

В чём отличие от двенадцатых? стр.4

Ржавчина души

Современный человек стремится к свободе, к тому, чтобы жить своей повесткой дня, «своим умом», своей жизнью. К тому, чтобы свободно реализовывать все свои творческие способности.



Митрополит
Рязанский
и Михайловский Марк

И с точки зрения христианства это верно: нужно стремиться жить с заботой о своей душе, возделывать свою душу, сердце и разум, стремиться улучшать и совершенствовать себя. Христианин должен стремиться к улучшениям подобно тому, как хороший земледелец постоянно старается улучшить качество земли на своем участке, собрать со своего надела наибольший урожай.

Но очень часто, декларируя на словах желание жить своей жизнью, мы на самом деле живём чужой повесткой дня, живём, оглядываясь на других. И какова же наша реакция на жизнь других? Очень часто та-

кой реакцией является зависть. Мы смотрим на человека богатого и начинаем роптать: «А почему у меня нет столько денег?». Или человек смотрит на хорошую семью, и у него тоже возникает чувство зависти: «Почему у меня семья не такая счастливая и дружная?». Или смотрит человек на чужой дом – и снова его обуревают зависть.

Зависть – это ненормальная реакция человека на чужой успех. Зависть – это чувство, которое подогревается дьяволом, чтобы отвлечь внимание человека от собственной души, от собственного «надела». Представьте себе земледельца, который не занимается своим полем, а ходит по округе и высматривает другие поля. Высматривает, завидует, а собственное поле оставляет в небрежении....

Вот так часто и мы, когда начинаем завидовать, уже не смотрим на собственные задачи, не думаем о возделывании своей души. Зависть – это ржавчина нашей души, она разъедает душу, лишая нас нормальной, естественной и счастливой жизни.

«Хотите быть счастливыми? – говорит один святой, – сорадуйтесь чужому счастью, сорадуйтесь чужой радости. И тогда вы всегда будете счастливы».



Священник
Димитрий ФЕТИСОВ,
главный редактор
газеты «Логосъ»

Хотя атеизм – это практически отмирающее явление, которое в чистом виде встречается редко, споры о бытии или небытии Бога всё равно остаются довольно актуальными. Больше проблем мне как священнику, пожалуй, видится в массовом увлечении современного обывателя низкосортной «духовной попой» – оккультизмом. Он в некотором смысле даже хуже атеизма, ведь вера в сглазы, гороскопы и гадания подразумевает ни к чему не обязывающую в нравственном плане псевдорелигиозную картину мира, в которой безличный пантеистический «бог» выступает как утилитарное средство, но не как цель.

Нередко увлечение оккультизмом погружает человека не только в глубины пошлости, но и в бездну тёмной мистики, из которой далеко не самым худшим выходом будет психбольница. С другой стороны – главная

духовная проблема современного человека вовсе не в том, что он совсем не верит в существование Бога или бессмертной души. Верить-то он верит, но как-то даже хуже бесов. Ведь те, опытно зная о Его существовании, не просто веруют, но «...веруют и трепещут» (Иак. 2:19). А обыватель, зачастую будучи убежден, что «что-то Там есть», абсолютно не заморачивается этим фактом. Ну есть и есть. Толку-то мне от этого...

Но грамотному христианину всё же должен знать классические доказательства бытия Божия. Их, всего пять: космологическое, телеологическое, онтологическое, психологическое и нравственное. Попробуем разобрать их максимально просто и почти не обращаясь к философской терминологии.

Космологическое доказательство

Оно было сформулировано ещё Платоном и Аристотелем (IV век до Р.Х.). Суть его довольно проста: наблюдаемый нами мир (от греч. «космос» – красота, порядок) со всем его сложным многообразием имеет движение от некоего начала, в нем важное место занимает Тот, кто дал ему первый толчок и задал вектор этого движения.



Аристотель

Всё имеет свою причину. Каждая же причина является следствием другой причины. Всякая сложная вещь имеет причину своего бытия вне себя. Следовательно весь мир – на самобытен, а причина его появления – Бог, находящийся вне времени и пространства.

Но данное доказательство подходит и для пантеистов, утверждающих, что Бог – это не личность, а некая безличная матрица бытия.

Телеологическое доказательство

Термин образован от греческого слова «телеос», которое можно перевести как «заключительный», «совершенный». Доказательство основано на наблюдениях за совершенством и разумностью этого мира. Оно многократно было сформулировано в разные эпохи истории человечества. Суть его проста: сложность и изящество грандиозного сооружения подразумевает наличие великого архитектора. Для мира таковым архитектором является Всемогущий и Сверхразумный Бог.

Если космологическое доказательство сосредотачивается на выявлении первопричины существования мира, то телеологическое – на конечной цели его существования. А. Эйнштейн, будучи пантеистом, рассуждал именно в телеологическом ракурсе: «Моя религия – это глубоко прочувствованная уверенность в существовании Высшего Интеллекта, который открывается нам в доступном познанию мире» (Цит. по Зелиг К. Альберт Эйнштейн. / Пер. с нем. М., 1966. С. 44.).

Сильнейшим аргументом телеологического доказательства является так называемый «антропный» фактор. Он подразумевает суждение о том, что человек, как и другие живые существа, при мельчайшем



Фото: Марина СТРОТОВА

О доказательствах бытия Божия

изменении любой из физических констант (масса электрона, скорость света, наличие двух магнитных полей, защищающих нашу планету от жёсткой космической радиации, «выгодное» расположение Земли по отношению к Солнцу и многое другое) жизнь на земле во всём её многообразии была бы невозможна.

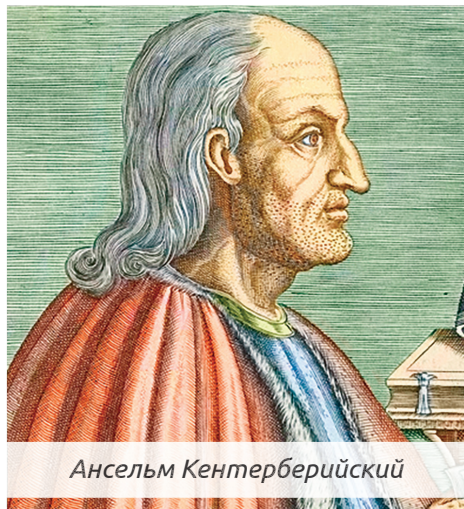
Кстати, это доставляет неудобства сторонникам теории эволюции. Ведь, если принять тезис о том, что в результате эволюции «выживают те, кто приспособляются», то возникает разумный вопрос: почему жизнь на земле развивалась от простейших форм к сложнейшим? Ведь сложнейшие формы более уязвимы для внешних факторов.

Грубо говоря, есть циано-бактерии, который живут при колоссальном давлении и температуре на дне океана, в жёсткой среде. Живут и прекрасно себя чувствуют без всякого фотосинтеза. Зачем им эволюционировать в более сложные формы жизни, ведь они и так прекрасно приспособились?

Онтологическое доказательство

Оно называется ещё «внутренним» доказательством бытия Божия, поскольку исходит из природной потребности человека в идее Бога. Его сформулировал в XI веке западный богослов архиепископ Ансельм Кентерберийский.

Основной тезис данного доказательства заключается в том, что в присущей нам идее высшего, все-



Ансельм Кентерберийский

совершенного и бесконечного существа необходимо включается и идея о реальности этого существа, т.к. всесовершенное не может быть не реальным!

Рене Декарт в XVII веке дополнил этот аргумент мыслью о том, что нельзя представить себе происхождение в человеке самой идеи Бога, если бы Его не было.

Психологическое доказательство



Блаженный Августин

Его основы заложил блаженный Августин ещё в V веке. Оно органично связано с онтологическим аргументом. Суть его сводится к тому, что практически любой человек, даже декларирующий атеистическое мировоззрение, по своей природе религиозен. Идея Бога как Сверхсущественной Личности неизменно присутствует в человеческом рассудке. Эта идея не могла произойти ни от впечатлений внешнего мира (как глубоко отличного от представлений о Боге), ни из мыслительной деятельности человека, его психики. Таким образом, основа её заложена в человеке Самим Творцом.

Дерзну добавить сюда интересные и весьма свежие сведения из нейробиологии: согласно современным исследованиям, наш мозг не в состоянии придумывать лица, он может только воспроизводить, представлять и компилировать в воображении лица, виденные прежде, пусть и вроде бы забытые. Верующий человек неизбежно сделает вывод, что в этом случае и Лик Бога человек некогда действительно видел – только после этого его мозг смог бы воспроизводить отрывочные представления о Нем в различных религиозных учениях.

Впрочем, нередко религиозность перерождается в квазирелигиозность, как это можно было заметить у большевиков с их «кодексом строителей коммунизма», мавзолеем, звездами и прочей квазирелигиозной атрибутикой.

Цицерон ещё в середине I века до Р. Х. писал: «Если бы истина бытия Божия не была понята и признана в нашей душе, то одно мнение не

могло бы ни быть постоянным, ни подтверждаться давностью времени, ни состариться вместе с веками и поколениями людей: ибо мы видим, что прочие вымышленные и пустые мнения с течением времени исчезли. Кто теперь думает, что существует гиппокентавр или химера?.. Время изобличает мнения ложные, подтверждает истины природные».

