Эти слова святой Нил толкует так, что диавол назван «мравольвом», поскольку и всякая страсть вначале кажется маленькой, как муравей, но затем становится огромной, как лев. Видишь, каких врагов тебе предстоит победить? Видишь, что и страсти, и диавола ты победишь, если отсецешь похоти чувственные? Но это отсечение и победа не придут к тебе без борьбы, как и во внешней битве нельзя победить без нее. Конечно, тебе предстоит трудная брань и с греховной привычкой, и с диаволом, но стой мужественно, не склоняясь к воле вражьей, помня следующие слова святого Григория Богослова: «Не становятся героями ленивцы, но победы создают славу». Мужественным противлением похотениям твоих чувств дай врагу понять, что ты воистину верный раб Христа, победившего страсти и сатану, и всегда показывай врагу, что ты не раб своих чувств, но царь и господин, что ты не просто плоть и кровь, но и разум, дарованный Богом, чтобы властвовать над бессловесными страстями тела.

Борясь с дурной привычкой, приведи себе на память мудрое изречение: «Благое отучает от злого» – и скажи себе: «Если приучил я свои чувства к похоти, так что выработалась у них злая привычка, то почему же теперь не могу я приучить их к обратному, чтобы от хорошего урока выработалась добрая привычка? Но мне предстоит испытать горечь и трудности в начале? Пусть я их испытаю, чтобы потом смог я испытать и радость, и легкость, ведь если трудны и горьки для чувств первые дела и уроки добродетели, рождающие привычку, то дела, рожденные этой доброй привычкой, сладки и легки».

Короче говоря, вот невидимо предстоят небесные Ангелы, держащие в руках венцы, вот восседает Венцедавец Христос – и сколько раз ты победишь в этой брани и не поддашься чувственным похотям, столько раз будешь увенчан нетленными венцами. Но, будучи побежден и раз, и два, не прекращай борьбы, а призывай на помощь Бога, и, если будешь так поступать, тотчас придет благодать Божия на помощь тебе и не оставит тебя погибнуть совершенно.

Не думай, что победа здесь возможна легкая и быстрая. Воистину,

возлюбленный, победа над страстью и над чувственным похотением величественнее победы над сотней врагов и подчинение твоих чувств уму выше, чем подчинение обширных царств, потому и царь Александр Македонский, когда ублажали его за победу над всем миром, благоразумно ответил: «Тщетны будут все мои победы, если я не одержу победу над самим собой», поскольку многие, будучи господами мира, оставались рабами собственных страстей.

## О хранении воображения

Воображение – это широкая доска, на которой изображается то, что мы видели глазами, о чем слышали ушами, что чувствовали и осязали. Аристотель называет воображение общим чувством: общим – поскольку оно объемлет впечатления всех пяти чувств; чувством – поскольку то впечатление, какое производит каждое из чувств в отдельности, может произвести воображение (так, например, если кто-то ест лимон, а рядом стоит другой и смотрит на него, то у этого другого начинает выделяться слюна. Но то же испытывает и тот, кто только представит себе лимон в своем воображении).

Поэтому, возлюбленный, как необходимо беречь внешние чувства от страстных впечатлений, так же нужно беречь и внутреннее чувство, то есть воображение, не позволяя ему представлять ни страстные образы, какие видели глаза, ни неуместные слова, какие слышали уши, ни благоухание, какое чувствовал нос, ни изысканные блюда, какие вкушали уста, ни страстные прикосновения, какие испытывало осязание, поскольку что пользы сохранять внешние чувства и не сохранять воображение, вмещающее все возбуждающие похотение впечатления чувств и производящее то же смятение в душе?

И с еще бóльшим вниманием должны мы хранить воображение, поскольку если внешние чувства действуют только при наличии чувственных вещей, то воображение – напротив. Даже в том случае, когда человек один заперт в доме или обитает в пустыне, – открывая книгу воображения, он представляет образы, речи и тому подобное. Необходимо хранить воображение, поскольку оно если увлечется представленным образом, то склоняет и внешние чувства к сочувствию (как то наглядно показывает пример с лимоном).

