

Чему учит христианская аскетика, или Как верующему исправить свои нравы? Чем исцеляются страсти

Постараемся выяснить, какие пути предлагают святые отцы для победы над страстями.

Чтобы искоренить страсть, мало перестать исполнять ее на деле – так злая привычка, пусть и перестанет воплощаться нами в жизнь, тем не менее никуда из нашего сердца не исчезнет. Что еще нужно сделать? Самое верное – вытеснить страсть, заменить ее чем-нибудь хорошим. Чем именно?

Чем какие страсти замещаются?

Преподобный Иоанн Лествичник выделяет восемь главных страстей:

объядение – желание вкусно и/или много поесть;

сребролюбие – любовь к деньгам;

тщеславие – стремление делать все напоказ и ради похвалы;

блуд – неумное половое влечение;

гнев – желание зла опечалившему;

печаль – грусть, отнимающая духовные силы;

уныние – состояние, когда ничего не нужно, неспособность терпеливо переносить скорби;

гордость – чрезмерно высокое мнение о себе.

Почти каждая из этих страстей имеет противоположную ей добродетель, которой эта страсть может быть **замещена**:

объядение – воздержанием;

сребролюбие – милосердием;

тщеславие – скромностью;

блуд – целомудрием;

гнев – безгневием и кротостью;

печаль – милосердием и нестяжанием или терпением и кротостью (смотря от какой причины печаль произошла);

гордыня – смирением.

Одно только уныние не имеет своей противоположности, и бороться с ним приходится рукоделием, пением духовных песнопений или размышлениями о смерти.

Как бороться со страстями?

Каждая из перечисленных нами страстей одна порождает другую или сама происходит от какой-либо другой страсти. Кроме того, в разных людях эти страсти развиты неодинаково. Святые отцы советуют найти господствующую, самую развитую страсть, определить ее источник, ее «подпитку», ее причины, и начать их искоренять, в первую очередь борясь именно с «корнем».

Ослабим или победим «корень» – ослабим или победим и саму страсть. Бороться следует, исполняя добродетели, «враждующие» с этой страстью, а также применяя различные хитрости (на войне ведь все средства хороши, не так ли?), сообразуясь с особенностями той или иной страсти.

Это было кратко. Теперь остановимся на каждой страсти поподробнее.

Объядение (именуемое у отцов также чревоугодием, «дверь всех страстей», в первую очередь – блуда) вытесняется посредством ограничения в пище, при этом следует не сразу резко переходить на хлеб и воду, а, если позволяют обстоятельства, ограничивать себя постепенно: сначала отказаться от жирной пищи, потом от острой, потом – от сладкой. Отсекается же эта страсть памятью о смерти и о последующем за ней Суде Божиим, на котором придется дать ответ за все свои поступки.

Побеждая объядение, победим и **страсть блуда**, но *только* если наш подвиг будет сопряжен со смирением (в частности – с терпением поношений). Страсть блуда ослабляется ограничением во сне.

Людям **гневливым** ограничение себя во сне и пище, наоборот, противопоказано (иначе они станут еще злее) – таковым рекомендуется достаточный сон и умеренное употребление пищи (не переедать, иначе от обжорства в человеке начнут бушевать

другие страсти).

Сребролюбие, «корень всех зол» (1 Тим. 6, 10), порождает страсти гнева и печали, а также служит причиной ненависти, воровства, зависти, вражды, смущения, злопамятности, жестокости и убийства. Побеждается милосердием и нестяжательностью.

Против **печали**, как мы уже и сказали, врачевство зависит от причины ее возникновения: это терпение, если печаль возникла после впадения в какой-либо грех; терпение и кротость, если нас кто-либо справедливо ругает за какой-либо проступок; милосердием и нестяжательностью, если печаль происходит от пристрастия к вещам.

Гнев происходит от надмения (гордости), тщеславия, сребролюбия, объядения, иногда – от блудной страсти. Порождает злопамятность, ненависть, вражду, самооправдание. Укрощается искренним плачем о погибельном состоянии своей души. Гневливым рекомендуется избегать одинокого жительства, а также побольше общаться с грубыми людьми, чтобы те их «пообтесали» (последнее применимо и к обладаемым страстью **гордыни**).