Нравственное доказательство

Этот аргумент обращает наше внимание на удивительный парадокс – способность человека к рефлексии, угрызениям совести и стремление к альтруизму. Что делает нас как биологический вид уникальными и, вопреки секулярным теориям происхождения человека разумного, весьма уязвимыми.

Эту уязвимость прекрасно проиллюстрировал Ф. М. Достоевский в романе «Преступление и наказание», главный герой которого – студент Родион Раскольников – двигаясь вопреки своей нравственной природе совершает убийство зловерной старухи процентщицы. Чтобы оправдать себя, он создаёт целую теорию, но теория после совершения греха убийства быстро терпит крах, когда его начинает мучить совесть – голос Божий в душе человека.

В редакции Эммануила Канта формулировка нравственного доказательства звучит так: «Природа не может установить согласия между добродетелью и счастьем. Это побуждает нас признать бытие причины, отличной от природы и не зависящей от нее. Эта причина должна обладать не только силой и могуществом, но и разумом, быть такой силой, которая и по мощи, и по воле, и по уму выше природы. А такое Существо есть только Бог. Он и хочет и может утвердить союз между добродетелью и счастьем».

Кроме того, есть ещё и практическое применение этого аргумента, выражающееся в простом тезисе: верующие люди более мотивированы поступать нравственно. И даже те атеисты, которые являются высоконравственными личностями, чаще всего были воспитаны именно в рамках религиозного понимания морали и нравственности.

Прииди и виждь

Но важно сказать вот о чём: все варианты доказательства существования Бога, логично построен-

ные рассудком, им же могут быть и разрушены. Причём, как на это указывал и сам Кант, довольно убедительно разрушены. Собственно, в самом Евангелии главным условием богопознания полагается не выдающийся ум, но жажда истины, смирение и чистота сердечная. (Мф. 5:8)

Главным и самым надёжным был и остаётся только один путь познания Бога – опытно-религиозный.

В Евангелии от Иоанна (Ин. 1: 43–51) рассказывается о том, как к вере во Христа был обращён один из двенадцати апостолов – Нафанаил.

Апостол Филипп, уже ставший учеником Христовым, пришел к своему другу Нафанаилу, чтобы рассказать ему о Мессии из Назарета. Но тот не поверил, поскольку хорошо знал пророчество, обещающее, что Спаситель родится в Вифлееме. Тогда Филипп предлагает своему другу «Прииди и виждь» – пойдём и посмотрим.

Нафанаил идёт к Спасителю, Тот его встречает похвалой, говоря, что он – Нафанаил – «подлинно Израильянин, в котором нет лукавства» (Ин. 1: 47). Нафанаил спрашивает Господа: «почему Ты знаешь меня? Иисус сказал ему в ответ: прежде нежели позвал тебя Филипп, когда ты был под смоковницею, Я видел тебя. Нафанаил отвечал Ему: Равви! Ты – Сын Божий, Ты – Царь Израилев» (Ин. 1: 48–49).



Иммануил Кант

Скорее всего, под смоковницею Нафанаил молился. Молился о самом важном в те времена – спрашивал Бога про Мессию. Эта молитва была тайной, она была обращена только к Богу. И Бог, видя духовную жажду, смирение и чистоту сердца Нафанаила – эти главные условия богопознания, – открылся ему так явно.

Церковный календарь состоит из разных богослужебных событий: великих и двенадесятых праздников, праздников менее торжественных, обычных будничных дней памяти. Самые значимые праздники – двенадесятые, а наряду с ними существует категория праздников великих – чуть менее торжественных, но все же занимающих важное место в церковном календаре.



Дарья МАРКИНА,
регент церковного хора

Череда великих праздников, стоящих ниже двенадесятых на ступень, включает в себя Покров Пресвятой Богородицы, Обрезание Господне и память святителя Василия Великого, Рождество Иоанна Крестителя, память первоверховных апостолов Петра и Павла, Усекновение главы Иоанна Крестителя. Есть сведения о том, что согласно некоторым старым календарям этот список был полнее и включал в себя еще преставление апостола Иоанна Богослова и память святителя Николая, как летнюю, так и зимнюю.

Одно из главных отличий великих праздников от двенадесятых в том, что попразднство и предпразднство, то есть продолжение праздника несколько дней, имеют только двенадесятые праздники. Великие ограничиваются одним днем. В богослужебном плане устав празднования и тех, и других схож. Накануне полагается торжественное всенощное бдение с паремиями и литией.

Однако ряд богослужебных текстов для великих праздников не назначен. К примеру, в великие праздники не поются особые праздничные антифоны, нет задостойника (молитвы, заменяющей пение «Достойно есть» на литургии). Тем не менее, степень торжественности это не сильно умаляет. К приме-



Фото: Светлана КОНЫКОВА

ру, один из великих праздников – Покров Пресвятой Богородицы, – особо почитается в Русской Православной Церкви и отмечается в атмосфере особой торжественности.

Этот праздник по новому стилю отмечается 14 октября. На Руси он появился в XII веке стараниями князя Андрея Боголюбского. Он очень почитал своего святого покровителя – Андрея Юродивого, который был свидетелем чуда явления Богородицы во Влахернском храме. Именно Андрею и его ученику Епифанию было открыто, как Матерь Божия простерла Свой покров над молящимися и избавила верующих по их молитвам от очередного нападения врагов. Князь Андрей Боголюбский особенно почитал память об этом событии, уповав, что Богородица покроет своим Омофором и вверенную ему Русскую землю.

Статус великого праздника Покров обретает в русской богослужебной традиции не сразу. По разным данным это произошло либо в конце XVIII, либо в начале XIX века. До этого

времени Устав предусматривал соединение службы Богородице со службами двух рядовых святых, память которых также выпадает на этот день: апостола Анании и преподобного Романа Сладкопевца. Традиция совершать только служ-

фии. Этот гимн – не только воспоминание чудесных событий, произошедших в древней Византии, но и хвалебная песнь Богородице, которая содержит упование и надежду современных людей на помощь и заступничество Царицы Небесной.

“ Одно из главных отличий великих праздников от двенадесятых в том, что попразднство и предпразднство, то есть продолжение праздника несколько дней, имеют только двенадесятые праздники

бу Покрова без соединения со службами святых появляется в Синодальный период, в это же время праздник получает статус бденного – то есть такого, накануне которого служится всенощное бдение.

Традиционно самым важным текстом праздника, выражающим его смысл, является тропарь. Он звучит на богослужении многократно. Тропарь Покрову Пресвятой Богородицы, текст которого дошел к нам из глубины веков, является ярким примером праздничной православной гимногра-

В переводе на русский язык тропарь праздника звучит так: «В этот день мы, верные Тебе люди, торжественно празднуем, осеняемые Твоим, Богоматерь, пришествием; и, глядя на Твой пречистый образ, со умилением взываем: «Покрой нас святым Твоим Покровом и избавь нас от всякого зла, умоляя Сына Твоего, Христа Бога нашего, спасти души наши».

Еще один важный текст любого праздника – кондак. Он более полно и с элементами исторического повествования прославляет тот или иной праздник. По преданию авторство кондака

праздника Покрова приписывается преподобному Роману Сладкопевцу, который служил дьяконом во Влахернском храме. На некоторых русских иконах Покрова выписано изображение этого святого со свитком, на котором написан кондак. Именно благодаря Роману и появился этот жанр церковной гимнографии. Его память также совершается в день Покрова.

Текст кондака Покрову очень схож с кондаком Рождества Христова: «Дева днесь предстоит в Церкви и с лики святых невидимо за ны молится Богу, Ангели со архиереи покланяются, апостолы же со пророки ликуют: нас бо ради молит Богородица Превечного Бога».

Перевести на русский язык этот текст довольно просто, он звучит практически без изменений: «Сейчас Дева предстоит в храме и с сонмами святых невидимо за нас молится Богу. Ангелы с архиереями покланяются, Апостолы же с пророками ликуют, потому что за нас молит Богородица Предвечного Бога».

Еще одной формой песнопения, ставшей неременным атрибутом православного праздника, является величание. Этот стих, исполняемый во время богослужения, содержит в себе хвалу и прославление святого или священного события, память которого отмечается.

Происхождение величания связано с припевами к 17 кафизме, которые поются за богослужением Великой субботы. Величание исполняется как припев к стихам избранного псалма – текста, в котором собраны избранные места из Псалтири, по смыслу подходящие к празднуемому событию. А само величание также обращено к тому, в честь кого совершается торжество. В день

Покрова все молящиеся величают Божию Матерь и призывают в свидетели совершенного Ей чуда святого Андрея, видевшего Ее Омофор, распростертый над молящимися во Влахернской церкви одиннадцать веков назад.

Покров – один из самых почитаемых и ярких великих праздников церковного календаря. На примере этого церковного события можно увидеть, что кардинальной разницы в последовании богослужения в великие и двенадцатые праздники нет. Отличия больше в нюансах, однако богословское наполнение двенадцатых праздников все же более фундаментально, поскольку связано с Новозаветными событиями – это своего рода Евангелие в праздниках. Великие же праздники – особо значимые события в жизни Церкви или память выдающихся ее деятелей, в дни празднования которых все верующие созываются на общее торжество в храм.