К тому же воображение действует быстрее всех прочих чувств, запечатлевая, а затем представляя греховные образы и услаждая ими, так что необходимо следить за ним с величайшей внимательностью. Запечатлев какой-либо образ, воображение, по природе своей, не оставляет его в забвении, но выводит наружу. Так, например, при упоминании имен **Марфа, София** воображение тотчас рисует образы Марфы и Софии и воспроизводит определенное отношение к ним.

И бывает, что мы уже и похоронили знакомого нам человека, и своими руками держали его кости, но безумное воображение все еще рисует его нам живым и смущает нас представлением о нем. И наконец,

изо всех сил нашей души именно к воображению диавол имеет особенную близость, используя его для прельщения человека. Ведь он, будучи сам создан простым и безобразным умом, как и прочие Ангелы, вообразив, что может уподобиться Всевышнему, из Ангела света стал темным диаволом. Он через воображение прельстил Адама, так что он представил себя равным Богу, а до грехопадения человеческий ум не имел воображения. Но не только Адам, а вообще все люди, которые когда-либо попадали в грех или прелесть, прельщались воображением.

А потому прошу тебя, возлюбленный, сколько возможно, храни свое воображение, чтобы не запечатлелись в нем душевредные образы, входящие через чувство. И когда подступают они к тебе, берегись от сосложения с ними и сочетания в сердце, но тотчас прибегай ко Господу с сердечной молитвой.

Используй же свое воображение для сокрушения, смирения и умиления сердечного, представляя смерть, Страшный Суд, вечные мучения, или для размышления о сотворении мира, о воплощении Господа нашего Иисуса Христа, о его Рождестве, Крещении, Распятии, Погребении, Воскресении. И когда враг борет тебя скверными фантазиями, противопоставляй им благие и духовные образы.

Не пугайся и не страшись мерзких образов воображения, но презирай их и пренебрегай ими, как пустым местом. Они ложны, беспочвенны и не соответствуют действительности. И когда ты привыкнешь пренебрегать воображением, то силен будешь пренебречь и самими теми вещами, какие рисовало оно. Знай же, что если ты изобразишь на доске своего воображения прекрасные и добрые образы, то будешь похвален в день Суда, когда станет явным все сокровенное, а если изобразишь скверные и порочные картинки, то будешь осужден. Святитель Василий Великий об этом говорит так: живописец, ежедневно в потаенном месте сидя, рисует картину и, когда нарисует и вынесет на торг, восхваляется, если хороший избрал для картины предмет и нарисовал его хорошо. И, напротив, порицаем бывает, если и предмет избрал дурной, и нарисовал его плохо. Так и каждый человек, когда по смерти предстанет на суд Божий, будет превознесен и ублажен Богом, Ангелами и святыми, если украсил ум свой и свое воображение светлыми, Божественными и духовными представлениями (*Слово о девстве*).

## О хранении ума и сердца

Ты теперь знаешь, как беречь чувства, знаешь, как беречь воображение. Узнай же и как беречь сердце, являющееся вместилищем души. Святая Синклитикия говорит, что, как судно может потонуть или из-за волн морских, или из-за внутренней течи, так и душа вредится или внешне – от чувственных вещей, или изнутри – от злых мыслей и страстей сердечных. Поэтому человеку необходимо беречь чувства от сквернящих впечатлений, а сердце – от лукавых мыслей и страстей.

Сердце является естественным центром человека, поскольку оно раньше всех других членов появляется в организме и позже других разрушается и поскольку оно есть корень всех чувственных и мысленных сил души.

Сердце является и вышеестественным центром, поскольку вышеестественную благодать Божию, даруемую нам во Святом Крещении, мы приемлем в сердце, чему находим подтверждение во Святом Писании. Так Господь говорит: «Царствие Божие внутри вас есть» (Лк. 17, 21), и апостол Павел: «...посла Бог Духа Сына Своего в сердца ваша вопиющая: Авва, Отче!» (Гал. 4, 6), и в другом месте: «...любы Божия излилися в сердца наша» (Рим. 5, 5). Так и святой Диадок пишет: «Я из Божественных Писаний постиг, что до Крещения благодать извне к добру склоняет душу, а сатана гнездится в глубинах сердца, с момента же пакирождения вне становится диавол, а благодать – внутри».

