



| | |
|--|----|
| ДУХОВНА СПАДЩИНА СВЯТИХ ОТЦІВ Том 4 | 2 |
| СВЯТИЙ ЙОАН ЛІСТВИЧНИК СВЯТІ ПРЕПОДОБНІ ОТЦІ ВАРСАНУФІЙ ТА ЙОАН | |
| СВЯТИЙ АВВА ДОРТЕЙ | 2 |
| СВЯТИЙ ЙОАН ЛІСТВИЧНИК | 2 |
| Коротко про життя і твори | 2 |
| ДРАБИНА ДОСКОНАЛОСТІ, або ЛІСТВИЦЯ ДУХОВНА ігумена ЙОАНА, учня святого | |
| Григорія Назіянського | 3 |
| 1 Загальні початки подвижництва | 3 |
| 2 Про покаєння | 5 |
| 3 Про чесноти та боротьбу з пристрастями | 7 |
| 4 Про вісім головних пристрастей і боротьбу з ними | 13 |
| а) Про боротьбу з черевоугодництвом | 13 |
| б) Про боротьбу з духом розпусти | 15 |
| в) Про боротьбу з духом грошоловства | 19 |
| г) Про боротьбу з духом гніву | 20 |
| г) Про боротьбу з духом печалі | 23 |
| д) Про боротьбу з духом нудьги | 24 |
| е) Про боротьбу з духом марнославства | 25 |
| є) Про боротьбу з духом гордості | 27 |
| 5 Про безпристрасність | 30 |
| СВЯТІ ПРЕПОДОБНІ ОТЦІ ВАРСАНУФІЙ ТА ЙОАН | 31 |
| Декілька слів про життя і твори | 31 |
| ПОДВИЖНИЦЬКІ НАСТАНОВИ СВЯТИХ ОТЦІВ ВАРСАНУФІЯ ТА ЙОАНА | 33 |
| Про подвиги та боротьбу з пристрастями | 33 |
| СВЯТИЙ АВВА ДОРТЕЙ | 49 |
| Короткий життєпис | 49 |

ДУХОВНА СПАДЩИНА СВЯТИХ ОТЦІВ Том 4

СВЯТИЙ ЙОАН ЛІСТВИЧНИК СВЯТІ ПРЕПОДОБНІ ОТЦІ ВАРСАНУФІЙ ТА ЙОАН СВЯТИЙ АВВА ДОРОТЕЙ

«МІСІОНЕР» ЛЬВІВ - 2002

ББК Э 371,1

Л 636 УДК 276(082)

Переклад з російської ієрмн. Дам'яна Кічі, ЧСВВ

На обкладинці: ікона св. Йоана Ліствичника. Друга половина XIII ст.

Л 636 Святий Йоан Ліствичник. Ліствиця духовна. Святі преподобні отці Варсануфій та Йоан.

Про подвиги та боротьбу з пристрастями. Святий авва Доротея. Подвижницькі настанови/ Пер. з рос. Дам'яна Кічі. - Львів: Місіонер, 2002. - 185 с.

ISBN 966-658-012-8

Книга повчань духовних Отців VI-VII ст. - це справжній учитель терпеливості, винищувач нарікання, керманіч, що веде до істинної смиренномудрости в Христі Ісусі, Господі нашім.

ББК Э 371,1

ISBN 966-7086-97-6 (Повне зібр.)

ISBN 966-658-012-8 © Д. Кіча, укр. переклад, 2002

(Том 4) © ВВП "Місіонер", 2002

СВЯТИЙ ЙОАН ЛІСТВИЧНИК

Коротко про життя і твори

Місце народження святого Йоана та обставини, що передували його вступові до Синайської обителі, невідомі. З його творів видно, що здобув він добру освіту, але бажання перебувати з Богом спонукало його покинути світ і славу його та усамітнитись у Синайській обителі, що славилась мудрими Отцями. Вступив він до неї шістнадцятирічним хлопцем. Там навчався чернечого життя під проводом старця Мартирія, який через чотири роки, на двадцятому році життя Йоана, постриг його в монаший стан. Йоановий послух старцеві був такий великий, що, здавалося, він зовсім зрікся своєї волі. З братами поводився просто й смиренно, не вивищуючись ні перед ким.

Прожив святий Йоан зі своїм старцем дев'ятнадцять літ, а після його смерти вибрав для себе усамітнене місце, зване Тола, віддалене від обителі на п'ять стадій. Там пробув він сорок літ. Його життя на самоті пливло мирно і спокійно, в суворому подвижництві, яке він, однак, умів приховувати, не виділяючись посеред братії нічим особливим.

Щосуботи й неділі приходив він до обительського храму на Богослужіння, щоб причаститися там святих Христових Тайн, побесідувати зі святими Отцями і перевірити, за їхніми вказівками, свій стан. У товаристві святий Йоан нерідко промовляв, і його поучення, природно, мали перевагу над повчаннями інших монахів. Смиренних це радувало, а декотрі недосвідчені почали звинувачувати мудрого бесідника в марнославстві. Тоді святий Йоан, щоб не спокушати немічних, наклав на себе цілковите мовчання, якого суворо дотримувався протягом року; заговорив лише після наполегливих благань тих же, що примусили його засудити себе на такий подвиг.

Після сорокалітнього життя в безмовності святого Йоана вибрали ігуменом Синайської обителі. Але він провадив духовною паствою лише чотири роки й незадовго до своєї смерті, яка прийшла на вісімдесятому році його життя, 563 року знову усамітнився.

На прохання ігумена Райтського святий Йоан написав *Ліствицю духовну*, в якій у тридцяти повчаннях показав ступені сходження до духовної досконалості. До *Ліствиці* він ще додав і *Слово до Пастиря* про обов'язки духовного провідника.

З тридцяти повчань *Ліствиці* робимо вибірку під такими заголовками:

1. Загальні початки подвижництва.
2. Про покаяння.
3. Про чесноти та боротьбу з пристрастями.
4. Про вісім головних пристрастей і боротьбу з ними:
 - а) з духом черевоугодництва;
 - б) з духом розпусти;
 - в) з духом грошлюбства;
 - г) з духом гніву; г) з духом печалі;
 - д) з духом нудьги;
 - е) з духом марнославства; е) з духом гордості.
5. Про безпристрасність.

ДРАБИНА ДОСКОНАЛОСТІ, або ЛІСТВИЦЯ ДУХОВНА ігумена ЙОАНА, учня святого Григорія Назіянського

1 Загальні початки подвижництва

1. Бог є життям і спасінням для всіх обдарованих свобідною волею.

2. Хто посвятив себе Богові - хоч і зодягнений у матеріальну й тлінну плоть - уподібнюється до життя і стану безтілесних, тримається тільки Божих слів і заповідей, повсякчасно на всякому місці й у кожній праці неослабно береже свої почуття, приборкує, осуджує своє єство, завжди думає про смерть, тужить за небом, відвертається од земних, вельми вихвалюваних світом благ, щоб здобути блага незмірні.

3. Ті, що істинно зреклися житейського, без сумніву, зробили це або задля будучого Царства, або через безліч гріхів своїх, або з любови до Бога. Якщо ж вони не мали жодного з цих намірів, то їхнє відречення од світу - даремне. А втім, наш добрий Спаситель жеде, *яким* буде кінець їхнього шляху.

4. Коли хочемо вийти з Єгипту та втекти від фараона, то й нам потрібен свій Мойсей, заступник Божий, який, будучи нашим керманичем, здіймав би за нас руки до Бога, щоб наставлені та поучені ним перейшли ми через море гріхів і перемогли Амаліка пристрастей.

5. Для усіх, що в тілі замірилися зійти на небо, на правду потрібне силування, примушування себе й постійна самозневага (добровільна вбогість), особливо на початках одречення, доки сластолюбна натура наша не очиститься, а нечутливе серце не зігріється любов'ю до Бога. Бо правдивий труд і велике сокровенне уболівання за свої провини - неминучі для цього подвигу, доки ум наш, цей гнівний і сластолюбний пес, не стане цнотливим і люб'язним. - Зрештою, пристрасні та немічні, - будьмо благодюшні! Сповідуймо з вірою Христу Господу неміч свою - і неодмінно сподобимося помочі Його - навіть понад наші заслуги, якщо тільки завжди будемо зводити себе до глибин смиренномудрости.

6. Ті, що приступають до духовного подвигу, повинні всього зректися, усе знехтувати, з усього насміхатися, усе відкинути, - щоб закласти міцний фундамент незлобивости, посту й цнотливости.

7. Від твердого початку (рішучости), без сумніву, буде нам користь, якщо навіть пізніше ослабнемо ми. Бо душа, що раніше була мужньою, - якщо й знесилиться, - від самої лише згадки

про минулу ревність, наче гострою зброєю, буває уражена. Декотрі багато разів так підіймалися з розслаблення свого.

8. Коли душа, підступно зраджуючи сама собі, втратить блаженну й омріяну теплоту, тоді хай сумлінно дослідить причину, через яку вона її втратила, і на неї хай зверне весь труд свій і ревність, бо колишньої теплоти неможливо інакше повернути, як тими самими дверима, котрими вийшла вона.

9. На початку відречення сповняємо чесноти з трудом і примусом; але, зазнавши поступу в них, перестаємо відчувати прикрість, а якщо й відчуваємо, то малу. Коли ж наше тілесне мудрування буде переможене й ув'язнене вогнем ревности, тоді сповняємо чесноти вже з радістю, бажанням і Божественним запалом.

10. Запитували мене миряни: «Як, живучи з жінками і обплутуючись мирськими клопатами, можна стати досконалыми християнами?» - Я відповів їм: «Усе, що тільки можете робити доброго, робіть: нікого не осуджуйте, не обкрадайте, нікого не обманюйте, ні перед ким не звеличуйтеся, ні до кого не майте ненависти, не оминайте церковних зібрань, до нужденних будьте милосердні, нікого не спокушайте, не зневажайте чужої чести й будьте вірні жінкам вашим. Якщо так будете чинити, то не далеко ви від Царства Небесного».

11. З радістю і мужністю приступімо до доброго подвигу. Не біймося ворогів наших, бо вони, хоча

самі невидимі, дивляться на лик нашої душі - й, коли помітять, що він змінився од страху, тоді ще сильніше озброюються злобою проти нас. Отож сміло виступаймо проти них, бо мужнього борця ніхто не переможе.

12. Ті, що істинно бажають служити Христові, нехай передусім виберуть собі, з поміччю духовних отців і за власним уподобанням, належне місце й спосіб життя, шлях і навчання, бо не для всіх корисне спільне життя і не всі здатні до мовчання. Кожному потрібно визначитися, який шлях йому найліпше підходить.

13. Монаше життя зводиться головню до таких трьох способів подвигу: до подвижницького відокремлення (життя на самоті); до мовчання з одним чи двома, або, нарешті, до терпеливого перебування у спільноті.

14. Хто істинно возлюбив Господа, хто щиро бажає і шукає будучого Царства, хто на правду скорбить за гріхи свої, хто воістину ствердив у собі пам'ять про суд і вічні муки, хто правдиво боїться відходу з цього життя, - той не полюбить уже нічого дочасного, не буде журитися і піклуватися ні про майно та здобутки, ні про славу й честь цього світу, ні про що земне, але відкладе всіляку журбу та ще й тіло своє зненавидить і нагий, без смутку та лінивства буде наслідувати Христа, постійно взираючи на небо і звідти очікуючи собі помочі за словом Святого: *Душа моя до Тебе лине* (Пс. 63:9) і за словом іншого, завжди згадуваного Пророка: *Однак же я не клопотався перед Тобою про лихо і не бажав я дня нещастя, Ти бо те знаєш* (Єр. 17:16).

15. Сором нам, що все покинули, - знову турбуватися про земне. Це й означає - повернутися назад і не ввійти до Царства Божого.

16. Слухай, що сказав Господь тому юнакові, який чи не всі заповіді виконав: *Одного ще тобі бракує: продай усе, що маєш, і роздай бідним, і будеш мати скарб на небі; тоді прийди і йди слідом за Мною* (Лк. 18:22; Мт. 19:21).

17. Будьмо уважні, аби, думаючи, що йдемо вузьким шляхом, насправді не блукали широким і просторим. Ось вам правдивий опис вузького шляху: приборкання черева, цілонічне стояння, помірне споживання води й хліба, очищувальне пиття неслави, докорів, насміхань, образ; зречення своєї волі; смирення під час зневаг, тяжких прикрощів та нападів, - щоб уміти мужньо терпіти, коли ображають; не обурюватися, коли обмовляють; не гніватися, коли осуджують; упокорюватися, коли принижують. Блаженні, що ходять стежками тут вказаного шляху, бо *таких є Царство Небесне* (Мт. 5:3-12).

18. Хто думає, що не має пристрасти до якоїсь речі, а, позбувшись її, сумує за нею серцем, - той обманює себе самого.

19. Відречення од світу буває причиною і спасіння, і бід. Це знають ті, що перепливають се мислене море. Але сумне видовище, коли вирятувані з безодні топляться у самій пристані.

20. Покинувши світ, не наближайся до нього, бо пристрасті легко повертаються.

21. Тих місць, що дають нагоду до падіння, уникай, як бича, бо коли ми не бачимо забороненого плоду, - не так сильно бажаємо його.

22. Намагаймося наслідувати Лота, а не жінку його; бо душа, повернувшись туди, звідки вийшла, уподібниться до солі, що втратила силу й ствердла. Біжіть з Єгипту безповоротно, бо серця, що обернулися назад, вже не побачили Єрусалиму, тобто землі безпристрасности.

23. Нехай батьком твоїм буде той, хто може й бажає допомогти тобі скинути ярмо гріхів твоїх; матір'ю - скорбота, здатна омити тебе від усякої скверни; братом - співтрудівник і співревнитель у прагненні до вишнього; невідлучною дружиною - пам'ять про смерть; люб'язними дітьми - щирі зітхання; рабом твоїм - тіло твоє, а друзями - небесні сили, які в час відходу твоєї душі будуть дійсно помічними тобі. *Такий рід тих, які шукають Господа* (Пс. 24:6).

24. Віддаляючись од світу, ми повинні вибирати місця скромні, позбавлені нагод до втіх та марнославства; якщо ж ні, то ми діємо за пристрастю.

25. Як не можна одним оком дивитись на небо, а другим на землю, так неможливо уникнути душевних бід тому, хто не тільки тілом, але й усіма помислами своїми цілковито не віддалився од світу.

26. Добра й цілісна вдача здобувається великим трудом і подвигом; але за одну мить можна втратити те, що було набуто тривалими зусиллями, бо *лихі розмови псують добрі звичаї* (I Кор. 15:33).

2 Про покаяння

1. Покаяння - це відновлення Хрищення. Покаяння - це очищення совісти. Покаяння - це завіт з Богом про поправу життя. Покаяння - це примирення з Господом, звернення благих діл на противагу колишнім гріхам. Покаяння - це самоосудження; журба про себе, вільна від зовнішніх турбот. Покаяння - це донька надії та смерті відчаю.

2. Впавши у рів беззаконня, ми не можемо вибратися з нього без спасительної мотузки смиренномудрости.

3. Одна річ - сокрушена смиренномудрість каятника, інша - докори совісти того, хто ще впадає у гріх свій, ще інша - блаженне багатство смиренномудрости в досконаліх - через діяння Боже. Знаком смирення є також досконале терпіння зневаги. - Колишня звичка часто тиранить тих, що плачуть за нею. І не дивуйся з цього. Чому і як трапляються падіння - незбагненне для людини; деколи це стається через недбальство душі, іноді - з допусту Божого, а інколи - через відвернення Боже. Хтось, утім, говорив мені, що з падінь, які стаються з допусту Божого, ми сподобляємося швидко підвестися, тому що Господь не дозволяє довго утримувати нас демонові журби.

4. Коли хвороба незадавна, тоді її можна легко вилікувати; - застаріла ж, занедбана потребує багато праці, різання, присипання і припалювання. Така хвороба з часом стає невиліковною, але *Богові - все можливо* зцілити (Мт. 19:26).

5. Перед падінням у гріх біси зображають нам Бога чоловіколюбним, а після падіння - неприступно суворим.

6. Не слухай ворога, який шепоче тобі про "дріб'язковість" твого прогрішення: «Лишень би того й того не вчинити тобі, а це - нічого». Часто й малі дари вгамовували великий гнів Судді, - і навпаки.

7. Хто істинно шукає прощення гріхів своїх, нехай вважає втраченим кожний день, коли б не плакав, навіть якби й вчинив того дня багато добра.

8. Хто оплакує гріхи свої, хай не послаблює ревности в цьому, зваблюючись таким міркуванням: у час відходу (в годину смерті) одержу сповіщення про прощення. Невідоме ще не напевно правильне. *Відверни од мене очі Твої* сповіщенням, *щоб я міг відіхнути перше, ніж*

піду звідси (Пс. 39:14). *Господь же - дух, а де Господній дух, там воля* (2 Кор. 3:17), де смиренність неоціненна, там окупи розв'язані. А в кому нема цих двох надбань, нехай не обманюється: він зв'язаний.

9. Ті, що живуть у світі, далекі від цього сповіщення. Але декотрі з них, що йдуть шляхом милостині, в годину смерті пізнають, наскільки це було благоплідно.

10. Хто плаче над собою, того вже не цікавлять плачі, падіння чи докори ближніх. - Пес, поранений звіром, ще більше на нього лютує (через біль від рани).

11. Вдумаймося, чи не тому совість перестала нас звинувачувати, бо придушена злом, а не тому, що стала чистою? Знаком прощення гріхів є постійне визнання себе винуватцем.

12. Будьмо уважні всі ми, особливо ті, що впали, аби не ввійшло до серця нашого згубне вчення Оригена. Воно, скверне, всюди виставляло Боже чоловіколюб'я, що дуже припало до серця усім сластолюбцям.

13. На початках подвигу сповідуймо прогрішення свої духовному отцеві на самоті; якщо ж накаже, то - при всіх. Бо рани, будучи виявлені, не роз'ятрюються цим, а лікуються.

14. Сповідайся, мов засуджений злочинець, похилившись обличчям до землі, й омивай сльозами ноги духовного отця свого, немовби ноги самого Христа.

15. Біси звичайно намовляють нас або зовсім не сповідатися в гріхах своїх, або сповідатися, покладаючи вину свою на інших.

16. Не спокушайся духом гордині: сповідайся отцеві своєму в прогрішеннях своїх, не криючись, бо без самозасоромлення неможливо визволитися од сорому вічного. Оголуй перед ним струп свій, як перед лікарем, і не стидайся сказати йому: «Отче, це мій струп, моя рана; вона з'явилася через власне ліниство моє. Ніхто не винен у ній: ні людина, ні дух, ні тіло, ні щось інше, - а тільки недбальство моє».

17. Йоан Предтеча закликав усіх до сповіді, хоча сам не потребував її. Так він шукав спасіння тих, що приходили до нього.

18. Ніщо так не осоружне каянникам, як замішання від роздратування, бо покаяння потребує великої смиренности, а роздратування є знаком великої гордині.

19. Сонячний промінь, проникаючи через щілину до хати, освітлює в ній усе, тож видимою стає навіть найтонша пилюка, що снує у повітрі; подібно й страх Господній: коли ввійде до серця, - показує йому всі гріхи.

20. Як вода змиває літери на піску, так і сльози очищують гріхи.

21. Як літери, коли нема води, можна стерти іншими способами, так і душі, позбавлені сліз, очищуються з гріхів своїх печаллю, зітханням і великим уболінням.

22. Як свіжі рани скоро загоюються, так, навпаки, задавлені душевні струпи нелегко вилікувати, хоча їх теж можна зцілити.

23. Як тому, що поховав батька свого, - ганьба відразу після похорону йти на весілля; так і тим, що ридають над гріхами своїми, не личить шукати у віці цьому спокою, чести й слави від людей.

24. Як мешкання громадян відрізняються від камер засуджених злочинців; так і життя тих, що плачуть над гріхами своїми, повинно бути цілком іншим, аніж життя невинних.

25. Чуття душі дане нам від природи, але гріх глушить його. Свідомість або припиняє зло, або зменшує його. Свідомість породжується совістю, а совість є словом і облеченням Ангела-Хоронителя, даного нам під час Хрищення. Тому непросвічені Хрищенням не так сильно мучаться за свої злі вчинки в душі, як віруючі.

26. Хто бажає позбутися ярма гріхів своїх, нехай наслідує тих, що сидять над гробами поза містом, та безнастанно лле гарячі сльози каяття. Хай не перериває безголосих ридань серця свого, доки не побачить Ісуса, що прийде й відвалить од серця його камінь зачерствіння і ум - як Лазаря - звільнить з уз гріховних, звелівши слугам Своїм - Ангелам: *Розв'яжіть його від пристрастей і пустіть, нехай іде* (Йоан 11:44) до блаженної безпристрасности.

3 Про чесноти та боротьбу з пристрастями

1. Правильне мислення - це осягнення волі Божої повсякчас, на кожному місці і у всякому ділі; воно буває тільки в чистих серцях.

2. Хто подолав три головні пристрасті (марнославство, грошолобство й черевоугодництво), той разом переміг і п'ять інших (розпусту, гнів, печаль, нудьгу, гордість), але хто не подолає перших, - той жодної не переможе.

3. Усяка бісівська борня походить з трьох головних причин: або від недбальства, або від гордості, або від задрости диявола.

4. Хай завжди вірно служить нам згідна з Богом совість наша (просвічена вірою та заповідями Господніми). Тож, спізнавши, звідки віють вітри, за її вказівками розгортаймо вітрила.

5. У всіх діяннях, якими намагаємося угодити Богові, біси викопують нам три ями: першу - шкодять нашій добрій справі; другу (коли в цій першій пробі переможені) - намагаються, щоб зроблене принаймні суперечило Божій волі; коли ж і в цьому задумі не досягнуть успіху, тоді вже, тихо підкравшись до душі, вселяють у неї марнославство, мовляв, ти вже живеш богоугодно. - Першій спокусі чинить опір ревність про спасіння і пам'ять про смерть; другій - смирення і приниження, а третій - постійне самодокоряння. *Цей труд перед нами, аж доки ввійде до нашого святилища вогонь оцей Божий* (Пс. 78:16). Тоді вже не буде в нас засилля злих звичок; бо *Бог наш - вогонь, що пожирає* (Євр. 12:29) усяке розпалення і порухи похоти, кожную злу звичку, жорстокість і потьмарення, внутрішнє і зовнішнє, видиме й невидиме.

6. Коли біси подолають душу і світло ума потьмарять, тоді не буде більше в нас, окаянних, ні тверезої пильності, ні розсудливості, ні знання, ні сорому, а їхнє місце заступлять: жорстокосердя, нечуття, нерозсудливість і сліпота.

7. *Окрадення* душі настає тоді, коли ми за добро вважаємо те, в чому добра нема. Це є непомітним крадежем багатства, неусвідомленим полоном душі. *Вбивством* душі є умертвіння ума пристрастю до грішних діл (придушення страху Божого, совісти й духовного чуття смертними гріхами). *Погибель* для душі - розпука після вчиненого беззаконня.

8. Нехай дерзають ті, що були пристрастними - і покалися! Бо хоч вони і до всіх ям упадали, і в усіх тенетах ув'язали, і всякою недугою слабували, але, одужавши, - стануть для всіх світилами і лікарями, світочами і наставниками, викриваючи підступи та небезпеки кожного пороку - своїм досвідом спасаючи близьких до падіння.

9. Неперевершена абетка для усіх монахів (початківців зокрема): послух, піст, веретище, попіл, сльози, сповідь, мовчання, смиренність, чування, мужність, усвідомлення своєї нікчемності, труд, страждання, пониження, скруха серця, незлобивість, братня любов, лагідність, проста і недопитлива віра, безжурність про світ, негрішна байдужість до батьків, безпристрасність, простота з негнівливістю, добровільне убозтво.

10. Стан і прикмети тих, *що досягають поступу*: нечванливість, безгнівність, блага надія, мовчання, розсудливість, постійна пам'ять про суд, милосердя, гостинність, помірковане повчання, безнастанна молитва, негрошолобство.

11. Межі, стан і закон душ *досконалих в побожності* є такі: вільне серце, досконала любов, джерело смиренномудрости, усунення пустого мудрування, Христове хвилювання, світло й молитва, рясність осіяння Божого, бажання смерті, ненависть до життя, відвернення од тіла, молитва за світ, що прихилиє Бога до милости, співслужіння Ангелам, глибочінь розуму, дім Таїнств, вмістилище невимовних одкровень, спасіння людей, бог над бісами, пан над пристрастями, владика тіла, володар ества, чужий для гріха, дім безпристрасности, послідовник Владики з поміччю Владики.

12. Ми повинні безнастанно дбати про духовне чуття і шукати його, бо коли воно з'явиться, тоді зовнішні чуття перестануть знадливо діяти на душу. Знаючи це, хтось з премудрих сказав: *Тоді знайдеш пізнання Бога* (Прип. 2:5).

13. Монаше життя щодо діл, слів, помислів і рухів потрібно провадити серцем. Якщо ж ні, то воно не буде монашим, не кажу вже - ангельським.

14. Деякі від природи схильні до стриманості або до безмовності, до чистоти або до скромності, до лагідності або до розчулення; інші ж мають природу майже зовсім протилежну до згаданих добрих рис, проте насильно змушують себе до них і, хоча деколи й переможені злом, однак тих, що примушують своє ество до добра, я похваляю більше від перших.

15. Світлом монахів є Ангели, монахи ж - світло для людей, тому нехай подвизаються вони бути благим прикладом у всьому, *не даючи нікому ніякої нагоди до спотикання* (2 Кор. 6:3) ні ділом, ні словом.

16. З поміччю Пресвятої Тройці озброймося проти трьох головних пристрастей трьома чеснотами. Інакше самі на себе стягнемо великі труднощі.

17. Якщо *Бог воскресне* в нас, то *розбіжяться вороги Його*; і якщо ми пізнанням Бога наблизимось до Нього, то *втечуть ті, що ненавидять Його* і нас *від лиця Його* і нашого (Пс. 67:1).

18. Радше потом (трудом), а не словом поспішімо пізнати Божественні правди; бо не слова, а діла повинні ми явити, коли відійдемо звідси.

19. Дізнавшись про скарб, люди шукають його і, з трудом знайшовши, ревно бережуть; ті ж, що розбагатили без праці, бувають марнотратні.

20. Які гріхи походять від восьми головних пристрастних помислів і котрий із трьох головних є батьком кожному з п'ятьох наступних? - Батьком розпусти є обжерство; батьком нудьги - чванливість; сум і гнів походять від усіх трьох головних пристрастей (марнославства, грошолобства й червоугодництва); а гордість породжується марнославством.

21. На питання, які гріхи походять від восьми головних пристрастей, скажу лише, що в непогамованих пристрастях нема глузду й порядку, але всіляке безчинство та нелад. Недоречний сміх, наприклад, деколи походить од біса розпусти; інколи від марнославства, коли людина сама себе безсоромно хвалить; іноді сміх родиться і від переситу.

22. Безмірне спання настає інколи від переїдання, деколи від посту (коли послик звеличується), іноді від нудьги, а деколи просто з потреби ества.

23. Багатослівність походить від насичення або від марнославства.

24. Хула є породженням гордині; але нерідко вона постає тоді, коли осуджуємо ближнього у тому ж самому пороці, або ж від заздрости бісів.

25. Закаменілість серця буває від переситу, нечуття; деколи від прив'язаності до чого-небудь. А прив'язаність зроджується від розпусти, грошолобства, обжерства, марнославства і від багатьох інших причин.

26. Лукавство походить і від звеличення, і від гніву.

27. Лицемірство - плід самозадоволення і свавільності.

28. Протилежні до цих пристрастей чесноти походять з протилежних джерел. Аби не розмірковувати про кожну пристрасть окремо, скажу коротко, що умертвінням для всіх них є смиренномудрість. Хто здобув цю чесноту, той переміг усі пристрасті.

29. Страх, який відчувають до настоятелів, нехай буде для нас прикладом страху Божого; а любов до тілесної краси хай буде для нас образом любови до Бога, бо ніщо не забороняє нам брати взірці для чеснот і від речей видимих.

30. Не лише в ділах являється Бог, але й у простоті та смиренномудрості. Хоча *сила Божа виявляється в безсиллі* (2 Кор. 12:9), але непокірного відкине Господь.

31. Хвороба посилається деколи для того, щоб очистити нас від гріхів; а деколи - щоб упокорити звеличування наше.

32. Усеблагий наш Владика й Господь, бачачи когось вельми лінивим до подвигів, погамовує тіло його недугою - як менш важким подвигом - і деколи тим очищує душу від лукавих помислів і пристрастей.

33. Усе, що з нами трапляється, видиме або невидиме, сприймаємо трояко: або з добрим, або з пристрасним, або з якимсь середнім настроєм. Я бачив трьох братів, що зазнали збитків: один через це обурювався, другий перебув без печалі, а третій прийняв це з великою радістю.

34. Бачив я хліборобів, що кидали в землю однакове насіння, але притім кожний мав свій власний намір: один - борги сплатити, другий - розбагатіти, третій - вшанувати дарами Владику свого; ще інші хотіли заслужити похвалу за свою добродійність від тих, що переходять дорогою життя, або допекти заздрісному ворогові своєму, або уникнути докорів од людей за неробство. - Ось імення цьому насінню хліборобів: піст, чування, милостиня, різні служіння тощо. Намірення ж свої брати нехай самі ревно випробовують у Господі.

35. Як черпаючи воду з джерела, деколи непомітно витягаємо жабу разом з водою; так і живучи чеснотами, ми часто недобачаємо переплетених з ними пристрастей. До гостинности, наприклад, примішується червоугодництво; до любови - розпуста; з поміркованістю сплітається надмірна суворість (ригоризм), з розсудливістю - лукавство; з лагідністю - підозріння і повільність, лінивість й суперечка, сваволя і непослух; з мовчанням - гніт учительства; з радістю - зарозумілість; з надією - лінивість; з любов'ю - осудження; з безмовністю - нудьга й лінивість; з чистотою - гіркота; зі смиренномудрістю - завзятість (без міри); за всіма ж ними, як загальний наслідок (радше сказати отрута), настає марнославство.

36. Не сумуймо, коли, просячи чогось у Господа, довгий час буваємо не вислухані. Господь теж хотів би, щоб усі люди миттєво стали безпристрасними, але натрапляє на великі перепони з боку нашого свавілля.

37. Усі, що просять чогось у Бога й не одержують, без сумніву, залишаються невислуханими з трьох причин: або тому, що просять передчасно, або тому, що бажають надмірного та з марнославства; або ж тому, що, діставши прошене, загорділи б і стали недбалими.

38. Буває, що й від невірних одходять усі пристрасті, залишивши тільки ту одну, котра, як первинне зло, заміняє усі інші та настільки шкідлива, що може скинути з самого неба. - Це гордість.

