

# №428 Ведмица

Для духовных размышлений на предстоящую неделю

## ТРЕЗВНИК-3

Третья неделя Великого поста уже прошла, и, наверное, уместно уже вопрошать себя самих о **результатах** духовных подвигов, которые мы несём на этом поприще Святой Четырнадцатницы. Кто в чём преуспел? Кому-то, может, удалось простить и не держать зла на обидчика, кто-то истребил в себе чувство зависти, а кто-то просто сбросил пяток лишних килограммов – тоже неплохо.

Наверное, у большинства из нас дни бывают разные – предельно загруженные – очень ответственные, с жуткой нехваткой времени и, наоборот, относительно свободные – дела несложные, и для всего намеченного времени предостаточно. И наверняка Вы замечали парадоксальную закономерность – чем больше у Вас в запасе времени, тем меньше Вы успеваете. И, наоборот – день сумасшедший – кровь из носу сделать нужно и то, и пятое, и десятое. Вы концентрируетесь, намечаете план – с чего начать, чем продолжить, куда заехать попутно, кому позвонить до обеда, а кому после – по-другому успеть нет шансов. И, глядишь – ещё и солнце не зашло, а проблемы, в общем, решены.

Что это было? Правильно – трезвение – добродетель, о которой наш с Вами третий разговор. Ведь хорошо бы **каждый** день был таким успешным, производительным! Конечно, кто-то может возразить, мол, если бы **постоянно** был такой напряг – в ящик сыграешь раньше времени, дескать, не может человек **всегда** находиться в состоянии напряжения. Действительно, не может. Но, ведь, есть дни воскресные, праздничные, выходные – есть ночной сон, когда человек должен отдыхать, находиться в расслаблении.

Кстати, наоборот, человек, который не умеет напрягаться, как правило, не умеет и расслабляться по-настоящему. Представьте себе сон портового грузчика после трудового дня, и сон бездельника, целый день просидевшего в кресле перед телевизором.

Абсолютным большинством народа трезвение, если и достигается, то исключительно под влиянием внешних обстоятельств – оно и рад бы побольше поспать, на диванчике перед телевизором поваляться, потом побрести к куму рюмочку чая выпить. Но не до того – проблем выше крыши. Деньги кончились, ди-

тё заболело, труба водопроводная потекла, на работе налоговая трясёт, а там ещё кредит гасить – конец месяца – поневоле трезвеешь.

Но это если человек более-менее нормальный. Нищих и бомжей ведь подобные вещи не пугают. Для них вся жизнь – сплошной relaxation, т.е., состояние диаметрально противоположное трезвению. Постоял под храмом или напротив пьедестала, с которого давеча нарочито сбросили памятник Ленину, напросил на то, чтобы выпить и закусить, и побрёл в своё убежище. Бомжатничество, или, лучше сказать, паразитизм, дармоедство – это духовный паралич – высшая степень заболевания души, когда добродетель трезвения покидает человека полностью. Да, мы с Вами тоже в разной степени затронуты этим недугом, но если в незначительной, то симптомы этой болезни незаметны. А вот когда они проявляются максимально, как это в случае с иждивенцами по жизни, то смотреть на это зрелище действительно тошно.

Абсолютное **большинство** из нас, так сказать, инфицированы этой заразой. Но обстоятельства жизни, Промыслом Божиим устраиваемые нам, не позволяют разрастись этой болячке. Жизнь нас подстёгивает. Но, ведь, по идее, человек **сам** должен контролировать своё состояние, самостоятельно поддерживать свой жизненный тонус, но на это, к сожалению, оказываются способными единицы. Действительно, **встречаются** люди, которые предельно активны при любых обстоятельствах – это вот, между прочим, и есть одна из составляющих душевно-духовного здоровья. Для здорового человека не нужны никакие стимуляторы, никакой допинг – состояние бодрости для него естественно. Ну а если организм болезненный, ему необходимы медикаменты – уколы, там, разные, таблетки, припарки, растирания. Ну а кто наш главный врач? Небесный Папочка. Ему ничего не остаётся, как устроить нам жизнь, чтобы не до дрёма было. Вернее, Господу даже стараться особо не надо – Всевышнему **стоит** только на миг отвернуться, как мы сами себе обеспечим фронтовые условия. Вон целое государство в экстриме. За вычетом богачей, всем остальным украинцам для того, чтобы выжить, нужно, ох, как стараться – трезвение для среднестатистического украинца, пусть даже и не в духовном, а в бытовом плане, состояние жизненно необходимое. Да и богатых нельзя всех стричь под одну гребёнку. Есть, ведь, имущие люди, достигшие благосостояния тяжким трудом – не обязательно физическим.

Кстати, из этого уже можно сделать и попутный вывод. Если не хочешь пинков под зад житейскими обстоятельствами – стяжи добродетель трезвения.

Но «бытовое» трезвение, как мы уже подчёркивали с Вами, это не совсем то, что имели ввиду святые подвижники-аскеты. По большому счёту, речь должна идти о **постоянной** бодрости, активности, бдительности в **духовно-душевном** плане. Плохо, когда в доме грязно, и никому не охота делать убор-

ку, ещё хуже, когда человек разгневался до такой степени, что ему в напуганном состоянии помыть и носки постирать – смрад невыносимый.