Научиться не осуждать

Мы все, к сожалению, постоянно осуждаем – порой даже незнакомых, случайно встреченных людей. А можно ли научиться не осуждать?



Священник
Димитрий ФЕТИСОВ,
главный редактор
газеты «Логосъ»

Важнейшая наука, в которой сам я, к сожалению, не преуспел. Поэтому поделюсь теоретическим опытом, основанном на трудах святых отцов. Неосуждение ближнего, согласно их мнению, происходит прежде всего из осознания греховности собственной природы. Если человек начал каяться, обращаться к Богу, тогда он видит в душе то, что можно выразить словами псалмопевца Давида: «Там гады, которых нет числа, животные малые с великими» (Пс.103:25). Человек начинает видеть в себе эти страсти.

Иногда, кстати, даже спрашивают: «Батюшка, а вы когда исповедаете, то о чём думаете? Не

осуждаете? Ведь люди и серьезные грехи называют...» Тут можно ответить, что человек исповедается в первую очередь Христу. И я чувствую радость тогда, когда он искренне кается, а не просто рассказывает, какие нехорошие люди его окружают, или ищет своим грехам оправдание. А еще я вижу, что всё это живет и во мне самом. Просто, может быть, во мне эта болезнь еще не так далеко зашла, как у человека, который ко мне пришел на исповедь, или не было такого случая, такого ослабления моего духовного иммунитета, чтобы эта болезнь вырвалась наружу. Может и возмож-

Вопрос – Ответ

ности просто для этого не было, может быть, и благодать Божия меня пока еще хранит, но если я начну задира́ть нос и осуждать ближних, то непременно сяду в лужу. И если мы это понимаем, то начинаем чуть меньше осуждать даже тех людей, которые явно согрешают, и с чуть большим сожалением к ним относиться.

Но бывают ситуации, когда мы должны чему-то дать оценку. В первую очередь это касается общественного пространства – например, когда рядом с нами звучит матерная речь или происходит еще что-то неприемлемое для христианина. И тут мы должны не осудить, но дать оценку происходящему и попросить, чтобы нам не навязывали подобные вещи.

Вышел с утра из дома по делам служебным. Мимо мама с дочкой направлялись в детский сад.

– Мама, какой-то мужик идёт в платье, хы-хы!

Мама одёрнула дочку и что-то тихонько ей сказала.

Мы, конечно, с женой посмеялись, но она, как работница детского сада, обратила внимание на этот показательный момент: сколько же детей ничего не знают о Боге, Его храме и Его служителях – даже из тех, кто носят крестики, то есть крещены.



Священник Даниил
МАСЛОВ

Наблюдения «мужика в платье»



Фото: Светлана КОРЬКОВА

Поэтому моё любимое занятие на таких беседах – отговаривать людей от взваливания на себя ответственности восприемника при крещении (крестного). Ведь что Слово Божие говорит:

«Когда даешь обет Богу, то не медли исполнить его, потому что Он не благоволит к глупым: что обещал, исполни. Лучшие тебе не обещать, нежели обещать и не исполнить» (Библия, книга Екклесиаста, глава 5).

Кстати, ровно то же самое относится и к самому Крещению.

Если ты не собираешься жить ради Христа согласно Его заповедям – для чего крестишься? Бог же именно с крещёных – то есть со Своих – спросит больше всего и строже всего. Ведь только у крещёного человека есть возможность, дар, привилегия – есть тот самый талант, благодаря которому он может стать святым. Есть Таинства... От которых он добровольно отказывается!

А того, кто берёт талант и тут же бежит зарывать его в землю, само Писание только что назвало глупым, к которому не благоволит Бог.

Нам, священникам, регулярно приходится совершать крещение малышей, которых в масштабах города за год набирается если не тысячи, то многие сотни. То есть наши приходы по идее должны в год прирастать если не тысячами, то сотнями новых прихожан. Постойте, а где же они?...

Легче встретить человека, который узнаёт тебя по некогда про-

шедшему крещению его ребенка среди людей, пришедших на отпевание также тебе незнакомому человеку, чем среди постоянных прихожан храма.

«Суета сует, – сказал Екклесиаст, – суета сует, – все суета!» (Библия, книга Екклесиаста, глава 1).

Многие ли родители или крестные водят своих новокрещенных детей в храм? К чести некоторых

хочу сказать, что есть такие, но это отнюдь не большинство.

На огласительных беседах для будущих крестных, которые мы регулярно проводим при Иоанно-Кронштадтском храме, после того, как люди узнают, в чём состоит вообще христианская жизнь, и к чему христианин призван, даже пока не взяв на себя ответственность крестного, некоторые из них меняются в глазах.

– У христиан двойное отношение к творчеству. С одной стороны, наш Бог – Творец, и дар творчества есть у каждого человека, каждый призван «не зарывать талант в землю». С другой стороны, творческий успех часто бывает связан с тщеславием, а тщеславие – тяжкий грех. Как же христианину творить, не погрешая?

– Дерзну сравнить это с Причастием Христовых Таин. У святителя Феофана есть слова о том, что важно «избегать самоцена». Речь о чем? Если человек после Причастия скажет – хотя бы самому себе, в своём сердце: «Я в благодати», а тем более начнет это как-то афишировать, – то Святой Дух отступает, ведь Он кроток. И человек ощущает, что теряет присутствие Божие. Конечно, Господь не вовсе отступает от человека, а просто скрывает действие благодати. Так вот, нечто похожее происходит и с поэзией, и вообще с любого рода творчеством.

Если человек действительно хочет достигать творческого результата, который не составляет собой только лишь текст, очень важно избегать «самоцена». Бывает, что читающему сам текст очень нравится, но тому, кто его записал, этот текст не сказал ничего. А бывает, что после написания именно к автору приходит восторг, ликование, как к Пушкину, который восклицал над своими стихами. Но это не похвальба, а скорее изумление, ощущение встречи с совершенным.

Конечно, хочется, чтобы тебя читали, но важен сам творческий процесс, само отношение с тем, что ты записываешь. И периоды, когда ты теряешь, когда твой текст не вызывает у тебя внутреннего восторга, – это тяжело, но закономерно. Так же происходит и в духовной жизни, когда человека порой очень надолго покидает благодать. Человек вообще развивается ступенчато. И в творчестве, и в духовной жизни в период этой потери приходится сохранять то, что было прежде, и пытаться настигать. У преподобного Симеона Нового Богослова я встречал такие поразительные слова: «Господи, я бежал за Тобой, как гончая собака за зайцем». Это вот как раз о состоянии, когда Христос от человека как бы скрывается, и нужно при-

Я против менторства в литературе

Какова природа вдохновения, можно ли христианину достичь творческого успеха, не греша тщеславием, и как понять, есть ли у тебя призвание к поэзии? Спрашиваем рязанского поэта и писателя, финалиста национальной премии «Поэт года 2022», преподавателя Рязанской православной духовной семинарии – игумена Паисия (САВОСИНА).



Фото: Светлана Копылова

тогда еще не имел представления о клиросном пении, да и о священстве не помышлял. Но читал аскетическую литературу, и читал конечно очень мечтательно, желая сам стать таким, как аскеты (и, в скобочках, чтоб меня так же почитали, понятное дело). Про таких неофитов у святых сказано: «Видишь новонаначального, взбирающегося на небо, возьми за ногу и сдерни вниз». – Речь о том, что полезно охладить чрезмерный пыл. А меня вот тогда никто не сдерживал.

– И это как-то помогло в духовной жизни, как считаете?

– Нет, я думаю, промысел Божий – он как навигатор. Если ты заехал не туда, то слышишь: «Ладно. Маршрут перестроен. С этого места поезжай в рай вот так». Снова не туда – снова «маршрут перестроен». Это не рельсы, которые не согнуть. Он позволяет нам делать ошибки, уклоняться с пути, но всё равно хочет отвести туда, куда надо. К спасению.

А вот этот период написания закончился с работой над диссертацией. Когда я начал писать диссертацию, вдруг у меня параллельно пошли стихи.

– Наверное, стихи для Вас как священника – это своего рода форма проповеди?

– Конечно, проповедь в храме, пение на клиросе, стихосложение (и вообще литература) – это для меня целостный процесс, одно от другого не отделяется. Но я категорически против менторства в литературе. Менторство – это совершенно убийственная для художественной литературы вещь.

Мне подарили сборник рассказов одного священника – очень неплохие рассказы. Всем неплохие, кроме одного: ну из всех щелей ле-

лагать усилие, чтобы снова Его обрести.

А так я бы не стал связывать тщеславие только с творчеством. Дело в том, что каждый человек тщеславен, никто от тщеславия не свободен. И всё равно Господь всех «приводит к знаменателю». Всё равно ты остаешься с Ним один на один – в своей келье, в храме в момент Причастия – и всё встает на свои места. Если ты погрешаешь, ты лишаешься благодати, и это невыносимо.

– Есть такое устойчивое мнение, что настоящий художник или поэт, писатель – это тот, кто не может не писать. То есть творец – это тот, кто просто не может не творить...