Сердце является и центром нижеестественным, поскольку все нижеестественные страсти, все хульные, гордостные и лукавые помыслы и все злые желания рождаются в сердце и находятся там. И подобно тому, как пепел скрывает искры огня, страсти скрывают Божественную благодать, полученную во Святом Крещении, как о том говорит святой Каллист; там корень и начало всех грехов, какие мы совершаем после Крещения, там и сатана – если и не в глубине сердца (ведь в нем благодать), то на поверхности его. И Сам Создатель сердец так говорит: «От сердца бо исходят помышления злая, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, татьбы, лжесвидетельства, хулы. Сия суть сквернящая человека» (Мф. 15, 19–20).

А потому необходимо хранить ум и сердце. Освободив свой ум от всех внешних вещей посредством хранения чувств и воображения, нужно вернуть его в сердце свое и непрестанно поучаться в Иисусовой молитве, склоняя и волю произносить молитву со всяким желанием и любовью. При

этом ум должен быть безвидным и безобразным, поскольку и Бог вне всего чувственного и мыслимого.

Плодом этого делания будет то, что ум со временем привыкнет пребывать в сердце, возненавидит чувственные похоти и представления и перестанет сочетаться с лукавыми и злыми мыслями. Ум, пребывая в сердце, увидит там безобразие внутреннего человека, оскверненного мерзкими зрелищами, какие он видел, лукавыми словами, какие он слышал, так что человек поневоле смирится и восплачет о своей греховности. И как не восплакать ему, видя свое мышление полным гордостных, скверных и хульных помыслов, как не восплакать, видя свою волю плененной грязными желанием? Как не восплакать и не пролить кровавых слез, как не воскликнуть жалостно ко Иисусу, чтобы Он освободил и исцелил? Ведь он (ум) видит сердце свое связанным столькими страстями, видит, что весь его внутренний человек – это не храм Божий, а вертеп разбойников. И видя плач и сокрушение, Господь освободит его от страстей и бесов.

Плодом молитвы является и очищение естества, и чистоте подаваемая сверхъестественная благодать Святого Духа. Ведь преподобные отцы, постом, бдением, коленопреклонением, воздержанием и другими подвигами освободившись от страстей, открыли и естественный способ возвращения ума в сердце, чтобы легче и быстрее очистить человеку и ум, и сердце и таким образом сделаться способным вместить сверхъестественную благодать Божию.

Соломон заповедует: «Всяцем хранением блюди твое сердце» (Притч. 4, 23), ведь сердце является центром всех чувств и сил души, и невозможно очистить сердца, не очистив всех чувств. Если осквернится одно из чувств или одна из сил души, то эта скверна попадет в сердце, а из сердца осквернение пройдет во все другие чувства. Но посредством умной молитвы очистится от пепла скверных страстей твое сердце, которое имеет скрытой в себе искру благодати Божией, так что ты узришь и тот огонь, который Господь пришел принести на землю сердца, и возрадуешься радостью неизглаголанною, и от радости прольешь теплые слезы. И затем деланием заповедей Божиих и других добродетелей возжжешь ты в сердце своем огонь Божественный, который своим жаром попалит все страсти и изгонит демонов, борющихся тебя, и усладит сердце твое, даруя тебе радость, мир, любовь ко Господу и любовь к ближнему. Тогда твой ум просветится светом премудрости и рассуждения, и таким образом посредством этого умного делания весь твой внутренний человек воссоздастся в храм Святого Духа: сердце – как алтарь и престол; ум – как

священник; желание и расположение – как жертва; как благоволение же – из сердца возносимая к Богу молитва. Чего да сподобимся все достигнуть благодатию, щедротами и человеколюбием Господа нашего Иисуса Христа, Ему же слава во веки. Аминь.



## Жизнеописание преподобного Никодима Святогорца<sup>4</sup>

Святой Никодим родился в Греции, на острове Наксосе, в 1749 году. Во святом Крещении он получил имя Николай. Родители его, Антоний и Анастасия Каллиурсисы, были люди благочестивые и добродетельные. Впоследствии Анастасия приняла монашеский постриг в одном из греческих монастырей.