39. Міць пристрастей зникає, викорінювана з душі Божественним вогнем, і в міру як сила їхня маліє, а душа очищується, - відходять і пристрасті, якщо людина тільки не притягне їх знову матеріальним життям і лінивством.

40. Деколи біси відступають од людини добровільно, щоб зродити в ній недбальство, але потім одразу нападають на бідну душу, розкрадають і так привчають її до пороків, що вона вже сама на себе наговорює і проти себе воює.

41. Відома мені також інша причина відступу тих звірів (пристрастей), - коли душа цілковито утвердиться в гріхах, звикнувши до них. Бачимо це на прикладі дітей, які від довгої звички ссати груди, - смокчуть пальці, коли матері відлучають їх від грудей.

42. Знаю ще й п'яту безпристрасність, що буває в душі від дитинної простоти та гідної похвали незлобивости. Таким душам посилається поміч од Бога, *що спасає правих серцем* (Пс. 7:11), і непомітно для них самих визволяє їх від пристрастей. Подібно й немовлята, якщо з них скинути одіж, зовсім не зауважують своєї наготи.

43. Гріха й пристрасте, звичайно, нема в природі людській. Бог - не творець пристрастей. Навпаки, багатьма чеснотами наділив Він наше ество, серед яких: милосердя, бо й погани співчутливі; любов, бо часто й безмовні тварини проливають сльози; віра, бо всі ми від себе її породжуємо; надія, бо що б ми не робили: позичаємо або беремо, сіємо чи плаваємо, - все робимо в надії збагатитися. Отож якщо любов і чеснота від природи властиві нашій натурі (а любов, крім того, є виконанням закону), то очевидно, що чесноти - не чужі нашому еству. І нехай засоромляться ті, що виправдовують нечеснотливе життя своє немічністю своєю.

44. Щодо чистоти, негнівливости, смиренномудрости, молитви, чування, посту й постійного замилювання в Бозі, то ці чесноти - вищі від людського ества. Декоотрих із них навчили нас своїм прикладом люди; взірцями інших стали Ангели; а вчителем і подателем ще інших є Сам Бог Слово.

45. Коли молимося, а якась добродійна справа не терпить зволікання, тоді треба надати перевагу любові. Бо любов - більша від молитви. Молитва є однією з чеснот, а любов усі чесноти обіймає.

46. Часто Бог із Провидіння Свого залишає у духовних осіб декотрі легкі пристрасті, щоб вони, бачачи ці свої, майже безгрішні для інших немочі, вельми докоряли собі й тим здобули невичерпне багатство смиренномудрости.

47. Хто на початку не жив у послузі, тому неможливо набути смиренномудрости, бо кожен, хто самотужки опанував якийсь мистецтво, високо думає про себе.

48. Переважно двома чеснотами отці обмежують діяльне життя - постом та послухом. І справедливо, бо піст винищує сластолюбство, а послух сприяє цьому смиренномудрістю. Плач теж має подвійну дію, оскільки, з одного боку, викорінює гріх, а, з другого, - зроджує смиренномудрість.

49. Давати кожному, хто просить, властиво благочестивим, давати й тим, що не просять, притаманно найблагочестивішим; а не вимагати позички від боржника, особливо коли той спроможен віддати, - характерно тільки для безпристрасних.

50. Щодо всіх пристрастей і чеснот потрібно безнастанно досліджувати, де ми знаходимося, - на початку, всередині чи прикінці.

51. Кожна бісівська борня проти нас походить з трьох причин: самоугодництва, гордості та задрости бісів.

52. Одна річ - молитися проти помислів; інша - протиставитись їм; ще інша - вважати їх за ніщо, бути вищими від них, панувати над ними. Той, що вже може протиставитись помислам своїм, часто вдається до першого способу (молиться проти них); але той, хто тільки молиться проти помислів, ще не може другим способом (протиставленням) відкидати ворогів своїх; хто ж панує над помислами своїми, - той насміхається з ворогів.

53. Як ті, що мають розвинуте чуття нюху, відчують аромат, хоч би хтось і намагався приховати його від них; так і чиста душа (хоча інші цього й не зауважують), розпізнає в інших приємний запах чеснот, що його сама сподобилася від Бога, і гріховний сопух пороків, яких начисто позбавлена.

54. Хоча не всі можуть бути безпристрасними, однак спастись можуть усі.

55. Не дозволяй запанувати над собою чужинцям, що заохочують тебе випробовувати незвідані шляхи Провидіння Божого щодо людей і переконують притім, нібито Господь усе простить. Це є породженням зарозумілості.

56. Дехто каже, що біси борються і між собою; а я переконався, що всі вони шукають погибелі людини.

57. Кожному духовному діянню, видимому або невидимому, передує власне волевиявлення людини та щиросердне бажання з Божим співдіянням. Бо якщо не буде волевиявлення і бажання, то не настане і співдіяння Боже.

58. Кожній речі свій час під небом, - каже Екклезіяст. Отож хай не знаджує нас гордовита запопадливість передчасно шукати того, що прийде у свій час. Сіючи, не пожнемо того, що належить жнивам; бо є час сіяти труди і є час пожинати невимовні дари благодати. Інакше навіть у свій час не сподобимось того, що належить тій благодатній порі.

59. Дехто, з незбагненої волі Божого Провидіння, одержав благодатні дари до труду, інші - під час труду, ще інші - після труду, а декотрі вже при смерті. Важко визначити, хто з них смиренніший.

60. Буває відчай од множення гріхів і тягару сумління, а буває од гордості й звеличування, коли ті, що впали в гріх, вважають, ніби не заслужили на падіння. - Від першого зціляє безгрішне життя та блага надія; а від другого - смиренномудрість та неосуджування нікого.

61. У всіх своїх починаннях і ділах, як зовнішніх, так і внутрішніх, досліджуй, чи справді вони угодні Богові. Ознакою того, що діяння благає в очах Господніх, є смиренномудрість у

початківців, припинення внутрішньої боротьби у середніх, помноження божественного світла - в досконалих.

62. Коли небо чисте від хмар, тоді сонце з'являється в усім своїм сяйві; так і душа, сподобившись прощення гріхів і звільнившись од пристрасних звичок та помислів, без сумніву, бачить божественне світло.

63. Декотрі понад усе цінують чудодійство та інші видимі духовні дарування, не знаючи того, що є багато вищих дарувань - сокровенних, що забезпечують власника свого від падіння.

64. Хто досконалим очистився од пристрасей, той бачить душу ближнього - устрій її, почування та нахили; хто ж тільки-но досягає поступу, той судить про людину лише з діл її.

65. Недосконалі пізнають Господа (й милість Його до них) через тілесні хвороби, біди й зовнішні спокуси; досконалі - через присутність Святого Духа в них і з помноження дарувань.

66. Між злими духами є біс-попередник, який з'являється одразу після пробудження людини, щоб осквернити перші помисли її. Посвячай початок дня свого Господу; бо кому спочатку його віддаси, того він і буде. Один вельми досвідчений знавець молитви сказав мені: «Який ранок, таким буде і цілий день».

67. У спокусах біси заохочують нас сказати або зробити щось нерозумне; коли ж це не вдається їм, то, тихо підкравшись, тайно вкладають у наші уста *горду* подяку Богові.

68. Хто думає про вишне, після смерті відходить на небеса, а хто причепився до земного, сходить до глибин підземних; бо для душ, що розлучаються з тілом, нема третього, середнього місця.

69. Як спраглий олень біжить до води, так монах нехай спішить пізнавати благу волю Божу, навіть коли примішується до неї його власна воля чи протистоїть їй ворожа сила. Монах повинен розрізняти ще й те, котрі діла треба сповняти відразу, без усілякого зволікання, а котрі - неквапно та обачно.

70. Усі, що хочуть пізнати волю Божу, повинні найперше умертвити волю свою і, помолившись Господу з вірою та нелукавою простотою, просити смиренно порад в отців і братів та без жодного сумніву приймати їх, як з уст Божих, хоча б вони й суперечили їхньому власному розумінню. - Великою смиренномудрістю сповнені ті, що завжди керуються цим правилом. - І Бог не допустить, щоб їх щось звело.

71. Декотрі пізнавали волю Божу так: не схилялися у помислах до того чи того бажання свого, а цілковито покладалися на Господа; ум свій позбавляли власної волі, віддаючи його з гарячим молінням Господу. Так робили кілька днів - і досягали пізнання Божої волі: вищий Ум або мислено передавав волю Божу їхньому уму, або один з їхніх помислів щезав із душі.

72. Хтось через скорботи й труднощі в своїх починаннях дізнавався, що вони згідні з Божою волею. Інші, навпаки, з неочікуваної помочі розуміли, що це благоугодне Богові, бо Господь співдіє тільки тому, хто вибирає благе.

73. Хто просвіченням з висот осягнув в собі Бога, той швидко довідується про святу волю Божу в усьому.

74. Справедливий Господь не закриє дверей милосердя Свого перед тими, що стукають у них зі смиренням.

75. Ми повинні завжди перевіряти свій намір, бо Господь дивиться *на нього* в усіх ділах наших. Усе, що противиться пристрасі, всякій нечистоті та робиться тільки для Бога, а не задля чогось іншого, присудиться нам на добро.

76. Мужні душі з сильною любові до Бога і в смиренні серця замислюють і сповняють діла навіть понад свою спромогу; але є і горді серця, що відважуються на такі самі починання за намовою бісів. Бо вороги душ наших часто навмисне підштовхують нас до діл, що не під силу нам, аби ми ослабли, впали у відчай і, покинувши навіть ті справи, що нам до снаги, - стали посміховищем для демонів.

77. Бачив я немічних душею і тілом, що через численні гріхи свої одважились на подвиги понад свої сили, але не могли знести їх. Бог же судить про покаяння не з кількості трудів, а зі смирення, що супроводиться плачем, скрухою серця і відреченням од гріха.

78. Деколи причиною крайнього зла буває виховання, інколи - погане товариство, але часто саме розбещення душі призводить до загибелі. Хто визволився від першого і другого лиха, той, можливо, уникне й третього; але в кого розбещена душа, той нікчемний на кожному місці. Нема нічого безпечнішого від неба, проте й там декотрі загинули від своєї розбещеної волі.

79. Між нечистими духами є лукавіші від інших. Вони не вдовольняються лише тим, щоб саму людину довести до гріха, але підмовляють її також інших залучати до зла, щоб так стягнути на неї найлютіші муки. - Бачив я одного чоловіка, що передав іншому свою гріховну звичку; потім же, опам'ятавшись, почав каятися і відпав од гріха, але оскільки навчений ним не перестав грішити, то покаяння його не було дійсне.

80. Оповіді про подвиги й чесноти духовних отців спонукують ум і душу до ревности. Повчання духовних отців є світильником у п'ятмі, наверненням заблуканих на праведну дорогу, просвіченням сліпих.

81. Хто бажає явити Господу тіло невинне й серце чисте, той повинен дбати про безгнівність і стриманість, тому що без цих двох чеснот увесь труд марний.

82. Між чеснотами є і дочки, і матері їхні. Розумний чоловік найбільше повинен дбати про здобуття матерів, яких Сам Бог навчає. У дочок же - наставників багато.

83. Треба пильнувати, щоб недоїдання не надолужувати надміром сну, і навпаки, бо так чинити нерозумно.

84. Між нечистими духами є і такі, що на початку духовного життя подвижників тлумачать їм *Божественне Писання*. Вони звичайно роблять це в серцях марнославних, а ще більше - в тих, що обізнані в світських науках, щоби, спокушаючи непомітно, вкинути їх нарешті в прірву ересі та богохульства. Ми повинні впізнавати це бісівське богослов'я, або, ліпше мовити, богоборство - із замішання, непристойної та безчинної радості, що настає в душі під час цих тлумачень.

85. Ми ніколи не перестанемо поступувати в чеснотах і любові (ні тепер, ні в прийдешньому), завжди приймаючи нове світло від Світла (просвітлення з висот). Бо й Ангели, ці розумні ества, теж не дармують, але, завжди ступають уперед, додаючи славу до слави і розум до розуму.

86. Не будь суворим суддею до тих, які словами вчать про великі чесноти, а самі до благих діл ліниві, бо брак діла в них часто надолужується користю від їхнього повчання. Ми не обдаровані всі однаково: декотрі мають перевагу більше в слові, ніж у ділі, а в інших, навпаки, діло сильніше за слово.

87. Бог - не творець зла; тому помиляються ті, що кажуть, нібито декотрі з пристрастей властиві нашій природі. Не розуміють вони того, що людина свій природний потяг до добра перетворила на пристрасті. З природи, наприклад, маємо сім'я для продовження роду, а вживаємо його на беззаконну розпусту; з природи є в нас і гнів, але на того стародавнього змія, а ми його спрямовуємо на ближнього; дана нам ревність до чеснот, а ми ревні до пороків тощо.

88. Нелінива душа спонукує бісів до боротьби, бо з помноженням подвигів помножуються і вінці. Непоборюваний супостатами не отримає жодного вінця. А хто від нападів ворогів не занепадає духом, того восхвалять Ангели як хороброго воїна.

89. Безнастанно спостерігай за пристрастними порухами в собі - і побачиш, що гніздиться в тобі багато пристрастей, які навіть не завжди можна розпізнати - через душевну неміч або глибоко закорінену гріховну звичку.

90. Біси часто відвертають нас од легкого й корисного, а підмовляють до трудного.

91. Життя у спільноті, згідне з Богом, є духовною білизною, що усуває всяку скверну, грубість і потворність душі. Усамітнення можна назвати красильнею для тих, що наперед очистились од похитливості, злопам'ятності і дратівливості, а вже потім віддалились на безмовність.

92. Біси розпусти, гніву, обжерства, нудьги й сонливості не можуть сповнювати гордістю наш ум, а навпаки, впокорюють його; біси ж грошоловства, владоловства, марнослів'я звичайно додають до зла гріха ще й зло звеличування. І біс осуджування до них подібний.

93. Якщо монах, відвідавши мирян або прийнявши їх у себе, згодом сповниться печаллю замість того, щоб радіти зі свого визволення від сіті світу, що перешкоджала в його духовному поступуванні, - то він стає ігрищем пристрасте пихи або розпусти.

94. З великою розсудливістю повинні ми розважити, коли і за яких обставин треба нам протистояти пристрастям і боротися з ними, а коли відступити; інколи бо ліпше, через неміч, вдатися до втечі, - щоб не вмерти душевно.

95. Як вітри в тиху погоду ворухать тільки поверхню моря, а іншим разом збурюють навіть глибини; так і вітри темряви: у пристрастних людей хвилюють саме чуття серця, а в тих, що досягають поступу, - тільки поверхню ума; тому останні легше повертаються до своєї глибинної тиші, що залишається у них непорушною.

96. Стриманість - це матір здоров'я; а матір'ю стриманосте є помисел про смерть і тверда пам'ять про жовч, змішану з оцтом, що її за нас скуштував Господь наш, Владика і Бог.

97. Безмовність - причина й товариш невинности. Піст гасить розпалення тіла. Скруха серця - ворог лукавих і соромних думок.

98. Як змія не скине з себе старої шкіри, поки не пролізе через тісну щілину; так і чоловік не позбудеться колишніх злих звичок, ветхости душі й ризи старої людини, якщо не перейде вузькою та тісною дорогою посту й зневаги.

99. Як яйця під теплом крил оживають, так і лихі думки, утаювані від духовного отця, переростають у злі діла.

100. Як добрі коні, коли біжать разом, гарячкують один перед одним, так і добрі брати в спільноті спонукують один одного до благої ревности.

101. Як хмари закривають сонце, так лукаві помисли затьмарюють і занапащують ум.

102. Як убогий, побачивши царські скарби, ще більше усвідомлює нужденність свою; так і душа, читаючи оповіді про великі чесноти святих Отців, мимохить ще більше впокоряється у помислах своїх.

103. Як той, що носить аромати, пахне і проти своєї волі; так і той, що має в собі Духа Господнього, пізнається зі слів та смирення свого.

104. Як злодії неохоче йдуть красти до такого місця, де проти них наготові військо; так і мислені злодії без усякої надії підступають до того, хто в серці своєму утвердив молитву.

105. Як корабель, що має доброго керманича, безпечно входить до пристані; так і душа, маючи доброго пастиря, легко сходить з поміччю Божою на небо, хоча й багато гріхів учинила на своєму шляху.

106. Як без провідника легко заблукає у незнайомій місцині навіть найрозумніший; так і монах, що самовладно йде дорогою чернецтва, - легко гине, хоча б і осягнув усю мудрість світу цього.

107. Хто слабкий тілом і скоїв багато тяжких гріхів, - нехай іде шляхом смирення і з ним споріднених чеснот, бо інакше спасіння йому не знайти.

108. Що менше злих діл, то більше відречення од зла; відречення од зла є початком покаяння. Початок покаяння - це початок спасіння, початок спасіння - блага рішучість угодити Богові. Така блага рішучість родить труди, початок же трудів - чесноти. Початок чеснот - цвіт, цвіт же чеснот - діяння. Породження чеснот - постійне думання і вболівання за них; плід безперервного думання та вболівання - звичка робити добро. Набуття благої звички - оздоблення душі добром, а добро - це матір страху. Страх породжує дотримання заповідей, небесних і земних; дотримання ж заповідей є знаком любови. Початок любови - багатство смирення. Багатство смирення - повнота любови й остаточне вселення Боже в тих, що через безпристрасність стали чистими серцем. І такі *Бога побачать* (Мт. 5:8).

4 Про вісім головних пристрастей і боротьбу з ними

а) Про боротьбу з черевоугодництвом

1. Було б дивно, якби хтось перед зішестям своїм до гробу звільнився од нападів черева.

2. У пристрасті обжерства черево і насиченим волає: «Хочу ще!» й, лускаючи від переситу, голосить: «Я голодне». Пристрасть ця підбурює пожерти всі страви, що є перед очима.

3. Хто ласкає лева, той приборкує його; хто ж догоджає тілові, той побільшує його лють.

4. Раб черева вишукує, якими стравами вшанувати свято; а раб Божий думає, якими даруваннями збагатитися.

5. Коли приходять гість, черевоугодник береться виявляти любов ближньому. Підбурюваний ненаситністю черева, вважає, що нагода зробити гостеві приємність є і для нього дозволом на все. Відвідини ж когось вважає за привід до вина і під покровом чесноти стає рабом пристрасти.

6. Часто марнославство ворогує з обжерством і ці дві пристрасті воюють між собою за бідного монаха, як за купленого раба. Обжерство спонукує його об'їдатися, а марнославство намовляє показати свою чесноту, але розумний монах уникає обидвох цих безодень та вміло долає обжерство марнославством.

7. Якщо тіло ще шаленіє, його завжди і всюди треба приборкувати. Коли ж воно втихло (чого, зрештою, не надіюсь дочекатися до самої смерти), тоді можна приховувати перед іншими свою стриманість.

8. Якщо духовний отець дозволить тобі, молодому, випити вина на гостині, то придивись спочатку до свого отця: якщо він богобоязливий, то можеш випити, коли ж недбалий, то ліпше тобі, незважаючи на його благословення, зберігати стриманість, особливо коли ще борешся з вогнем тілесної похоти.

9. Приборкувати черево треба поступово: передусім відкинути ту їжу, від якої людина гладшає, потім - ту, що розпалює, і, врешті, - ту, від якої одержує насолоду. Давай череву своєму їжу просту й легкоперетравлювану, щоб помірним насиченням позбавити його ненажерливості, а через швидке перетравлення їжі визволитись од розпалення похоти, як від бича.

10. Для тих, що не падають, особлива стриманість у їжі потрібна тільки при розпаленні похоти; для усіх інших вона вкрай потрібна до самої смерти. До скону хай не дають вони послаблення тілові своєму, борючись з ним без перемир'я. Першим треба тільки завжди оберігати належний благоустрій ума, а останнім треба ще умилювати Бога ревним плачем, голодом і спрагою.

11. Приборкуймо черево розважанням про будучий пекельний вогонь. Деякі через розпалення похоти від черевоугодництва відрізали накінець свої члени - і вмерли двоякою смертю. Придивись і побачиш, що обжерство - єдина причина погібелі в морі похоти.

12. Ум того, хто постить, - молиться тверезо, а ум черевоугодника сповнений нечистих мрій. Насичене черево висушує джерело сліз, а стримане - породжує потоки сліз.

13. Хто служить череву своєму і хоче притім перемогти духа розпусти, той подібний до того, хто гасить вогонь олією.

14. Коли черево утискається, тоді впокорується і серце; якщо ж черево наповнене їжею, то серце звеличується помислами.

15. Приборкуй черево стриманістю - і загородиш собі тим уста, бо язик бере силу від многоти їжі.

16. Хто наповнює черево своє, - розпихає нутроці; а хто томить його стриманістю, - в того нутро звужується і вже не потребує багато їжі.

17. Знай, що біс часто поселяється в череві й не дає людині насититись, хоч би вона поглинула всю їжу Єгипту і видудлила всю воду Нілу.

18. Якщо ти обіцяв Христові йти вузькою і тісною дорогою, то утисни утробу свою. *Простора і розлога дорога* черевоугодництва, *що веде на погібель* розпусти, і *багато нею ходять, але тісні двері й вузька дорога* стриманості, *що веде до життя* чистоти, і *мало таких, що її знаходять* (Мт. 7:14).

19. Коли сидиш за столом, повним наїдків, уявляй перед мисленими очима своїми смерть і суд, бо й тоді заледве зможеш приборкати пристрасть обжерства. Якщо п'єш, то завжди

спогадуй оцет і жовч, що їх замість пиття подали Господу твоєму, -так або перебудеш в межах стриманости, або принаймні зі стогоном упокориш помисел свій.

20. Обжерство - причина всіх падінь і порушень обітів у монаших спільнотах. Якщо ти переможеш цю властительку, то на всякому місці досягнеш безпристрасність; якщо ж обжерство запанує над тобою, то до гробу всюди будеш бідувати.

21. Жива пам'ять про смерть спиняє потяг до їжі; а коли пристрасть черевоугодництва відкидають зі смиренням, то одночасно відпадають усі інші пристрасті.

22. Коли був я ще молодий, прийшов якимось до одного міста чи села, і там під час обіду напали на мене відразу два помисли: обжерства і марнославства; але, боячись породжень обжерства, я вирішив: ліпше вже бути переможеним марнославством. У мирян коренем усього зла є грошлюбство, а в монахів - обжерство.

23. Бачив я мужніх монахів, котрі з якоїсь нужди, давши утробі мале послаблення в їжі, томили потім тіло своє цілонічним стоянням, навчаючи тим його з радістю відвертатися од насичення.

24. Неможливо на початку монашества бути досконало чистим від обжерливости й марнославства. Але проти марнославства не треба боротися усолодженням черева.

25. Як злочинець, що йде на кару смерті, не думає про розваги; так і той, хто правдиво оплакує гріхи свої, не буде догоджати череву.

26. Як купа гною зроджує безліч хробаків, так і надмір страв - чимало падінь, лукавих помислів і сороміцьких сновидінь.

27. Якщо крайня межа черевоугодництва - їсти й тоді, коли вже насичений, то кінцева межа стриманости - не давати поживи тілові навіть тоді, коли воно голодне, хоча б воно й нічим на той час не прогрішилось.

28. Як ожирілому птахові - високо не лігати, так і тому, хто догоджає тілові своєму, - не зійти на небо.

29. Як висохла грязюка не до вподоби свиням, так і зів'яле від подвигів тіло не задовольняє більше бісів.

30. *Сповідь пристрасти черевоугодництва:* - Як ви можете позбутися мене, коли я пов'язана з еством вашим? Двері мої - потреба в їжі. Ненаситною робить мене звичка, яка разом з нечутливістю душі та непам'ятанням про смерть зроджують пристрасть до мене. Первородний син мій - блуд, друга після нього дитина - закамелість серця, а третя - оспалість. Море злих помислів, хвилі скверни, глиба безіменних нечистот також походять від мене. Доньки мої: лінивство, багатомовність, зухвальство, сміх, блюзнірство, суперечка, впертість, непослух, нечутливість, затьмарення ума, самохвальство, зарозуміла й нерозумна самовпевненість, любов до світу, за якою слідує осквернена молитва, блукання думок і часто - несподівані падіння. А за всім цим настає відчай - найлютіша з усіх пристрастей. Пам'ять про гріхи повстає на мене, та не перемагає. Думка про смерть сильно ворогує зі мною, але нема нічого такого в людях, що могло б мене цілком знищити. Хто прийняв Утішителя, той у молитвах скаржить на Йому на мене, - і Господь не дає мені діяти в людині цій пристрасно. Але ті, що не пізнали Його, всіяко шукають насолоди моєї.

б) Про боротьбу з духом розпусти

1. Насичення черева породжує розпусту, а утискання черева - матір чистоти.

2. Після переситу тіла дух черевоугодництва відходить, посилаючи на нас духа розпусти. До того ж сповіщає про наш стан, кажучи: «Піди й збентеж такого-то: черево його пересичене, тож не будеш багато трудитися». Дух розпусти посміхається і, зв'язавши руки й ноги наші сном, оскверняє душу мріями, а тіло витіканням.

3. Ніхто із тих, що зберігають чистоту, хай не приписує собі цього надбання, бо неможливо, щоб хтось переміг природу свою; а де природа переможена, там пізнається рука Того, хто вищий від усякого ества.

4. Початок чистоти - коли помисел не лучиться з розпустою, хоч витікання ще деколи трапляються у сні, та все ж без мріянь. Часткова чистота - коли природні порушення стаються тільки від недостатку їжі, без мріянь та витікань; кінець же чистоти - умертвіння тіла, випереджене умертвінням нечистих помислів.

5. Хто відганяє молитвою похитливого пса, той подібний до того, що воює з левом; хто перемагає його опором, той змушує ворога свого втікати, ще й переслідує його; хто ж досконало звільнився од самого мріяння, раз і назавжди перекривши йому доступ до себе, - той, хоча ще перебуває у тілі, але вже із гробу воскрес.

6. Якщо ознакою чистоти є відсутність пожадливого зворушення і в сонних мріях, то, звичайно, крайня ступінь похитливості - терпіти витікання і наяву від самих лише помислів чи згадок.

7. Хто тілесним трудом бореться з духом розпусти, той подібний до того, хто зв'язав свого ворога мотузом; хто воює проти нього стриманістю і чуванням, той закував свого ворога у залізні кайдани; а хто озброївся проти нього смиренномудрістю, негнівливістю і спрагою, той подібний до того, хто вбив свого ворога і закопав його в землю.

8. Хтось - подвигами, хтось - смиренням, а ще хтось - внутрішнім Божим просвіченням зв'язав цього мучителя - духа розпусти. Перший подібний до зорі, другий - до повного місяця, а третій - до світлосяйного сонця, але всі вони мають оселі на небесах.

9. Лисиця вдає, що спить, а біс прикидається, що невинний. Хижачка хитрує, щоб обманути птицю, а лукавий - щоб погубити душу. Усе своє життя не вір тлінному тілові своєму й не покладайся на нього, поки не предстанеш перед Христом.

10. Тілесні гріхи у початківців пов'язані звичайно з надмірним харчуванням; у середніх вони бувають від зарозумілості, а також від переїдання; а в близьких до досконалості - тільки від осудження ближніх.

11. Декотрі ублажають скопців від природи (з народження) - як визволених од мук плоті; а я хвалю людей, які щодня стають скопцями і помислом, як ножем, звикли себе обрізати.

12. Не намагайся перемогти біса розпусти запереченнями і доказами: в його розпорядженні солодкомовні приводи, оскільки він воює з нами нашим же еством.

13. Хто самотужки бореться із тілом своїм та надіється перемогти його силами своїми, той марно трудиться. Бо якщо Господь не знищить дому тілесної похоти та не збудує дому душі, то надаремне чуває і постить людина, намагаючись поступувати без помочі Божої.

14. Вияви перед Господом неміч свого ества, визнай у всьому безсилля своє - і непомітно сподобишся дару невинності.

15. Ті, що послизнулися і впали до прірви похоти, далеко відпадають од тих, що сходять і виходять по сходах, бачених Яковом уві сні, й потрібно їм чимало поту й суворого посту, щоби знову приступити до такого сходження.

16. Є розпуста і без пізнання жінки, котра ще більше мучить людину, бо протиприродна. Це якась смерть і погибель, яку ми завжди носимо в собі, а найпаче в юності. Але її я не осмілююсь передати на письмі, тому що руку мою утримує той, хто сказав: *Що ті люди потай виробляють, соромно й казати, і писати* (Еф. 5:12).

17. Штовхаючи людей до розпусти, людиноненависний ворог зображає Бога чоловіколюбним, поблажливим до цієї пристрасти - яко природної. Але спостережи за тим злопідступником - і зауважиш, що після гріха він цілком інакше представляє Бога - суворим і невибачливим. Перше нашіптує він для того, щоби втягнути нас у гріх, а друге -щоб вкинути у відчай.

18. Скоївши гріх, туга й одчай гнітять нас, тоді -не до падіння нам; коли ж вони втихнуть, тоді злобний ворог знову починає верзти нам про чоловіколюб'я Боже.

19. Господь, нетлінний і безтілесний, радіє з чистоти й невинності нашого тіла; бісів же ніщо інше так не веселить, як смердюча розпуста, тому жодної пристрасти не люблять вони так, як цієї осквернительки тіла.

20. Матір'ю плодів земних є земля і роса; а матір'ю чистоти - безмовність з послухом. Чистота тіла, осягнута безмовністю, у світі часто ставала хисткою; здобута ж послухом - усюди вправна й непохитна.

21. Хто лише стриманістю намагається приборкати духа розпусти, той подібний до людини, що силкується однією рукою виборсатися з безодні морської. Долучи до стриманости смиренномудрість, тому що перше без другого - даремне.

22. Яка пристрасть найбільше в тобі воює, проти тої одної найпаче й озбройся, особливо ж - проти природного домашнього ворога - духа розпусти.

Бо якщо ми з тобою не переможемо цієї пристрасти, то від поконання інших не буде нам жодної користе; перемігши ж цього єгиптянина, узримо нарешті й ми Бога у вогненному кущі смирення.

23. Спокушаючись, я відчував радість, сльози і втіху, та через дитинство своє думав, що це плід духовний, а це було залюбування враже.

24. Не обманюйся, юначе! Бачив я декотрих, що молилися за любих їм осіб і, спонукуючись на те блудною пристрастю, думали, що сповняють обов'язок святої любови.

25. Кладучись на постелю, мусимо бути особливо пильні, бо тоді ум без тіла бореться з бісами. І якщо не відсік він ще похитливої розкоші, то залюбки стає зрадником.

26. Засинай і вставай з думкою про смерть та з Ісусовою молитвою на устах, бо ніщо не дасть тобі такого сильного заступництва під час сну, як ці два діяння.