– Нет, может. У меня был опыт – ничего не писать пятнадцать лет. Мама говорила, что первое стихотворение я написал лет в пять-шесть, рано начал говорить и читать – то есть я с детства жил с этим расположением к словесности, это не заслуга – просто данность. А вот когда я пришел в Иоанно-Богословский

монастырь и принял постриг, я по монастырскому обычаю должен был жить три дня в алтаре. И я спросил отца Авеля, что можно будет почитать. Он ответил: «Ничего не читай. И ничего не пиши». Это было сказано тогда про предстоящие три

святые и каждый с ходу скажет мне волю Божию. Я хотел, чтобы мне четко сказали, как надо жить, а я бы только послушался. Искал, чтобы «старец» указал мне жизненный путь. Конечно, это по сути – отказ от собственных решений и соб-

“ Промысел Божий – он как навигатор. Если ты заехал не туда – «Ладно, маршрут перестроен. С этого места поезжай в рай вот так»

дня, а я воспринял это как благословение на будущее. И я действительно ничего не писал – пятнадцать лет. И какое-то время, до поступления в семинарию, еще и не читал. А творческая потребность просто реализовывалась в тот период по-другому – в пении на клиросе. Это же тоже очень поэтическое дело.

– Радикально. Что это было – следствие неоязычества?

– Да, это был период, когда я пытался жить так, словно попал в первохристианские времена, где все вокруг

своей ответственности, это неправильно.

Конечно, отец Амель своим благословением просто стер все те светские познания, которые у меня были после вуза. Например, психологию – а я учился на факультете психологии Ленинградского университета – забыл вообще напрочь.... Зато это время научило «слушать воздух».

Еще до пострига я как-то поехал в Дивеево к матери Маргарите, которую почитали как прозорливицу. Она сказала мне: «Пой на клиросе – талант не зарывай, готовься к священству». А я

зет батюшка! Учит. Читаешь и думаешь: «Ну дай ты литературе самой всё сказать!». Сейчас перечитываю патерики, мне очень нравится история про одного монастырского авву (духовника). Его спросили: «Почему ты ничего не скажешь своему ученику? Он же так-то и так-то поступает...». Авва ответил: «Он же видит, как я живу. Если захочет, будет подражать». Мне вот такой подход больше импонирует, чем настойчивое поучение.

– А как бы вы определили природу творческого вдохновения?

– Это как когда Господь зовёт тебя помолиться, ощущение в сердце, тебя как бы тянет... В данном случае – тянет написать что-то. А бывает, что просто приходит фраза. Еще не понятно, о чем она, но в ней сразу чувствуется поэтическая интонация. Записываешь её, приходит следующая... И конечно, пока пишешь, ты еще не знаешь, чем закончится. Если ты изначально знаешь, что будешь писать – это не стихи, а та самая дидактика, которая убивает поэзию, это будет ложь. Пастернак вообще говорил, что рифма – это руль стихотворения. Тебе выпала рифма, но ты сначала еще не знаешь, куда вырулишь.

На самом деле не важно, о чём ты пишешь. Сама поэтическая интонация уже составляет материю стихотворения, его основную жилу и поэтическую силу. Мне нравится, как святитель Игнатий (Брянчанинов) говорит о пении молитвы «Милость мира» знаменного распева. Там в конце очень долго распевается слово «наш». А в этот момент пения в алтаре как раз совершается таинство преложения хлеба и вина в Тело и Кровь Христовы. И вот святитель говорит: это время, когда уже нет слов, нет мыслей. Одно пение не словами, а просто звуком. Это же можно отнести и к поэзии: вдохновение – это восхищение к Богу. Но конечно, когда приходит вдохновение, важно, чтобы и само твоё ремесло, твои литературные навыки были не заржавевшими, иначе несмотря на вдохновение хороших стихов не получится. Так, когда ко мне начали после долгого перерыва приходить стихи, я долго «разгонялся», первые опыты не были удачными.

– А ведь бывает, что читаешь авторов – часто по-настоящему талантливых, даже гениальных писателей, – чье

вдохновение имеет, кажется, скорее inferнальную природу...

– Всё сотворено Богом, и греховные страсти – это просто неправильное функционирование каких-то изначально полезных душевных качеств. На этом мы всегда и попадаемся. И те гениальные люди, которые пишут подчас антихристианские вещи, они – раненые. То, что они пишут, – это своего рода крик: «Господи, посмотри, как мне больно, как я ранен! Я так ранен и еще вот так, и вот здесь...» И ранят себя только еще больше.

– Для творческого человека всегда острый вопрос: есть ли у него призвание, и как понять, что оно точно есть? И как поэту – или человеку, который считает себя поэтом – совершенствовать творческие навыки?

– Мне понравилось, как на вопрос призвания, только не к поэзии, а к священству, однажды ответил архимандрит Кирилл (Павлов). Когда он был еще в силах, то участвовал во встречах с семинаристами. И вот один семинарист спросил, как определить, призван ли он к священству.

Батюшка спросил, давно ли тот учится в семинарии. Оказалось, три года. А давно ли хотел стать священником? Задолго до семинарии. «Ты призван!» – ответил тогда отец Кирилл. То есть понимаете, само устойчивое желание заниматься чем-то уже означает, что призвание к этому есть. Если мы говорим конкретно о поэзии, то вспомним, что в программе Царскосельского лицея стихосложение было обычным учебным предметом. То есть в общем-то естественно для человека уметь изъясняться стихами. Это еще не творчество – просто базовый навык, как умение пользоваться ножом и вилок за едой.

У всякого, кто испытывает желание писать, могут быть поэтические удачи. Но знаете, есть поговорка: «На клиросе поют ушами». Это и к поэзии относится. Поэт пишет тем, что он читал и слышал. Очень важно формировать свой литературный вкус. У художников и дизайнеров есть хороший термин «насмотренность», которая так важна для развития.

Сейчас есть платформа Стихи.ру, где публиковаться можно всем. Там есть общение, возможность писать комментарии. Конечно, там много и очень слабой



Фото: Светлана КОРЫКОВА

поэзии. Но там же выкладывают свои произведения и состоявшиеся известные авторы, я там впервые открыл для себя нескольких прекрасных поэтов. Например, там есть такой удивительный молдавский автор Сергей Пагын с пронзительнейшими стихами.

И всякому творческому человеку свое творческое дело важно поддерживать. Ни дня без строчки, ни дня без мазка – это актуально, иначе ваше оружие ржавеет. Хотя немного, хоть как-то, но тренировка навыков должна быть постоянной, и тогда количество переходит в качество. Здесь нужно себя понуждать. Поэзия – как любовь. Допустим, любовь между людьми не всегда проявляется в своем апогее – но она есть. И одно из важных проявлений любви – это внимание. В искусстве если есть постоянное внимание к своему делу, будут приходить и творческие удачи. Иногда.

– А зачем? Ну вот думаешь, зачем я потратил время, написал что-то или нарисовал, ведь вышло неудачно!

– Это как ребенок: если у матери родился больной ребенок, она же его не меньше любит. Конечно, несопоставимы стихи и человеческая жизнь, но принцип похожий: пусть стихотворение слабое, но если оно пришло, значит оно не зря. Конечно, со временем, когда мастерство растет, поэты и художники разочаровываются в каких-то ранних своих вещах. Например, поэт Райнер Рильке выкупал и

уничтожал один из своих юношеских сборников.

– А расскажите про собственную поэтическую «насмотренность»: кто ваши поэтические идеалы?

– Моих юношеских идеалов я сейчас, скажем честно, стыжусь. Мне нравились Брюсов и Блок. «Я истекаю клюквенным соком!» – ужасно просто, но тогда я этого не замечал. Но я учился в Питере на психфаке, там читали много и всё подряд, и вот однажды кто-то дал мне почитать Рильке в прекрасном переводе Владимира Микушевича. И я до сих пор помню строчки, на которых произошел «оборот ключа», и Брюсов с Блоком отправились на свалку. И дальше я искал что-то похожее по интонации на те строки. Недавно, кстати, я перечитал Рильке и понял, что сейчас я не согласен с ним – не с его интонацией, а с тем, о чем и как он говорит.

... Кто слепит смерть из хлеба,

Во рту ребенка кто её оставит

Семечком в яблоке?.. Не так уж трудно

Понять убийц, но это: смерть в себе,

Всю смерть в себе носить еще до жизни,

Носить, не зная злобы, это вот

Неописуемо.

Тогда вот эта строчка про смерть просто взорвала мой ум. Я как змея под дудочку – был полностью взят. Я ходил и думал, ходил и думал... Это совпало с моментом, когда Господь уже, видимо, меня призывал.

Дважды посещало особое ощущение. Я стою, весь такой студент-хиппи, и вдруг приходит даже не мысль – ощущение: «Скоро всё изменится, от чего-то придется отказаться. Но то новое, что придет – лучше».

А вскоре меня пригласили поехать в Печоры на Богоявление, и я там крестился. Затем переехал в Москву из Питера, там попал на приход отца Артемия Владимирова, потом уже в Иоанно-Богословский монастырь – и так далее. Но Рильке остался со мной самой интонацией, некоторой экзотичностью в разговоре на серьезнейшие темы. А в целом могу сказать, что у меня не так много любимых произведений. Даже у авторов, которые мне сейчас близки – Тютчев, Мандельштам, – это отдельные немногие стихотворения. Так же и с зарубежными авторами. Можно назвать Сен-Жон Перса, итальянских герметиков Сальваторе Квизимодо и Эудженио Монтале, француза Ива Бонфуа, еще несколько имен... Мне нравится определение Мандельштама: «Воздух поэзии – это неожиданное». Вот наверное особенно запомнится именно это неожиданное.