Рос Николай мальчиком очень смышленным и внимательным, однако шумных детских компаний избегал и тем хранил свою душу от дурного влияния мира. Он выделялся среди детей своей удивительной сообразительностью, наблюдательностью и хорошей памятью.

Первым учителем отрока Николая был приходской священник, который научил его не только грамоте, но и любви ко Христу, Его Святой Церкви и вообще ко всему полезному для спасения души. С благоговением и усердием помогал отрок благочестивому батюшке при совершении Литургии и других священнодействий.

Столь хорошо подготовленный им, Николай поступил в школу Наксосу. Там он изучал Закон Божий под руководством добродетельного и мудрого учителя – архимандрита Хрисанфа, брата известного священномученика Космы Этолийского. Юный Николай горел желанием продолжить образование. В шестнадцать лет он вместе со своим отцом отправился в Смирну, где поступил в городскую греческую школу, известную высоким уровнем знаний и преподавания<sup>5</sup>. В этой школе юноша Николай проучился пять лет. Он преуспевал в учебе и поражал преподавателей своими способностями. Для не справлявшихся с уроками сверстников он стал дивным наставником, разъясняя и обучая их тому, чего они не поняли на занятиях. За это товарищи очень любили его. В школе Николай выучил латинский, итальянский и французский языки. Изучил, разумеется, и древнегреческий, причем так, что знал этот язык в совершенстве во всех его вариантах и исторических разновидностях. Кроме того, был у него от Господа дар в самой доступной форме излагать смысл священных текстов, так что они становились понятными и для неграмотных простецов.

В 1770 году, когда турки начали гонения на христиан<sup>6</sup>, Николай вернулся на родину, на остров Наксос, где стал секретарем митрополита Анфима (Варды), который мудро и терпеливо готовил его для дальнейшего служения Господу. Так он прожил на Наксосе пять лет, когда Господь послал ему встречу с благочестивыми святогорскими иеромонахами

Григорием и Нифоном и монахом Арсением. Это были люди, преуспевшие в добродетели и подвиге. Они рассказали Николаю о монашеской жизни, о равноангельском жительстве подвижников на Святой Горе и посветили его в тайну умно-сердечной молитвы. От встреч и бесед с ними в сердце Николая возгорелось желание уйти на Афон. Встречи же с митрополитом Макарием<sup>7</sup> и старцем Сильвестром<sup>8</sup> еще более укрепили его в стремлении к монашеству.

В 1775 году, получив от старца Сильвестра рекомендательное письмо, он принял окончательное решение отправиться на Святую Гору, отрекшись от мира и себя самого и желая, по словам Господа, понести крест свой.

...Когда Николай спустился к морю, он увидел судно, готовившееся к отправлению на Святую Гору. Он прославил Господа, видя, как быстро осуществляется его желание, и попросил капитана взять его на судно. Капитан обещал, что позовет его, когда корабль будет готов к отплытию. Однако Господь послал Николаю испытание: корабль отплыл, а про юношу забыли. Видя уходящее судно, Николай начал в отчаянии кричать и подавать знаки, напоминая о себе, а когда увидел, что это не помогает, то прыгнул в воду и поплыл к судну. Только тогда матросы заметили его и повернули корабль.

Когда Николай добрался до Святой Горы, он испытал радость несказанную. Первым делом, по совету старца Сильвестра, он отправился в монастырь святого Дионисия, Дионисат, где в то время подвизалось множество преподобных мужей, украшенных всевозможными добродетелями, скромностью и благодатными дарами. Николай был поражен их богоугодной жизнью и остался в этой обители. Здесь его и постригли в монашество с именем Никодим.

Братия Дионисата знали о прекрасном образовании и обширных познаниях Никодима. Немалое уважение внушали им и точность в соблюдении всех уставов общежития, и смиренный нрав новонаначального монаха. Поэтому вскоре он был назначен чтецом и письмоводителем монастыря.