27. Витікання уві сні бувають від надмірної їжі, непомірного тілесного спокою; деколи - від гордосте, коли ми, довго перебуваючи без витікань, звеличуємось тим; іноді - від того, що осуджуємо ближнього; інколи ж - і від самої заздности бісівської. Бог допускає це, щоб безгрішною тією пригодою повчити нас смиренномудрости.

28. Не дозволяй собі вдень думати про мріяння нічні, бо в бісів тільки те й на думці, щоб сновидіннями осквернити нас чуваючих.

29. Під час бурі похитливости доброю поміччю стає волосяниця, попіл, цілонічне стояння, голод, спрага, небагатьма каплями прохолоджувана, перебування в гробницях, найпаче ж - смирення серця, а також порада духовного отця чи ревного брата, досвідченого умом; бо я вважаю за чудо, щоби хтось самотужки міг урятувати корабель свій від безодні цієї.

30. Хтось, побачивши гарну жінку, прославив у ній Творця. Від погляду на неї запалала в ньому любов до Бога і з очей потекло джерело сліз. І дивно було бачити, як те, що багатьох довело б до падіння, для нього - понад природу - стало вінцем перемоги. Якби людина завжди могла так почувати і діяти, то осягнула б нетління ще до загального воскресіння.

31. Такі ж почуття потрібно нам виховувати і щодо співу та пісень. Боголюбиві люди як світськими, так і духовними піснями звичайно збуджуються до святої радости, Божої любови і сліз, а сластолюбці - до протилежного.

32. Декотрі твердять, що, маючи жінку, неможливо бути чистим, а я кажу: той, хто хоче, може й дику маслину щепленням перемінити на добру. Якби ключі Царства були ввірені дівственникові тілом, то думка ця, можливо, була б і справедлива. Але нехай засоромить їх той, хто, маючи тещу, став чистим і сподобився ключів од Царства.

33. Підступним є змії тілесної похоти: тих, що розкоші його не зазнали, намовляє тільки раз скуштувати її; а тих, що спізнали, всілякими хитрощами штовхає до повторного гріха. Багато з перших, не знаючи цього зла, вільні від боротьби; а останні, зазнавши мерзоти цієї, терплять борню і підбурювання. Зрештою, часто стається і протилежне цьому.

34. Коли встаємо зі сну в доброму і спокійному настрої, то це через потаємне діяння святих Ангелів, особливо якщо заснули ми з молитвою і твердою вірою. Але буває, що прокидаємося в прикрому настрої через злі сновидіння.

35. Не дивно - безтілесному боротися з безтілесним; але диво в тому, і диво правдиве, що тілесний змушує утікати безтілесних ворогів лукавих.

36. Розважливі отці розрізняють *привід* до гріха, *здруження*, *злиття* з ним, *полонення* ним, *боротьбу* з ним і так звану *пристрасть* у душі. *Привід* - це просто слово (думка) або чийсь

образ, що вперше являється умові та вноситься до серця. *Здруження* -це розмова з появленим образом, пристрасна або безпристрасна. *Злиття* - це схильність душі до баченого, поєднана з насолодою. *Полонення* - це насильне захоплення серця побаченим або ж його цілковите злиття з ним, що руйнує добрий устрій душі. *Боротьбою* називають посилений спротив помислові (образу), що кінчається або перемогою, або поразкою. *Пристрасть* - це такий похитливий стан, який, вгніздившись у душі, стає згодом через тривалу звичку ніби її другою природою, так що душа вже самовільно прямує до гріха. *Привід* - безгрішний; *здруження* - не зовсім; *злиття* - грішне або безгрішне, судячи зі стану того, хто подвизається. *Боротьба* буває причиною або вінців, або мук. *Полонення* підпадає-одному судові, коли стається під час молитви, іншому судові, коли в іншому часі; ще іншому - під час міркування про речі байдужі, а іншому - про речі злі. *Пристрасть*, без сумніву, буде покарана і, якщо людина не очиститься рівносильним покаанням, - засуджена вона на вічні муки. Але хто до першого, тобто *-приводу* до спокуси - ставиться безпристрасно, відкидає її, той одночасно відсікає і все інше.

37. Найпросвіченіші та найрозсудливіші отці зауважили ще один помисел, що є витонченішим за усі інші. Його називають *спалахом думки*, що поза часом, без слів і образів миттєво встромляє спокушуваному стрілу в серце - пристрасть. Нема нічого скоробіжнішого в тілах, нічого швидшого і миттєвішого в духах од того помислу, що одним тонким штрихом - і безчасовим, і неказаним, а для декотрих навіть незбагненим - раптом з'являється в душі, без її згоди на те. - Хто плачем зрозумів усю тонкість цього помислу, той може пояснити нам і те, як буває, що душа від одного погляду, дотику руки або співу пристрасно блудить (осквернюється і розтлівається похитливістю), не хочачи того і не замислюючись над тим.

38. Інколи похіть, зродившись у душі, переходить до тіла, а інколи, навпаки, від тіла - до душі. Останнє звичайно буває з тими, що живуть у світі, а перше - з монахами - через брак тілесности (похитливого матеріялу) в них.

39. Коли довго борючись з бісом - союзником нашої марної плоті, - виженемо його нарешті зі серця свого камінням посту й мечем смирення, тоді цей окаянний, наче хробак, плазуючи всередині нашого тіла, намагається осквернити нас якимсь лоскотанням, позачасовими та безсловесними порухами.

40. Біс блуду ревніше від усіх інших демонів очікує нагоди, коли ми не можемо помолитися проти нього тілесно. Тоді цей нечистий дух особливо нападає на нас.

41. Тим, що ще не осягли істинної молитви серця, помічне (в боротьбі з блудною пристрасною) томління тілесною молитвою, - розумію, - здійснення рук, биття себе в груди, розкаєне піднесення очей до неба, зітхання зі стогонами і часте схиляння колін, - чого, однак, неможливо робити при людях. - Тоді-то демони найчастіше нападають; а подвижники, не маючи ще сил протиставитися їм твердістю ума і невидимим діянням молитви, можуть поступатися їм. Ти ж тоді віддалися чимскоріше від людей, сховайся десь на короткий час, - і там, звівши вгору око душевне (якщо можеш, а якщо ні - хоча б тілесне) - і, розпростерши хрестовидно руки, на засоромлення і переможення мисленого Амаліка, - заволай не словами, а смиренным серцем до Того, хто може спасти: - *Помилуй мене, Господи, бо охляв я* (Пс. 6:3). Тоді на ділі спізнаєш силу Всевишнього - з поміччю невидимою невидимо проженеш невидимих. Той, хто звик так боротися, скоро й самою душею почне проганяти ворогів, бо це друге дається від Бога в нагороду за перше.

42. Як воду життя, охоче пий наругу від кожної людини, що бажає напоїти тебе цим ліком, котрий очищає від блудної похоти. - Тоді глибока чистота засяє в душі твоїй і світло Боже не змаліє в серці твоїм.

43. Постійно уявляй собі безодні пекельного вогню, немилостивих служителів, Суддю справедливого і невблаганного, темінь аду й тісні сходи в підземні жахливі провалля, аби страхом, що родиться від цих сповідів, міг ти віддалити од себе розпусту, злучитися з нетлінною чистотою і прийняти в душу свою сіяння неречовинного світла, яскравішого від усякого вогню.

44. Є біс, котрий, як тільки кладемося на ложе, стріляє в нас лукавими й нечистими помислами, щоб ми, лінуючись озброїтися проти них молитвою, заснули зі скверними думками та охоплені були нечистими сновидіннями.

45. Чого очі не бачать, того й гортань не дуже прагне; так і чисті тілом дістають від свого невідання (пристрасти розпусної) велику полегшу в боротьбі проти блуду.

46. Як той, що бореться з левом, одвівши од нього очі свої, одразу гине; так і той, що воює з тілом своїм, якщо заспокоїться, - загине.

47. Тим, що борються з тілесною похиттю, помічною буває безмовність, - але з дозволу наставника, що добре їх знає.

48. Спізнав я, що біс нудьги випереджає біса розпусти і приготовляє йому дорогу, щоб, кріпко розслабивши і зануривши тіло до сну, дати можливість бісові розпусти осквернювати його вві сні, як на яву.

49. Як земному цареві осоружний той, хто, стоячи перед ним, одвертає од нього обличчя своє і з ворогами його розмовляє, так і Господу остогидний той, хто, стоячи на молитві, приймає в себе нечисті помисли.

50. Пса цього (біса розпусти) проганяй духовним знаряддям - молитвою; і скільки б він не дошкуляв, - не поступайся йому.

51. *Зі сповіді розпусти.*

- Скажи мені, дружино моя, природо моя (бо я не хочу нікого іншого, крім тебе, питати про це), що робити мені, аби стати недоступним для тебе? Як подолати муки твої?

- Не повім тобі того, чого ти не знаєш; але скажу те, про що ми обидвоє тямимо. Батько мій - самолюбство, він же - самоугодництво, жаління себе. Кожне догоджання і відпочинок здалеку підготовляють розпалення моє; від того тілесного спочивання розгоряється внутрі вогонь похитливий. І тоді, зачавши, я породжую гріхопадіння; вони ж умертвлюють душу через відчай. - Якщо пізнаєш мою і свою неміч, явну й глибоку, то зв'яжеш мені руки. Якщо виснажиш голодом гортань, то закуєш мої ноги в кайдани, щоб я не йшла далі. Якщо злучишся з послухом, то розірвеш спілку зі мною. А якщо здобудеш смиренномудрість, то відсічеш мені голову.

в) Про боротьбу з духом грошоловства

1. Грошоловство - дочка невірства. Воно виставляє собі за привід усі можливі немочі, наближення старости, голод через посуху тощо.

2. Грошоловство - насміхач і добровільний порушник *Євангелія*, бо дух *Євангелія* - любов. Хто має любов, той не збереже грошей. Хто ж думає вжитися з любов'ю і грішми одночасно, - обманює сам себе.

3. Хто плаче над собою, той не тільки майна, але й тіла свого зрікається; і якщо Господь потребуватиме, - не пощадить і його.

4. Не кажи, що тобі потрібні гроші для вбогих (щоб, спомагаючи їх, досягнути Царство), бо Царство можна купити й за дві лепти.

5. Милосердний і грошолобець зустрілись; і грошолобець милосердного назвав нерозважним.

6. Хто переміг пристрасть грошоловства, той відсік усі турботи; а хто зв'язаний нею, того завжди томлять клопоти і він ніколи не може помолитись чисто.

7. Починається грошоловство з наміру роздавати милостиню бідним, а кінчається ненавистю до них. І грошолобець, поки збирає, - милостивий буває, а як назбирає, - то й руки затискає.

8. Бачив я убогих грішми, які, живучи життям убогих духом, збагатилися духовно і забули про свою колишню нужду.

9. Незагребущий, відклавши усі турботи про земне, не журиться про світ і житейську метушню, а прямує правою дорогою без перепон. Він - владика світу, бо всю журбу свою

поклав на Бога. Не скаже він людині про нужду свою, але все, що стається, приймає - як з руки Господньої.

10. Незагребущий ні до чого не прив'язаний. Не думає про те, що в нього є, - якби того й не було, бо все вважає за сміття відгоди, коли вирішив стати самітником. Хто журиться про щось, той ще не досконалий.

11. Незагребущий молиться чисто; а загребущий навіть під час молитви сповнений речових образів, тож їм і молиться.

12. Ті, що перебувають у послуші, - чужі грошолобству, бо коли вони навіть тіла свого зреклися, то що можуть ще посідати як власність?

13. Хто скуштував вишне, - за ніщо має долішне; хто ж не спробував небесного, усолоджується земним.

14. О монахи! Не будьмо маловірніші за птиць, що не клопочуться і не збирають.

15. Великий той, хто благочестиво зрікся усякого майна; хто ж відрікається од волі своєї, - той святий. Перший сторицею прийме або майном, або даруваннями, другий - життя вічне успадкує.

16. Моря не покинуть хвилі, а грошолобця - гнів і печаль.

17. Непохитна віра припиняє усяке клопотання, а пам'ять про смерть навчає зрікатися і тіла.

18. Іов не мав і сліду грошолобства, тому навіть усе втративши, перебув без замішання.

19. *Корінь усього лиха - грошолобство* (1 Тим. 6:10), бо воно породжує ненависть, злочинність, заздрість, розлуку, ворожнечу, замішання, злопам'ятність, жорстокосердя, убивства.

20. Віра та бездомність - смерть грошолобства; милосердя та любов не щадять і тіла.

21. Як ті, що мають на ногах кайдани, не можуть вільно ходити; так і ті, що збирають гроші, не спроможні зійти на небо.

22. Якщо крайня межа грошолобства - в тому, що людина вже не може не збирати багатства або насититися ним; то висота нездобування - не щадити і тіла свого.

23. Покиньмо турботи: ми бо записалися до числа вільних од піклувань. Нам не буде виправдання, якщо не дотримаємо цього. Згадаймо лише: тим, що прийняли Господа через відродження святим Хрищенням, дав Він *право дітьми Божими стати* (Йоан 1:12); тому й сказано їм: *Вгамуйтеся і пізнайте, що Я- Бог* (Пс. 46:11).

24. Великий сором нам, що покинули все, відколи Господь, а не людина, покликав нас, - турбуватися про те, що не може принести користи в часі нашої великої нужди, тобто відходу душі. Це означає, за словом Господнім, обернутися назад і не ввійти до Царства Небесного.

25. Біс грошолобства бореться з незагребущими і коли не може їх подолати, тоді являє їм жебраків і начебто задля милосердя підмовляє їх з незагребущих знову стати загребущими.

26. Як ті, що вимінюють золото на глину, - завдають собі великих збитків; так і ті, що задля тілесних вигод виявляють і розголошують свій духовний поступ, - зазнають лише втрат.

г) Про боротьбу з духом гніву

1. *Гнів* - це сокрита ненависть, злопам'ятність, бажання зробити зло тому, хто образив. *Запаль-*

ність - це миттєвий шал серця. *Смуток* - неприємне, прикре почуття, що засіло в душі. *Знавісність* - поверження доброго устрою душі і осоромлення її.

2. Дехто не зважає на свою схильність до дратівливості та гніву, не дбає про зцілення од цієї пристрасти, хоча Премудрий сказав: *Несправедливого гнів - невиправдальний, бо в запалі його гніву - його погибель* (Сир. 1:22).

3. Гнів, подібно до швидкого руху жорна, за одну мить може знищити душевної пшениці й плоду більше, ніж щось інше за цілий день. Тому мусимо бути прискіпливо уважними до себе. Гнів, як полум'я, роздмухане сильним вітром, скоріше, ніж повільний огонь, спалює і нищить душевну ниву.

4. Безгнівність - це ненаситне бажання зневаг на противагу марнославству, що безмірно прагне похвал. Безгнівність - перемога над природою, здобута важким трудом, працею над собою і нечутливістю до образ.

5. Лагідність - це непорушний стан душі як до зневаг, так і до похвал.

6. Початком безгнівності є мовчання уст при обуренні серця; середина - мовчання помислів при легкому замішанні душі; а кінець - непорушна тиша серця, спокій душі при подуві нечистих вітрів.

7. Як потік води гасить вогонь, так і сльози істинного плачу погасять усякий племін гніву й сердитости.

8. Як з появою світла розсівається тьма, так від пахоців смирення щезає усяке засмучення і гнів.

9. Каяття і гнів - несумісні між собою, тому що звернення до Бога потребує великого смирення людини, а гнів є знаком високої думки про себе.

10. Якщо межа крайньої лагідності - в тому, щоб мирно і з любов'ю ставитися навіть до того, хто дратує нас; то, без сумніву, межею крайньої гнівливості є наодинці, словами й рухами, воювати з тим, хто образив нас.

11. Якщо Дух Святий є миром душі, а гнів - замішанням серця, то ніщо так не перешкоджає Святому Духові перебувати в нас, як роз'ятруваний гнів.

12. Мовчання уст - перша зброя проти гніву; але під покровом мовчання можна приховувати злопам'ятність. А це ще гірше; ліпше вже виговоритись, хоч і в гніві. Один, гніваючись, не їсть - і тим ще більше поглиблює цю пристрасть; а інший забагато їсть - і від того впадає у лютю; помірною ж утіхою нерідко допомагала погамувати сильний гнів. Тому боротьба з цією пристрастю вимагає великої обачності. Бо гніву, як і змієві тілесної похоти, співдіє природа.

13. Іноді помірний спів успішно розвіює роздратованість, а безмірний і недоречний - співдіє сластолюбству. Тому ним треба користуватися розумно, пам'ятаючи про міру й час.

14. Гнівливим корисніше жити в спільноті, а похитливим - у безмовності, що лікує проти розпусти і смердючої нечистоти. Тим, що страждають на обидві ці недуги, треба віддатися під провід отця, щоб він їх поперемінно залучав то до безмовності, то до спільнотового послуху.

15. Велика шкода - бентежити око серця роздратованістю, як сказав Псалмопівець: *З журби в очах мені темніє* (Пс. 6:8); але ще більша - словами вилити гнів. Залучати до того ще й руки - зовсім противне й чуже монашому життю: Ангельському і Божественному.

16. Багато гнівливих сумлінно чувають, постять, зберігають безмовність - і ворог не заважає їм у тому, бо навіть під подвигами покаяння та плачу вміло підготовляє, живить і плекає в них ґрунт для пристрасти гніву.

17. Початок блаженної незлобivosti - терпеливо зносити зневаги, незважаючи на гіркоту й біль у душі; середина - не уболювати й не журитися навіть у серці; досконалість же - сприймати зневаги як похвалу.

18. Одна річ - безгнівність у початківців, що походить від покаянного плачу, а інша - незворушність до гніву, що є у досконаліх. У початківців гнів зв'язаний сльозами, ніби уздою, а в досконаліх змії цей умертвлений мечем безпристрасности.

19. Бачив я трьох монахів, що разом зазнали зневаги. Один з них відчув образу, але змовчав; другий зрадів за себе, але зажурився за того, що паплюжив його; третій же, узрівши в умі шкоду ближнього, пролив над ним гарячі сльози. Тут бачимо діятелів страху, милостивості й любови.

20. Злопам'ятність - остання межа гніву, пам'ятання гріхів ближнього супроти себе, відвернення од Богом призначеного прощення (прости - й тобі проститься), згуба всіх попередніх чеснот, отрута душогубна, хробак, що серце гризе, нешира молитва (бо як скажеш:

прости, як і ми прощаємо?), цвях, увігнаний в душу, вічний гріх, невсипуще беззаконня, постійне зло¹.

21. Хто приборкав гнів, той перетяв і зродження злопам'ятности, бо діти родяться тільки від живого батька.

22. Хто здобув любов, той відігнав ворожнечу від себе; хто сіє розбрат, множить труди й неспокій собі.

23. Зло пам'ятай тільки демонам і завжди ворогуй з тілом своїм. Плоть - приятелька невдячна й лукава: коли їй догоджати, вона ще більше каверзує.

24. Злопам'ятність - брехливий тлумач *Писання*, що неправдиво перекручує слова Духа на угоду собі. Але нехай засоромить її Господня молитва, якої не можемо промовляти зі злопам'ятством у серці.

25. Якщо багато потрудившись над собою, не зможеш вивергнути гніву - цього кореня спотикання - зі серця свого, то піди та покаюнно помирись з ворогом своїм хоч на словах і, засоромившись свого довгого лицемірства перед ним, полюби його, уражений совістю, як вогнем.

26. Коли навіть помолишся за того, хто образив тебе, віддячиш йому дарами або запросиш до трапези, - то й тоді ще не цілковито визволився ти від цієї зарази гніву. Але коли почувеш, що образника твого спіткало якесь душевне або тілесне горе, -зболієш і заплачеш над ним, як над самим собою, -тоді ти вже зцілений.

27. Пам'ять про страждання Ісуса Христа вилікує твою злопам'ятність, вельми засоромлену Господньою безгнівністю.

28. Декотрі непомірно трудяться, щоб дістати прощення, але незлопам'ятний випереджає їх. Бо правдиве слово: *Скоро прощайте, - і вам щедро проститься* (Лк. 6:37).

29. Непам'ятання зла є знаком істинного покаяння; а хто, пам'ятаючи зло, думає, що кається, той подібний до людини, якій лише уві сні здається, що вона біжить.

30. Бачив я злопам'ятних, котрі, повчаючи інших не бути злопам'ятними, засоромились власних слів своїх і відступили від пристрасти цієї.

31. Од ненависти і злопам'ятства зроджується зломовність - витончена недуга, сокрита п'явка, що висмоктує кров любови.

32. Хтось прикриває зломовність любов'ю, нібито бажанням виправити когось. Але якщо ти любиш ближнього, то не обмовляй його, а молись за нього. Тільки таке діяння приємне Господу.

33. Хто хоче визволитися від духа осудження, нехай осуджує не того, хто згрішив, а біса, що підмовив його до гріха. Бо ніхто не бажає грішити проти Бога, хоча кожен вільний від насилля (тобто грішить сам).

34. Один з найкоротших шляхів до прощення людині її гріхів - нікого не осуджувати, бо сказано: *Не судіть і не будете суджені* (Лк. 6:37).

35. Як вогонь і вода - несумісні, так каятник не сміє судити інших. Якщо б ти побачив, що хтось грішить навіть при виході душі з тіла, то й тоді не осуджуй його, бо суд Божий сокритий

¹ Якийсь один брат з Либії прийшов до авви Силуана на гору Панеф і сказав йому: «Авво, маю ворога, який мені дуже шкодить. Коли я був ще у світі, він вкрав моє поле, всіляко лукавив переді мною, а тепер найняв людей, щоб мене отруїли. Хочу віддати його під суд». Старець мовив: «Вчини те, що умиротворило би тебе, сину мій». Брат відповів: «Авво, якщо він не буде покараний, - його душа з того не скористає». Старець на те: «Роби як знаєш, сину». Брат тоді каже старцеві: «Встань, отче, помолимося і потім піду до судді». Старець встав і почав проказувати Отче наш. Коли дійшли до слів: Прости нам провини наші, як і ми прощаємо винуватцям нашим (Мт. 6:12), старець мовив: «Не прости нам провини наші, як і ми не прощаємо винуватцям нашим». Брат на те каже: «Не так молишся, отче». «Так, сину мій, - відповідає старець. - Якщо справді хочеш йти до судді для пімсти, я не буду інакше за тебе молитися». Брат вклонився старцеві і протиставив ворогові своєму.

від людей. Деякі явно впадали у великі гріхи, - тайно ж творили ще більші добрі діла. Тож любителі пересудів помилялись, бачачи дим і не добачаючи за ним сонця.

36. На собі пересвідчувались ми не раз: за які гріхи, тілесні або душевні, осудимо ближнього, - в ті самі впадемо.

37. Швидкі й суворі судді прогрішень ближнього тому й хворіють на цю пристрасть, що не мають досконалої та постійної пам'яті й журби про свої власні гріхи. Бо якщо хтось без покрову самолюбства правдиво спогляне на свої злі діла, то не буде вже піклуватися нічим іншим, крім себе самого, бо й на оплакування власних гріхів не вистачить йому часу всього життя, хоч би й прожив він сто років та вилив з очей цілий Йордан.

38. Біси, вбивці душ, спонукують нас або грішити, або, якщо не грішимо самі, бодай осуджувати тих, що грішать, щоб через осудження інших осквернити нас - навіть безгрішних.

39. Знай, що докоряти ближньому, осуджувати його повчання, діла чи навіть чесноти - ознака людини злопам'ятної та заздрісної.

40. Бачив я людей, що самі тайно тяжко грішили, але оскільки про це не знали інші, - немилосердно нападали на тих, що впадали до гріхів, хоча легких, але розголошених.

41. Судити - означає безсоромно зазіхати на Боже право; а осуджувати інших є згубою власної душі.

42. Як звеличування і без усякої іншої пристрасти може згубити людину, так і осуджування інших може остаточно погубити її. Фарисей саме за це був засуджений.

43. Зустрілись гнівливий та лицемір, і в розмові їхній не було ні словечка правди. В серці гнівливого узриш шаленство, а в душі лицеміра - лукавство.

44. Як вітри збурюють безодню, так сильний гнів більше від усіх пристрастей бентежить ум.

45. *Зі сповіді гніву:*

- Скажи нам, безумна та ганебна пристрасте, як називається мати, що тебе породила, й батько, що зачав тебе, а також імена скверних синів та дочок твоїх; як і те, хто воює з тобою і здатен убити тебе.

- Матерів у мене багато й батько не один. Матері мої - марносластво, грошолобство, черевоугодництво, деколи - розпуста; батько мій головно - гордість. Дочки мої - злопам'ятність, ненависть, ворожнеча, самовиправдання. Супротивники мої - протилежні дочкам моїм чесноти - безгнівність і лагідність; обвинувач мій - смиренномудрість.

г) Про боротьбу з духом печалі

1. Хто зненавидів світ, той уникнув печалі. Якщо ж хтось має пристрасть до чого-небудь видимого, той ще не визволився од світу; бо як не засумує, як не заплаче, позбувшись того, до чого прив'язався усім серцем? Хоча в усьому треба нам бути ревними, але понад усе мусимо виявляти розумну обачність.

2. Коли настоятель випробовує нас корисним зневаженням, прикрощами і доганами, уявм собі жахливе приречення Судді всесвіту - і тоді всіяну нам необачну печаль і гіркоту, без сумніву, посічемо лагідністю і терпінням, як обопільно гострим мечем.

3. Якщо ми впали, то передусім повстаньмо проти духа печалі, бо він, представши під час молитви нашої і пригадуючи нам попереднє сміливе уповання наше на Бога, хоче відірвати нас од молитви.

4. Полюбити зневаги - означає зцілитися від дратівливості. Псалмоспів, милосердя та незагребущість - убивці печалі.

5. Як надмірна кількість дров гасить огонь і спричиняє багато диму, так і непомірна печаль туманить душу і висушує потоки сліз.

6. Тісний шлях позначений зневагами, докорами, осміюванням, наругою, тягарем прикрощів. І він спасенний, коли кривду будеш мужньо терпіти, на обмови не обурюватимешся, у пониженні не будеш гніватися, на осудження - впокорюватимешся. Блаженні ті, що йдуть цією дорогою, *бо таких є Царство Небесне* (Мт. 5:3-12).

-
7. Добровільне терпіння усього скорботного -це справжня спасенна путь покаяння.
8. Вважати себе гідним не тільки усіх зазнаних видимих і невидимих терпінь, але й ще більших -ознака діяльного покаяння.
9. Як притиснена вода поривається догори, так і душа, пригноблена бідами, зринає у покаянні до Бога - і спасається.
10. Якогось Авакира щодня ображали в обителі, а служителі постійно відганяли його від трапези, тож він часто залишався без їжі. Я спитав його, як він усе це зносить? Авакир відповів: «Повір, ці отці випробовують мене, чи я дійсно монах. І я, знаючи їхнє намірення, благодушно терплю це і не сумую».
- При смерті, через два роки, він сказав: «Дякую вам, браття, бо через те, що ви мене випробовували - спасіння мого ради, я сімнадцять років був вільний від спокус бісівських».
11. Якомусь старому Македонію, вже зі справедливого приводу, призначено було жити серед початківців. Коли ж закінчився термін покарання, він попросив лишити йому цю понижаючу покуту - як тяжко згрішившому. - Потім він признався мені: «Ніколи дотепер не відчував я такої полегшії у внутрішній борні й насолоди від Божественного світла».
12. Коли нас звинувачують, згадуймо гріхи свої, поки Господь, бачачи нашу нужду й насильство, яких ми самі собі завдаємо, благоволить скасувати їх, і скорботи, що гризуть серце наше, перемінить на радість, як мовить про це Псалмопівець: *Коли сила турбот у моїм серці, - Твої втіхи розвеселяють душу мою* (Пс. 94:19).
13. Блаженний, кого щодня упокорюють і принижують Бога ради, а він примушує себе до терпіння. Такий муж буде ликовати з мучениками і сміло розмовляти з Ангелами. - Хто відкидає од себе звинувачення, правдиве чи неправдиве, той одвертається від свого спасіння, а хто приймає його, зі скорботою чи без, - той скоро сподобиться прощення гріхів.
14. Сину мій! Якщо ти від початку смиренно терпітимеш зневаги, то небагато будеш трудитися, щоб здобути блаженний спокій душі.
15. Як слабкий вогонь розм'якшує багато воску, так і мала зневага нерідко пом'якшує серце, усолоджує його і викорінює усю лють, нечуливість і жорстокість його.
16. Прикросці, пониження і всі зневаги для послухника - як полин, а похвали, честь і схвалення - як мед. Але полин очищує усяку внутрішню нечистоту, а мед звичайно помножує жовч.

д) Про боротьбу з духом нудьги

1. Нудьга - це розслаблення душі, недбання про подвиги, одвернення від обіту; ублажителька мирян, наклепниця на Бога яко немилосердного і нелюдяного. В псалмоспіві вона недоладна, в молитві немічна, в тілесному служінні кріпка, як залізо, до праці нелінива, до послууху швидка й охоча.
2. Чоловік, що перебуває у послуші, не знає нудьги й за посередництвом чуттєвого досягає поступу в духовному.
3. Спільнотне життя - ворог нудьги, а мужеві безмовному вона постійна співжителька: раніш смерті не відступить вона від нього і до самої кончини не перестане поборювати його. Побачивши келію самотника, вона посміхається і, наблизившись, оселяється там.
4. Лікар відвідує хворих рано, а нудьга подвижників - близько полудня.
5. Нудьга підмовляє до гостинности, нашіптує творити милостиню з праці рук своїх; запопадливо тягне відвідувати хворих, приводячи на пам'ять Того, що сказав: *Хворий був, і ви навідались до Мене* (Мт. 25:36). Вона невідступно намовляє відвідати скорботних та малодушних - і, будучи сама слабка духом, радить утішати таких же слабких.
6. Тим, що приступили до молитви, вона нагадує про конечно потрібні справи та всіляко намагається одволікти від молитви яким-небудь "важливим" ділом.
7. Будь-яка пристрасть перемагається протилежною їй чеснотою; нудьга ж для монаха - цілковита погибель. З усіх восьми попередників зла дух нудьги - найважчий.

8. Коли нема псалмоспіву, нудьга не являється, і після правила (на якому бере дрімота) очі жваво розплющуються.

9. Під час нападів нудьги виявляються нудителі ества; і ніщо не надає стільки вінців уважному монахові, як нудьга.

10. Хто плаче над собою, той не знає нудьги.

11. Монах, що любить гроші, не знає нудьги: він постійно згадує слова Апостола: *Як хтось не хоче працювати, хай і не їсть* (2 Сол. 3:10); *Моїм потребам і тих, які зо мною, служили оці руки* (Ді. 20:34).

12. Нудьгу породжують деколи чуттєві задоволення, інколи - небоязнь Бога.

13. Ревна молитва - згуба нудьги; а пам'ять про останній суд зроджує ревність до діянь у Бозі.