Примечание: кто-то может сказать, мол, «хоть я и гневаюсь, но быстро "отхожу"». О таких святые отцы говорят, что как бы быстро человек не «отходил», ему нет от этого абсолютно никакой пользы, пока он исполняет свою страсть на деле, а таковые подлежат только аду (см. об этом «Душеполезные поучения преподобного аввы Дорофея», поучение 10-е).

Злопамятство – это скрытый гнев. О пути избавления от этого порождения гнева прекрасно сказано в следующем изречении: *«Не тогда узнаешь, что ты совершенно избавился от сей гнилости (т.е. от злопамятства), когда помолишься об оскорбившем, или за зло воздашь ему дарами, или пригласишь его на трапезу; но когда, услышав, что он впал в некое злоключение душевное или телесное, восскорбишь о нем, как о себе, и прослезись»* («Лествица», степень 10, отделение 12).

Страсть **тщеславия** паразитирует на всякой добродетели, видя в ней повод для возношения; изгоняется молчанием и любовью к бесчестиям (жизненным обстоятельствам, каким-либо образом уязвляющим наше чувство собственного достоинства). Укрепившись, тщеславие превращается в гордость.

Гордость порождает забвение своих согрешений, гнев, клевету, досаду, раздражительность, вопль, хулу, лицемерие, ненависть, зависть, прекословие, своенравие, непокорство; именуясь « **матерью всех страстей**», гордость является предтечей всякого греховного поступка; усиливается от объядения. Подобно кукушке, может вытеснить из сердца все прочие страсти (такой человек будет думать, что он бесстрастен, безгрешен, свят и... не горд).

Гордым и тщеславным Господь часто посылает бесчестие, чтобы исцелить их от сих недугов. Гордости вредит все то, что способствует скромному мнению о себе (смирению): простота, нетщеславие, ненависть к похвале, кротость, почитание любого человека лучше себя, забвение своих добрых дел, неосуждение, терпение бесчестий и скорбей, терпение укорений от других, память о прежних согрешениях, сознание своих немощи и бессилия исправить свою жизнь, сокрушение сердца.

Как гордость именуется «матерью всех страстей», так и смирение является уничтожителем всех страстей. Даже одно только внешнее исполнение смиренных поступков уже делает душу хоть чуточку смиренней и менее гордой, потому, с какой бы Вы страстью ни вознамерились биться, призовите на помощь смирение – и дело пойдет значительно быстрее.

О страсти **уныния** было упомянуто выше. Уныние нападает, как правило, на людей, живущих одиноко; происходит от бесчувствия души, часто – от многословия, иногда от забвения о благах небесных, уготованных Господом для любящих Его, иногда от чрезмерности трудов, иногда от наслаждения, а иногда оттого, что человек не боится Бога. Вслед за унынием человека начинает одолевать блудная страсть. К упомянутым ранее методам борьбы добавим, что страсть умерщвляется молитвой с твердой надеждой сподобиться вечных благ, а также скажем, что *«плачущий о себе не знает уныния»* («Лествица», степень 14, отделение 13).

«Кто низложил первые три из главных страстей (объядение, сребролюбие и тщеславие),

Чему учит христианская аскетика, или Как верующему исправить свои нравы

Автор: admin

04.06.2011 18:59 - Обновлено 01.11.2014 08:55

тот низложил вместе и остальные пять; но кто нерадит о низложении первых, тот ни одной не победит»

(«Лествица», степень 26, отделение 3).

Эта статья, как заметит уважаемый читатель, носит весьма конспективный характер (это примерно то же самое, как составить краткий пересказ вузовского курса химии).

Аскетика – это целая наука, и терпеливо изучающий ее будет за это щедро вознагражден. Не даром ведь сказано: *«Стяжи дух мирен, и тысячи спасутся вокруг тебя»*
(преподобный Серафим Саровский, XVIII-XIX век).

Успехов вам!

Автор - **Виктор Корытов**

[Источник](#)