В 1777 году Святую Гору посетил святитель Макарий, митрополит Коринфский. Он остановился в келье святого Антония, куда пригласил преподобного Никодима и посоветовал ему отредактировать для издания духовные книги «Филокалия» («Добротолюбие») и «Евергетинос» («Благодетель») и написанную им книгу «О Святом Причащении». Святитель Макарий прозрел духовный дар Никодима и направил его на духовный подвиг, который впоследствии явил блаженного подвижника

великим светильником Церкви и учителем вселенной.

Святой Никодим начал с «Добротолубия», которое он внимательно изучил, изменил, где это было необходимо, его построение, составил краткое жизнеописание каждого духовного писателя и снабдил книгу чудесным предисловием. Затем он отредактировал «Благодетеля» по рукописям, которые находились в монастыре Кутлумуш, и составил предисловие к этой книге. И, наконец, святой Никодим отредактировал и дополнил книгу «О Святом Причащении». Все его труды святитель Макарий затем взял и отвез в Смирну, чтобы там издать.

Блаженный Никодим после отъезда святителя остался в Карее, в келье во имя святого Георгия, принадлежавшей Великой Лавре. Там он за год переписал книгу «Алфавит», написанную в стихах преподобным Мелетием Галисиотом, исповедником. Затем он возвратился в свой монастырь. Ища уединения, святой Никодим некоторое время жил в келье святого Афанасия, где проводил время в духовном чтении, непрестанной молитве и переписывании книг. А когда с Наксоса приехал на Святую Гору добродетельный старец Арсений Пелопоннесский (тот самый, который некогда вместе с митрополитом Макарием подвигнул юношу Николая к монашескому подвигу) и поселился в скиту монастыря Пантократор, святой Никодим пришел к нему и стал его послушником.

Там, в скиту, духовный подвиг блаженного достиг своего высшего развития. Он предался безмолвию, которого так жаждал, поучаясь ночью и днем в законе Божиим (см.: [Пс. 1](#)), в богодухновенных писаниях и в творениях богомудрых отцов Церкви.

И кто поведает о подвигах инока, который полностью отрекся от себя, оставил всякую заботу о земном, умертвил плотское мудрование постом, непрестанной молитвой и другими злостраданиями подвижнической жизни? И кому откроется Божественная радость, наполнявшая его душу и сердце, просвещавшая ум светом небесным?

Как новый Моисей, восшел он на гору добродетелей и в светящемся облаке духовного созерцания увидел, насколько это возможно для человека, невидимого Бога, услышал неизреченные глаголы. Он стал богом по благодати и Ангелом во плоти.

За столь высокую и богоугодную жизнь он исполнился благодати и премудрости, получив от Бога дар учения, явился светильником Соборной Православной Церкви и неборимым борцом со всякой ересью и инославными учениями.

Его святая рука, как «трость книжника скорописца» ([Пс. 44, 1](#)), написала множество писем и святых книг, духовных песнопений и гимнов.

Писал он и службы святым угодникам Божиим.

Примечателен следующий случай. Однажды преподобный Никодим был избран для беседы с католиками, приехавшими на Святую Гору. Как всегда, Никодим был в лохмотьях и лаптях. Католики стали протестовать и возмущаться тем, что им, ученым мудрецам, будет отвечать какой-то нищий простец. Никодим начал беседу. Слушатели, удивленные силой и мудростью его слов, спросили, есть ли на Афоне другие иноки, подобные их собеседнику. И святой отец ответил им: «Целое множество, я – последний из них».

В 1782 году старец Арсений из принадлежащего Пантократору скита перебрался на маленький остров Скиропулос, расположенный рядом с Афоном. За ним последовал и Никодим. Условия жизни там были очень трудные, так что подвижникам приходилось переносить немало лишений. У Никодима не было даже книг, но это не мешало ему исполниться неизреченной радости, пребывая в умной молитве, просвещавшей его ум неземной мудростью.

Не имея, как сказано, с собой никакой литературы, он по просьбе своего двоюродного брата, епископа Иерофея, начал писать книгу, полную Божественной и человеческой мудрости, основанную на творениях как Святых Отцов, так и внешних философов; книга эта называлась «Поучительное руководство»<sup>9</sup>, поскольку в ней излагалась наука и советы о том, как хранить чувства, мысли и сердце. Труд сей указывает как на богатство благодати Божией в блаженном, так и на его изумительную память, поскольку он писал его в пустыне, не имея под рукой никаких источников, а «Руководство» между тем полно цитат и ссылок на книги, которые он помнил наизусть.