14. Блага надія - це меч, яким монах перемагає і вбиває нудьгу.

15. *Зі сповіді нудьги:*

- Скажи нам, пристрасте недбала та розслаблена, яке зло тебе породжує; чи є в тебе діти? Хто воює проти тебе? І хто вбивця твій?

- Батьків у мене багато: деколи - нечутливість душі, інколи - забуття небесних благ, а іноді й надмірна праця. Діти мої, що зі мною перебувають, - зміна місць, занехаяння заповідей отця духовного, непам'ятання про Останній суд, а деколи і зречення монашого обіту. Супротивники мої, що в'яжуть мене, - це псалмоспів з працею. Ворог мій - пам'ять про смерть. Умертвляє ж мене молитва й тверда надія сподобитися вічних благ.

е) Про боротьбу з духом марнославства

1. Марнославство - даремність труду, утрата поту, викрадач душевного скарбу, мурашка на тоці життя, завжди готова окрадати плоди наших подвигів.

2. Марнославство до всього пристає. Наприклад, людина чваниться, коли постить, але знову чваниться, коли приховує свою стриманість, - вважаючи себе мудрою. Перемагається марнославством, коли зодягнута в багату одягу, але й у вбогій - також чваниться; почне говорити, - перемагається марнославством, замовкне, знову ним буває переможена. Як не кинь цей тризуб, він все стане вістря догори.

3. Марнославна людина - ідолопоклонник. Вона думає, що почитає Бога, але насправді догоджає людям, а не Богові.

4. Усяка людина, що любить себе виставляти, - марнославна. Піст марнославного зостанеться без нагороди й молитва його - без плоду, бо він усе робить заради похвали людської.

5. Марнославний подвижник сам собі робить подвійну кривду, тому що тіло своє мордує, а нагороди не дістає.

6. Господь часто приховує од нас чесноти наші; а людина, що нас хвалить, або, ліпше мовити, лестить нам, похвалою одкриває нам очі - й багатство чеснот щезає.

7. Підлесник - це слуга бісів, підбурювач гордості, винищувач замилювання, губитель чеснот, звідник з істинної дороги. *Прославляючі твої на манівці тебе зводять, руйнують дорогу, якою ти простуєш*, - каже Пророк (Іс. 3:12).

8. Бачив я ридаючих, що після похвали тут же запалали гнівом; і, як буває в торгівлі, змінляли одну пристрасть на іншу.

9. Коли ближній або друг докорить тобі в очі чи поза очі, тоді вияви любов - похвали його.

10. Велике діло - відкинути від душі похвалу людську, але ще більше - відігнати од себе похвалу бісівську.

11. Не той смиренномудрий, хто злословить сам себе; але той, кому докорила інша людина, а любов його до неї не змаліла.

12. Коли біс марнославства бачить, що подвижник здобув хоч мале замирення серця, негайно посилає його в світ, кажучи: «Іди й спасай тих, що погибають».

13. Марнославство спонукує легковажних людей одягатись у смирення і в ділах своїх лицем та голосом виявляти побожність, за трапезою - помітно стримуватися. На псалмоспіві марнославство лінивих робить ревними, а безголосих - доброголосими.

14. Марнославство вибраних робить гордими, а в зневажених сіє злопам'ятність.

15. Марнославство дуже легко прищеплюється до природних дарувань і через них нерідко повергає до погибелі нещасних рабів своїх.

16. Бачив я раз, як біс марнославства прогнав біса гніву. Один монах розсердився на брата свого, але прийшли миряни - і той одразу стих, передавши себе марнославству, бо не міг нараз слугувати обидвом панам цим.

17. Хто став рабом марнославства, той веде подвійне життя: одне назовні, а інше - внутрі, одне -насамоті з собою, а інше - на людях.

18. Хто пізнав небесну славу, той нехтує земну; але я б дуже здивувався, якби хтось, не пізнавши небесної, - відкинув земну.

19. Декотрі починали духовне діяння з марнославства, але потім, перемінівши намірення, осуду гідний початок увінчали похвальним кінцем.

20. Хто звеличується природними даруваннями: дотепністю, второпністю, здібністю у читанні, гарною вимовою, бистротою розуму, що їх одержав без труду, той ніколи не сподобиться вищих благ, бо *хто нечесний у найменшій, той і в великому нечесний* через марнославство своє (Лк. 16:10).

21. Хто просить у Бога дарів за труди, той - на слизькому підґрунті; а хто, навпаки, вважає себе постійним боржником перед Богом, той, навіть не сподіваючись, - збагатиться небесним багатством.

22. Не слухай намовника цього, коли він підмовляє тебе виявляти чесноти твої для користи буцімто інших: *Яка бо користь людині, якщо цілому світу буде корисна, а занепасть власну душу?* (Мт. 16:26). Ніщо не приносить стільки користи ближнім, як смиренна, нелукава удача і таке саме слово. Так поступаючи, ми й інших будемо спонукувати не звеличуватись. А що може бути цінніше від цього?

23. Похвали сповнюють душу пихою; коли ж вона звеличиться, тоді обійме її гордість, піднесе до небес і повергне в безодню.

24. Скверне марнославство намовляє тільки прибирати вигляд чесноти, якої насправді нема в нас, наводячи на знадження слова Спасителя: *Так нехай світить перед людьми ваше світло, щоб вони, бачивши ваші добрі вчинки, прославляли вашого Отця, що на небі* (Мт. 5:16).

25. Не крий сорому свого нібито заради того, щоб не подати ближньому причини до спотикання; хоча, може, й не завжди корисно вживати цей пластир, а тільки зважаючи на особливості гріха.

26. Коли підлесники наші зачнуть хвалити нас, тоді поспішим згадати множество гріхів своїх і суд Божий, не рівний людському, - й побачимо, що ми не гідні тої чести, яку приписують нам люди.

27. Прості серцем не вельми страждають од цієї отрути, бо марнославство - це згуба простоти й нещире життя.

28. Гусінь, дозрівши, дістає крила й злітає увись; так і марнославство, укріпившись, породжує гордість, верховодицю і звершительку всякого лиха.

29. *Початок кінця* марнославства - хоронити уста і полюбити бездітність від нього, *середина* - викорінення усякого мисленого марнославства; а *кінець* (якщо тільки є кінець в безодні) - зневажати при інших самого себе.

30. Приховуй благородство своє і не звеличуйся знатністю своєю, щоб не бути тобі за словами в одному, а за ділами в іншому влаштуванні.

31. Бачив я недосвідченого учня, що хвалився чеснотами вчителя свого і, думаючи присвоїти собі чужу славу, заслужив замість того тільки безчестя, коли всі дивувалися: «Як же добре дерево породило безплідну гіляку?»

32. Марносластво любить урочисто являтися на сідалищі багатомовности; мовчання ж уст нищить його.

33. Ті, що підвладні бісові марносластва, якщо навіть визволяться тимчасово від блудних помислів, починають високо про себе думати, - й знову впадають у гріх. Тоді бачать вони приховане в глибині серця марносластво й навчаються не приписувати набутої чистоти серця власній сумлінності та своєму зусиллю, наслідуючи поради Апостола: *Що маєш, чого б ти не одержав* (1 Кор. 4:7) од Бога або від інших за посередництвом їхніх молитов?

34. Мовчання і безмовність - вороги марносластва; коли ж перебуваєш ти в спільноті, то терпеливо зноси зневаги.

35. Якщо крайнє марносластво в тому, що людина і на самоті чваниться, то ознака досконалого смирення - навіть при інших не окрадати себе марнослаством.

є) Про боротьбу з духом гордості

1. Гордість - це відкинення Бога, нехтування людей, матір осудження, породження похвал, відігнання помочі Божої, причина падіння, джерело гніву, звинувачення чужих діл, суддя нелюдяний, противник Божий, корінь богохульства.

2. *Початок* гордості - укорінення марносластва; *середина* - приниження ближнього, безсоромне вихваляння своїх діл, самохвальство в серці, ненависть до звинувачень; а *кінець* - відкинення Божої помочі, зарозуміле уповання на свою ревність, бісівський норів.

3. Бачив я людей, що устами дякували Богові, а в думках хвалили себе. Доказ цього - фарисей, молитва якого не була угодна Богові (Лк. 18:11).

4. Де стався гріх, там раніш оселилася гордість; бо гордість є предвісницею падіння.

5. Високомудрий монах сильно перечить, а смиренний - навіть очей звести не сміє.

6. Не схиляється кипарис і не стелиться по землі; так і гордий монах не має смиренного послуху.

7. Якщо *Бог гордим противиться* (Як. 4:6), то хто їх помилує? - І якщо *осоружний Господеві кожен гордий серцем* (Прип. 16:5), то хто очистить його?

8. Хто відкидає звинувачення, той виявляє гордість; а хто приймає їх, той звільнився від уз цієї пристрасти.

9. Один старець напоумляв гордовитого брата, але той, сліпуючи душею, казав: «Прости мені, отче, я зовсім не гордий». Тоді мудрий старець мовив: «Чим же ти, сину мій, міг би ще більше виявити гордість свою, як не переконанням, що її нема в тобі?»

10. Людям гордої вдачі понад усе корисно перебувати в послузі, провадити найсуворіше й зневагами сповнене життя, перечитувати оповіді про згубні наслідки гордості та про надприродне зцілення від неї.

11. Сором гордитися чужим багатством, крайнє безумство - Божими даруваннями. Можеш величатися тільки тими чеснотами, що їх звершив перед народженням своїм; а ті, що після народження, - дарував тобі Господь, як і саме народження. Якщо ти вершив якісь чесноти без помочі ума, то тільки вони і є твої, бо й сам ум дарував тобі Всевишній. І якщо ти без тіла звершив якісь подвиги, то лише вони - твої; бо й тіло не твоє, а твір Божий.

12. Не надійся на чесноти свої, поки не почувеш останнього вироку Судді, бо в *Євангелії* сказано: тому, хто вже возлежав на весільній вечері, було зв'язано руки й ноги та вкинуто до темряви кромішньої (Мт. 22:13).

13. Постійно пізнавай себе й порівнюй життя своє з життям святих Отців і духовних світил. Тоді зрозумієш, що ти ще й кроку не ступив, аби йти слідами цих великих мужів; навіть обіту свого не дотримав як треба, але перебуваєш ще у світському напастуванні.

14. Монах - це кладезь смирення, у якому він потопив усякого злого духа.

15. Од гордості походить забуття прогрішень; а пам'ять про них є просителем смиренномудрости.

16. Гордість - убожество душі, яка гадає, що багата, і, перебуваючи в темряві, вважає, що бачить світло.

-
17. Гордий подібний до яблука, що всередині гниле, а зверху сяє красою.
18. Гордий навіть без біса-спокусника сам для себе став супостатом.
19. У гордих серцях зроджуються богохульні слова, а в смиренномудрих душах - небесні видіння.
20. Дуже багато гордих, не знаючи самих себе, думають, що вони безпристрасні, й, лише відходячи зі світу цього, зрозуміють убогство своє.
21. Полоненому гордістю конче потрібна надзвичайна Божа поміч для спасіння, - бо людські засоби тут безуспішні.
22. Од гордості родяться лихі думки; та ж сама гордість не допускає відкрити їх духовному отцеві. Таке бідуння часто викидає гордих до розпуки, вигублюючи в них усіляку надію, подібно до хробака, що точить дерево.
23. Нема жодного іншого помислу, в якому (через гордість) так тяжко було б сповідатися, як у помислі богохульства, тому нерідко він у багатьох перебуває до самої старости. Але, між тим, ніщо так не укріплює бісів та їхніх злих помислів проти нас, як те, що ми не сповідаємося в них, але таїмо в серці, - що й живить їх.
24. Ніхто хай не винить себе в богохульних помислах, бо Господь - серцевидець і знає, що це слова й думки не наші, але ворогів наших.
25. Навчимося зневажати духа хули і, незважаючи на нашіптувані ним помисли, кажим йому: «Злоба твоя нехай упаде на голову тобі. Я ж славитиму Господа за справедливість Його і буду оспівувати ім'я Господа Всевишнього» (Пс. 7:17).
26. Хто ненавидить ворога цього, той від мук його визволяється; а хто іншим способом наміряється подолати його, над тим він запанує. Хто хоче перемогти духів словами, подібний до того, що намагається спинити вітри.
27. Коли зацвіте в нас святе смирення, тоді почнемо ненавидіти всяку похвалу і славу людську. Коли ж дозріє воно, тоді не тільки будемо вважати за ніщо добрі діла свої, але й визнаємо їх мерзотними, бо ми щоденно докладаємо до ярма гріхів своїх усе нові й нові - через несвідоме марнотратство чеснот.
28. Покаяння істинне та плач, очищений від усякої скверни, зводячи в серці храм смиренномудрости, руйнують халупу гордині, поставлену на піску.
29. Ознаками того, що гордість зникла, а натомість вселилося смирення, - є радісне прийняття наруги та принижень, погамування гніву та недовіра до чеснот своїх.
30. Кінець усіх пристрастей - марнославство й гордість в людині, що не береже себе від них. Винищувач же їхній - смиренномудрість - хоронить пошановувача свого неушкодженим від усякої смертоносної отрути пристрастей.
31. Смиренномудрий монах не цікавиться речами незбагненними; а гордий хоче дослідити й глибину суду Господнього.
32. До одного розсудливого брата приступили біси й хвалили його. Але він смиренномудро протистояв їм, кажучи: «Якщо б ви перестали лестити душі моїй, то з відходу вашого я б дізнався, що я великий; якщо ж ні, - то в похвалі вашій бачу нечистоту свою, бо *осоружний Господеві - кожен гордий серцем* (Прип. 16:5). Отож або відійдіть, щоб я визнав себе великим, або хваліть, - і я здобуду через вас глибоке смирення». Цей двосічний меч розсудливости так вразив демонів, що вони відразу щезли.
33. Одна річ - звеличуватись, інша - не звеличуватись, а ще інша - бути смиренномудрим. Хтось цілий день судить інших; хтось нікого не ганить, але й себе не осуджує; а хтось, будучи невинним, завжди сам себе винить у всьому.
34. Коневі, коли біжить один, здається, що він на крилах летить; але коли мчить з іншими, тоді зауважує повільність свою. Порівняй себе з кращими - й уникнеш зарозумілосте.
35. Нечисті біси тайно хвалили одного уважного подвижника в серці його. Але той, наставлений божественним надхненням, перемагав лукавство духів такою благочестивою хитрістю: написав на стіні своєї келії імення найвищих чеснот, а саме: досконалої любови, ангельської смиренномудрости, чистої молитви, нетлінної чистоти та інших. Коли ж помисли

починали хвалити його, він казав їм: «Ходімо на суд» - і, підійшовши до стіни, читав написане, а тоді промовляв: «Якщо навіть усі ці чесноти здобудеш, знай, що далеко ти ще від Бога».

36. Якщо хочеш здобути непереможну любов до молитви, навчи наперед серце своє не назирати за чужими гріхами; предтечею ж цього є ненависть до марнославства.

37. Якщо бажаємо пізнати себе, то не переставаймо самі себе випробовувати й мучити; і якщо істинним чуттям душі будемо дотримуватися думки, що кожний ближній - ліпший за нас, то милість Божа недалеко від нас.

38. Багато хто називає себе грішником, а, може, й насправді так вважає, але серце спокушується приниженням від інших.

39. Хто каже, що відчуває уже пахощі смиренномудрости, а на похвалу людську хоча б трохи зворушується серцем, - той хай не знаджується, бо він обманутий.

40. *Не нам, Господи, не нам, а імені Твоєму дай славу*, - сказав хтось у чутті душі (Пс. 113:9), бо знав, що немічне ество людське не може приймати похвали без шкоди для себе. *Від Тебе йде моя хвала в великім зборі* (Пс. 21:26) в будучому віці; а перед тим не можу приймати її безпечно.

41. Лимонне дерево, коли неплідне, - догори зносить віття; коли ж його нахилити, то скоріше плодоносить. - Хто здобув знання, розуміє це.

42. Якщо гордість декотрих ангелів перемінила на бісів, то, без сумніву, смирення може і з бісів зробити Ангелів. Отож хай осмілюють ті, що впали, й уповають на Бога.

43. Ніщо так не впокорює душі, як убогість та прожиток подаєнням.

44. Хто в розмові настирливо обстоює думку свою, хоча б вона була й справедлива, той нехай знає, що він опанований диявольською недугою гордості; і, якщо він так робить в бесіді з рівними, то, може, напоумлення старших і зцілить його; якщо ж він так поводить із мудрішими від себе, то люди - безсилі вилікувати його.

45. Спитав я одного досвідченого старця, чому послух - смиренномудрий? Він відповів: «Розумний послушник, якщо і мертвих буде воскрешати, і дару сліз сподобиться, і від боротьби визволиться, - твердо знає, що все це здійснює молитва отця його духовного, тож чужий і далекий від марного звеличування. Хіба може він гордитися тим, що, як сам визнає, досяг з поміччю іншого, а не власним старанням?»

46. Живучи в спільноті, будь уважним до себе. Ніколи не намагайся в чомусь видаватись праведнішим од решти братів, інакше вчиниш два лиха: братію раниш оманною і показною ревністю, а собі даси поштовх до зарозумілости.

47. Будь ревний, - але в душі своїй, нітрохи не показуючи цього зовні: ні виглядом, ні словом, ні здогадливим знаком; у всьому будь подібний до братів, щоб уникнути зарозумілости.

48. Обманне замилювання породжує звеличування, а істинне - розраду.

49. Хто сльозами своїми внутрішньо гордиться і осуджує в умі своєму тих, що не плачуть, той подібний до того, що просить у царя зброю на ворога свого, а вбиває нею себе.

50. Якщо хтось легко перемагається звеличуванням, запальністю, лукавством і лицемірством та захоче витягнути проти цих ворогів своїх двосічний меч лагідности й негнівливости, - той нехай поспішить до білильні спасіння - до собору братів, до того ж, найсуворіших, щоб цілковито визволитись од своїх порочних звичок. Там, зворушуваний прикрощами, приниженнями і тривогами від братів, битий ними уявно, а деколи й чуттєво пригнічуваний та зневажуваний, очистить він ризу душі своєї од скверни.

51. Бачив я, що гордість буває іноді причиною смирення. Бо плід високомірности - гріх; гріхопадіння ж для тих, що бажають спастися, часто буває приводом до смиренномудрости.

52. Горда душа є рабом страху; уповаючи на саму себе, вона боїться навіть слабого звуку тварин і тіней.

53. Розпусних можуть виправляти люди, лукавих - Ангели, а гордих може зцілити лише Бог.

54. Видиму гордість зціляють скорботні обставини; а невидиму - перед віками Невидимий.

55. Невсипущо слідкуй оком душі своєї за гордістю, бо нема нічого згубнішого від цієї пристрасти.

56. Якщо знаком погибелі цієї, тобто гордості, є звеличуватися навіть малими та незначними ділами; то спасительна ознака смиренномудрості -упосліджено думати про себе і при великих ділах та звершеннях.

57. Раз піймав я гордість, цю безумну звабницю у серці своїм, внесену на раменах матері її - марнославства. Зв'язавши обидвох кайданами послуху та бичуючи їх смиренномудрістю, домагався од них, щоб призналися, як ввійшли до моєї душі? Накінець під ударами вони заговорили:

- Ми не маємо ні початку, ні народження, бо ми самі родительки та зверхниці всіх пристрастей. Немало ворогів у нас; один з наших неприятелів -скруха серця, породжена послухом. Комуś коритися, - цього ми терпіти не можемо, тому й небо, будучи там зверхниками, покинули. Коротко кажучи, ми родительки всього противного смиренномудрості; а що їй сприяє, те нам противиться. Зрештою, якщо ми й на небесах явилися у такій силі, то куди втечеш ти від лица нашого? Ми дуже часто слідуємо за терпінням наруги, за послухом і безгнівністю, незлопам'ятністю і служінням ближнім. Нашим породженням є падіння мужів духовних: гнів, наклепи, прикрість, роздратованість, крик, хула, лицемірство, ненависть, заздрість, суперечка, свавілля, непокора.

Та є щось таке, проти чого ми безсилі. Сильно побиті, ми скажемо тобі й це: якщо будеш щиро докоряти собі перед Господом, то позбудешся нас, наче павутини. Кінь мій, - мовила гордість, - це марнославство, але преподобна смиренномудрість з самодокорянням посміються з коня і вершника його та солодко заспівають переможну пісню оцю: *Заспіваю Господеві, славно бо прославився; коня і вершника скинув у море*, тобто в бездну смиренномудрості (Вих. 15:1).

5 Про безпристрасність

1. Окрасою тверді небесної є зорі, а оздобою безпристрасности - чесноти.

2. Безпристрасним є той, чиє тіло непідвладне пристрастям, ум піднесений до Бога, всі чуття підкорені умові, душа предстоїть перед лицем Господнім, завжди лине до Нього з усіх своїх сил.

3. Ще кажуть, що безпристрасність є воскресінням душі перед воскресінням тіла; досконале пізнання Бога (запізнання з Ним).

4. Безпристрасність, ця совершенна та вічна досконалість досконалих у Господі, - як казав мені хтось, що зазнав її, - так нарешті освячує ум і відриває його від усього речовинного, що, досягнувши цього небесного пристановища, більшу частину життя в тілі полонить видінням небесного.

5. Є безпристрасний, а є від безпристрасного безпристрасніший. Перший сильно ненавидить зло, а другий постійно збагачується чеснотами.

6. Чистота (невинність) також називається безпристрасністю, - і справедливо, - бо вона є первопочатком загального воскресіння і нетлінням тлінних.

7. Якщо ознакою цілковитого полону пристрастями є те, що людина скоро підкоряється майже всім тайно від бісів всіюваним помислам, то вважаю за ознаку святої безпристрасности, коли хто може нелукаво сказати з Давидом: *Зла я не хочу й знати* (Єс. 101:4) і не відаю, як воно прийшло і за чим приходить, і як відійшо. Я до всього того став байдужим, цілком злучившись з Богом, і надіюсь завжди бути в такому стані.

8. Хто сподобився так налаштуватись, той ще тут, у тлінному тілі, стає храмом Бога живого, -Господь провадить його й наставляє у всіх словах, ділах і думках. Тоді людина з внутрішнього просвічення пізнає волю Господню і, будучи вищою від усякого людського вчення, мовить: *Коли бо прийду й побачу обличчя Боже?* (Пс. 41:3). Бо не може більше зносити принади небесної, але шукає, прагне її, тої безсмертної краси, що Господь дарував їй ще перед тим, як впала вона у тлінність.

9. Про безпристрасного - що більше сказати? - *Живу вже не я, а живе Христос у мені* (Гал. 2:20). *Я борюся доброю борнею, скінчив біг - віру зберіг* (2 Тим. 4:7).

10. Не лише з одного дорогоцінного каменя складається царський вінець; так і безпристрасності не досягнемо, якщо занедаємо хоча б одну якусь чесноту.

11. Од послуху постає смирення, від смирення - безпристрасність, що й собі завершується смиренням. Початок смиренномудрості - послух; а безпристрасність, що є дочкою смиренномудрості, переростає свою матір.

12. Деякі виснажують тіла свої, щоб досягнути безпристрасності і багатства дарувань, чудотворства та силу прозріння, але не відають вони, немічні, що не труди, але передусім смиренномудрість є матір'ю оцих благ.

13. Хто з чеснотою покори поєднався подружжям, - той лагідний, тихий, благозамилуваний, милосердний, мирний, радісний, смиренномудрий, безжурний, бадьорий, нелінійний і (що мовити більше?) - безпристрасний; тому що Бог *здав нас у наших приниженні і визволив від наших гнобителів* - пристрастей і скверн диявольських (Пс. 135:23-24).

14. Багато є тих, що скоро сподобилися прощення гріхів, але ніхто швидко не здобув безпристрасності, бо багато треба часу, труду й помочі Божої, щоб удостоїтися її.

СВЯТІ ПРЕПОДОБНІ ОТЦІ ВАРСАНУФІЙ ТА ЙОАН

Декілька слів про життя і твори²

Святий Варсануфій був родом з Єгипту. Вже з молодих років палав бажанням до подвижницького життя. Проходячи якимось повз кінські перегони й бачачи, як там кожний намагається обігнати іншого, мовив собі в думці: «Бачиш, як старанно подвизаються шукачі тлінних вінців? - Чи не більше повинні подвизатися ми, спадкоємці Царства Небесного?» І вийшов з того видовища, ще більше палаючи духом до подвижництва.

Невідомо, чи жив святий Варсануфій у якійсь обителі Єгипту. За переданням, він був ченцем у Палестині. Коли прийшов до Єрусалиму поклонитися святим місцям, - лишився там і спочатку подвизався під проводом старця Маркела, а згодом перейшов до обителі авви Серида, що поблизу Гази. Тут, прагнучи вищого подвижництва, він зачинився у малій келії зовні обителі, в якій перебував у найсолодшій безмовності.

З обителі приносили Варсануфієві тільки три хлібці на тиждень. Але він настільки віддавався плачу, черпаючи велику відряду, невимовну солодкість од сліз, що нерідко задовольнявся тільки одним хлібцем або ж не з'їдав і його. Споживав їжу один-два рази на тиждень, бо часто був надхнений до їжі духовної, від солодкості якої забував про їжу земну.

Омиваючи себе повсякчасними сльозами, блаженний Варсануфій так очистив серце своє від душевних і тілесних пристрастей, що став недосяжним для усіх стріл ворожих, здобув мир помислів, який є вмістилищем дарувань Святого Духа. Врешті, в ньому заснув або, ліпше мовити, вмер усякий пристрастний порух і земне мудрування, тому й назвав він затвор свій гробницею.

Відтоді, як очистив Варсануфій серце своє од пристрастей і сподобився стати храмом і житлом Святого Духа, - збагатився він високотворною істиною і досконалою смиренномудрістю. Вважав себе землею і порохом - на ділі, а не на словах тільки, тож завжди казав собі: «Хто я такий?» і «Хто вважає мене за щось?» Через таке смирення сподобився він од Бога найбільшої з усіх чеснот - розсудливості.

Удостоївся також великий Варсануфій дару прозріння, яким, за поясненням преподобного Петра Дамаскина, досягається сокровенна суть людини.

Через прозріння сподобився Варсануфій дарувань прозорливості й пророцтва: бачив події на відстані, немовби вони відбувалися перед його очима, а майбутнє - як сьогочасне. Завдяки

² З життєпису, що його уклав Никодим Агіорит.

живій благодаті Божій він розпізнавав бажання та схильності людей і відповідав їм, не прислухаючись до їхніх слів, а до ума й помислів їхніх.

Постійно прокладаючи, за словом божественного Давида, сходження в серці своєму до Бога й додаючи смирення до смиренности, безмовність до безмовности і любов до любови, удостоївся він, накінець, і найвищого дарування - піднесення до Бога, в якому вознісся до сьомого неба не на мрійних крилах помислу, але в невимовній силі Духа. Там був поблагословенний і бачив невимовні блага й тайни Царства Божого, не знаючи, *чи то було в тілі, - чи без тіла*, подібно до великого Павла (2 Кор. 12:3).

І було дано йому велике дарування - чудотворення. Іменем Владики Ісуса Христа Варсануфій воскрешав мертвих, виганяв бісів, зціляв невиліковно хворих, творив інші чудеса й, подібно до Іллі, закривав і відкривав небо (1 Цар. 18:30-46; Лк. 4:22-30; Як. 5:10,20).

Таких великих дарувань сподобився і високу досконалість чеснот осягнув славний серед отців Варсануфій. Одначе здобув він їх серед таких спокус, котрі більшість людей не тільки не знесла б, але й навіть на слух не спроможна була б прийняти. Також і важким недугам підлягав преблаженний, але терпів їх з такою мужністю, що, будучи хворим, не тільки не лягав на постелю, але навіть не покидав рукоділля свого.

Святий Варсануфій жив у VI сторіччі за правління царя Юстиніяна. Понад п'ятдесят років жодна людина не бачила його. Тільки раз показався він декільком братам і умив їм ноги, щоб розігнати сумніви про своє існування. І ще під кінець життя розлучився він з дорогою йому безмовністю для добра Церкви. Коли Юстиніян почав утискати вірних, які не приймали вчення афтодокетів (самоуків), тоді Патріярх Єрусалимський умовив великого авву Варсануфія піти до імператора з проханням змінити свій гнів на милість. Перекоаний силою слова авви, імператор покинув переслідувати "непокірних" і знову прихилився до Єрусалимської Церкви, приславши їй з Варсануфієм дари.

Помер великий авва близько 563 року.

Другий старець, преподобний Йоан, провадив таке саме безмовне життя, як і Варсануфій, сподобившись, як і той, великих дарувань Духа, головно - прозорливости й пророцтва, тому й називали його пророком.

Звідки був родом і відкіля прийшов до Палестинської обителі преподобний Йоан, - невідомо. Жив він у келії великого Варсануфія, коли той перебрався до іншої, - і мовчав у ній вісімнадцять літ - до самої кончини своєї. Ніхто не бачив, щоб він коли-небудь усміхався, був збентежений або без сліз причащався Божественних Тайн, як засвідчив про нього ігумен обителі.

Преподобний Йоан провіщав багато речей, які точно сповнялись. Предрік також і смерть свою: «У сивинах авви Серида я помру. Якби авва Серид жив довше, то і я би ще п'ять років прожив, але якщо Бог взяв його, то і я помру».

Тоді авва Еліян, молодий літами, пострижений і поставлений на ігумена тої обителі, не знаючи ні монастирських уставів, ні того, як треба управляти братією, почав благодати блаженного Йоана: «Хоч два тижні подаруй мені, щоб міг я запитати тебе про монастир і управління братією». Старець з волі Духа Святого відрік йому: «Добре, я зостануся з тобою ще два тижні».

По тому преподобний Йоан прикликав усю монастирську братію до келії своєї та, попрощавшись з кожним осібно, в мирі віддав Богові духа свого.

По кончині преподобного Йоана святий Варсануфій замовк остаточно й більше не давав нікому відповідей, як повідав у другому своєму слові авва Доротей, котрий після умовчання Варсануфія вийшов з тої обителі й заснував окрему спільноту.

Блаженні отці, що з усієї душі любили ближніх своїх, не тільки за життя свого благодіяли їм духовними добродійствами, але й по смерті, залишивши нам душеспасительну книгу богومудрих відповідей своїх - ніби батьківське спадкоємство дітям, щоб, старанно читаючи її, почерпнули ми з неї велику користь душевну.

Книга ця містить 850 відповідей на питання різних осіб: архієреїв та ієреїв, монахів і мирян, старців та молодих, немічних і здорових. Деякі з тих відповідей давав старець Йоан, інші ж - і притому більшу їхню частину - старець Варсануфій через авву Серида.