– Хочется всё же задать вопрос-клише про творческие планы: какие они?

– Во-первых – просто продолжать писать, поддерживать свое внимание к поэзии, о котором мы говорили. Еще есть несколько начатых романов, которые хотелось бы закончить. Но конечно, это требует особого настроения, некоторой своей волны. Диссертацию еще тоже хотелось бы закончить. Не знаю, зачем – просто чтобы закончить, потому что это всё-таки нехорошая черта – начинать и бросать.

– Вас, наверное, часто называют «православным поэтом». Как вообще относитесь к такому определению?

– Мне нравится определение Олеси Николаевой: «Что художественно, то и православно». Ведь Православие в поэзии – это не катехизис, не дидактика. Это как «Капитанская дочка» Пушкина, где нравственность, чистота, порядочность – сам воздух этого произведения, а не тезисы и поучения.

Беседовали священник
Димитрий Фетисов,
Елена Фетисова



Протоиерей
Димитрий ГОЛЬЦЕВ,
проректор по
научно-богословской
работе РПДС,
секретарь Рязанского
отделения ИППО

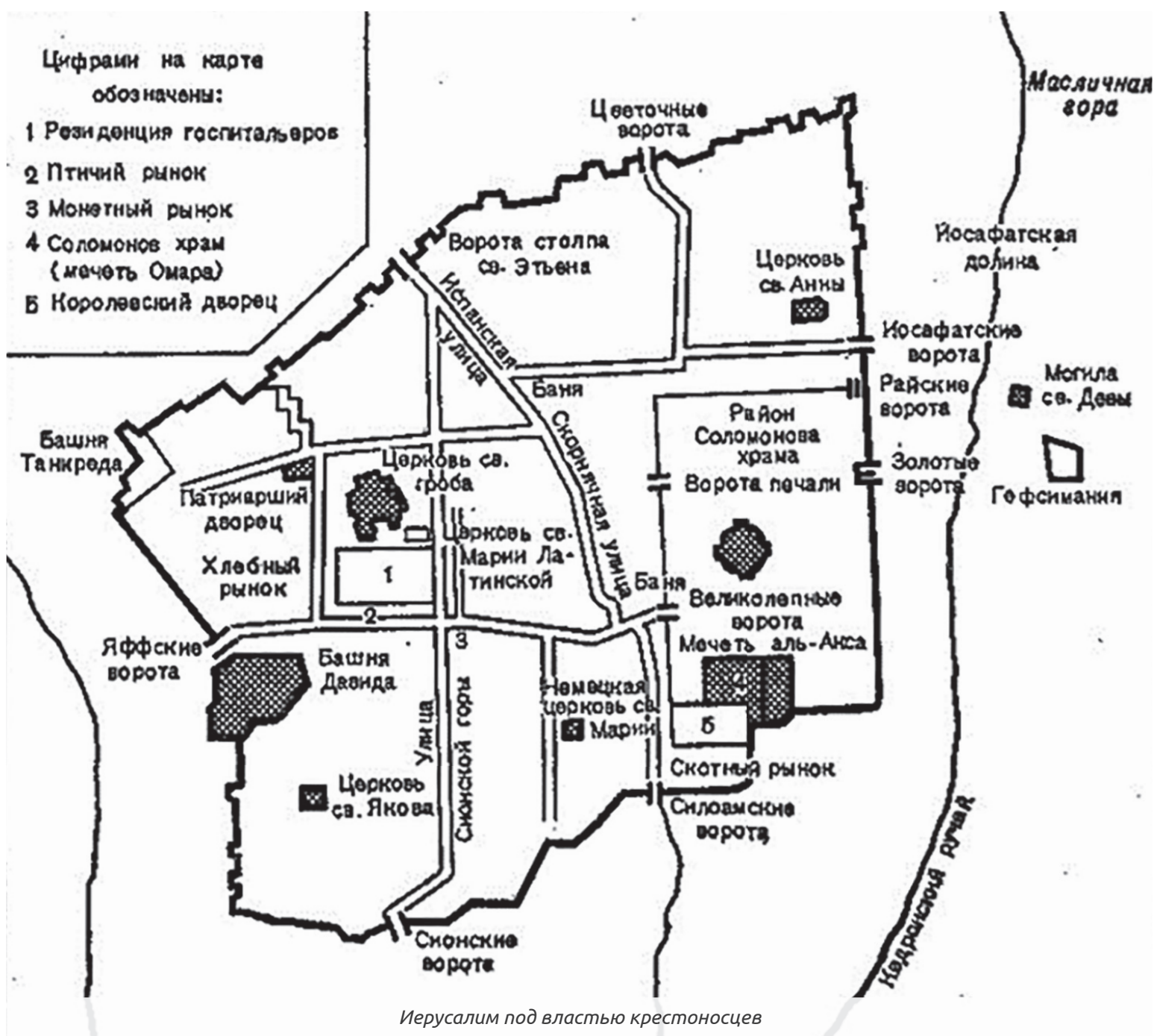
Период Крестоносцев

Продолжаем изучать историю Иерусалима. 1099-1187 годы

У рыцарей разных христианских католических орденов были свои районы в Иерусалиме. Самым крупным и наиболее важным являлся орден Госпитальеров, члены которого селились в современном квартале Муристан. Квартал Госпитальеров им в 1113 году присвоил Папа Пасхалий II (из земель, конфискованных у Патриарха Иерусалимского). Лошади и ослы рыцарей этого ордена помещались в конюшнях за пределами города вблизи современной церкви святого Стефана.

Орден рыцарей Тамплиеров, образованный на земле Израиль в 1118 году, расположился на Храмовой Горе, когда король Балдуин I освободил квартал в районе аль-Акса, подарив его членам ордена, а сам переехал в Цитадель. Мечеть перестроили и сделали ее центром Тамплиеров, называвших ее templum Solomonis (Храм Соломона), от которого они получили свое полное имя – Орден Бедных Рыцарей Мессии и Храма Соломона. В это же время Купол скалы стал Templum Domini (Храмом Господним).

Тамплиеры не изменили самого здания, а просто добавили вокруг священного камня железную решетку. К северо-западу от Храма Господня они построили изысканный баптистерий, сегодня известный как Церковь Вознесения. К северу от Храмовой Горы возвели монастырь, размещавший служивших здесь каноников. Тамплиеры переоборудовали подземные залы в конюшни, которые и поныне называются Соломоновыми. В южной стене Храмовой Горы про-



делали входы для доступа в конюшни, и соорудили стену для предотвращения вторжения извне. К западу от Храма Соломона возвели административный центр, одна сохранившаяся часть которого служит сегодня в качестве женской мечети, а другая стала Музеем Исламского искусства.

Тамплиерами построены и здания, примыкающие к восточной стороне Храма

Соломона, использовавшиеся как кладовые. Их уничтожили в конце периода Британского Мандата. Согласно путешественнику времени крестоносцев, на Храмовой Горе заложили фундамент для большой церкви, но, очевидно, ее так и не достроили. Очень сложно воссоздать точную картину того, как выглядели построенные Тамплиерами здания, так как от

них мало что сохранилось. Однако свидетельства современников заставляют предположить, что в то время Храмовая Гора была великолепна и привлекала множество христианских паломников. Архитектурные элементы зданий Тамплиеров позже использовали на Храмовой Горе Айюбиды и Мамлюки.

Орден Тевтонских рыцарей был ветвью немец-

кой части Французских Рыцарей Госпитальеров. Существуют рассказы об основании ордена Германских Рыцарей в 1128 году, однако Папа официально его признал только в 1198 году, когда Иерусалим уже принадлежал мусульманам. Центром Тевтонских Рыцарей, включавшим больницу, а также гостиницу и церковь Святой Марии, был современный Ев-

рейский квартал. Здания, принадлежавшие ордену, конфискованы в 1187 году Саладином, и больше не возвращались.

В 1120-х годах в Иерусалиме появился Орден Святого Лазаря – сравнительно небольшой, образованный рыцарями, считавшими, что их миссия состоит в заботе о паломниках, страдавших проказой. Они построили свой центр на северо-западе Иерусалима (некоторые следы этого здания недавно обнаружены у Новых ворот) и воздвигли церковь, монастырь и другие сооружения. Позднее этот орден стал военным. В город из своего центра рыцари входили через Ворота Святого Лазаря в северной стене. Очень незначительное количество остатков этих зданий делает их реконструкцию невозможной, а точное место расположения ворот нам неизвестно.