(Память преподобного была поистине необыкновенной. Однажды в Великую Субботу святой Никодим пришел в храм Протата, чтобы причаститься Святых Таин. Служившие в храме канонарх и чтец договорились спрятать Триодь, чтобы вынудить преподобного сказать пророчества наизусть. И действительно, когда подошло время чтения пророчеств, на клиросе произошло замешательство: не было книг. «Учитель, просим вас, начните пророчества, чтобы не было смущения в церкви», – обратились к нему служившие в алтаре монахи. Он, не подозревая их лукавства, начал по своему милосердию произносить пророчества наизусть, удивляя отцов и тех служителей, которые в алтаре следили по Триоди и поражались точности произносимых наизусть пророчеств и тому, что, когда кончалась страница, учитель неосознанно делал жест рукой, как бы переворачивая лист книги, которой у него не

было. Пророчества он читал около часа, и изумление окружающих было неопишимо. А святой Никодим и не подозревал, что он сделал нечто достойное удивления).

В 1783 году преподобный Никодим вернулся на Святую Гору и был пострижен в великую схиму старцем Дамаскиным. Немного спустя он поселился в купленной им каливе, находившейся над церковью скита Пантократора. Через год он взял себе в послушники одного своего соотечественника, Иоанна, нареченного в постриге Иерофеем, который прослужил ему шесть лет. Там блаженный Никодим жил уединенной жизнью, собирая мед благодати и уча всех, приходивших к нему за наставлением.

По совету вновь прибывшего на Святую Гору митрополита Макария он занялся редактированием и подготовкой к изданию творений Симеона Нового Богослова. Также он отредактировал «Эксомологитарий» (книгу об исповеди), собрал и украсил «Феотокарий» (книгу о Богородице), «Невидимую брань», «Новый мартирологий» (сборник житий новомучеников) и «Духовные упражнения». Эти книги полны Божественной благодати и мудрости и учат избегать греха, приносить искреннее покаяние, противостоять дьявольским искушениям, подвизаться в добродетелях. Тогда же, по совету учителя Афанасия Парийского<sup>10</sup> и митрополита Илиупольского Леонтия, святой Никодим собрал по библиотекам Афона и приготовил к изданию труды святителя Григория Паламы и послал их в венскую типографию. Но, к несчастью, эти многоценные рукописи оказались утеряны: типография была закрыта и разграблена из-за издания обращенных к грекам революционных листовок. Среди захваченных властями материалов были и рукописи святителя Григория, которые латиняне уничтожили как противные им по духу. Когда весть об этом дошла до Никодима, он плакал о потере этих замечательных трудов навзрыд, сознавая, какую большую пользу могли они принести благочестивым христианам.

После этого на Святую Гору пришел ученый иеромонах Агапий. По совету с ним, блаженный Никодим начал работу над систематизацией и толкованием канонов Церкви, необходимых для руководства не только духовенства, но и любого благочестивого христианина. Этот многоценный труд, законченный с помощью иеромонаха Агапия, был назван «Пидалион» («Кормило»), поскольку он направлял и руководил Церковь Христову. Завершив работу над книгой, блаженный Никодим послал ее на рассмотрение в Константинополь. Через год патриарх Неофит, получив о книге одобрительные отзывы от митрополита Коринфского Макария и

митрополита Парийского Афанасия, дал ей соборное одобрение. Книга была отослана святому Никодиму. Поскольку средств на ее издание у него не было, монахи Афона провели сбор пожертвований и вырученные деньги вместе с рукописью передали архимандриту Феодориту из Янины, прося его позаботиться об издании книги в Венеции.

Новое испытание ожидало преподобного Никодима: Феодорит оказался лукавым лжебратом. Среди толкований и разъяснений канонов он кое-что вычеркнул, а взамен добавил кое-что свое в защиту инославных верований, чуждых учению Православной Церкви, так что эти добавления совершенно извратили труд Никодима в восемнадцати местах.