Гідна подиву така деталь. Великий Варсануфій, прикликавши якомсь авву Серида, велів йому записати відповідь монахові Миросавської обителі. Авва Серид розгубився, бо знав, що не втримає в умі своєму всіх слів Святого, і гадав, що старець скаже йому принести папір та чорнило, щоб записати все дослівно. Святий Варсануфій прозрів тайну думку

Серида. Обличчя його зяснило, як вогонь, і він мовив: «Піди, запиши і не бійся. Якщо я скажу тобі й незчисленну кількість слів, - знай: Дух Святий не допустить, щоб ти пропустив хоча б одне слово, але наставить руку твою».

Книга ця, повна глибоких роздумувань, навчає нас досконалої покорі. Вона - вчитель терпеливості, винищувач нарікання, меч, що відсікає людську волю, сокира, що відтинає бажання догоджати людям, керманіч, що веде до істинної смиренномудрості, провісник покаєння, родителька плачу та просителька спасіння душ і досконалості в Христі Ісусі, Господі нашім.

ПОДВИЖНИЦЬКІ НАСТАНОВИ СВЯТИХ ОТЦІВ ВАРСАНУФІЯ ТА ЙОАНА

Про подвиги та боротьбу з пристрастями

1. Благодарі Бога за все, сповняючи слово Апостола: *За все дякуйте* (1 Сол. 5:18). В скорботах чи нужді, в утиску, хворобі чи трудах тілесних, - за все, що спостигне тебе, - дякуй Богові, *бо через багато страждань треба нам увійти до Царства Божого* (Ді. 14:22). Тож не сумнівайся у душі своїй і не розслабляйся у серці своїм, але згадуй Апостольське слово: *Хоч наша зовнішня людина занепадає, однак наша внутрішня обновляється день у день* (2 Кор. 4:16). Якщо не перетерпиш страждань, - не зможеш зійти на хрест і стати причасником спасених плодів його.

2. Поки корабель на морі, доти наражається на небезпеки. Коли ж дійде до тихої і мирної пристані, - не страшні йому вже більше катастрофи, нещастя та сильні вітри, бо перебуває у безпеці. Так і ти, доки живеш серед людей, будь готовий до скорбот, небезпек і нападів мислених вітрів. Коли ж дійдеш до уготованої тобі пристані безмовности, - тоді не будеш мати більше страху.

3. Не сумуй у скорботах та трудах тілесних задля спільноти, бо й це також значить: *Класти душу свою за братів* (1 Йоан 3:16). Надійся на велику нагороду за цей труд. Як Йосифа настановив Господь прогодувати братів під час голоду в Єгипті (Пс. 33:19), так і тебе настановив Він послужити спільноті. Я ж повторю тобі слова Апостола: *Ти, сину мій, зміцнюйся у благодаті, що в Христі Ісусі* (2 Тим. 2:1).

4. Хтось *трусами в Бозі* досягає спокою Божого, а хтось - *смиренномудрістю*. Ти ж намагайся досягнути спокій і першим, і другим. Коли помре в тобі гнів через приборкання дратівливості в серці твоєму, - тоді сповниться на тобі слово Писання: *Споглянь на горе моє й на труд мій і відпусти всі гріхи мої* (Пс. 24:18). Господь Бог хай збереже душу, тіло й дух твій від усякого зла й супротивности диявольської та від усякого мріяння, що збуджує заколот думок.

5. Найбільше хоронися духа нудьги, що породжує усяке лихо та різні спокуси. Пощо серце твоє розслаблюється і знемагає од скорбот, що їх завдають тобі вівці Христові? Вислухай уважно, що скажу тобі: Страждання є матір'ю усіх благ. Подивись на Мойсея, що вибрав *раніше страждати разом з людом Божим, ніж зазнавати дочасної гріховної втіхи* (Євр. 11:25).

6. Остерігайся, щоб не окрали тебе змії лукаві й не вжалили отрутою своєю (гнівливістю). Вона - смертоносна. Ніхто ніколи не сповнить добра з поміччю зла, бо спонукується злом. Навпаки - *добром виправляється зло*, як каже Писання: *Не дозволяй, щоб зло тебе перемогло, але перемагай зло добром* (Рим. 12:21). Ти стоїш на *видовищі*, тому й мусиш боротися зі звірами, подібно до Апостола в Ефесі (1 Кор. 15:32), що хвалився, коли переміг їх. Ти ввергнутий у бурю

морську, тому повинен перетерпіти багато небезпек і подвизатися проти збурених хвиль. Подолавши їх з поміччю Богою, - увійдеш до тихої пристані в Христі Ісусі, Господі нашім.

7. Тебе турбують помисли, від яких і сам ти хвилюєшся, та й інші бентежаться. Але знай, брате мій: коли хтось ображає когось чи ділом, чи словом, то пізніше сам буде зневажений стократно. Будь довготерпеливим у всьому й остерегайся примішувати до чого-небудь волю свою. Уважно досліджуй помисли свої, щоб вони не заразили серця твого смертоносною отрутою (гнівливістю), бо тоді сприйматимеш комара за верблюда і камінчик за стрімчак, уподібнюючись до людини, що, маючи в оці своєму колоду, не бачить її, - зате зауважує скалку в чужому.

8. Ти називаєш себе грішником, а на ділі показуєш, що не почувляєшся таким. Хто визнає себе грішником і винуватцем багатьох лих, той нікому не суперечить, ні з ким не свариться, ні на кого не гнівається, але вважає усіх ліпшими й розумнішими від себе. Якщо ти грішний, то чому докоряєш ближньому своєму і звинувачуєш його, нібито він винен у твоїх нещастях? - Це означає, що ти ще не доріс до того, щоб визнавати себе грішником. - Дивись, брате, які ми зганьблені: уста говорять одне, а діла показують інше. - Чому, суперечачи помислам, не маємо сили відкидати їх? Тому що, будучи самі винуватими, осуджуємо ближнього й звинувачуємо брата свого, через що слабне духовна сила наша. - Поклади на Господа всякий помисел свій, кажучи: «Бог знає корисне», - і заспокоїшся, непомітно сподобившись сили все перетерпіти.

9. Якщо хтось не терпить наруги, не побачить і слави; і якщо не очиститься од жовчі, не відчує солодкості. Ти вступив до спільноти братів, щоб бути випробуваним, немов у горнилі; а золото очищується не інакше, як вогнем. Тому ніколи нічого не призначай собі за правило, бо через те підпадеш боротьбі й турботам, але все досліджуй зі страхом Божим і нічого не чини з запалом. Віддалися якнайдалі від гніву, нікого не осуджуй і люби особливо тих, що тебе зневажають. Якщо робитимеш так, то зрозумієш, що саме вони й провадять тебе до великого поступу.

10. Будь довготерпеливим у скорботах, як Той, що сповнив заповідь Владичу: *У світі страждатимете. Але не лякайтеся. Я бо подолав світ!* (Йоан 16:33). Здобудь непереможну любов! Вона введе тебе - як брата Христового - до врат царських.

11. *Коли збити молоко, виходить масло; і коли натиснути носа, виступає кров* (Прип. 30:33). Якщо хтось хоче зігнути гілку або виноградну лозу, як обруч, то робить це обережно й поступово, щоб не переламати; якщо ж нагнути відразу й сильно, - то дерево ломиться. (Це про строгі міри настоятелів та надмірні подвиги ченців).

12. Чому знемагаєш у скорботах, як людина тілесна? Чи ти не чув, що тобі належать скорботи? Хіба не знаєш, що *багато в праведника злиднів*, - і він випробовується ними, як золото в горнилі? (Пс. 34:20). Отож, якщо ми праведні, - благодушно підкорімося випробуванню скорботами; а коли грішні, то перетерпімо їх, бо гідні цього. - Згадаймо собі всіх Святих од початку світу. Скільки перетерпіли вони за добро, непохитно перебуваючи в правді! Люди ненавиділи їх, зневажали до самої кончини їхньої, - а вони за словом Спасителя *молилися за ворогів і за тих, що їх гонили* (Мт. 5:44). Хіба тебе було продано в рабство, як невинного Йосифа? Чи терпів ти, подібно до Мойсея, злобу від дитинства до старости? А, може, гонили тебе, як Давида Саул? Чи вкинули в море, як Йону? Тоді чому розслаблюєшся у помислах своїх? Не страхайся і не бійся, як боягуз, щоб не втратити тобі обітниць Божих. Не жахайся, як невірний, але підбадьорюй маловірного себе. Полюби скорботи, щоби бути тобі справжнім послідовником Святих.

13. Ніхто, прагнучи добратися до міста, не лежить; ніхто, бажаючи працювати зі сходом сонця, не лінується рано встати; і ніхто, дбаючи про ниву свою, не полишає піклування про неї. Але хто хоче дійти до міста, - спішить добратися туди до смеркання; хто прагне скінчити працю свою, - із сходом сонця береться до неї; і хто бажає удобрити поле своє, робить це перше, ніж воно здичавіє. *-Хто має вуха слухати, хай слухає!* (Мр. 4:23).

14. Чи бажаєш позбутися скорбот і не обтяжуватися ними? Очікуй більших - і заспокоїшся. Згадай Іова та інших Святих, скорботи, що їх мужньо перетерпіли вони. Здобудь їхнє терпіння - і втишитись дух твій. Мужньо кріпись і молись.

15. Плач, ридай, не бажай, щоб тебе величали, ніколи не порівнюй себе з іншими. Покинь світ, зійди на хрест, скинь із себе все земне. Струси порох з ніг твоїх, *на сором не звертай уваги* (Євр. 12:2), не

розпалюй вогнища з халдеями, щоб не бути тобі спаленим разом з ними гнівом Божим. Уважай кожну людину ліпшою од себе, заплач над мерцем своїм, вийми колоду з ока свого, відбудуй повержений дім свій і заклич: *Сину Давидів, змилуйся надо мною.., щоб я прозрів* (Лк. 18:38-41).

16. Доки маємо час, задумаймося над собою і вчімося мовчання. Якщо хочеш стати спокійним у всьому, будь мертвим щодо кожної людини - й успокоїшся. Це кажу я і стосовно помислів, усіяких діл і турбот.

17. Ти писав: «Помолись за гріхи мої». І я прошу тебе помолитись за мої гріхи. Бо сказано: *Як бажаєте, щоб вам чинили люди, чиніть їм і ви так само* (Лк. 6:31). Хоч я і негідний, нікчемніший за всіх людей, але донині роблю так за заповіддю: *Моліться один за одного, щоб вам видужати* (Як. 5:16).

18. Якщо не можеш роздумувати про віру, то й не треба. Твердий у вірі, якщо буде говорити і змагатися з єретиками чи невірними, - ніколи не збентежиться, бо має внутрі себе Ісуса, Верховного подателя миру й тиші. Такий може багатьох єретиків і невірних привести до пізнання Спасителя нашого Ісуса Христа. Ти ж (якщо розмірковувати про все це - понад твої сили) тримайся царської дороги, тобто віри 318 святих Отців, утвердженої сімома вселенськими Соборами, в яку ти і христився. Вона має у собі все для досконалого розуміння. Чувай над собою, думай про гріхи свої і те, як стріне тебе Бог.

19. Якщо похвалять тебе, згадай слово Писання: *Народе мій! Правителі твої на манівці тебе зводять, руйнують дорогу, якою ти простуєш* (Іс. 3:12). Похвали не дозволяють нам бачити усієї нікчемности діл наших. Вони шкодять і тим, що досягли духовного поступу, відлучаючи їх від віри в Бога, Котрий застерігає: *Як можете ви вірувати, коли ви славу один від одного приймаєте?* (Йоан 5:44). Хто наслідує смирення Апостола, той скоріше *дурним стане, щоб зробитися мудрим* в очах Бога (1 Кор. 3:18). Хто ж показує себе більше розумним, ніж духовним, то здивуюсь, якщо уникне він осуду за марнославство.

20. *Про страх уночі.* - Мешканці міста доти бояться нападу ворогів, доки не мають помочі від царя. Коли ж дістануть звістку, що прибув воєначальник, то не турбуються більше, знаючи, що той уміло їх захистить. Якщо й почують про наближення неприятелів, то, маючи оборонця, вже не бояться. Так і ми, якщо віруємо в Бога, то не боїмося демонів, бо Господь посилає нам поміч Свою.

21. Часи й Пісні належать до церковної традиції. Вони призначені для спільних молитов у церкві та спільнотах. Скитяни ж ні Часів, ні Пісень не мають, але на самоті читають, роздумують, моляться та працюють. Коли ти молишся, благай Бога, щоб визволив тебе од ветхого чоловіка твого або промовляй *Отче наш* або ж перше й друге разом, а потім сідай за рукоділля. Про те, скільки часу повинна тривати молитва твоя, скажу: Якщо ти *молишся без перерви* за словом Апостола (1 Сол. 5:17), то довготривалість не потрібна.

22. Звечора молись дві години, рахуючи їх від заходу сонця, і, скінчивши славословіє, спи шість годин, потім устань та чувай чотири години. Так і в літньому часі, але скороти славословіє і читай менше псалмів через короткість ночей.

23. Господь навчив нас, як здобути смиренномудрість: *Навчіться від Мене, бо Я лагідний і смирний серцем, тож знайдете полегшення душам вашим* (Мт. 11:29). Якщо й ти хочеш віднайти досконалий спокій, то пізнай, що перетерпів Господь, - і терпи сам, відсікаючи в усьому волю свою. Спаситель сказав: *Зійшов Я з неба, не для того, щоб волю власну чинити, а волю Того, хто Мене послав* (Йоан 6:38). Досконала смиренномудрість у тому, щоб зносити докори, наруги та все те, що перетерпів Учитель наш Ісус Христос. Це і є ознакою того, що

людина причастилась досконалої молитви, що вона вже більше не бентежиться, навіть якби цілий світ її зневажав.

24. Початок досконалої молитви - визволення од розсіяння помислів, коли ум людини, просвічений Господом, сповнюється радістю. Досконало молиться той, хто умертвлює себе для світу та спокою його; а хто ради Бога сумлінно сповняє діло своє, - це не розсіяність, а дбайливість, Богові угодна.

25. Отці радять споживати їжі та питва трохи менше, ніж належить, тобто не наповнювати шлунку вщерть. Кожен повинен сам собі визначити міру як у страві, так і у вині. Зрештою, помірність не стосується тільки їжі та пиття, але й - розмови, снання, одягу та всіх почуттів. У всьому тому повинна бути своя міра.

26. *Як визначити міру в їжі, питві, щоб була вона трохи менша, ніж належить?*- Від усякої страви та хліба відділяти майже одну унцію; а від вина й води - менше половини чаші. Якщо ти чуваєш над собою і можеш пити тільки раз на день, - це добре; якщо ж це важко тобі, - пий два рази, але щоразу менше, ніж належить. А коли бентежишся й борешся із помислами своїми, треба навіть звичайну кількість їжі та пиття трохи зменшити, тобто їжу ще на одну унцію, а пиття на одну чашу, щоб кількість їжі зменшити на дві унції, а пиття - на одну чашу.

27. Слідкуючи за собою, людина може дізнатися, скільки треба її тілові їжі й пиття, щоб бути ситою без обтяження. Від тої міри хай відділяє з харчу одну унцію і від пиття - пів чаші. А коли настає боротьба, - хай ще відділить унцію та пів чаші.

28. Поміркованість - у тому, щоб споживати їжі та пиття трохи менше, ніж потрібно тілові. Це стосується і снання. Але якщо хтось через непомірну працю і втому додасть трохи до цього, то це не буде порушенням правила. - Спитаєш: «Скільки потрібно спати»? - Отці радять половину ночі. Щодо їжі: ніколи на наїдайся досита. Коли бажаєш ще трохи з'їсти, - зупинись. Так завжди споживатимеш їжі помірно.

29. *Що означає: з примхи їсти, а що - з потреби єства?* З примхи - значить догоджати череву й гортані. Якщо, однак, відчуваєш, що тілові твоєму більше підходить якась страва з легкоти її для шлунку, то вживати її не буде примхою. Хтось з природи своєї потребує їжі солодкої, хтось - солоної, а ще хтось - квасної; але це ще не примха. Прив'язатися до якоїсь їжі, особливо та пожадливо її бажати - у цьому примха, служіння череву своєму. Пізнати, чи одержимий ти пристрасстю червеугодництва, можна так: якщо їжа володіє помислом твоїм (і ти не можеш опиратися йому), то ти червеугодник. Коли ж ти споживаєш усяку їжу, щоб лише задовольнити потреби тіла, то в тобі нема червеугодництва.

Ознакою червеугодництва є також бажання їсти передчасно, чого ніколи не треба робити, хіба була б якась поважна причина.

30. *Якщо червеугодництво не бентежить мене протягом дня але з'являється під час їди, то що мені тоді робити: їсти чи ні?* - Коли з іншими споживаєш їжу, то не вставай з-за спільної трапези, але, призвавши на поміч ім'я Боже, віджени похоть і спожий страви небагато, пам'ятаючи, що вона скоро перетвориться на сморід. Коли ж ти сам за столом і голодний, - тоді спожий хліба чи іншої якоїсь страви, котра не спричиняє в тобі боротьби.

31. *Чи треба питати поради старців про всі помисли, що родяться в серці?* - Не про всі помисли треба питати старців, а лише про ті, котрі довго бентежать серце. Це подібне до того, коли людина нехтує дрібні неприємності; про великі ж сповіщає правителів.

32. *Чи треба перечити помислові, що бентежить мене?* - Не переч, бо саме цього бажують вороги й, не боячись суперечки, далі будуть нападати на тебе; але поскаржся на них Господу, визнавши перед Ним неміч свою. Він сильний не тільки відігнати їх, але й назавжди умертвити.

33. Нічні мрії та осквернення бувають то від звеличування самої людини, то від переситу її, то від заздрости диявола. Про останнє треба сказати, що, коли з боку людини не сприяють ворогові звеличення і пересит її, то диявол не може часто підступати до неї. Як той, що буде хату, намарно трудиться, коли не має потрібних матеріалів, - так і диявол.

34. *Хочу стримати черево своє і зменшити кількість їжі, та не можу. Якщо ж і зменшу, то через якийсь час знову повертаюся до колишньої міри. Так само і з питвом.* - Від червоугодництва ніхто не визволиться, допоки разом з Давидом не закличе: *Я забуваю їсти хліб мій. Від сильного мого стогнання прилипли мої кості до моєї шкіри* (Пс. 102:5-6). Хто досяг такого стану, не потребує багато їжі й пиття, - слюзи служать хлібом йому, а живиться він Духом Святим. Повір мені, брате, я знаю таку людину, що протягом тижня раз, два й частіше забуває -через їжу духовну та солодкість її - про їжу земну. Коли ж приходить вкусити хліба, то ніби пересичена не хоче вже його, але журиться: «Чому я не завжди в такому піднесеному стані?» - І бажає досягнути ще більшого поступу.

35. Як дійти до такого стану? Коли всі помисли людини - лише про Бога, тоді й тіло поривається до Нього, тим то являється в серці радість Духа, годуючи душу, насичуючи тіло та скріплюючи їх обох. Така людина вже не слабне й не журиться, бо Ісус відтепер - Заступник для неї, - поставив її близько переддвер'я, там, *звідки відійшов біль, печаль і зітхання* (Іс. 51:11). І здійснюється на ній слово Писання: *Де скарб твій, там буде і серце твоє* (Мт. 6:21). Такий же стан зроджує в людині смиренномудрість.

36. *Як розрізнити природну неміч тіла (через недоїдання) від немочі, спричиненої демоном, і скільки взагалі потрібно їсти?* - Якщо тіло, споживаючи щоденну їжу (зі звичайною помірністю), розслаблюється, - це від демонів; коли ж людина стає здержливішою у їжі, - це неміч природна. Звичайна міра поміркованості - вставати після трапези не до кінця ситим, як призначили старці початківцям. - Коли подвижник згодом утвердиться у такій та більшій від цього поміркованості, тоді не може укритися від нього, як уже навченого, - скільки йому потрібно їсти.

37. *Помолися за мене, бо дуже уболіваю.* - Остаточно вмерти для світу можна лише завдяки терпінню і скорботам. О улюблений брате! Господь перетерпів хрест - і чи не тобі радіти в скорботах і терпінні, які вводять до Царства Небесного? Що уболіваєш - це добрий знак. Чи не знаєш, що скорботи та спокуси помножуються, коли Господь готує комусь милість Свою? Не шукай тілесного спокою, якщо не посилає тобі його Господь, бо мерзотний перед Господом спокій тілесний. Христос сказав: *У світі страждатимете* (Йоан 16:33).

38. *Де споживати щоденну їжу?* - Якщо їстимеш у келії своїй, не минути тобі турбот і боротьби. А що посилає Бог для спільної трапези, тим будь задоволений. *Хто чесно ходить, той ходить безпечно* (Прип. 10:9).

39. *Чи треба після кожного псалма, коли читаю Псалтир, молитися «Отче наш»?* - Один раз помолитися - достатньо.

40. Ідть тим шляхом, що ним ходили й ми, слідуєчи за Отцями своїми. Не пам'ятаю, щоб, знайшовши досконалий спокій, ми коли-небудь скористали з нього, але всіляко намагалися примішувати звідусіль малу тісноту й скорботи, боячись Того, хто сказав: *Ти одержав твої блага за життя свого* (Лк. 16:25), і, пам'ятаючи, що *через багато страждань нам треба ввійти до Царства Божого* (Ді. 14:22). Раділи ми й тоді, коли багато терпінь спадало на нас, і знає Бог, у яких скорботах жили ми ради Зубожілого для нас. - Не добре давати собі спокій у всьому. Хто шукає спокою тілесного, той живе для себе, а не для Бога, бо така людина не зрікається волі своєї.

41. Господь хоче, щоб ти шанував кожную людину більше за себе. Старцеві своєму виявляй послух у всьому й виконуй усе, що він тобі накаже стосовно їжі, пиття або іншої якоїсь речі. Якщо звинуватять тебе невинно, - радій. *Хто витриває до кінця, той спасеться* (Мт. 10:22). За все дякуй Богові, бо подяка перепрошує Бога за немочі наші. В усьому й завжди осуджуй себе як согрішившого та зведеного - і Господь не осудить тебе. Покорися у всьому - і сподобишся благодати.

42. Завжди прибігаймо до смиренномудрості, бо смиренномудрий лежить на землі, а, лежачи на землі, куди впаде? Хто забрався високо - ось той може впасти. Якщо ми навернулись і виправилися, - це не наша заслуга, а дар Божий, бо *Господь відкриває очі сліпим і випростовує похилих* (Пс. 146:8).

43. Хвороба є напоумленням Божим і служить нам для поступу, якщо будемо благодарити за неї Бога. Чи не був Іов вірним другом Божим? Але чого не перетерпів він, дякуючи і благословляючи Господа? - Страждання піднесло його, врешті, до безмірної слави. Потерпи й ти трохи (в хворобі) й *побачиш славу Божу* (Йоан 11:40). - А що постити не можеш під час хвороби - не журися. Бог ні від кого не вимагає трудів понад сили. Зрештою, що таке піст, як не покарання здорового тіла, аби упокорити його й зробити немічним для пристрастей, за словом Апостола: *Коли я немічний, тоді я міцний* (2 Кор. 12:10). А хвороба навіть більше від цього покарання заміщає піст і ціниться від нього. Хто зносить її терпеливо, дякуючи Богові, той через терпіння сподобиться спасення свого. Замість того, щоб ослаблювати тіло постом, - воно вже ослаблене хворобою. Дякуй Богові, що ти визволився від труду посту. Якщо й десять разів на день їстимеш під час хвороби, не сумуй, - ти не будеш засуджений, оскільки робиш це не з потурання плоті.

44. Демони з заздри до плодів віри насаджують нам невіру; і якщо ми приймаємо її, то стаємо слугами і спільниками бісівськими.

45. *Щоденні вправи.* - Потрібно трохи вправлятися у псалмоспіві, трохи молитися усно (молитви напам'ять), треба часу й на те, щоб розпізнавати та пильнувати помисли свої. У псалмоспіві та усній молитві не зв'язуй себе часовими рамками, але хай Господь тебе укріпить в них; не покидай також читання та внутрішньої молитви. Трохи того, трохи того - і так проживеш день, угодно Богові. Досконалі отці наші не мали визначеного правила, але цілий день робили своє: вправлялись у псалмоспіві, читали молитви, досліджували помисли свої; мало, та все ж турбувались про їжу, - і все це чинили зі страхом Божим. Бо сказано: *Що-небудь робите, усе робіть на славу Божу!* (1 Кор. 10:31).

46. Хай не бентежить тебе ворог у скорботі твоїй. Хіба спокуса або скорбота стається з кимось без допусту Божого? Ні. Господь допускає усе це задля душевної користі людини, а диявол інакше показує їй речі, як колись нашим прародичам, вигнавши їх з раю. - Але ми не задумуємося над цим і, забуваючи, що Бог посилає нам скорботи, щоб очистити, ас від усякої скверни, - бентежимося і сумуємо. Якщо хочеш спастися, не вір помислові своєму, бо біси сіють у тобі зле насіння і зображають усе навиворіт. Ніколи нікого ні в чому не звинувачуй, але завжди намагайся догодити ближньому. І ні про кого не думай зле, бо через те сам стаєш злим, оскільки зле думає злий, а добре - добрий. Коли спадає тобі думка: «Це вони про мене щось говорять», - знай, що то ворог нашіптує її тобі. Завжди відганяй такі підозріння. Терпи усе з радістю і веселістю, бо велика нагорода за терпіння. А демонам не вір, бо нема того насправді, що вони тобі показують: їм би тільки збентежити тебе.

47. *Знову кривда.* - Дивуюся простоті твоїй, брате. Невже ти думаєш, що диявол перестане спокутувати тебе? До того ж, чи можна винити біснуватих за те, що вони падають на землю і точать піну?

- Тож і не можна звинувачувати людей, через яких диявол кривдить нас. Не їх треба винити, а пристрасть і розпалювача її. Тебе бентежить ворог - і ти вже не бачиш гріхів своїх, зате добачаєш прогрішення ближнього; про гріхи брата торочиш, а про свої забув. - Хто ти такий, щоб судити чужі гріхи?

- Згадай Лазаря і те, скільки часу він терпів, дякуючи за все Богові.

48. *Я впав до мрії соромної у сні.* - Впадати до мрій та інших пристрастей допускає нам Бог, аби ми, пізнавши неміч свою, уповали та надіялись не на себе, а тільки на Господа Бога. - Однак не думай, що ми з волі Божої впадаємо у мріяння та інші пристрасті. - За недбальство та зло наше допускає це нам Бог і з чоловіколюбности Своєї приводить нас до смирення - спасіння нашого ради. Пізнай же себе і впокорись не тільки перед Богом, але й перед людьми, поклавши всі надії свої на Того, хто може вчинити незрівнянно більше, ніж просимо ми або про що мріємо.

49. *Знемагаю од спокус.* - Не знемагай, брате: Бог не покидав тебе і не покине. Знай, що проречення Господнє спільному отцеві нашому Адамові: *В поті обличчя твого їстимеш хліб твій* (Бут. 3:19) - непорушне. Як золото, розпалюване в горнилі, стає чистим і гідним царського

вінця, так і чоловік через горно скорбот (якщо терпить їх з подякою) стає сином Царства. Вір: усе, що з тобою стається, служить тобі на користь, аби й ти сміливо уповав на Господа.

50. *Хворому, що сумує.* - Згадай страждання Спасителя нашого, уяви, ніби й ти разом з Ним терпиш ганьбу, бичування, приниження, плювки в обличчя, докір багрянці, сором тернового вінця, оцет з жовцю, біль од встромлених цвяхів, проколення списом, кров і воду, що стікають з рани, - і знайди розраду в хворобі своїй. Господь ніколи не покине тебе. Він допустив перетерпіти тобі малу недугу, щоб не був ти чужий Святим у славі, коли покажуть вони плоди скорбот, що їх перетерпіли за життя свого, але щоб і ти був спільником їхнім та Ісусовим, маючи сміливе уповання перед Ним зі Святими. Не журися, Бог не забув тебе, але дбає як про любого сина Свого, а не як про *незаконно народженого*.

51. Хай подасть усім нам поміч великий Брат наш Господь Ісус Христос, Котрий благоволив учинити нас братами Своїми (Євр. 2:11). І нас уже Ангели убажають! О, Кого маємо ми Братом своїм! - Сильного, щоб укріпити нас; Кріпкого, щоб завжди бути нам до помочі; Воєначальника, щоб подолати ворогів наших; Лікаря, щоб зцілити внутрішню людину нашу разом із зовнішньою, підкоривши її Отцеві Небесному; Годувальника, щоб нагодувати нас духовною поживою; Живого, щоб жити нас, Милостивого, щоб помилувати нас; Щедрого, щоб уцедрити нас; Царя, щоб і нас зробити царями; Бога, щоб і нас зробити богами.

- Отак, знаючи, що все закінчується Господом, молись Йому - і Він подасть тобі прохання серця твого.

52. Господь Ісус, Котрий сказав: *Просьте і ви одержите* (Йоан 16:24), хай сповнить усі просьби твої. Тільки приготуй душу свою, старанно очисти її, щоб прийняти Божі дарування. Перебувають вони лише в очищеній душі й тільки там пахощі їхні - де нема нечистоти. Хто зазнав їх, той стає чужим ветхій людині, розіп'ятим для світу, як і світ для нього, і живе завжди в Господі. Скільки б не вдаряли ворожі хвилі, - не розбивають корабля його. Така людина стає недосяжною для ворогів, - бо вони бачать на ній святую печать, - і що більше вона ворогує з ними, то більше стає щиросердним і люб'язним другом Великого Царя.

53. Хай не розслаблюють тебе тривоги, привнесені бісівськими пристрастями та мріями. Хоч біси бентежать і спокушають нас, - усе ж не спроможні нічого заподіяти нам, - хіба побільшити чесноту нашу, якщо будемо старанні та уважні до себе, щоб достойно перетерпіти всі спокуси. Не послабляймо зусиль, аби не втратити обітниць, що дав їх нам чоловіколюбний і милосердний Бог. Господь дав, а наше діло - зберегти. І не дивуйся, що після святих обітниць і вічних дарувань Божих біси знову виставляють проти тебе ганебні пристрасті свої. Вони сподіваються викрасти безмірне багатство твоє! Згадай усю нахабність і безсоромність їхню. Навіть коли Сам Бог засвідчив праведність святого Іова, - які спокуси й підступи спорудили вони проти нього, щоб повалити цей стовп терпіння, однак не перемогли його і не розкрали скарбів світлої віри його та вдячності. Золото стає чистіше, пройшовши крізь вогонь, а праведник - через множество спокус. Бог дозволив і допустив, щоб слуга Його був випробуваний для більшої чести й слави Господньої та безсловесности ворогів Його. Не журись! Печати обітниць цілі, *але надійсь на Господа* (Пс. 27:14), *бо хто витриває до кінця, той спасеться* (Мт. 24:13) у Христі Ісусі, Господі нашім.