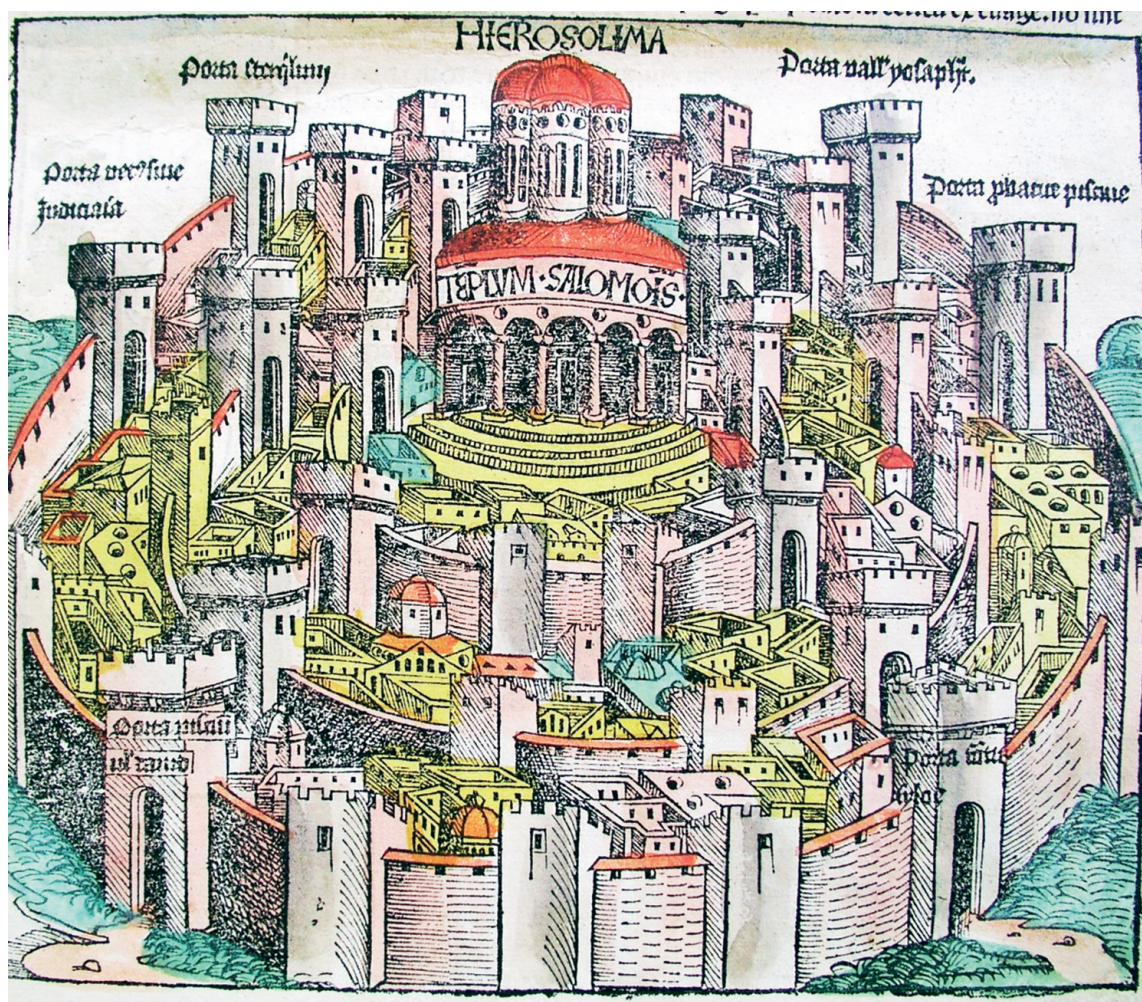
Важной частью города были его рынки. В южном конце улицы Ворот Святого Стефана (римской Кардо) располагалось три рынка: «Овощной» (или «Рынок Специй»), «Рынок Грешной Еды (Malcuisinat)», названный так из-за располагавшихся здесь питейных заведений для паломников, и «Крытый Рынок». К западу от Рынка Специй, вдоль Улицы Давида, шел «Птичий Рынок». Здесь можно было купить не только птицу, но и яйца, сыры и другую молочную продукцию. На площадях, ведущих к трем главным рынкам, находились лавки менял.

Именно здесь, приходя в город, паломники меняли деньги. На северной площади стояла Сирийская обменная лавка, принадлежавшая сирийским христианам и располагавшаяся вблизи сувенирных лавок у Храма Воскресения (Гроба Господня). На южной площади находилась Латинская обменная лавка, управляемая менялами из Европы. Обычно менялы сидели на скамьях на территории рынков, но в ходе недавних раскопок площади к северу от «Оптового Рынка» обнаружены четыре лавки-палатки. Возможно, именно они предназначались для рыночных менял. Этот рынок в южной части византийской Кардо, очевидно, построенный в 1152 году,

изображен на картах крестоносцев как часть системы улиц в центре города. К северу от Ворот Давида располагался обширный Зерновой (Хлебный) рынок. Здесь же была и мучкомольня, принадлежащая Ордену Святого Лазаря. Однако в 1151 году ее снесли, чтобы она не мешала движению на улице. В качестве компенсации члены ордена получили земли в районе Вифлеема.

В течение периода Крестоносцев город населялся людьми самых разных национальностей. Здесь были и испанцы, в честь которых назван Испанский квартал, и французы, в основном селившиеся в квартале Госпитальеров, и немцы, жившие в Германском квартале, а также сирийцы и армяне, населявшие Сирийский и Армянский кварталы соответственно. Есть также свидетельство существования в городе Венгерской гостиницы, а также сведения о присутствии английских аристократов и итальянских купцов из разных городов.

Эра Крестоносцев в Иерусалиме стала периодом интенсивного строительства. Возводились церкви и монастыри, а уже уничтожен-



Иерусалим. Средневековая гравюра

ные – перестраивались. Это были, в первую очередь, Храм Воскресения (Гроба Господня), Церковь Святой Анны и Церковь Иоанна Крестителя. На картах того периода представлены по-

пытки отметить большинство церквей, монастырей и других строений, появившихся или перестроенных в то время. На картах видна уплотненная застройка, столь характерная для

Иерусалима эпохи Крестоносцев. Большинство этих зданий сохранилось, хотя некоторые используются в целях, отличных от тех, ради которых изначально возводились.

Падение Иерусалимского Королевства Крестоносцев

Упадок Иерусалимского Королевства начался с поражения войск крестоносцев в сражении с Саладином при Хаттине (4 июля 1187 года). После этого Саладин двинулся на юг, и почти все крепости крестоносцев сдались под мощным натиском его армии. Взяв Ашкелон 4 сентября 1187 года, Саладин направился к Иерусалиму, к которому он подошел 17 сентября 1187 года. По пути мусульмане уничтожили все христианские церкви на подступах города. Были разрушены: Церковь Святой Марии в долине Иосафата, Гефсиманская Церковь и Церковь Святой Марии Сионской. Иерусалим отказался сдаться, и осада началась.

Город наполнился беженцами из Иудеи и Самарии, а также пятью тысячами мусульман, взятых в плен войсками крестоносцев. Оставшиеся войска крестоносцев возглавлял Балиан д'Иблин – выживший в битве при Хаттине правитель Навлуса и отпрыск одного из знатнейших родов Королевства Крестоносцев. В его распоряжении было немного людей,

потому что большинство рыцарей и солдат погибли или попали в плен в битве при Хаттине. Для защиты города он посвятил в рыцари самых

“ В течение периода Крестоносцев город населялся людьми самых разных национальностей. Здесь были и испанцы, в честь которых назван Испанский квартал, и французы, в основном селившиеся в квартале Госпитальеров, и немцы, жившие в Германском квартале, а также сирийцы и армяне, населявшие Сирийский и Армянский кварталы соответственно.

юных дворян. Вознаграждения им платили золотыми и серебряными украшениями Храма Воскресения (Гроба Господня)...

В начале осады Саладин сконцентрировал свои войска у западной части города (в основном напротив Цитадели), а вокруг города расставил меньшее количество воинов. Спустя неделю, после ряда военных стычек между христианами и мусульманами, он перевел войска на север и расставил их между Башней Танкреда и северо-восточной башней. Иерусалим взяли 2 октября 1187 года, после того, как войска Саладина сделали подкоп под переднюю часть стены, в результате чего она обрушилась. После того, как его войска достигли главной городской стены, крестоносцы согласились на переговоры. В начале христиане угрожали сжечь город целиком, но, в конце концов, было решено, что крестоносцы получат статус военнопленных, и установлены размеры выкупа.

Колонны выкупленных солдат отправились из все еще христианского города, и Иерусалим стал мусульманским после восьмидесяти лет христианского (католического) владычества.

«Голоса» в голове

Голос страха признать ошибку

«А что ты сделал? Ты ничего такого не сделал! А может никто и не заметил, что ты сделал. Другие вон чего! А ты совсем ничего, бывает и хуже. Зачем себя корить лишний раз? Отсижусь в уголочке, авось никто не заметит, не узнает. Да гори оно всё синим пламенем! Главное, чтобы выглядело прилично, чтобы никто не узнал, не понял, что что-то не так...»

Да, все мы хотим быть хорошими. Или хотя бы казаться таковыми. А страх увидеть себя со стороны порой не дает увидеть всю «картину маслом». Однако любой страх кажется ужасным до тех пор, пока не вытащишь его за ушко, да на солнышко. Все монстры под кроватью и все кошки серы лишь в темноте, пока не включится сторонний наблюдатель и не увидит их в новом свете. Попробуйте улыбнуться, и посмотреть с юмором на себя и свои ошибки. Признать их, понять, простить себя за трусость и нежелание видеть себя в неприглядном виде. Смел не тот, кто ничего не боится, а тот, кто знает свои слабости и учится с ними работать. Это очень нужный шаг на пути внутреннего взросления.