Когда блаженный Никодим увидел эти искажения, которые могли ввести православных христиан в заблуждение, он был сильно огорчен и долго не мог после этого обрести покоя. В сильной скорби провел он два месяца в келье братьев Скуртеосов, затем поселился у старца Сильвестра в келье во имя святого Василия. Там он продолжил духовные подвиги, написал труд «Христианская этика», отредактировал «Надгробные песнопения». Закончив эти труды, святой Никодим ушел из кельи святого Василия из-за сложностей, возникших в его отношениях с послушником старца Сильвестра, и водворился в монастыре Пантократор. Но затем любовь к уединению побудила его поселиться в пустынной келие рядом с кельей во имя святого Василия. Там он жил, как Ангел во плоти, не имея даже и насущного хлеба. Помогали ему братья Скуртеосы, часто приглашавшие его на трапезу. Но и тогда, даже и настрадавшись от голода, он готов был забыть о еде и начинал беседу, если кто-либо задавал ему духовные вопросы, так что старцу кельи приходилось просить блаженного Никодима остановиться, чтобы дать внимающей красноречию преподобного братии возможность закончить трапезу.

В этой пустынной келие преподобный Никодим отредактировал Молитвослов, второй «Эксомологитарий» (книгу об исповеди), а затем принялся за труды по экзегетике. Он растолковал четыре послания апостола Павла и семь соборных посланий, перевел и растолковал «Толковую Псалтирь» Евфимия Зигабена и девять песен Священного Писания. Этот свой труд святой старец назвал «Сад Благодати». Все его толкования полны глубоких богословских мыслей и нравственных поучений.

Что сказать о всех искушениях и гонениях, какие претерпел этот великий светильник Церкви? В то время как он подвизался и писал по откровению свыше свои духовные книги, он испытал столько несправедливых обид от необразованных людей и от невидимых врагов – бесов! О первых

святой ничего не говорил, поскольку, считая их за истинных братьев и своих благодетелей, он все терпел и прощал всем от всего сердца. Невидимые же его враги часто по ночам, когда он бдел и писал, начинали громко разговаривать под самым окном кельи. Преподобный не обращал на них никакого внимания, а нередко и смеялся над их безумными и бесстыдными выходками. Однажды ночью, когда он еще жил на острове Скиропулосе, он услышал такой шум, что подумал, будто упала стена, находившаяся рядом с их келией. Наутро он увидел, что стена стояла на месте. В другой раз он отчетливо услышал голос: «Этот писака». Иногда он слышал стук в дверь келии. Когда он толковал тридцать четвертый псалом, стих шестой: «Да будет путь их тьма и ползок, и Ангел Господень погоняяй их,» то услышал такой шум, как будто проходило целое войско. Бесы предпринимали все для того, чтобы испугать блаженного Никодима. И надо сказать, в самом начале своих подвигов он был очень боязливым, так что, когда ложился спать, оставлял дверь кельи открытой, чтобы при надобности позвать братьев. Но когда святой Никодим стал жить в уединении, он настолько укрепился благодатью Божией, что все эти страхования бесовские почитал за шалости и «стрелы младенцев».

Так проходила в подвигах жизнь старца. Бедствиями и искушениями был он испытан, «как злато в горниле» (ср.: [Притч. 17, 3](#)), и ярче солнца воссияли его добродетели. В последние годы своей жизни преподобный Никодим перебирался с места на место, занимаясь изучением разных списков и рукописей, хранившихся в монастырях Афона. Он писал и жил укреплявшим его Христом, так что мог сказать вместе с Павлом: «Живу же не ктому аз, но живет во мне Христос» ([Гал. 2, 20](#)). За семь лет до кончины блаженного его труды переписал монах Кирилл Кариофаллис, составивший и список его семнадцати работ и их изданий.

Слава о добродетелях и мудрости этого великого отца Церкви разнеслась повсюду. Те, кто нуждался в духовном руководстве, спешили к нему за утешением и советом. Уязвленные грехами, оставив своих архиереев и духовников, стекались к Никодиму не только из скитов и монастырей, но и из разных стран и окраин, чтобы увидеть его и получить от него наставление. Этот подвиг духовного окормления вместе с обычными молитвами, бдениями и другими подвигами, которых преподобный Никодим не оставлял, подорвали здоровье старца и вынудили его укрыться в келье иконописца Киприана.