54. *Короткі відповіді:*

- Бентежишся ти в помислах своїх, бо непостійний серцем.

- Від виноградного вина не відмовляйся цілковито, але вживай його помірно.

- Спання сидячи приводить, врешті, до смиренности.

- Завжди й у всьому віддавай себе Богові зі страхом у серці.

55. Будь уважним: демони хочуть звести тебе до малокорисного, наприклад, спати сидячи або не класти собі узголів'я, - що є те саме, як *м'ята, копер і кмин*. І навпаки, намовляють *занедбувати найважливіше в законі* (Мт. 23:23), тобто - гасити гнів, дратівливість і набувати послух у всьому. Роблять вони це, щоб виснажити тіло твоє, бо, занедужавши, ти мимоволі потребуватимеш м'якого ліжка та різних харчів. Ліпше будь задоволений одним узголів'ям, але зі спокоєм та страхом Божим. Вложи до горщика свого приправу з мислених страв, таких як -

смирення, послух, віра, надія та любов, бо хто їх має, той справляє бенкет Небесному Царю Христові.

56. *Мене охоплюють богохульні помисли.* - На тебе озброївся біс богохульний, губитель душ, що приймають його. Він зловив тебе на ланцюг пристрасти, щоб умертвити. О, хай не дозволить йому Господь здійснити на тобі волю свою (2 Тим. 2:26). - Але не впадай у розпач. Ось предстоїть перед тобою Бог, готовий прийняти покаєння твоє. Пробудись од зачарування, погаси передусім гнів та дратівливість, бо саме вони зводять людину до згубного богохульства. Здобудь смиренномудрість, що опалює демонів; послух, що відкриває Синові Божому двері до серця твого; віру, що спасає тебе; надію, що не осоромлює; любов, що тримає тебе в Бозі. Ти не дбав про ці чеснота; навпаки, вибрав собі протилежне їм: гнів, дратівливість і цілковиту загибель - богохульство. Але, узрівши благість Божу, пізнавши, який добрий Господь, потрудися виправитись. - Минуле прощено тобі, але не гріши віднині. - Сорок днів принось покаєння Богові, роблячи щоденно три поклони і кажучи притому: «Прости мені, що хулив Тебе, Бога мого!» Визнавай Господа богохульними устами твоїми, промовляючи тричі на день: «Слава тобі, Боже мій, і благословен єси навіки. Амінь!» - Не впадай до того самого гріха знову, щоб не сталося з тобою чогось гіршого. Від нечуття серця дійшов ти до гніву, в гніві відступив од Святого Причастя; будучи ж цілковито полонений, - впав і до рову богохульства. І якби не перст чоловіколюбного Бога та молитви Святих, то душа твоя згинула б од відчаю. Це через мене, найменшого, каже тобі Бог: «Згрішив ти - *вже виднині не гріши*» (Йоан 8:11). Молись і за колишні гріхи свої. Бог милостивий і за бажання наше поправитись прощає нам гріхи наші.

57. *Маю жаль на аву, бо він більше прихильний до інших, ніж до мене.* - Брате! Ти сам себе спокушаєш. Чи не знаєш, що *кожний спокушається своєю власною пожадливістю?* (Як. 1:14). Не прислухайся ні до кого, лишень до себе самого, і не цікався іншими, бо це не корисно тобі. - Глянь, через яку нікчемну дрібницю збентежив сатана серце твоє. Устань, підтримуваний десницею Божою, і не вір помислам своїм, у яких демони показують тобі речі мовби у кривих дзеркалах.

58. *Коли доручають зробити тобі щось важливе.* - Не радій, коли тебе вивищують, а вияви послух, що проганяє суперечку, ненависну Богові й тим, що люблять Його. Тримайся послуху, що зносить на небо і уподібнює до Сина Божого.

59. *Як покласти початок покаєнню?* - Якщо бажаєш покаятися, придивись, що зробила грішниця: *Сльозами своїми обмила вона ноги Ісуса* (Лк. 7:38). Плач омиває гріхи. Людина сподобляється сліз покаєння трудом, повчаннями з *Писань*, терпінням, роздумуванням про Страшний суд та вічний сором, самозреченням, за словом Господнім: *Коли хтось хоче йти за Мною, нехай зречеться себе самого, візьме хрест свій і йде за Мною* (Мт. 16:24). Зректися себе і взяти хрест свій означає позбутися волі своєї, вважаючи себе за ніщо.

60. *Через неміч тілесну не можу подвизатися подібно до Отців.* - Якщо ти немічний і не можеш багато знести, то чини по спроможності своїй, споживаючи хліба й пиття трохи менше від належного тобі; бо Бог прийняв дві вдовині лепти й утішився ними більше, ніж дарами інших (Лк. 21:1-4). - Навчай себе не поводитися вільно з іншими - і спасешся.

61. *Думки виривають у мене: «Йди до чужого краю - і там спасешся».* - Такі думки від ворога, що під покровом правди хоче вчинити наругу над тобою, а через тебе спокусити багатьох, щоб ти і за них відповідав. - Зрештою, підлягаєш ти осуду за недбальство й марнославство своє, за якими легко підступають демони, щоб погубити душу твою. Чувай над собою і подвизайся проти помислів, проганяй недбальство й марнославство. Не чини нічого з волі своєї і не приймай помислів та самовиправдань, що зринають у тобі, - інакше впадеш. Здобудь твердість, - і вона віддалить тебе від вольности в стосунках з ближніми - причини кожного зла в людині. Покинь усі турботи - і свobodно служитимеш Богові; стань мертвим для кожної людини - і будеш паломником; вважай себе нічим - і помисел твій не буде бентежитися; не вважай, що ти зробив щось добре, - і нагорода твоя не забариться. Передусім пам'ятай, що ти недовго перебунеш у тілі, й намагайся усе робити так, щоби зі смілим упованням міг ти сказати того дня: *Спішивсь я і не барився* (Пс. 119:60). Брате, неможливо жити без труднощів, і ніхто не

вінчається без подвигу. Примушуй себе до труду подвижництва, дбай про спасіння своє - і подасть тобі руку помочі Господь Бог, *Котрий хоче, щоб усі люди спаслися і прийшли до розуміння правди* (1 Тим. 2:4).

62. Не всі, що живуть у монастирях, - монахи, але той монах, хто виконує діло монаше. Господь сказав: *Не кожний, хто промовляє до мене: Господи, Господи!, - ввійде до Царства Небесного, а лише той, хто чинить волю Отця Мого, що на небі*(Мт. 7:21).

Брате! Чом дозволяєш ворогові знущатися над собою, пощо завжди близький до падіння? - Питаєш, - але не сповняєш сказаного тобі. Знов питаєш і навіть переказуєш почуте іншим, щоб догодити людям, - чим сам собі перешкоджаєш у поступі.

Час дано тобі, щоб, пізнавши пристрасті свої, викоренити їх каяттям і риданням.

Якщо буваєш розсіяний у помислах своїх, докоряй собі за те, виявляючи неміч свою перед Богом.

63. Хто хоче бути монахом, той ніколи не повинен виявляти волі своєї. Ісус Христос сказав: *Зійшов Я з неба не для того, щоб волю власну чинити* (Йоан 6:38). Якщо ж ти цього не сповняєш, од того відмовляєшся, то цим показуєш, що ти розумніший від того, хто тобі велить, а це є те саме, що бісівська гординя. Отож ти повинен бути послухним у всьому, хоч би й здавалось тобі, що наказане діло не є безгрішне. Авва, що тобі це велить, понесе гріх твій і дасть відповідь за тебе. Якщо діло для тебе вкрай небезпечно або понад сили твої, поясни це авві й зроби, як він вирішить.

64. *Коли починаю розмовляти, - захоплююсь і забуваю про все на світі, а потім жалію і болю серцем.*

- Щоб немічному не впасти до гріха пустомовства та славолюбства, - треба всіляко уникати багатослівности, довгих розмов, чимскоріше віддалятися од тих, що бесіднують. - Коли розмова корисна, то послухай її; якщо ж ні, - скажи: «Простіть, я немічний» і відійди.

65. *Що робити, зустрічаючи інших?* - Зустрівши когось, обмежся тільки вітанням, потім попроси: «Помолися за мене, я іду в справі» - та й відійди. Коли ж спитають тебе про щось, а ти знаєш це, то скажи і йди далі; якщо ж не відаєш, промов: «Не знаю» - і йди собі.

66. *Хочу припинити побачення: чи одразу це зробити, чи непомітно?* - Якщо припиниш побачення раптово, - будеш спокійний; інакше й сам будеш турбуватися, та й інших збентежиш.

67. *Лікар питає, чи читати йому лікарські книги.* Читай, але, читаючи або питаючи когось про своє ремесло, не забувай, що без Бога ніхто не зцілиться. Хто посвячує себе медицині, той повинен віддатися імені Божому - і Господь подасть йому поміч Свою. Лікарське ремесло не перешкоджає лікареві бути благочестивим; але займатися ним треба - як рукоділлям для братів. Усе чини зі страхом Божим - і спасешся молитвами Святих.

68. *Цілий день працюю - і це заважає мені згадати про Бога.* - Буває, хтось чув про якесь місто, але, потрапивши туди, не здогадується, що це воно. Так і ти, брате, цілий день споминаєш Бога й не відаєш про це. Знати заповідь і намагатися сповнити її як Божу, - в цьому і смирення, і пам'ять про Бога.

69. Ми щоденно потребуємо їжі, але не повинні вживати її задля усолодження. Коли дякуємо Богові, Котрий дав нам її, і осуджуємо себе як негідних, то вона служить нам на освячення і благословення.

Якщо потребуєш чогось і одержуєш, також дякуй Богові, Котрий дав тобі це; себе ж осуджуй як негідного, - і Господь сподобить тебе стати безпристрасним.

70. Кожний по-своєму любить ближнього свого; міра ж досконалої любови в тому, щоб задля тої любови, яку людина має до Бога, любила й ближнього свого, як себе. - Молоді монахи від нерозумної любови один до одного й від того, що збираються разом для розмов, піддаються падінню. Міра ж їхньої любови один до одного повинна бути така: не обмовляти один одного, не ненавидіти, не упосліджувати, не шукати тільки свого, не любити один одного задля тілесної краси чи ради якихось природних дарувань, не сидіти разом без крайньої потреби, щоб не впасти в зухвальство, яке губить усі плоди ченця і уподібнює його до сухого дерева.

71. *Хочу спастися, але не знаю дороги спасіння.* - Брате! Господь - через Божественне Писання і через Отців - показав нам дорогу спасіння, коли сказав: *Спитай у отця духовного, й він звістить тобі, у людей старих, вони ж тобі повідають* (Втор. 32:7).

- Тож якщо не хочеш зійти на манівці в ділі спасіння, то не чини нічого без поради отців духовних - і не заблукаєш - завдяки благодаті Бога, *Котрий хоче, щоб усі люди спаслися і прийшли до розуміння правди* (1 Тим. 2:4).

72. *Помисел каже мені, що коли піду деінде й буду жити сам, то досягну досконалої безмовности.* - Господь наш Ісус Христос до смерті Своєї хресної перетерпів багато дошкулянь та наруги, а вже після того зійшов на хрест. Так і ніхто з нас не може осягнути досконалої та многоплідної безмовности, святого й істинного спокою, якщо перше не постраждає з Христом (живучи між братами) й не перетерпить усіх страждань Його, спогадуючи слова Апостола: *Ми страждаємо разом із Ним, щоб разом з Ним і прославитися* (Рим. 8:17). Не обманюйся - іншої дороги спасення нема.

73. *Хворому.* - Недуга ця спостигла тебе, щоб не відійшов ти до Бога безплідним. Якщо перетерпиш її з вдячністю, то буде вона тобі замість подвигів, бо недовго пробує ти в чернецтві.

74. Не ходи без наказу кудись самовільно, бо все, що робиш за помислами своїми, - не угодне Богові. А коли йдеш з веління, тоді в тому, що сповняєш волю того, хто тебе послав, є і молитва, і догодження Богові, Котрий сказав: *Зійшов Я з неба не для того, щоб волю власну чинити, а волю Того, хто Мене послав* (Йоан 6:38).

75. *Переобтяжуюсь у послузі. Чи просити помічника собі?* - Брате! Хто бажає ходити спасенним шляхом і прийти до Ісуса, той повинен повсякчасно бути готовим до спокус і страждань. Писання каже: *Мій сину, як приступаєш служити Господу, приготуй душу свою на спокуси* (Сир. 2:1). І Господь прорік: *Коли хтось хоче йти за Мною, нехай зречеться себе самого, візьме хрест свій і йде за Мною* (Мт. 16:24). Тож хто бажає бути Його учнем, той повинен до самої смерті бути послухним. Перебувати на самоті й трохи утрудняти себе - корисніше для тебе, ніж уживатися з кимось. Вольностей у спілкуванні менше тоді, коли брат тільки допомагає тобі, а не тоді, коли він постійно перебуває разом з тобою.

76. *Кого питати про помисли свої і, спитавши одного, чи питати про те ж саме іншого?* - Запитувати треба того, до кого маєш довіру, що він може розпізнати помисел твій. Питати іншого про те саме є діло невір'я і цікавості. Якщо віриш, що Бог промовляє через святого свого, то для чого спокушати Господа, питаючи іншого про те саме?

77. *Скільки разів молитися, коли нема кого спитати про якесь діло?* - Коли нема можливості спитати старця свого, - тричі помолися і після того прислухайся до серця свого, куди більше схиляється воно, - так і чини; бо сповіщення Боже помітне та всіляко зрозуміле серцю.

78. *Як треба молитися тричі: в різний час чи одразу? Буває, що справа невідкладна.* - Якщо є можливість, помолися три рази протягом трьох днів; якщо ж часу мало, візьми за зразок Господа нашого, Який перед смертю Своєю тричі відходив на молитву і, молячись, повторював ті самі слова (Мт. 26:44).

79. *Про наставництво.* - Коли під час бурі керманіч мудрістю, даною йому від Бога, рятує корабель, - ті, що подорожують на ньому, радіють зі свого порятунку. Так само хворого немало втішає згадка про лікаря, тим паче - його досвід та вміння. І подорожнього чимало підбадьорює голос сторожі. - Тож чи не справжню радість повинна викликати відповідь отця кожному, хто його питає, особливо коли він ревно молиться за вас до Бога, Котрий сказав: *Моліться один за одного, щоб вам видужати* (Як. 5:16)?!

80. Хто відкриває гріхи свої, той виправдовується в них, за словами Писання: *Пригадай мені, станьмо на суд разом, говори ж, щоб виправдатись!* (Іс. 43:26). *Признаюсь Господеві в провинах моїх, і Ти прости вину гріха мого* (Пс. 32:5). Будемо берегти себе від гріхів в будучому, а минуле Бог прости нам.

81. Якщо хтось, зберігаючи піст, примішує щось до нього з волі своєї або постить, шукаючи слави людської, то піст такого - мерзотний Богові. Так і кожне добре діло, яке

сповняємо не тільки з любови до Бога, але додаємо до нього волю свою, -нечисте й неугodne Богів. Це можна пізнати з Божественного закону: *Не засіватимеш свого виноградники двома родами насіння... і не вдягатимешся в одержу, зроблену з вовни й льону разом* (Втор. 22:9-11; Лев. 19:19).

82. Вивчаючи псалми напам'ять, не мудруй високо, щоб не наповнювати повітря безкорисними словами і щоб не стало це тобі на засудження. *Слово Боже* є насіння добре. Якщо ж воно в тобі пропаде безплідно, то ти будеш засуджений разом з тим, що закопав у землю гріш, даний йому для примноження.

83. Як віддячимо тому, Котрий перше створив нас, потім простяг нам руку Своєї помочі проти відвічного ворога нашого - і, що найважливіше, -дарував нам покаяння, Тіло й Кров Свою - на відпущення гріхів і для утвердження серця?! - Ніколи ми не віддячимо достойно Йому; однак будемо приносити Господу нашому посилене благодарення устами й серцем, особливо терпінням до самої смерті - ради Нього. І Бог, з чоловіколюбности Своєї, спогляне на все це, як на дві лепти євангельської вдовиці (Лк. 21:1-4).

84. Коли випаде тобі зробити якесь діло, а помисел опирається цьому, то з того можна пізнати, що діло це - дійсно Боже. Крім того, помолись і прислухайся до серця свого: якщо під час молитви воно утверджується в доброму і це добро зростає, а не маліє, тоді знай, що це діло Боже, бо доброму неодмінно противиться задрість диявольська, але добро завдяки молитві бере верх над нею. Якщо ж уявне добро підкинув диявол, а притому й опірність від нього походить, то завдяки молитві уявне добро дрібніє і разом з ним - уявний опір. Тоді стає очевидно, що ворог опирається помислові, вкладеному ним самим, лише для того, щоб обманом змусити нас прийняти його за добро.

85. Якщо помисел хвалить тебе, - призови ім'я Господнє і скажи: «Писання мовить: *Народе мій! Правителі твої на манівці тебе зводять, руйнують дорогу, якою ти простуєш*» (Іс. 3:12). Так само роби, коли люди хвалять тебе, бо ті, що приймають хвалу людську, не отримують користи, як каже Сам Господь: *Як можете ви вірувати, коли ви славу один від одного приймаєте, а слави, яка від самого Бога, не шукаєте?* (Йоан 5:44). - Треба завжди пам'ятати в умі та серці своєму: *Хто хвалиться, нехай у Господі хвалиться* (2 Кор. 10:17), бо якщо й буває щось добре в нас, то тільки з волі Божої. Ось чому Апостол, досягнувши висот духа, не хвалився, але взивав: *Благодаттю Божою я є те, що є* (1 Кор. 15:10).

86. Коли під час псалмоспіву, молитви або читання зродиться лихий помисел, відкинь його; натомість ще старанніше співай псалми, молись або читай, щоб перейняти силу від вимовлюваних тобою слів. Якщо помисел опирається, призви ім'я Боже - і Господь pomoже тобі й скасує хитромудрість ворогів.

87. *Як набути замилювання до молитви, читання та псалмоспіву?* - Пам'ять про гріхи породжує любов до молитви. Хто молиться, той повинен пригадати діла свої і те, як будуть суджені грішники, й страшний голос той: *Ідіть від Мене геть, прокляті, у вогонь вічний* (Мт. 25:41). - Замилювання від псалмів приходить тоді, коли хтось будить ум свій до слів правди та приймає в душу свою силу, що міститься в них. Втім, якщо нечуття все ще буде лишатися у тобі, не слабни, а трудись терпеливо, бо милостивий, щедрий і довготерпеливий Бог, Котрий бачить твої старання. Згадуй завжди слова Псалмопівця: *Надіявся, на Господа надіявся я твердо, і Він нахиливсь до мене й вислухав моє благання* (Пс. 40:1). Повчаючись так, уповай, що скоро навідає тебе милість Божа.

88. Якщо під час псалмоспіву чи, перебуваючи з людьми, треба призвати тобі Бога, не думай, нібито без вимовляння слів ти не призвав Його, але пам'ятай, що Він серцевидець і дивиться на серце, - тож і призывай Його в серці своєму. Про це й сказано в Писанні: *Зачини за собою двері й молись Отцеві твоєму в тайні* (Мт. 6:6). Якщо ж і не вимовиш імені Божого в серці своєму, а тільки згадаєш про Бога, то це ще швидше від призивання буде тобі до помочі.

89. Істинний плач з розчуленням стирає минулі прогрішення, омиває плями злоби та ім'ям Божим постійно хоронить людину, проганяє сміх та розсіяність, підтримує безнастанну скруху

серця. Він - щит, що відбиває усі розпечені стріли диявола (Еф. 6:16). Хто має його, той не згрішить уже і в помислах своїх, навіть у світі чи серед розпусниць.

90. Недосконалий плач то відходить, то приходить, залежно від того, як ревність про спасіння напереміну то розпалюється, то слабне в душі. Коли ж теплота стане постійною, тоді приходить розчулення велике й постійне, а за ним - і правдивий плач, такий потрібний і жаданий.

91. Смиренність у тому, щоб відтинати завжди та всюди волю свою і ні про що не турбуватися. Вирвати корінь пристрастей (тілесної похоти, обжерливості, грошолобства) означає покинути волю свою, завдавати собі горя і примушувати органи чуттів зберігати чин свій, а не зловживати ними. Так виривається корінь не тільки отих, а й інших пристрастей.

92. Віддайся у всьому на волю Божу - і уникнеш бентеження. Утім, тривога, хвилювання все ж можуть підступити і перешкодити приймати все, що стається, з вдячністю та радістю. Тоді треба боротися з собою, оживляти відданість волі Божій, відновлювати переконання, що все - від Господа, а тому добре для нас. Ніщо блага не здійснюється тільки завдяки нашим старанням, але силою і волею Божою. Однак і від нас Господь вимагає старанности, згідної з волею Його, а не хитрісної та брехливої, що походить від лукавого.

93. Мовчання - ліпше від усяких бесід повчальних. Його цінували отці наші й ним прославилися. Ми ж, через неміч нашу, ще не досягнули того, щоб ходити шляхом досконалих, тому будемо говорити про повчальне, покликуючись на слова отців, а не вдаватися до тлумачення *Писань*, бо в цьому криється велика небезпека. *Писання* - духовне, а людина тілесна не може розуміти духовного. Ліпше для нас роздумувати над словами Отців, - і знайдемо користь. Але й тут не забуваймо про міру, згадуючи Премудрого: *Не втечеш від гріха в багатослівності* (Прип. 10:19). А щоб не впасти притім до звеличування і самохвальства помислів, пам'ятаймо, що, не роблячи того, про що говоримо, засуджуємо самих себе.

94. Якщо мовчання визнається кориснішим за бесіди духовні, то тим паче воно цінніше від розмов про речі мирські (міста, села, торгівлю, мир, війну тощо). Коли все ж не можемо змовчати, то принаймні не затягуймо розмови, щоб від багатослівности не впасти в якусь ворожу сіть.

95. У спільноті, де розмовляють про світське чи духовне, дозволяй і собі промовити слово, але помірно, лише щоб уникнути похвал співбесідників - як мовчазному. Але коли навіть говориш мало, хоронись осуджувати інших за балакучість.

96. Коли задумуєш щось робити - і зауважуєш бентеження помислів, яке навіть після призивання імени Божого не зникає, то зрозумій з того, що це діло нашіптує тобі лукавий, - тож не роби його. Бо ніщо, роблене з бентеженням, не угодне Богові. - Але коли опираєшся бентеженню, долаєш його, тоді не треба відразу вважати діло шкідливим, а

розглянути - добре воно чи ні, і якщо воно лихе - покинути, якщо ж добре - зробити, нехтуючи бентеження.

97. Якщо почнеш розмову і схаменешся, що вона грішна, - перерви її, кажучи: «Ні, про це не будемо говорити» або, помовчавши трохи, скажи: «Забув я, про що говорив» і переведи на інше - безгрішне.

98. Що таке самовиправдання? - Це коли хтось відрікається од скоєного гріха. Так вчинили Адам, Єва, Каїн та всі ті, що, згрішивши, - виправдовувались, відмовлялися од свого согрішення, немовби не чинили його.

99. Усякий помисел і всяке діло треба розглядати: добре воно чи ні; й добре - приймати, а недобре - відкидати. Щоб добре не лучилося з бентеженням, потрібно дослідити помисел, який притому панує, - і коли допитаєш його зі страхом Божим, то Господь не допустить тобі впасти чи заблукати.

- Не забувай притім призивати ім'я Боже.

100. *Тому, що обурився на брата і бажає покинути його.* - Не обурюйся, щоб не вчинити чогось нерозважно, особливо щодо людини, збентеженої помислами від заздрісного диявола. Деколи хворі в потьмаренні розуму (від сильної гарячки), самі не знаючи того, докучають

здоровим, які прислужують їм, бо хворість цілковито панує над ними. Так і спокушуваний, хоч і губить душу свою, - не знає того, бо впився пристрастю; диявол же все перекрутив перед ним, щоб вкинути до рову згуби. Не гніву та помсти гідний він, а жалю і вибачливості. Через тих людей Бог допускає і нам бути випробуваними, щоб явилися ми перед Ним досвідченими. Будемо, отже, вибачати ближньому в часі чуттєвої та мисленої боротьби його, бо сказано: *Носіть тягарі один одного й тим виконаєте закон Христа* (Гал. 6:2). - Не покидай місця свого і не розлучайся з братом своїм; бо це буде не по-Божому, а виконанням волі диявола, і якщо ти рішився на це, то ворог не заспокоїться, але наступатиме на тебе ще гірше. Радше помолися за брата з усієї душі та полюби його в Христі Ісусі, Господі нашім.

101. *Братові, стурбованому за своє спасіння.* -Брате! Ти повинен прославити Бога за те, що Він справджує на тобі слово Писання: *Бог вірний; Він не допустить, щоб вас спокушувано над вашу спроможність* (1 Кор. 10:13). По силі твоєї допускає Господь навчатися тобі боротьби духовної. Великих мужів випробовує Він великими спокусами - і вони радіють з того; бо спокуса приводить людину до більшого поступу. - Де благо, - там і боротьба. Не бійся спокус, радше зненавидь їх. Навіть більше того, тішся ними, бо вони ведуть до поступу, і Бог подасть тобі поміч Свою та збереже тебе.

102. Намагайся здобути смиренність і покору; не наполягай ніколи на волі своїй, бо від цього зроджується гнів. Не суди й не зневажай нікого, бо від того знемагає серце і затьмарюється ум, звідси ж постає недбальство і нечуття серця. Безнастанно бадьорись, повчаючись у законі Божому, - і запалиться душа твоя небесним вогнем, як сказано: *У мене в нутрі запалало моє серце, від думок моїх вогонь зайнявся* (Пс. 39:4). Бережи уста свої од багатослів'я та пустомовства, і хай не звекає серце твоє до злих слів. Впадай перед Богом, благаючи: *Боже, милостивий будь мені грішному* (Лк. 18:13), - і Він помилує, збереже й охоронить тебе від усякого зла, щоб ти від темряви перейшов до світла, від обману до правди, від смерти до життя - у Христі Ісусі, Господі нашім.

103. Давай тілові стільки їжі, скільки воно потребує, - і не зазнаєш шкоди, хоч би їв ти тричі на день. Якщо людина лише один раз їсть, але без міри, то яка їй з того користь? - За переїданням слідує пристрасть розпустити: ворог обтяжує тіло сном, щоб осквернити його.

104. Якщо деколи відчуваєш сильну слабкість під час служіння (на правилі) чи рукоділля, - не дивуйся. Такий вже цей шлях. Інколи людина почуває себе так, а деколи інак - як подорожній, що йде то гладкою дорогою, то торує свій шлях ріками й горами, а потім знову виходить на рівну дорогу. Не зважай на слабкість, а все чини своє діло.

105. *Хворому, що змушений споживати їжу не за уставом.* - Хто їсть не для усолодження черева, а через неміч тілесну, того Бог не осуджує. Різноманітні страви заборонені нам, щоб уберегти нас од переситу й збудження тілесного, а де неміч, там касуються їхні діяння, бо де хвороба, - там і призивання Бога.

106. *Хворому, що просить молитви в знеможі.* -Брате! Нащо уболіваєш? Пощо нарікаєш? Для чого посилаєш за поміччю далеко, коли Ісус стоїть біля тебе й бажає, щоб ти покликав Його! Заклич до Нього: *Наставниче!* - І Він одповість тобі. Доторкнися краю одежі Його - і Він зцілить тебе не тільки від цього страждання, але й від усіх пристрастей твоїх. Якби ум твій перебував там, де йому належить бути, то гризота отруйних зміїв та скорпіонів не могла би звести тебе до тілесної хвороби. *Я забуваю,* - каже Псалмопівець, - *їсти хліб мій* (Пс. 102:5). Не уболівай, брате, милість Божа близько від тебе.

107. Знехтуй тіло, котре будуть їсти черв'яки. Воно анітрохи не допоможе тобі, бо тлін є. Апостол каже: *Не дбайте про тіло задля похотей* (Рим. 13:14).

108. *Хворий: «Чи ставитися поблажливо до тіла в немочі?»* - Бог дав нам розум, щоб керуватися ним на праву дорогу з поміччю Божественних Писань. Апостол каже: *Усе перевіряйте; приймайте те, що добре* (1 Сол. 5:21). Людина повинна тільки пильнувати, щоб не робити нічого з пристрасті; а що чинить вона з немочі або потреби, то ні не гріх, ні не послаблення. Коли, будучи здоровими, шукаємо спокою для тіла, - спонукуємося до пожадливорости; а коли підтримуємо його з потреби, то воно буде служити нам у ділах наших.

Якщо дбаємо про тварин, бо вони служать нам і потребам нашим, то ще більше повинні дбати ми про тіло як про знаряддя душі. Коли знаряддя притупиться, то утруднює людині працю, хоч би й була вона досвідчена й уміла. Апостол, зважаючи на хворобу шлунку святого Тимотея, наказав йому споживати вино (1 Тим. 5:23), хоч і заповідав зносити напасті (терпіти нестачі), *виконуючи працю євангелиста* (2 Тим. 4:5). В усьому, отже, людина повинна знати міру - і тоді не скоро спотикнеться.

109. *Боріння все більше повстають на мене.* - Брате! Час борінь є часом діянь; не розслаблюйся, але борися. Коли боротьба посилюється, кріпися й ти, благаючи: «Господи Ісусе Христе! Ти бачиш неміч і скорботу мою, поможи мені, *спаси мене, о Господи, від ворогів моїх, сильніші бо від мене - до Тебе прибігаю*» (Пс. 142:7; 143:9). Завжди молися, щоб мав ти силу служити Богові в чистоті серця.

110. Два дарування пропонує Бог душі, завдяки яким може вона спастися і визволитися од усіх пристрастей ветхої людини. - Це *смирнення* та *послух*. Але ти не прагнеш їх, не бажаєш ні перебувати в них, ані керуватися ними. - Покинь усі хитання, нахили шию свою під солодке ярмо смиренномудрости та послуху - і сподобишся милости Божої. Якщо будеш зі смирненням та послухом сповняти те, що накажуть тобі отці, то Господь подасть тобі благу поміч Свою не тільки в тому ділі, в якому вправляєшся, але зробить так, що всі діла твої будуть успішні, бо Він зберігає путь тих, що бояться Його, і боронить їх. Чому обурюєшся? Пощо суперечиш? Милість Божа - до помочі тобі, якщо перебунеш неухильно в терпінні Божім. Перестань гніватися, не дратуйся, не заздри. Помри для кожної людини. Скажи помислові: «Хто я? - *Земля і порох* (Бут. 18:27), *щеня*» (Мт. 15:27). Не обмовляй, не принижуй, не осміюй ближнього свого. Не кажи: «*Що це? Навіщо?*» (Сир. 39:21) Чому я не маю стільки, як той чи той?», але старанно працюй в малому рукоділлі своєму зі страхом Божим - і матимеш за це немалу нагороду.