Голос жалости к себе любимому

«Ой, как мне плохо. И главное, за что? Как же жаль себя! И кто придумал-изобрел такое тяжелое! И куда делся лифт, который должен был вознести меня к высотам безгрешным!? И чем я провинился-то? И почему я должен все это терпеть?! Никто меня не понимает! Никто не любит, не ценит. А вам чего? Подозрительно ведёте себя, смотрите, дышите в мою сторону... Лучше не подходите близко!»

Голос душевной боли легко «выключает» нас из нормальной жизни. Мир сужается до размера трехкопеечной монеты. Боль рубит мгновенно и без разбору. Особенно если ты к ней не готов. Страдание кажется бессмысленным и беспощадным. Агрессия – это часто произвольная, но лишь частичная защита в такой ситуации. Она закрывает путь к милосердию и любви со стороны тех, кто хочет и может помочь. Однако нужно быть осторожным. Показные, либо привычные страдания часто приносят выгоду.

Наш мозг иногда специально предпочитает оставаться в привычной болезненной ситуации, а не искать из неё выход. И агрессивнее всего человек в этом случае реагирует на тех, кто указывает ре-



Вера СТЕПАНОВА

альный выход и помогает прервать такое выгодное «страдание», лишая удобных оправданий. Здесь порой не обойтись без серьезной помощи специалистов – психологов, психотерапевтов. Нужно время, любовь и умение принять помощь.

Голос эгоцентриста внутри

«Какой я молодец! Смог! Преодоле! Победил себя в неравном бою! Расту. Взрослею. Прямо ощущаю свой рост! И ведь духовно как хорошо подрос! Да чтоб я снова? Да никогда! Смог, преодолел и всем советую так же! И рецептик готов – сейчас дам! Ведь если оглянуться – кем был и кем стал! Эй! Под ногами! Не видите что ли – победитель ступает по земле! Странно, почему от меня шарахаются? Наверное, не видят моей духовной зрелости. Им же хуже».

Голос эгоцентриста внутри не имеет ничего общего с заслуженной похвалой за конкретные внешние поступки. Но здесь тонкая грань. И отличить её порой непросто. Тут поможет напоминание себе, откуда я недавно выкарабкался и страх снова угодить туда же. И еще – признание того, что я по-прежнему существо несовершенное и подверженное искушениям, соблазнам, эмоциям и срывам. Ведь как только начинаешь «бить себя пяткой в грудь», поучать других, измерять свой духовный рост в километрах достижений, неплохо бы вспомнить, где ты был, как выбирался, и признать, наконец, что человек если и растет, то по благодати Божьей, а не исключительно от собственной гениальности.

Лишь зеркало других людей может показать, какой я сейчас и насколько изменился. Но даже чужое признание (или лесть) лучше пропустить и идти дальше, «забывая заднее, простираясь вперед», искренне благодаря Бога и людей, памятуя, что впереди долгий путь не только взлетов, но и падений.

В замечательной книге Клайва Льюиса «Письма Баламута» старый бес поучает молодого, как работать с «клиентом» – обычным человеком, – отвлекая от Христа и праведной жизни. Эта книга натолкнула меня на мысль, что взгляд со стороны – это лучший способ понять себя и свои просчеты в процессе жизненного пути и в попытках следования за Христом.

Все мы любим иногда погрызть себя: недоделал, замечтался, забылся, недостаточно умен, сболтнул лишнего, злился не к месту. Но при этом парадоксально сложно признать свою трусость, лень, недостаток здравого смысла, либо наоборот – избыточность суждений, некомпетентность. И так, пытаемся включить стороннего наблюдателя и услышать «голоса» помыслов, желающие остановить нас и помешать прийти в новую реальность. Туда, куда стремится наша душа, где чисто, радостно, спокойно и тишина внутри.



Фото: Марина СТРОТОВА

Антоний Сурожский предлагает «всмотреться в то, что осталось от первоначальной красоты изображения», сотворенной в человеке Богом, чтобы понять каким я должен быть на самом деле. И в то же время, узнать, насколько я повзрослел, можно лишь в неожиданном искушении, стрессовой ситуации, в собственной ответной реакции и на критику и на похвалу. Если похвала пробуждает гордыню – стоит напомнить себе, что «я не волшебник, я только учусь», а если критика вызывает агрессию,

то это повод для серьезного размышления над своим несовершенством и собственным грешным «Я». Это часть настоящего смирения.

Голос критиканства

Этот душевный товарищ (который нам совсем не товарищ) любит критиковать по поводу и без повода и обесценивать все вокруг.

«Все дураки, всё плохо, ничего нормально сделать не могут. Могли бы и постараться. Тоже мне, ве-

ликие деятели. Самые умные что ли? И трава не такая зеленая, и пчелы какие-то неправильные делают неправильный мёд. Тьфу на вас! Тьфу на вас еще раз!»

Как только почувствовали, что проснулся внутренний нытик-критик, сразу скажем себе: стоп! Ожидание и реальность не совпали? Иногда это действительно сложно пережить. Иногда нужно просто выспаться, поесть и отдохнуть. А потом вспомнить. Вспомнить, зачем мы здесь. Внутренне «погладить» себя и поблагодарить Творца за то, что имеем. Простить себя за неблагодарное поведение и постараться исправить то, что сможем.

Голос обесценивания себя

Этот голос похож на предыдущий, но он критикан-самоед. Его перфекционистские идеи и выходки часто атакуют того, кто реально взялся учиться чему-то новому или хочет измениться по-настоящему.

«И что ты такого важного делаешь? Да другие делают гораздо лучше. А у тебя что? Неказистенько, плохонько, печальненько. Нашел, что достижением считать. Даже обсуждать неловко. Да куда тебе! Ишь, замахнулся! Сиди уже. Все равно не выйдет ничего. Даже начинать не стоит».

Градус требований и эпатажа повышается бесконечно. Смог на десять баллов, начинаешь грызть себя, что не на двадцать, на тридцать, на тысячу. И так до тех пор, пока не свалишься без сил, как та лошадь, которая работала-работала, а председателем колхоза так и не стала.

Здесь важно помнить, что никто не совершенен. И никто не достиг чего-то сразу и без труда. Иногда начать что-то делать важнее результата. Процесс, приносящий радость, неоценим. Не нужно каждый раз ждать шедеврального итога своей деятельности. Лучше хвалить себя за маленькие достижения или новые знания на пути, осваивать искусство маленьких шагов и не обольщаться чужими успехами. У каждого свой путь и своя скорость. Делай, что в силах, «и будь что будет».

Голос прокрастинатора

Когда человек сознательно думает: «Так не хочется ничего делать, посмотрю-ка я лучше телевизор», — это обычная лень. Если же он переживает: «Как же так, мне надо сделать столько дел, а я валяюсь на диване, не в силах поднять себя — вот это скорее прокрастинация».

«Столько дел с утра запланировал! Вот сейчас только кофе допью... ой! В контакте сообщение пришло! Еще одно! Нужно ответить! А что там в мире творится? Ой котика смешные! Ох, опять за-



Фото: Марина СТРОТОВА

“

Наш мозг иногда специально предпочитает оставаться в привычной болезненной ситуации, а не искать из неё выход

лип на три часа. Так! Зачем я хотел это сделать? Ой, ну ладно, потом вспомню. А лучше завтра. Точно, начну с понедельника! Со следующего месяца...»

Главная опасность прокрастинации в том, что ты постоянно недоумен собой и коришь себя за то, что ничего не сделал... И на недоульстве всё, собственно, и обрывается. Даже когда «отдыхаешь», ты на самом деле не отдыхаешь, а чувствуешь, что этот отдых не заслужен. Парадокс в том, что всё это отнимает силы, которых с лихвой бы хватило на выполнение поставленных задач. В итоге получается тройное комбо: ты ничего не делаешь, ругаешь себя за это и еще и не отдыхаешь! Красная таблетка «найди мотивацию» и «верь в успех» здесь обычно не работает. Это как человеку с депрессией сказать: «Не грусти, все не так уж и плохо!» Спасение утопающих — дело рук самих утопающих. В этом случае есть лишь один способ — вытащить себя из болота за волосы, как барон Мюнхгаузен.

Стоит составить список всего срочного и важного, что «висит над душой», затем разработать план, как выполнить хотя бы часть. Предварительно можно сразу вычеркнуть то, что покажется в итоге не таким уж важным. Затем записать план крупными буквами на видном месте. Стикеры на холодильнике и магнитная доска тут в помощь. Далее — хвалить себя каждый раз, когда вычеркнул очередной пункт. Не делать план пугающе огромным — нескольких

пунктов на неделю более чем достаточно. Смириться с тем, что поначалу мы будем очень сильно отставать от плана. Зато потом мы «подсядем» на удовольствие от выполнения и вычеркивания: «Ну надо же, и это — готово!»

А еще важно сознавать, что прокрастинация и информационная зависимость идут рука об руку. Поэтому важно не думать на работе об отдыхе и на отдыхе о работе! Научиться отдыхать по-настоящему с тишиной внутри без зависимости от посторонней информации. Меньше бесполезных переписок и звонков! Новости в любом случае найдут нас сами. Нужно снизить, а лучше убрать совсем в окружающем пространстве информационный шум. Настраиваясь работать или отдыхая после работы, посидите в тишине, не используя никаких устройств. Лучше помолитесь, почитайте 20 минут любимую книгу, не отвлекаясь на уведомления.