Уже незадолго до кончины он собрал трехтомный Синаксарий, истолковал каноны Господских и Богородичных праздников («Иортодромион»), истолковал степенны Октоиха («Новая лестница»). И

наконец, написал «Исповедание моей веры» – в обличение злостных нападок, которым он подвергался со стороны некоторых неблагонамеренных монахов Афона.

Всю свою жизнь святой Никодим провел в духовных подвигах и написании душеполезных книг. Единственной заботой его было исполнять волю Божию и приносить пользу ближнему. Приняв от Господа талант, он возрастил его, как верный раб. Он не носил другой обуви, кроме лаптей, не имел ни смены одежды, ни своего жилища, но жил по всей Святой Горе, почему и назван был Святогорцем.

Почувствовав приближение кончины, преподобный вернулся в келью Скуртеосов. Он сильно ослаб, затем у него развился паралич. Готовясь к отшествию из этого мира, он исповедался, соборовался и ежедневно причащался Божественных Таин.

14 июля 1809 года блаженный Никодим предал в руки Божии душу свою, которая водворилась в селениях праведных среди преподобных и богословов, и теперь он видит лицом к лицу Того, Кому всю жизнь служил на земле и Кого прославлял в своих трудах.

---



## Примечания

<sup>1</sup> - Творения. М., 1892. Т. 1. С. 68.

<sup>2</sup> - Под духовным образом можно понимать созерцание Креста Господня, на котором искуплены грехи человеческие; славы Царицы Небесной, Пресвятой Богородицы; подвигов святых угодников Божиих.

<sup>3</sup> - О том, как сурова бывает брань с запечатлевшимися в воображении образами, рассказывается в Древнем Патерике: «Был один подвижник в скиту. Враг приводил ему на память одну женщину, весьма красивую собой, и сильно возмущал его. По смотрению же Божию, пришел в скит другой брат из Египта; он между разговором сказал, что умерла жена такого-то. А это была та самая женщина, которою возмущался брат. Услышав об этом, брат взял ночью свой хитон и пошел в Египет; открыл гроб умершей, отер хитоном гниющий труп ее и возвратился в свою келью; положив этот смрад возле себя и сражаясь с помыслом, он говорил: «Вот предмет, к которому ты имеешь похоть, – он перед тобою, насыщайся!» Таким образом он мучил себя этим смрадом, доколе не кончилась его борьба» (Древний Патерик. М., 1991. С. 76).

<sup>4</sup> - Жизнеописание преподобного Никодима составлено по житию его, написанному архимандритом Харлампием (Василопулу).

<sup>5</sup> - Позже она была названа Евангельской. Учителем будущего святого был ученый подвижник Иерофей Вулисман (Прим. ред.)

<sup>6</sup> - Турки были раздражены поражением своего флота в Чесменской бухте и считали, что греки помогали русским. (Прим. ред.)

<sup>7</sup> - Митрополит Коринфский Макарий (Нотар). (Прим. ред.)

<sup>8</sup> - Старец Сильвестр Кесарийский, подвизавшийся в пустынной келье вне острова. (Прим. ред.)

<sup>9</sup> - Другое название книги – «Симвулевтикон» («Советование о хранении памяти чувств, воображения, ума и сердца») (Прим. ред.).

<sup>10</sup> - Преподавал в это время в Салониках (Прим. ред.).

## Содержание

О хранении чувств преподобный Никодим Святогорец	1
Предисловие к современному читателю	2
Почему ум поработщён чувственным страстям <sup>1</sup>	4
Как ум избавляется от чувственных похотений	6
О хранении зрения	8
О хранении слуха	10
О хранении обоняния	11
О хранении вкуса	12
О хранении осязания	14
О хранении всех чувств вообще	16
О хранении воображения	20
О хранении ума и сердца	22
Жизнеописание преподобного Никодима Святогорца <sup>4</sup>	25
Примечания	33