111. Коли від засмучености починаєш дрімати, що перешкоджає ділові, тоді треба встати на молитву - і Господь скасує дрімання твоє.

112. *Тому, що бажає бути останнім, аби тільки прийняли його до обителі.* - Не твоє це діло - шукати того, щоб бути на останньому місці. Це залежить від авви твого. А твоє діло - приготувати себе до послуху.

113. Якщо людина не потрудиться з усіх сил своїх і не докладе власних зусиль, то жодної користи не дістане від того, що святі будуть молитися за неї. Коли вона поводить ся сластолюбно та безладно, то яку користь принесуть молитви святих за неї? Бо тут здійсниться сказане в Писанні: *Один буде, другий руйнує: яка їм з того користь - невже тільки труд?* (Сир. 34:23). Апостол каже: *Ревна молитва праведника має велику силу* (Як. 5:16), але коли святий і праведний молиться за грішного, то й грішник повинен додати до моління святих покаяння своє³.

114. Якщо хтось просить у тебе милостиню, а ти не маєш що дати йому, то не будеш осуджений. Апостол Петро, коли кривий від лона матері своєї благав у нього милостині, сказав: *Срібла й золота нема у мене* (Ді. 3:6), - і не взяв позички, щоб подати йому. Також якщо хтось має потрібне тільки для себе самого, то й цього не повинен витратити на милостиню, щоб пізніше не нарікати, коли несила буде йому знести власну нужду. Коли ж жебрак докучатиме йому, а він скаже: «Прости мені, не маю що дати тобі», то це не буде брехнею; бо той, хто має тільки для себе самого, не має чого давати іншому. Нехай скаже тому, хто в нього просить: «Прости мені, я маю тільки потрібне для себе самого». Згадай про п'ять дів, котрі, як інші

³ Якось до авви Матея прийшов грішник і просив, аби той молився за його навернення, - сам же й далі жив розпусно. Невдовзі прибув до старця знову й почав дорікати йому за те, що він, мовляв, не навернувся, Авва Матей на ті закиди нічого не сказав, тільки попросив того чоловіка допомогти йому перенести мішок збіжжя на інше місце. Чоловік ухопив мішок за один кінець, а старець - за другий. Ступивши кілька кроків, старець пустив мішок на землю. Зробив так ще декілька разів, аж поки його помічник, утративши терпець, сказав: «Отче, якщо хочете, щоб мішок був на місці, то мусите й ви трохи докласти зусиль!» Старець на те мовив: «Правду кажеш. Але те саме стосується і твого навернення. Тобі також треба докладати зусиль, аби стати ліпшим».

просили дати їм оливи для світичів, відповіли: *Щоб часом і нам, і вам не забракло* (Мт. 25:9). І апостол Павло пише до корінтян: *Щоб цим разом ваш надмір міг покрити їхню нестачу* (2 Кор. 8:14). *Тут не йдеться про те, щоб інші були в достатках, а ви у злиднях* (2 Кор. 8:13).

115. Коли хочеш дати милостину, а помисел противиться, тоді перевір себе, і якщо це зі скупости, то дай ще більше, ніж би належало.

116. *Хто не має що дати бідному, то як може стати причасником блаженства?* - Блаженство обіцяне не тільки жертводавцям. *Блаженні убогі духом, блаженні плачучі...* (Мт. 5:3). Отож, якщо не можеш дати милостині, то будь убогий духом, щоб успадкувати зі Святими Царство Небесне. Ридай над гріхами своїми в цьому світі, щоб утішитися з тими, що плачуть. Здобудь лагідність, щоб успадкувати землю. Будь чистий серцем, щоб узріти Господа в славі Його. Перетерпи ради Бога наругу, гоніння та фальшиве лихослів'я, щоб возвеселитися в радості, удостоївшись великої нагороди на небесах.

117. *Якщо закон Господній велить одне, а закон світу цього - інше, то що тоді робити?* - Закон Божий важніший, бо він дбає про спасіння душі, а закон світський, будучи тілесним, промовляє до тілесних.

118. Іноді ти пристрасно дивишся на того, хто стоїть перед тобою, і захоплюєшся душею. - Це від диявола. Тобі треба згадати тлінність і сопух нашого єства, як змінимося ми, коли будемо в гробах. Уявляй собі також будучий Страшний суд Божий і те, чи зможеш ти знести великий сором той за виявлені діла свої перед Ангелами і Архангелами, перед усіма людьми і праведним Суддею, і як зазімають тоді уста тих, що чинили безсоромні діла. Біймося того, Котрий сказав: *Не обманюйте себе! Ані розпусники, ані ідолопоклонники, ані перелюбники, ані розбецнені, ані мужоложники, ані злодії, ані зажерливі, ані п'яниці, ані злоріки, ані грабіжники - Царства Божого не успадкують* (1 Кор. 6:9-10), і *Кожний, хто дивиться на жінку з пожаданням, той вже вчинив перелюб з нею в своїм серці* (Мт. 5:28). Ти повинен пам'ятати це і не бувати часто в людей, до яких відчуваєш таку боротьбу; але й не виявляй їм, чому ти віддаляєшся од них, щоб не дати їм приводу до різних помислів. - А якщо буде потреба говорити з ними, приклич святе ім'я Боже на поміч, благаючи: «Господи Ісусе! Покрий мене і поможи немочі моїй». Не бійся. Христос розтратить лук ворогів, бо від імени Його зло стає недійсним. Замість багато - говори мало і не давай волі слухові та помислам своїм; але тримай себе добродійно і без турбування, щоб ніхто не міг спостерегти того, що діється в тобі. Якщо через це відчуєш силу в собі, то не уповай на неї в борні з ворогами своїми, бо вони безсоромні й, хоч би тисячі разів були переможені, знову приступлять до тебе. Єдиний Бог Переможець завжди до помочі смиренномудрій людині, задля якої Він зі святої волі Своєї воплотився.

119. *Як ум втягується у блудний помисел?* - Захоплення чи полонення ума походить не тільки від розпусної пристрасти, а й від розсіяння. - Коли це станеться, людина повинна закликати до Бога: «Господи, прости мені ради Святого імени Твого. За недбальство моє терплю я. Визволи мене від розсіяння і від усякої сіті ворожої». Ось ознака такого захоплення. Якщо ти, наприклад, говориш з кимось, а ум твій розсіюється туди й сюди, то говориш ти тоді про одне, а думка твоя несеться деінде. Це і є захоплення. - Так захоплює нас і блудний помисел. Якщо ворогу вдасться відвернути ум від богоугодного тверезіння, то через розсіяння являється в умі й розпусна похоть. - І це також захоплення, бо сталося воно не з роздумувань чи згадувань, але з забуття про Бога. - Опам'ятавшись, людина повинна зосередитися в собі й згадати милість Божу. Господь - благий і милосердний, тож прийме її як блудного сина. Коли ж і без розсіяння боротьба все ж виникне в помислі, - треба пильнуватися, не усолоджуватися грішними думками, не баритися в них, але якнайскоріше прилинити до Владики Господа.

120. Найліпше уникати будь-яких розмов з жінками Якщо потреба змушує звернутися до них, намагаймося зробити це через інших Якщо ж і те неможливо, то поведьмося з ними обережно, як з вогнем, щоб не попектись, - і так утвердимо себе з страху Божім Не дивімося на жінок взагалі. Не даваймо волі очам своїм, не барімося в розмові з ними, бо від цього зроджується огонь пожадливості, але відразу оддалімося від них, молячи Бога, щоб спас нас у

цей трудний час од сіті диявола, розставленої перед нами, і безнастанно згадуймо Господа нашого, щоб велика сила Христа Ісуса покрила неміч нашу.

121. *Чи добре це - покинути жінку свою, аби вступити до монастиря?* - Ти не повинен цього робити, бо порушиш заповідь Апостола, котрий каже: *Як зв'язаний ти з жінкою? Не шукай розрешення* (1 Кор. 7:27). Коли вона після того, як ти покинеш її, згрішить і почне жити не по-Божому, то гріх її буде на тобі; хіба що розійдетесь ви за взаємною згодою, домовившись з нею, і задля взаємної користи. - Але ввір цю справу Богові; і як угодно Його чолові коллюбності, так Він і вчинить.

122. Ніколи не жалкуй за речами світу цього; уболівай тільки над гріхами своїми. *Радіти з тими, що радуються*, означає співрадіти з тими, що досягають поступу в чеснотах Божих, і веселитися надією будучих благ; а *ридати з ридаючими* означає співстраждати з грішниками в їхньому каятті за гріхи.

123. *Блаженні миротворці*, - Передусім умиротвори своє серце. Це кожному вкрай потрібне - і блаженний, хто так робить. А мирити людей – не всім під силу, а тільки тим, що можуть це робити без усякої шкоди для себе. Немічний повинен радуватися миром усіх, а не намагатися примирювати всіх людей, - хіба тільки тих, котрих він любить у Бозі, й лише тоді, коли не зазнає притому душевної шкоди.

124. *Терплю зневагу від когось: що мені робити?*-Чини йому добро.

125. *Коли приходять до мене хтось з отців, а я не маю найпотрібнішого, що йому подати, - то уболіваю серцем.* - Така думка від диявола. Пригости його тим, що є в тебе, як сказано: *Задовольняйтесь тим, що маєте* (Євр. 13:5), - і Бог сповістить йому про твою гостинність. Коли й тобі доведеться піти кудись, не очікуй знайти там спокою - і не збентежишся. Коли ж, задумавши знайти мир у когось, не знайдеш, - то будеш лихословити того, хто не дав його тобі, а лихослів'я є смерть душі. - Дякуй за все, бо в цьому - духовний та душекорисний хліб і спокій.

126. Хто питає отців, той наслідує Христа, Котрий *применив Себе самого, прийнявши вигляд слуги* (Флп. 2:7-8). Людина, що живе без поради, - ворог сама собі, бо Писання каже: *з порадою все чини* (Сир. 32:21). Корисніше зі смиренністю питати, ніж чинити по волі своїй, бо Господь вкладає в уста того, кого питають, відповідь ради смирення й правоти серця того, хто питає.

127. Ніколи не змагайся у вірі. Бог не вимагає цього від тебе, - лишень віри правдивої, що її прийняв ти від святої Церкви під час Хрищення, і додержування заповідей Його. Збережи це - і спасешся. Якщо ж тебе запитують щось про віру, скажи: «Простіть мені, це понад мої сили».

128. Не досліджуй нічого з того, чого Бог не вимагає від тебе, але будь задоволений ісповідуванням правої віри й не цікався нічим, що понад те.

129. Коли доведеться тобі бути з мирянами, і вони заведуть пусту розмову, то, якщо можеш, віддалися, а коли ні, то молися в умі своєму, не осуджуючи їх, але пізнаючи неміч свою. - Зрештою, якщо вони мають охоту послухати тебе, а ти знаєш, що вони охочі до слова *Божого*, спробуй змінити пусту бесіду на корисну, повідавши їм що-небудь із життя Святих.

130. Коли хтось із знайомих твоїх дотримується еретичних міркувань, благай його пізнати правдиву віру, але не змагайся з ним і не бажай почути, як він мудрує, щоб не заразитися отрутою його. Якщо він захоче дізнатися про правдиву віру, приведи його до святих Отців. Так ти допоможеш йому пізнати Бога без шкоди собі. Але якщо він після першого й другого напоумлення не виправиться, то такого, за словом Апостола, *цурайся* (Тит. 3:10).

131. *Помисел каже мені, щоб я не виходив часто зі свого дому. Але протягом тижня кілька разів відправляється церковна служба: чи повинен я ходити на неї, чи, радше, вдома молитися?* - Якщо знаєш, що зустрічі з людьми шкодять тобі, то корисніше не виходити часто з дому - навіть і на церковну службу, бо безмовність визволяє од багатьох лих.

132. *Якщо потрібно вийти з келії своєї задля особистої потреби чи для отців, - чи не послужить це обтяженням совісті - не піти тоді до церкви?* - Якщо тобі конче потрібно вийти з келії своєї, тоді постарайся зробити це зі страхом Божим і не шкодуй, що не будеш на церковній службі, але вернися до дому свого і там пригадуй гріхи свої. Якщо ж вийдеш з келії

через лінивість чи розсіяність, - тоді корисніше піти на церковне зібрання, і не розпорошуватися там, а бути уважним.

133. *Що ліпше - ходити до церкви на чування чи вдома ревно чувати?* - Добре є чувати вдома, бо в церкві бувають розмови.

134. *Помисел показує мені завжди нестатки мої навіюючи, що я не зможу прохарчуватися з домашніми своїми, - і від цього нападає на мене печаль, -* Якщо б ми мали надію на Бога, то Він кермував би нами за волею Своєю. Отже, залиши на Господа твою турботу (Пс. 55:23), і Він сильний подати тобі й домашнім твоїм усе потрібне - без журби та печалі. Скажи Йому: *Нехай буде воля Твоя* - і Він не покине тебе в скорботі твоїй.

135. *Коли роблю щось несправедливе, а потім виправляюся, - звеличуюся, ніби вчинив щось добре. Що я повинен тоді сказати помислові моєму?* - Скажи; йому: «Без Бога неможливо чинити нам ніякого добра», бо Господь прорік: *Без Мене ж ви нічого чинити не можете* (Йоан 15:5). Також Апостол мовить: *Що маєш, чого ти не одержав? Коли ж одержав, то чому вихваляєшся, неначе б не одержав?* (1 Кор. 4:7). Тим то, навіть роблячи добро, не повинні ми звеличуватися, тим паче - коли тільки віддаляємося од зла. Велике безумство - хвалити себе за те, що не грішимо.

136. *У кожній їжі є природна насолода: чи це не шкодить тому, хто її споживає?* - Владика Господь кожній їжі надав приємного смаку та насолоди Тому, хто з подякою її споживає, нема від цього шкоди. Завжди треба остерігатися пристрасти, бо вона шкодить душі.

137. *Чи треба старатися робити все гарно, коли, наприклад, зводиш оселю або щось інше?* - Роби так, щоб усе виходило гарно, бо й Господь радується усякій красі, - але все треба робити без пристрасти. Якщо ж помічаєш у собі пристрасть до речей, то пригадай кінець їхній - і заспокоїшся. Бо нема жодної речі, котра би перебувала постійно в одному й тому самому стані, але все - тлінне й мінливе.

СВЯТИЙ АВВА ДОРТЕЙ

Короткий життєпис

Життя авви Доротея припадає на кінець VI -початок VII сторіч. У молоді роки старанно вивчав світські науки. Деякий час жив на батьківщині, в Аскалоні або в Газі, недалеко від обителі авви Серида. Був заможним. Скоро заприятелював з великими старцями Варсануфієм та Йоаном, настанови котрих спонукали його покинути все й прийняти монашество в обителі авви Серида. Під проводом Варсануфія та головно старця Йоана виховався як монах. Будучи послушником, наглядав за кімнатою для гостей, а згодом - за лікарнею. Під час цього останнього послуху був також провідником святого Доситея. По смерті авви Серида та святого старця Йоана, коли спільний наставник їхній, великий Варсануфій усамітнівся у келії своїй, преподобний Доротей віддалився од спільноти авви Серида і став настоятелем іншої обителі. Мабуть, саме тоді Доротей і написав свої настанови, котрі проголошував учням своїм. Двадцять одне повчання і кілька послань - це все, що залишилось нам у спадщину з писань цього отця, світло науки якого поширилось не тільки в монаших обителях, а й повсюдно між християнами.

Помер близько 620 року Божого, а пам'ять його спогадуємо 5 червня.

ПОДВИЖНИЦЬКІ НАСТАНОВИ СВЯТОГО АВВИ ДОРТЕЯ

1. З благости Своєї дав нам Бог заповіді, що очищують нас, аби могли ми з поміччю їхньою позбутися не тільки гріхів, а й самих пристрастей. Бо щось одне є пристрасті, а зовсім інше - гріхи. Пристрасті - це гнів, марнославство, сластолюбство, ненависть, зла похоть тощо. Гріхи - це самі дії пристрастей, коли хтось чинить те, до чого спонукують його пристрасті; бо можна мати пристрасті, але не діяти за ними.

2. Мета Старого Завіту - навчити людину не робити того, від чого сама не хоче постраждати, зупинити її від скоєння зла. Ціль Нового Завіту - вигнати геть саму пристрасть, що спонукує людину чинити зло, - ненависть, сластолюбство, славолюбство та всі інші похоті.

3. Послухайте, що каже Господь: *Навчіться від Мене, бо Я лагідний і покірний серцем, тож знайдете полегшення душам вашим* (Мт. 11:29). Цими словами Ісус вказав як на корінь усіх лих, так і на зцілення од них - причину всього благого; навчив, що звеличування повергло нас, а помилування не можна здобути інакше, як тільки протилежною йому смиренномудрістю. - Що є причиною усіх скорбот? Чи не гордість? Людина була створена блаженною і перебувала в раю. Їй було наказано не чинити однієї речі, а вона вчинила. Бачиш гордість? Бачиш непокірність - дочку гордості? Тоді Бог сказав: «Людина не вміє насолоджуватися самою лише радістю. Якщо не спізнає лиха, не відчує, що таке скорбота й труд, то не зрозуміє, що таке радість та спокій», - і вигнав її з раю. - Так була вона видана на поталу своєму самолюбству та власній волі, щоб вони сокрушили кості її; аби навчилася вона слідувати не собі, а заповідям Божим, і щоб злостраждання непослуху навчило її блаженному послуху, як сказано в Пророка: *Покарає (навчить) тебе відступність твоя* (Єр. 2:19). - А нині милосердя Боже взиває: *Прийдіть до Мене всі втомлені й обтяжені, і Я облегу вас* (Мт. 11:28). Ось ви трудилися і настраждалися, зазнали лиха від непокірності своєї: прийдіть же тепер і наверніться; оживіть смиренномудрістю, відкиньте звеличення, яким ви себе умертвили. *Навчіться від Мене, бо Я лагідний і покірний серцем, тож знайдете полегшення душам вашим* (Мт. 11:29).

4. Авва Марко сказав: «Без скрухи серця неможливо визволитися од зла й набути чесноти». Через скруху серця людина стає слухняною заповідям, визволяється од зла, набуває чесноти - й осягає спокій.

5. Після святого Хрищення декотрі боголюбиві мужі, позбувшись гріхів, забажали перемогти й самі пристрасті та стати безпристрасними. Святий Антоній, святий Пахомій та інші Богоносні Отці прийняли благий намір *очиститися від усякої скверни тіла й духа* (2 Кор. 7:1). Знаючи, що в світі нелегко цього досягти, вони зважились на особливий спосіб життя, надзвичайне діяння, тобто - віддалене од світу життя на самоті, й почали жити в пустинях, трудилися яко подвижники в постах і чужаннях, спали на голій землі та зносили всякі інші невигоди, цілковито зрікшись батьківщини й родини, майна та здобутків.

6. Вони не тільки зберегли заповіді, але й принесли Богові дари. Заповіді дано всім християнам, і кожний віруючий зобов'язаний їх сповняти. Це є те саме, що в світі данина цареві. Але як люди великі й знатні не тільки данину віддають цареві, але й приносять йому дари, - за що удостоюються особливої чести, нагород і достоїнств; так і Отці не тільки дань віддали Богові, зберігши заповіді, але й принесли Йому дари - дівицтво та нездобувальність, що не є заповіддю, а доброю волею: *Якщо хочеш бути досконалим, - піди, продай, що маєш, дай бідним, і будеш мати скарб на небі; потім приходи і йди за Мною* (Мт. 19:21).

7. Вони розп'яли світ собі, а потім і себе розп'яли світові, наслідуючи Апостола, що мовив: *Для мене світ розп'ятий, а я - світові* (Гал. 6:14). Бо коли людина зрікається світу, покидає батьків, набутки, всі життєві діла, турботи і стає монахом, - тоді вона розпинає світ собі. Коли ж, визволившись од зовнішніх речей, подвизається проти самого пожадання речей та умертвляє пристрасті свої, тоді вона й себе розпинає світові та сміло може сказати з Апостолом: *Для мене світ розп'ятий, а я - світові*.

8. Так і Отці наші, розп'явши світ собі, - розп'яли себе світові, віддавшись подвигам. А ми, хоч видимо розп'яли собі світ: тим, що покинули його і прийшли до монастиря; але себе розп'ясти світові не хочемо, бо любимо ще насолоди його. Пристрасть до світу все ще живе в нас, бо жадаємо слави його, ще думаємо про страви, одяг та іншу суєту. Одначе не так воно повинно бути, бо якщо вже відреклися од світу і речей його, то повинні зректися і самої пристрасті до нього.

9. Ми покинули світ - покиньмо й пристрасть до нього. Бо пристрасті знову прив'язують нас до світу і еднають з ним, хоч би й, здавалось, маловажними, звичайними і нічого не вартими речами. Якщо ж бажаємо досконало змінитися і визволитися од пристрастей, навчимося

відсікати бажання свої навіть у найменшому. Бо ніщо не приносить стільки користи людям, як відкидання своєї волі. Від того людина досягає більшого поступу, ніж від усякої іншої чесноти. Таке відкидання своєї волі та своїх пождань може бути щохвилинне. Скажімо, хтось іде, помисел мовить йому: «Поглянь туди й сюди», але він відганяє бажання це і не дивиться. Стрінув знайомих. Помисел знову підмовляє: «Скажи й ти з ними слово», але він відсікає бажання своє - і не говорить. Підійшов до кухні, помисел каже: «Зайди та спитай, що готує кухар», але він нехтує це бажання і не заходить. - Відкидаючи так бажання свої, людина звикає зрікатись їх завжди. Починаючи з малих речей, доходить до того, що й великі відкидає без труднощів і спокійно. Нарешті цілковито позбавляється волі своєї і, що б не сталося, залишається спокійною. Постійно відкидаючи волю свою, людина здобуває безпристрасність, а від безпристрасности, з поміччю Божою, сходить до досконалого безстрастя.

10. Хтось із старців сказав: «Понад усе потрібна нам смиренномудрість». - Чому він так сказав? Чом не повів, що понад усе потрібна нам стриманість? Адже Апостол каже: *Кожний змагун стримується від усього* (1 Кор. 9:25). Або чому не прорік, що понад усе потрібний нам страх Божий? Бо ж у Писанні сказано: *Страх Господній - початок мудрости* (Прип. 1:7). Чому, врешті, не сказав, що понад усе потрібна нам милостиня або віра? Бо ж написано: *Милосердям і правдою покутується гріх* (Прип. 16:6); і *Без віри неможливо подобатися Богу* (Євр. 11:6). Чому ж він, оминувши все це, таке потрібне, ставить на першому місці смиренномудрість? - Тому що ні страх Божий, ні милостиня, ні віра, ні стриманість, ні якась інша чеснота не є досконала без смиренномудрости. Смиренномудрістю розтрощуються усі стріли ворожі. Всі Святі йшли дорогою смиренномудрости та труду. *Споглянь на моє горе й на труд мій і відпусти всі гріхи мої* (Пс. 25:18), - взиває Псалмопівець. *Я ж візв до Бога, і Господь мене врятує* (Пс. 55:17).

11. Той самий старець сказав: «Смиренність ні на кого не гнівається і нікого не гнівить». Смиренність стягає на душу благодать Божу, що визволяє її од цих двох тяжких пороків. Бо що може бути гіршим, ніж гніватися на ближнього і гнівити його? - Але що я кажу? Неначе смиренність вибавляє тільки від цих двох пристрастей?! - Вона визволяє душу від усякої пристрасти й спокуси.

12. Святий Антоній бачив одного разу у видінні всі сіті диявола, розкинуті по землі, і, зітхнувши, воззвав до Бога: «Хто ж їх уникне?» Господь прорік йому: «Смиренномудрість» і, що подиву гідне, додав: «Сіті диявольські навіть не торкаються її». Бачиш силу цієї чесноти? Воістину, нема нічого могутнішого від смиренномудрости. Ніщо не пере може її. Якщо зі смиреним станеться щось скорботне, він тут же осуджує самого себе, що гідний того, - а не докоряє комусь чи перекладає вину на іншого. Тож зносить він усе без бентеження, скорботи, з досконалим спокоєм: ні на кого не гнівається і нікого не гнівить.

13. Є дві смиренномудрості та дві гордості. *Перша гордість* - коли брат докоряє братові, осуджує його та зневажає, бо він, мовляв, нічого не вартий, себе ж вважає вищим за нього. Такий, якщо не опам'ятається і не постарается виправитись, то непомітно впадає і до *другої гордості*, котра бунтує проти самого Бога, приписує подвиги й чесноти собі, а не Богові, нібито він сам звершив їх - своїм знанням та умом, а не поміччю Божою. З цього можна зрозуміти, в чому суть обидвох смиренномудростей. *Перша смиренномудрість* - у тому, щоб уважати брата свого розумнішим і з усьому вищим за себе, або вважати себе меншим за всіх. *Друга смиренномудрість* - усі свої подвиги завдячувати Богові. І це є досконала смиренномудрість Святих.

14. Досконала смиренність постає від дотримування заповідей. Коли на деревах багато плодів, - вони нагинають гілки додолу, а безплідна гілка стремить догори. Лимонні дерева взагалі не дають плоду, доки гілки їхні ростуть вгору; коли ж їх нахилити додолу, тоді вони плодоносять. Так і душа тільки тоді приносить плід, коли впокоряється, і що більше впокоряється, то більше плодоносить. Тим то Святі що більше наближаються до Бога, то більше вважають себе грішниками. Так і Авраам, коли побачив Господа, назвав себе *землею і порохом*

(Бут. 18:27). Ісаїя, узрівши Бога звеличеного, закликав: *Горе мені! Пропав я! Бо я людина з нечистими устами!* (Іс. 6:5).

15. Ніхто не може висловити словами, що таке смиренномудрість і як вона народжується в душі, якщо не зазнає цього на собі 3 самих тільки слів ніхто не може того пізнати. Якось авва Зосим говорив про смиренність (мовляв, що святіша людина, то смиренніша), і якийсь софіст, будучи при тому, запитав його: «Чи ти не знаєш, що маєш чесноти? Адже- ти сповняєш заповіді. Чому ж ти тоді вважаєш себе грішним?» Старець на те тільки мовив: «Не знаю, що сказати тобі, але вважаю себе грішним». І коли софіст далі докучав йому, - старець відповів: «Не знаю, чому; але справді вважаю себе грішником. Не баламуть мене». Коли авву Агатона, що лежав на смертному одрі, браття запитали: «Чи й ти боїшся, отче?», - він відповів: «Скільки міг, я примушував себе зберігати заповіді, але я людина і з чого можу знати, чи угодне Богові життя моє? Інакший бо суд Божий, а інакший - людський».

16. Що приводить до смиренномудрости? Про це один зі старців мовив так: «Шляхом до смиренномудрости є тілесна праця, вважання себе меншим за всіх та постійна молитва до Бога». - Тілесна праця приводить душу до смиренности, бо душа співстраждає тілові й стає співучасницею усього, що діється в тілі. Як труд тілесний впокоряє тіло, то разом з ним упокоряється і душа. Вважати себе меншим за всіх - характерна риса смиренномудрости. Звичка та вправа в цьому вкорінюють смирення і викорінюють гордість, що її ми назвали *першою*. Бо як може хтось гордитися або докоряти й принижувати когось, коли вважає себе меншим від усіх? - Так і безнастанна молитва явно протиставляється гордості *другій*. Бо очевидно, що тільки той смиренномудрий, хто знає, що не може сповнити жодної чесноти без помочі Божої, тому й не перестає молити Господа про милість. Той, хто постійно молиться, якщо й сподобиться зробити щось добре, то не може загордіти, бо не приписує цього собі, але все добро своє завдячує Богові, завжди дякує Йому і взиває про поміч. Така людина зі смиренням молиться і молитвою упокоряється. Що більше досягає поступу в чесноті, то більше впокоряється, а, упокорюючись, сподобляється помочі Божої та досягає смиренномудрости.

17. Створивши людину, Бог засіяв у ній щось божественне - якийсь помисел, подібний до іскри, що має у собі світло й теплоту. Помисел цей просвічує ум і показує йому, що таке добро, а що - зло. Називається він совістю і є природним законом. Слідуючи за ним, Патріярхи і всі Святі ще до писаного закону догодили Богові. Але коли люди гріхопадінням потоптали совість, тоді став потрібний закон писаний. Постаła потреба в святих Пророках, у самому пришестві Господа нашого Ісуса Христа, щоб воздвигнути совість, пригаслу іскру знов розпалити святими заповідями Його.

18. Нині від нас залежить або знову пригасити совість свою, або дати можливість їй світитися і просвічувати нас. Коли совість велить нам зробити щось добре, а ми не зважаємо на це, і коли вона знову промовляє, а ми не слухаємося і далі зневажаємо її, - тоді вона гасне: не може вже виразно промовляти до нас і ясно світити нам, але починає, як світило затьмарене, показувати нам речі все темніше й темніше. Як у воді, скаламученій густим мулом, ніхто виразно не бачить обличчя свого, так і ми, постійно грішучи, не дочуваємо вже совісти своєї, ніби її зовсім у нас нема.

19. Совість називається противником, бо завжди протиставляється злій волі нашій; нагадує, що ми повинні творити добро; осуджує, коли робимо зло. Тому Господь і назвав совість противником, навчаючи нас: *Мирися з твоїм противником швидко, коли ти ще з ним у дорозі* (Мт. 5:25), тобто в світі цьому, як каже святий Василій Великий.

20. Бережімо совість свою, поки перебуваємо в цьому світі; не допустімо, щоб вона викривала нас в якомусь злому ділі; не зневажаймо її ніколи, навіть коли вона звинувачує нас у, здавалось би, чомусь малому. Знайте, що від усякого "малого" злодіяння ми переходимо до великого. Якщо хтось подумає собі: «Хіба це так важливо, що я з'їм? Що за злочин у тому, коли подивлюся на ту чи іншу річ?», - то від того впаде до злої звички й почне нехтувати велике та важливе, потоптавши совість свою. Отже, перебуваючи в злі, може дійти й до цілковитого нечуття.

21. Сівість треба мати щодо Бога, щодо ближнього і щодо речей. - *Щодо Бога* зберігає сівість свою той, хто не нехтує заповідями Його, навіть тоді, коли цього не бачать люди і ніхто не примушує їх сповняти. Він зберігає сівість свою до Бога в тайні. Сівість *щодо ближнього* - ніколи не ображати його, не спокушати ні ділом, ні словом, ні виглядом, ні поглядом. Сівість *щодо речей* - не поводитися недбало з ними, не псути і не викидати їх без потреби. - Завжди і всюди треба берегти сівість свою чистою і неоскверненою, щоб не потрапити в біду, від якої Сам Господь остерігає нас: *Істинно кажу тобі: Не вийдеш звідти, доки не заплатиш останнього шага* (Мт. 5:26).