Но совсем худо, когда злосрадие разит от его уст – нет, не запах изо рта из-за нечистых зубов, а слов, им произносимых – скверны, либо выплёскиваемой им злости, когда человек не контролирует свои слова, чувства, мысли. Понятное дело – легче плыть по течению – пришла в голову мысль о рыжей обезьяне, и думать о ней самой – что на языке вертится, то и говорить – сказал, а потом подумал, может быть.

Отсутствие должного трезвения очень легко наблюдать во время нашей молитвы – неважно – храмовой или домашней: «Встав после сна, я приношу Тебе, Спаситель, песнь и, припадая к стопам Твоим, восклицаю Тебе: ...так, сегодня надо будет не забыть на базар сбегать, картошки купить... не дай мне, Господи, уснуть во греховной смерти, но воззри на меня, добровольно Распявшийся; ...позвонить в Днепропетровск тоже надо – хорошо бы вопрос по работе уладить... скоро подними меня, Господи, беспечно лежащего, и спаси меня, стоящего пред Тобою на молитве... Да, и кум же именинник сегодня – вечерочек погуляем... И после сна ночного пошли мне ясный и безгрешный день, Христе Боже, и спаси меня».

Очень часто на исповеди люди сознаются, что постоянно мысленно **отвлекаются** от молитвы. В этом абсолютно нет ничего удивительного – если человек в этом постоянно не упражняется, не накачивает, так сказать, мышцы своего внимания, не навикает к сосредоточению, концентрации своих мыслей, а вся умственная деятельность – по ветру, так сказать, то очередной раз, если бы и захотел сосредоточить своё внимание на чём-то, кстати, не обязательно на молитве – человек, который не может, толком, сосредоточиться на молитве, и при форс-мажоре растеряется, в ступор попадёт, когда необходимо будет принимать архисложные ответственные решения.

Но трезвение на молитве – это тяжелейшая задача, требующая напряжения до пота и боли. А кому ж хочется напрягаться – гораздо проще – пришёл в Церковь, перекрестился и – поехали – детство вспомнил, потом соседка-лиходея – срежиссировал сценку, как бы я ему в харю заехал. А тут прихожаночка молодая зашла, расчехлённая по случаю весны – эх – где мои 18! И так далее.

Когда мы говорим о трезвении на молитве, то не надо упускать из виду, что молитва – это вся жизнь, а не те 10 минут утром и 10 вечером, это все 24 часа в сутки – не в смысле, конечно – постоянно бормотать: «Отче наш...», «Богородице Дево, радуйся...» и «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного». Молитва, как это всем должно быть понятно, это даже не слова, а состояние души – **постоянное сознание присутствия Всевышнего в нашей жизни. Это предстояние перед Господом, это «хождение пред Богом», это любой труд, любая дея-**

тельность, совершаемая во имя Божие, во славу Всевышнего. Да, любой рабочий, обрабатывающий деталь на станке, должен бы делать это во славу Божию, как это ни парадоксально может прозвучать. Можно, ведь, просто ишачить, а можно трудиться с любовью в сердце, представляя, что изготовленная мною вещь порадует того, в чьих руках она окажется.

Или хозяйка, пекущая пирог на кухне – благодарить Бога за то, что есть мука, а могло и не быть, масло, дрожжи, яйца, яблоки и прочее. Благодарить Бога за мужа, который сейчас на работе зарабатывает копеечку, и за детей, которые учатся в школе, а когда вечером все соберутся вокруг стола, смогут насладиться вкусом ароматного пирога. Это разве не недостаточная мотивация для молитвы? Та же уборщица – может материть неопрятных прохожих, а может благодарить Бога за мир, окружающий нас, который – как мы ни загаживаем, но его всегда можно отчистить, отмыть, восстановить порядок и красоту.

Но эти же мысли – они редко сами собою приходят, чаще совсем другие помышления роятся в наших головах. И вот трезвение – это, помимо **духовного бодрствования**, ещё и постоянный контроль – что я сейчас думаю, что чувствую, чего хочу, что делаю? Полезно ли это моей душе, нравится ли это Богу?

На первый взгляд это может показаться нереальным, особенно в сфере мышления – мысли – они ведь появляются без нашего спросу – вот вспомнилась кумова жена – и всё – что тут поделаешь?

Действительно, человек не может защититься от произвольных помыслов, входящих извне в его сознание. Вот появился образ, возникла мысль – ветром как бы её задуло, ни с того, ни с сего. В этом ещё нет нашей вины. Но **дальнейшая** судьба греховного помысла целиком зависит от нас самих – мы можем либо его отогнать, как назойливую муху, либо пригласить под кров своего сердца – в область чувств и переживаний. И вот, если за само возникновение порочной мысли мы не ответственны, то за то, как мы будем к ней в дальнейшем относиться – услаждаться ею, укоренять её образ в чувственную сферу или решительно изгонять её из своего сознания, от этого и будет зависеть наш духовный рост или падение. Очищаться будет наша душа или загрязняться, хорошеть или уродоваться. И вот, контроль за своими мыслями и чувствами или его отсутствие как раз и зависит – обладаем ли мы этим духовным качеством трезвения – развиваем его в себе или уже вытравили – рассосалась эта мышца за ненужностью, деградировала в рубцовую ткань, так сказать.

Но, как бы то ни было, время Великого поста – это как раз время реабилитации, самый подходящий период для восстановления духовного здоровья, в чем да поможет всем нам Бог.

Предыдущие №№ «Седмицы» на сайте: <http://pravoslav.tv>  
Листочек передайте, кому сочтёте нужным