Вместо ежесекундного получения «удовольствия здесь и сейчас» от просмотра соцсетей делаем выбор в пользу «поработать и получить награду потом». Это поможет вернуть дисциплину и способность к концентрации. И непривычное войдет в привычку.

Приступая к важному, но слишком объемному делу, начните с чего-то небольшого. Пятнадцать минут в день. Час в день. Вспомните, совсем недавно вы не могли себя заставить сделать вообще ничего. Поэтому даже небольшой прогресс — это уже хорошо. А заниматься больше при желании можно всегда. Снова искусство маленьких шагов — помните?

Увы, мы перечислили не все «голоса», которые преследуют нас по жизни. При внимательном наблюдении за собой, мы можем найти еще много «камней» на своем пути. Важно лишь творчески искать способ их преодоления, а не использовать их в целях самооправдания.



Информационно-просветительский портал Рязанской епархии «Логосъ»

Здесь вы найдете тексты и видеоматериалы о Церкви, обществе и семейной жизни. Среди видеопроектов портала — рубрики «Евангелие дня» (толкования священников на евангельские чтения), «Отвечают пастыри», «День памяти» (рассказы о почитаемых иконах и подвижниках веры), «Слово Архипастыря» и другие.

Также присоединяйтесь к нам на сайте, ютуб-канале и в группах соцсетей!

facebook.com/logosrzn/, vk.com/logosrzn



portal-logos.ru



Фото: Марина СТРОГОВА

Конфликт на пользу и во вред

Люди обычно стараются избегать конфликтов. Если кто-то напрашивается на них, такому человеку трудно найти общий язык и в семье, и на работе. «Он конфликтный», – скажут о нем и предпочтут лишний раз с ним не связываться, даже если во всех остальных отношениях это человек замечательный. Нам гораздо приятнее иметь дело с тем, кто промолчит, даже если будет не согласен, а в острой ситуации отойдет в сторону.

Значит ли это, что конфликт всегда плох? На первый взгляд, так и есть. Но без него не обойтись ни в природе, ни в обществе: животные спорят за территорию, за пищу и за право размножаться, да и люди часто вынуждены спорить с другими, порой и по долгу службы.

И если мы обратимся к жизни великих людей, мы увидим, что многие из них были на свой лад «конфликтными». Митрополит Филипп Московский, например, никак не хотел молчать, видя, что творит царь Иоанн Грозный – и заплатил за это свободой, а затем и жизнью. И даже открыв Евангелие, мы найдем немало сцен, где Христос как будто специально вступает в спор с другими людьми. Ну что Ему стоило, казалось бы, исцелить больного не в субботу, когда законники запрещали врачевание как работу, а в любой другой день? Также можно было не делать заявлений, которые смущали народ: например, что Его послал Отец и что Он старше Авраама. А зачем было постоянно обижать фарисеев? И даже когда Он приходит в такое святое место, как Иерусалим-

ский храм, то... силой выгоняет из него торговцев и менял! К чему такая «непереносимость»?

Действительно, никто не мешал Христу прожить тихую, спокойную жизнь в Назарете. Он мог всё то же самое сказать Своим ученикам где-нибудь в укромном месте, никому не мешая и никого не обижая. Тогда, наверное, и на Крест не пришлось бы идти. Но тогда, получается, и Евангелие не о чем было бы писать.

Так что же тогда, борьба за правду – это всегда хорошо? Но мы видим, что многие бедствия в жизни целых народов начинались именно с такой борьбы, и она же порой заставляет нас рвать отношения с самыми близкими людьми, разрушает дружеские компании и семьи. Как понять, где нужно конфликтовать, а где стоит избегать конфликта? Еще ветхозаветный мудрец Екклесиаст писал: «время насаждать, и время вырывать посаженное; время убивать, и время врачевать; время разрушать, и время строить». Как распознать приметы разных времен?

Если бы мы обладали всеведением и всемогу-

ществом, мы бы знали это наверняка. Впрочем, есть сегодня целая наука под названием «конфликтология», хотя она, конечно, не подскажет нам, по какому поводу стоит спорить, а по какому нет.

А вот Евангелие дает нам подсказку. Оказывается, Христос ни разу не пытался защитить Свое достоинство или отстоять Свои права, но там, где речь шла о грубом нарушении воли Отца, Он не мог промолчать. И что еще очень важно, Он всегда исходил не из абстрактного принципа, а из конкретной ситуации, в которой оказывался человек.

Вот Он идет с учениками по дороге, и хочет зайти в самарянское селение, но там Его не принимают. Ученики возмущены, они призывают: «Хочешь ли, мы скажем, чтобы огонь сошел с неба и истребил их? Но Он, обратившись к ним, запретил им и сказал: не знаете, какого вы духа; ибо Сын Человеческий пришел не губить души человеческие, а спасать». Христос – не жестокий завоеватель, который подчиняет людей силой.

С другой стороны, уважаемых в народе учителей Закона Он не стесняется называть «змеями» и «порождениями ехидны» – может быть, именно для того, чтобы как следует встряхнуть этих людей, заставить их взглянуть на себя другими глазами. Ведь Он боролся

не против них, а за их бессмертные души.

Есть и еще один удивительный эпизод, где Христос вступает в необъяснимый, казалось бы, конфликт с бедной женщиной, у которой тяжело болела дочь. Эта женщина была язычницей, и Христос для нее, вероятно, был кем-то вроде могучего колдуна, который мог бы помочь в ее беде. Он долго молчал в ответ на ее настойчивые просьбы, а потом сказал: «Я послан только к погибшим овцам дома Израилева... нехорошо взять хлеб у детей и бросить псам». Зачем было называть собакой эту женщину, у которой случилось горе? Почему было не исцелить ее дочь сразу?

Видимо, он хотел показать ей: языческая вера низводит человека до положения животного. Она ответила: «так, Господи! но и псы едят крохи, которые падают со стола господ их», – да, она приняла такую нелестную оценку, и тогда Христос исцелил ее дочь. Но не просто исцелил, Он сказал ей слова, которые говорил далеко не всем, чью просьбу исполнял: «Велика вера твоя». И в самом деле, ей могло казаться тогда, что выздоровление дочери – самое главное событие в жизни. Но Господь видел дальше и глубже, он хотел для нее не только телесного здоровья в этой временной жизни, но спасения в веч-

ности. И резкий конфликт, быть может, стал переломным моментом на пути к спасению.

Оказывается, конфликт может быть спасительным. Но бывает он и разрушительным оружием, когда человек настаивает на своей правоте ради самой правоты, никого и ничего не щадит, лишь бы ему добиться своего. Ведь никто из нас не обладает полнотой истины, а наши частные мнения часто противоречат друг другу. Именно поэтому нам трудно бывает понять, где стоит идти на конфликт ради высшей цели, а где лучше отойти в сторону и промолчать.

Зато и Евангелие, и примеры великих людей подсказывают нам: на конфликт стоит идти только тогда, когда на него нельзя не пойти, когда таким образом будет предана Истина или будут нарушены наши обязанности. Собственное достоинство и правота – пожалуй, не та цель, ради которой стоит обижать человека. Ведь споря с ним, можно выступать против него, стараясь его унижить и задеть... а можно, наоборот, бороться за него, за его понимание, за наше с ним дальнейшее общение. Как гласит одна ирландская поговорка, «лучше всего твердость без гнева, настойчивость без спора, вежливость без надменности».

Источник: <http://portal-logos.ru>, по материалам цикла программ «Мир.Человек. Слово» Радио России

Газета «Логосъ»

Свидетельство о регистрации: ПИ №ТУ62-00259 от 29 февраля 2016 года выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) по Рязанской области.
Учредитель: Центральная религиозная организация Рязанская епархия Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)

Адрес учредителя: 390000, Рязанская обл. г. Рязань, пл. Соборная, д. 3
Издатель: Центральная религиозная организация Рязанская епархия Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)
Адрес издателя: 390000, Рязанская обл., г. Рязань, пл. Соборная, д. 3
Главный редактор – иерей Дмитрий Фетисов (Дмитрий Михайлович Фетисов)

Редактор Елена Фетисова
Дизайн и верстка: Марина Северина, Ульяна Устюкова
Над номером работали: Елена ФЕТИСОВА, священник Дмитрий ФЕТИСОВ
Адрес редакции: 390023, Рязанская обл., г. Рязань, ул. Циолковского, д. 8.
Священнику Димитрию Фетисову
E-mail: fetisovy-rzn@yandex.ru.

Отпечатано в ГУП РО «Рязанская областная типография». 390023, г. Рязань, ул. Новая, д. 69/12
Подписано в печать – 16.10.2023. Время подписания в печать по графику – 14.00, фактическое – 14:00
Тираж – 5000 экз. Заказ № 2558.
Газета для лиц старше 12 лет.
Цена свободная.
Ответственность за публикуемые материалы несет автор

Редакция знакомится с письмами читателей, не обязуясь вступать в переписку; материалы принимаются в электронном виде, не рецензируются и не возвращаются. Просим не использовать газету в хозяйственных целях. После прочтения можно отнести ее в православный храм или подарить другим людям.