22. Святий апостол Йоан каже: *Досконала любов проганяє геть страх* (1 Йоан 4:18). А святий пророк Давид мовить: *Бійтеся Господа Його святії* (Пс. 34:10). Цим показується, що є два страхи: первісний і досконалий. *Перший* притаманний початківцям, а *другий* - Святим Божим, що досягнули досконалих любов. Хто сповняє волю Божу через страх перед муками в пеклі, той ще є початківцем, а хто - з любови до Бога, щоб угодити Йому, - той досконалий. Зазнавши насолоди перебування в Бозі, - боїться відпасти, боїться втратити її. І цей досконалий страх, що родиться з любови, проганяє геть страх первісний.

23. Неможливо досягнути досконалих страху без страху первісного. Премудрий Сирах каже: *Вінець мудрости - острах Господній* (Сир. 1:18). За первісним страхом настає досконалий страх Святих. Первісний страх хоронить душу від усякого падіння, бо сказано: *Острах Господній - мудрости навчання* (Прип. 15:33). Хто спочатку ухиляється від зла зі страху покарання, як раб, що боїться господаря свого, той поступово доростає до того, що робить добро добровільно, - спершу, як наймит, надіючись відплати за своє діяння. Якщо так постійно уникатиме зла зі страху, як раб, і чинитиме добро, надіючись нагороди, як наймит, то, перебуваючи - з благодати Божої - в доброму і еднаючись з Богом, відчує нарешті смак правдивого добра і вже не схоче розлучатися з ним. Тоді доростає до достоїнства сина і любить добро ради самого добра, і хоч боїться, - але тому, що любить. Це і є той великий і досконалий страх.

24. Цю поступовість зображає і святий пророк Давид такими словами: *Відступи від зла й чини добро, шукай миру та його тримайся* (Пс. 34:15). *Відступи від зла*, тобто уникай усякого лиха, кожного діла, що веде до гріха. Але, кажучи це, Псалмопівець не спинився на цьому, але додав: *Чини добро*. Бо буває, що хтось не робить зла, але й добра теж не творить. Наприклад, не ображає, але й не милосердиться; не ненавидить, але й не любить. Кажучи про це, Давид заохочує: *Шукай миру та його тримайся!* Не сказав тільки - *шукай*, але - *тримайся*, прямуй за ним, досягни його. Стежте уважно умом своїм за цими словами - і зауважте тонкощі, спостережені Святим. - Коли хтось відхилиться од зла і з поміччю Божою творитиме добро, тоді повстануть на нього сили ворожі, проти яких він мусить подвизатися, трудитися, журитися, то як раб, що боїться знову повернутися до зла, то як наймит, що надіється нагороди за добро. Але зазнаючи нападу ворога, змагаючись з ним і опираючись йому, він, хоча чинить добро, однак з великими скорботами та трудом. Коли ж сподобиться помочі від Бога і здобуде деякий навик у добрі, тоді узрить спокій, відчує мир, зрозуміє, що таке скорбота боротьби, а що - радість та веселість миру. - І вже шукатиме тільки святого миру, щоб досягнути, придбати його назавжди собі, аби зазнати, врешті, блаженства миротворців (Мт. 5:9). Таку душу вже не треба спонукувати до добра ради чогось іншого, крім насолоди від самого добра. Тоді-то така душа спізнає і досконалий страх.

25. Отці казали, що людина набуває страху Божого, коли пам'ятає про смерть та муки, коли шовечора іспитує себе, як провела день і щоранку - як пройшла ніч, коли не буде зухвала і спілкуватиметься з людиною, що боїться Бога. Один брат спитав якогось старця: «Що мені робити, отче, аби боятися Бога?» Старець відповів йому: «Іди та живи з людиною, що боїться Бога, - вона й тебе навчить цього». - Відганяємо від себе страх Божий тим, що чинимо усе протилежне тому, що було сказано. - Не пам'ятаємо про смерть та муки, не застановляємось над собою і не запитуємо себе, як проводимо час, - але живемо недбало, спілкуємся з людьми, що не мають страху Божого, - і самі стаємо зухвалі. Це останнє - гірше від усього, бо це остаточна

згуба душі: ніщо так не відганяє страху Божого, як зухвальство. Спитали про це колись авва Агатона, і він відповів: «Зухвальство подібне до сильного, нищівного вітру, котрий псує усякий плід на деревах». - Бог нехай визволить нас від тієї всегубної пристрасти - зухвальства.

26. Зухвальство буває різне. Можна бути зухвалим і словом, і ділом, і поглядом. Од зухвальства хтось впадає до пустомовства, говорить про мирське, сміється та й інших спонукує до того ж. Торкатися когось без потреби, простягати руку до якогось сміхуна, штовхати його, виривати щось йому із рук, безстыдно дивитися на когось, - усе це зухвальство. А походить воно від того, що в душі нема страху Божого. Тоді людина впадає непомітно і в цілковите недбальство. - Тим то Бог, коли давав заповіді, сказав: *Тож зробіть уважними синів Ізраїля щодо їхніх нечистот, щоб не померли через них* (Лев. 15:31), бо без благоговіння та скромної сором'язливости людина не почитає і самого Бога, не зберігає жодної заповіді. Тому немає нічого шкідливішого від зухвальства, бо воно є джерелом усіх пристрастей, що проганяють побожність, страх Божий з душі й родять недбальство.

27. Авва Йоан, учень Варсануфія, мав звичай повторювати такі чотири вислови:

«Зберігаючи совість щодо ближнього, - ми стаємо смиренномудрими»;

«Ніколи не надавай переваги волі своїй над волею брата свого»;

«Утікай від усього людського - і спасешся»;

«Носіть тягарі один одного й тим разом виконаєте закон Христа» (Гал. 6:2).

28. Яким би не було важливим діло та якої б ретельносте не вимагало, не хочу, щоб ви робили його зі сварками чи з бентеженням. Знайте: кожне діло - велике чи мале - є лише восьмою частиною шуканого; а зберегти свій дух неушкодженим, - це сім восьмих. Отож, якщо ви приступаєте до якогось діла, то намагайтеся як саме діло сповнити, так разом з тим зберегти і спокій свого духа. Якщо ж для того, щоб сповнити діло вашого служіння, потрібно пошкодити собі чи комусь іншому суперечкою, то не треба марнувати сім восьмих заради однієї восьмої.

29. Премудрий Соломон каже в приповідках: *Де нема розумного управління, там падають, як листя, а де багато дорадників, там справи стоять добре* (Прип. 11:14). Чи бачите, чого вчить нас Священне Писання? - Не покладатися на самих себе, не вважати себе за найрозумніших, не думати, що можемо самі управляти собою, бо ми потребуємо помочі Божої і тих, що наставляють нас у Бозі. Жодна людина так не близька до загибелі, як та, що не має наставника на шляху Божому. Бо що значить сказане: *Де нема розумного управління, там падають, як листя?* - Листя спочатку зелене, живе, гарне, але з часом поступово засихає, падає і, накінець, усі топчуть його ногами. Так і людина, ніким не керована, спочатку ревна до посту, чування, безмовности, послуху та інших чеснот; пізніше непомітно холодне і, не маючи нікого, хто би наставляв, підтримував і розпалював її, засихає, падає і стає, врешті, рабом ворогів своїх, які роблять з нею усе, що заманеться.

30. Про тих, що відкривають помисли свої та вчинки й усе роблять з порадою, Премудрий каже: *Спасіння - в багатьох порадах*. Не каже: «В пораді багатьох» - щоб з кожним радитися, але *про все*, й, певна річ, з тим, до кого маємо довір'я, і не так, щоб одне відкривати, а інше замовчувати, але все виявляти і про все радитися. Такій людині - істинне спасіння *в багатьох порадах*.

31. Коли не сповідаємося у своїх думках і наміреннях та не просимо поради досвідчених, тоді тримаємося своєї волі та слідуємо їй. Тим то, роблячи навіть добре діло, ми самі собі розставляємо сіті й гинемо, не відаючи того. Бо як можемо зрозуміти волю Божу або цілковито їй віддатися, якщо віримо собі й тримаємося своєї волі? - Тому авва Пімен і каже: «Воля людини - мідна стіна між людиною і Богом».

32. Тому, хто вірить уму своєму й віддається волі своїй, ворог усіляко влаштовує падіння. Хто за порадою усе робить, - до того не має доступу. Тому й ненавидить лукавий ворог і питання, і настанови щодо себе, не терпить самого голосу і звуку про це. Чи сказати чому? - Бо знає, що злопідступність його негайно вирине, як тільки почнуть говорити про корисне. А диявол нічого так не боїться, як викриття, бо тоді вже не зможе підступити до людини. Коли хтось питає і чує раду когось досвідченого: «Це чини, а це - ні» або: «Тепер не час для цього

діла», а іншим разом: «Тепер час»; тоді лукавий не знає, як зашкодити людині або як скинути її, бо вона завжди радиться і з усіх боків себе огороджує, -тож здійснюється на ній сказане: *Спасіння є в багатьох порадах.*

33. Ворог любить тих, що покладаються на свій розум: такі бо допомагають йому, самі собі розставляючи пастки. Я не знаю іншого падіння монаха, крім того, коли він вірить своєму серцю. Декотрі кажуть: «Тому й тому падає чоловік»; а я не знаю іншого падіння від того, коли людина керує сама собою. Якщо побачиш чоловіка, що впав, - знай, що він покладався на себе. Нема нічого небезпечнішого та згубнішого від цього.

34. Я завжди кажу вам, що від малих прогрішень доходимо і до великих гріхів. Що тяжче від гріха осуджування ближнього? Чи не його так ненавидить Бог і не від нього відвертається? Одначе до такого страшного зла доходить людина від цілком, здавалось би, невинного, - від того, що дозволяє собі трохи докорити ближньому. Коли це стає звичкою, тоді вже ум не зважає на свої гріхи, а стежить за гріхами ближнього. Від цього походять пересуди, докори, лихослів'я і, накінець, - згубне осудження. Ніщо так не гнівить Бога, ніщо так не позбавляє людини благодати й не наближає її до погібелі, як докір, лихослів'я та осуджування ближнього.

35. Одна річ - злословити, а інша - осуджувати чи зневажати. *Злословити* - значить сказати про когось пристрасно: «Такий-то мав позашлюбні зносини з жінкою; цей збрехав; той - любить гніватися». А *осуджувати* - значить сказати: «Той розпусник, цей брехун, а он той - гнівливий», тобто осудити саму схильність людської душі, винести вирок про ціле її життя і осудити її як особу. А це тяжкий гріх.

36. Фарисей, молячись і дякуючи Богові за свої чесноти, не збрехав, але сказав правду, і не за це був осуджений (бо ми повинні дякувати Богові, коли сподобимось зробити щось добре, адже це Господь сприяв нам у тому). І не за те був осуджений, що сказав: *Я не такий, як інші люди.* Але коли, вказавши на митаря, прорік: *Або як оцей митар,* - тоді підпав осуду - за осудження ближнього. Бо він осудив саму особу, її душу та ціле її життя. Тому-то виправданим повернувся до свого дому митар, а не фарисей (Лк. 18:11).

37. Один тільки Бог може виправдовувати або осуджувати, бо Він знає душу кожної людини, силу, схильності й дарування її, задатки тіла та здібності, - й відповідно до того осуджує або виправдовує кожного справедливо. Бо хто може достовірно знати все те, крім єдиного Бога, Котрий усіх сотворив і все бачить?!

38. Деколи ми не тільки осуджуємо, але й зневажаємо ближнього; бо це різні речі - осуджувати і зневажати. *Зневага* - в тому, коли людина не тільки осуджує, але й погорджує іншим, гидує і відвертається від нього, як од якоїсь мерзоти. Зневаження гірше від осудження і набагато згубніше.

39. Ті, що бажають спастися, не зважають на прогрішення ближніх, а тільки про свої журяться - і йдуть уперед. Таким був той, котрий, побачивши, що брат згрішив, зітхнув і сказав: «Горе мені! Як він згрішив сьогодні, так я згрішу завтра». - Чи бачиш мудрий устрій душі; те, як можна відразу уникнути осудження брата свого? Сказавши: «Так і я завтра», він вселив у себе страх і журбу про те, що й він скоро може згрішити, - і так уникнув осудження ближнього. Притому не задовольнився тим, але ще й кинув себе йому під ноги, кажучи: «Цей хоч покається у гріхах своїх, а я - навряд». Бачиш просвічення Божественної душі?

40. Буває, що отрута осуджування, переповнивши нашу душу, виливається на інших. Тоді ми, стрінувши мирного до всіх брата, спішимо переказати йому: «Те й те сталося», - і спричиняємо шкоду ближньому, вносячи до серця його гріх осудження. Не боїмося Того, хто сказав: *Горе тому, хто своїх сусідів напуває, хто наливає їм отруту* (Авак. 2:15), але помагаємо бісам і не думаємо про це. Бо хіба бентежити і шкодити не є бісівське діло? І ось ми вже слуги бісівські на погібель свою та ближнього. Чому? Тому що нема в нас любови. *Бо любов силу гріхів покриває!* (1 Пт. 4:8).

41. Святі не осуджують грішника і не відвертаються од нього, але співстраждають з ним, уболівають за нього, поучають, утішають, лікують, аби лише спасти його. - Що зробив святий Амон, коли збентежені браття донесли йому: «Піди й подивися, отче: у такого-то брата в келії -

жінка». Яке милосердя виявив він?! Догадавшись, що брат сховав жінку під кадіб, Амон сів на нього, а братам велів шукати по всій келії. Коли ж вони нікого не знайшли, сказав їм: «Бог нехай простить вам». Так він застидав їх і навчив не легко вірити звинуваченню на ближнього; а брата того направив на істинну путь, покривши провину його в Бозі та напоумивши в свій час. Відправивши всіх геть, Амон узяв його за руку і сказав: «Подумай про душу свою!» -Брат цей розчулився у серці своїм і вже більше не грішив. Так благотворно подіяла на нього чоловіколюбність і співчуття старця.

42. Уявіть собі круг, середину його - центр, з якого виходять радіуси - проміння. Що далі розходяться ті радіуси від центру, то більше віддаляються один від одного; і навпаки, що ближче наближаються до центру, то більше зближаються між собою. Цей круг є світ, середина його - Бог, а проміння (радіуси), що йдуть од центру до окружності, чи від окружності до центру, - це путі людей. Наскільки люди зближаються до середини цього кола, тобто до Бога, настільки стають ближчими один одному; і наскільки зближаться один до одного, настільки наближаться до Бога. - Коли ж віддаляються од Бога й наближаються до зовнішнього, то водночас віддаляються один від одного, - і що більше віддаляються один від одного, то більше віддаляються од Бога. Така є і властивість любови: наскільки ми віддалені від Бога, настільки - і від ближнього. Якщо ж возлюбимо Бога, наблизимося до Нього любов'ю, то злучуємося любов'ю і з ближніми, і наскільки злучуємося з ближніми, -настільки і з Богом.

43. Чому деколи людина не зважає на образу, зносить легко її, без бентеження, ніби зовсім не відчуває; іноді ж - одразу стривожиться? Не тривожиться, коли *перебуває у доброму налаштуванні духа* - після молитви чи духовної вправи - й тому вибачає братові своєму та не тривожиться від слів його. Буває також, що хтось *прихильний до когось* і тому без засмучення зносить усе від нього; або, навпаки, *нехтує ту людину*, що образила його, і тому не звертає уваги на кривди її. - А бентежить од протилежного: коли не в доброму настрої духа чи відчуває неприязнь до того, хто образив, або з інших мотивів. - Але головною причиною кожного бентеження є те, що людина не докоряє сама собі.

44. Авва Пімен сказав: «Де б не пішов чоловік, що вміє докоряти собі, що б не випало йому: шкода, безчестя чи інша якась скорбота, він наперед визнає себе гідним усіх нещасть - і ніколи не бентежить. Чи є щось безжурніше від такого стану?»

45. Запитав хтось: «Якщо брат зневажить мене без жодної причини, то як можу докоряти собі?» -По правді, якщо дослідиш себе зі страхом Божим, то знайдеш, що сам таки подав привід: чи ділом, чи словом, чи виглядом; якщо ж не тепер, то колись образив того чи іншого брата, тим то тепер постраждав сам за це або за якийсь інший гріх. Тому й кажу: коли хтось зазирне в себе зі страхом Божим і строго перевірить совість свою, то неодмінно знайде себе винним і докорить собі⁴.

46. Буває, що хтось у безмовній самотності перебуває в мирі. Аж ось приходять брат, скаже щось неприємне, - і той негайно стривожиться, а потім ще й нарікає: «Якби не прийшов брат той до мене й не збентежив мене, то я не згрішив би». -Яке смішне розумування! Чи той, хто сказав слово, вложив тобі пристрасть? Він тільки викликав назовні те, що вже було в тобі; - і тепер ти не повинен на брата нарікати, а каятися, докоряти лише собі. Твій стан подібний до гнилого хліба, що зовні добрий, а всередині запліснявілий, і коли хтось розломить його, то виявляється гнилість його; або ж до чистої зовні посудини, котра всередині повна нечистот, і коли відкрити її, - відразу тхне сопух її. Так і ти мав, як тобі здавалось, мир душевний, не помічав пристрасти в собі. Брат сказав тобі одне слово -і виявилась гнилість, сокрита в нутрі твоєму.

⁴ До архимандрита Ісаака з Оптина прийшов один брат скаржитись на іншого брата. Архимандрит його спершу вислухав, а потім сказав:

- Чи дійсно він тобі це сказав, а до того ще й вдарив? Цього не можна терпіти. Йди і помирися зі своїм братом!
- Та ж він мене вдарив.

- Христос сказав: Хто вдарить тебе в праву щоку, оберни до нього й ліву (Мт. 5:39). Ти повний злоби на брата свого. Він би не образив тебе, якби ти не провинився перед ним. Иди й проси в нього вибачення!

Тому якщо хочеш бути помилуваний, - покайся, докоряючи собі. Тільки так досягнеш чистоти й поступу. Братові ж тому ще подякуй, що приніс тобі таку користь.

47. Душа, згрішивши, знемагає; бо гріх розслаблює і знесилює того, хто віддається йому, тим то все, що випаде йому в житті, - обтяжує його. Якщо ж людина досягає поступу в доброму, то їй стає легким те, що колись було тяжке.

48. Завжди треба дивитися вгору. Чи добро нам хтось вчинив, чи терпимо від когось зло, - ми повинні дивитися горі й благодарити Бога за все. Що б не сталося з нами, завжди треба докоряти тільки собі й пам'ятати: коли випаде нам щось добре, то це діло милостивого провидіння Божого, а якщо зле - то це за гріхи наші.

49. Окаянні ми. Щоденно грішимо й скніємо в пристрастях своїх! Покинули праву путь самодокоряння, що її вказали нам отці, й зійшли на криві манівці докоряння ближньому. - Кожен з нас намагається перекласти вину на брата свого і на нього скинути весь тягар гріха свого. Сам лінується і не сповняє жодної заповіді, а від ближнього домагається зберігання усього закону.

50. Де той старець, котрий на питання: «Що головне знайшов ти, отче, на дорозі життя?», - відповів: «Те, щоби в усьому докоряти собі». - Так і авва Пімен сказав із зітханням: «Усі чесноти ввійшли до дому того, але без однієї чесноти важко встояти чоловікові». «Яка ж то чеснота?» - спитали його. Він відповів: «Щоб людина докоряла собі». І святий Антоній мовить: «Велике діло - визнавати перед лицем Бога гріхи свої і до останнього подиху сподіватися спокусу». Отці наші здобували спокій саме так: поклавши на Бога все, навіть найменше, завжди зберігали це правило - собі в усьому докоряти.

51. Отці мовлять, що монахам не можна гніватися, а також зневажати кого-небудь. Хто переміг дратівливість, той подолав демонів, а кого перемогла пристрасть гніву, той чужий чернечому життю. - Що ж скажемо про себе, коли ми не тільки дратівливі та гнівливі, але й злопам'ятні? - Що ж залишається робити нам, як не оплакувати такий жалюгідний і нелюдський стан наших душ? - Однак будьмо уважні до себе, браття, і постараймося з поміччю Божою вибавитися од гіркоти згубної пристрасти.

52. Замішання і незадоволення часто постають між братами, але вони звичайно спішають улагоджувати їх - і умиростворяються. Буває, однак, що хтось і після примирення далі гнівається на брата і думає про нього зле. Це є *злопам'ятність*, і треба багато пильности, щоб не лишитися під владою її і не загинути. Хто помирився одразу після сварки, той зцілив гнів, але проти злопам'ятности ще не подвизався, тому й далі боліє серцем на брата. Бо одне - злопам'ятність, інше гнів, ще інше - дратівливість та бентеження. Щоб це легше зрозуміти, наведу приклад. Хто розкладає огонь, бере спочатку маленький вуглик: цим вугликом є слово брата, що образив тебе. Якщо ти знесеш це слово, то тим погасиш вуглик. Коли ж будеш думати: «Чому він це сказав? Якби він не хотів образити мене, то не сказав би цього, - тож і я скривджу його». Ось ти й підклав скіпку в огонь і утворив дим, котрий є бентеженням. *Бентеження* - це збудження помислів, що дратують серце. *А роздратування* - це мстиве повстання на того, хто нас засмутив, котре міняється на *зухвальство*, як сказав блаженний авва Марко: «Злоба, утримувана помислами, дратує серце; молитва ж убиває її». Якби ти зніс мале слово брата свого, то погасив би той маленький вуглик скоріше, ніж би виникло бентеження. - Однак і його, якщо хочеш, можеш легко загасити, поки воно ще мале, - мовчанням, молитвою, прощенням од серця. - Якщо ж будеш і далі диміти, тобто дратувати і збуджувати серце помислами: «Нащо він..., так і я...», то від цього розгориться серце твоє дратівливістю. - Коли захочеш - зможеш погасити і її перше, ніж вирине гнів. Якщо ж далі будеш обурюватись та дратуватись, то уподібнишся до людини, що підкладає дрова в огонь, від чого постає полум'я вогненне. Це і є *гнів*. А гнів, заскнівши, переростає у злопам'ятність, од котрої людина не визволиться, якщо не пролле крови своєї (поту й труду над собою).

53. Ось що таке початкове бентеження, дратівливість, гнів і злопам'ятність. Чи бачиш, як від одного слова доходять до такого великого зла? Бо коли б ти спочатку докорив собі, терпеливо зніс слово брата свого і не хотів би відомстити йому - на одне слово сказати два або

п'ять і відплатити злом за зло, то вибавився б од усіх цих лих. Тому й кажу вам: завжди відсікайте пристрасті, доки вони ще малі, перше, ніж вкоріняться, укріпляться у вас і почнуть гнітити, бо тоді доведеться вам багато постраждати від них. Одне діло вирвати малу билинку, а зовсім інше - велике дерево.

54. Відплачувати злом за зло можна не тільки ділом, але й словом та виглядом. Хтось не платить злом за зло ділом, але, виявляється, робить це словом або виглядом, рухом чи поглядом, бо всім тим можна образити брата свого. І це також означає віддавати злом за зло. - Ще хтось старається не мстити за зло ні ділом, ні словом, ні виглядом, ні рухом, але в серці своєму має жаль і невдоволення на брата свого. Інший хоч і не уболює на брата свого, але коли почує, що хтось зневажив його, насварив чи понизив, радіє з того, - тоді й він відплачує злом за зло в серці своєму. Ще інший не годує злоби в серці своєму не радіє, почувши про пониження того, хто колись його зневажив, навіть журиється, якщо того ображають, однак не радіє з його благополуччя, сумує, якщо того вивищують і хвалять. Це також різновид злопам'ятности, хоч і найлегший.

55. Якщо брати образять один одного, але попросять прощення і помиряться між собою, - тоді живуть у мирі й не мають супроти один одного ніякої злої думки в серці своїм. Коли ж через якийсь час хтось із них знову скаже щось зневажливе на брата свого, тоді той починає згадувати колишнє та бентежитися не тільки теперішнім, але й давнім. - Такий подібний до пораненої людини, рана якої хоч і загоїлась, але місце ще болюче. Якщо ж хтось кине в неї каменем, - рана відразу починає кровоточити. Так потерпає і та людина: була в неї рана, і вона приклала пластир, тобто попросила прощення і зцілила рану гніву примиренням. Почала вже одужувати і від злопам'ятности, стараючись не утримувати жодної злої думки в серці своєму. Це значить, що рана заростає; але вона ще цілковито не загоєна, - є ще залишок злопам'ятности, від котрого легко відновлюється рана, якщо людина дістане бодай легкий удар.

56. Треба подвизатися - цілковито очистити рану від внутрішнього гною, аби болісне місце остаточно зажило та не лишилося жодного рубця од рани. Як це зробити? - Молитися щирим серцем за того, хто зневажає вас, і благати: «Боже, поможи братові моему і мені ради молитов його!» - Молячись так за брата свого, ви виявляєте співчуття і любов; прошенням же помочі собі ради молитов його - упокорюєтесь. А де співчуття, любов і смирення, там безсилями стають дратівливість, злопам'ятність та інші пристрасті. - Авва Зосим казав: «Якщо диявол разом з усіма демонами озброїться всіма хитрощами злоби своєї проти вас, то вся його підступність касується і тріщить од смиренномудрости - заповіді Христової». А інший старець сказав: «Хто молиться за ворога, той не буде злопам'ятним».

57. На ділі сповняйте поради старців і тоді добре зрозумієте їхню суть. Інакше - лише зі слів - ніколи не зможете навчитися справжнього подвижництва. Чи людина, бажаючи опанувати якесь ремесло, осягає його з самих лише слів? Ні, спочатку вона неуханно трудиться і попервах тільки псує матеріял. І лише згодом - великою працею і терпінням - навчається ремесла з поміччю Бога, Котрий споглядає на людський труд і волевиявлення. А ми хочемо мистецтва мистецтв навчитися з самих лише слів, не беручись за діло. Чи можливо це?! - Ні. Будьмо уважні до себе й трудімося дбайливо, поки ще маємо час.

58. Треба постійно чувати, щоб не бути окраденими брехнею, бо брехун ніколи не злучиться з Богом. Неправда - чужа Господу. В Писанні сказано, що *диявол - душогубець від початку, і правди він не тримався, бо правди нема в ньому, що він брехун і батько лжі* (Йоан 8:44). Батьком брехні названий диявол, істиною ж є Бог, бо Він Сам каже: *Я -путь, істина і життя!* (Йоан 14:6). Бачите, від Кого ми відлучаємось і з ким лучимося брехнею? - Отак, якщо по правді хочемо спастися, то всією силою своєю повинні полюбити істину й хоронити себе від усякої брехні, щоб вона не відлучила нас од правди й життя.

59. Є три різновиди брехні: один бреше думкою, інший словом, ще інший - самим життям своїм.

Думкою бреше той, хто приймає за правду припущення свої, тобто пусті підозріння на ближнього. Наприклад, бачачи, як хтось говорить з братом своїм, гадає собі так: «Це він про

мене щось говорить». - Такий бреше думкою, бо він нічого правдивого не говорить, лише здогадується, а від цього походять лихослів'я, пересуди, ворожість та осудження.

Словом бреше той, хто, наприклад, полінившись встати на чування, не признається чесно: «Прости, я полінувався встати», а викручується: «Я мав гарячку, був нездоровий» і десятки брехливих слів придумує, замість того, щоб попросити вибачення і впокоритися. Також, бажаючи чогось, не скаже просто: «Я хочу того чи того», але завжди крутить словами своїми, покликаючись то на хворобу, то на нужду, - і бреше доти, доки не задовольнить бажання свого. Такому, врешті, не вірять уже й тоді, коли він правду говорить.

Життям своїм бреше той, хто, будучи розпусником, вдає з себе невинного чи, будучи грабіжником, виставляє себе милостивим або, будучи гордим, маскується під смиренного.

60. Потурбуймося про себе. Хто нам поверне час, що його марно потратимо? По правді, буде ще так, коли шукатимемо днів тих і не знайдемо. Авва Арсеній завжди казав собі: «Арсенію, нащо покинув ти світ?»

61. Якби хотіли ми подвизатися, то не уболівали б душею і не зазнавали труднощів. Бо коли хтось постійно трудиться як подвижник, то непомітно досягає поступу і вже зі спокоєм сповняє різні чесноти. Бог подає такій людині поміч Своєю. Будемо ж спонукувати себе; бо хоч ми ще не досягай досконалости, але якщо будемо подвизатися, то через подвиг сподобимося помочі Божої, а з нею - усіляких чеснот. Тому-то хтось з отців сказав: «Дай кров - і прийми дух», тобто подвизайся - й одержиш навик у чесноті.

62. Як той, хто бажає навчитися теслярства, не вправляється в інших ремеслах; так і ті, що хочуть навчитися духовного діяння, не повинні турбуватися нічим іншим, але день і ніч повчатися того одного. Однак у всьому повинна бути міра. Хтось із старців сказав: «Ходіть царським шляхом». Бо чесноти є середина між надміром та недостатком. Тому й сказано в Писанні: *Не відступай ні праворуч, ні ліворуч*, але шляхом царським ходи (Втор. 5:32; 17:11).

63. Зло само по собі є нічим, бо воно не є якась субстанція і не має жодного складу. Але душа, відхилившись од чесноти, стає пристрасною, породжує гріх і потім мучиться, позбувшись природного спокою. Чи дерево має з природи черв'яків у собі? Ні, але з малої гнилости заводяться у ньому хробаки, що згодом поїдають дерево. Так і душа: сама породжує зло - і сама мучиться од нього. Григорій Богослов сказав: «Вогонь є породженням речовини і поїдає речовину - як і зло злих».

64. Те саме стосується і тілесної хвороби. Коли хтось живе в похотях, не береже здоров'я, тоді постає надмір або нестаток чогось у тілі - і людина хворіє; а перед тим хвороби не було в ній, як і по зціленні вона щезає. Так і зло є хворобою душі, що позбулася власного, від природи даного їй здоров'я, яким є чеснота.

65. Чоловік або підвладний пристрасті, або опирається їй, або викорінює її. *Підвладний* пристрасті той, хто потурає і задовольняє її. *Опирається* пристрасті той, хто розумно оминає її, хоча ще повністю не позбувся її. *А викорінює* пристрасть той, хто подвизається, воює проти неї, одсікаючи її.

66. Підвладний пристрасті подібний до людини, що зазнала поразки від ворога свого і власними руками встромляє ворожі стріли собі в серце. Хто опирається пристрасті, той зодягнений у броню, - тим то стріли ворожі не ранять його. А хто викорінює пристрасть, той подібний до того, хто трощить стріли ворога або вертає їх у серце ворога, як сказано в псалмі: *Їхній меч пройде їм крізь серце, луки їх потроцаться* (Пс 37:15).

67. Один брат сім днів перебував у гарачці, й ось пройшло ще сорок днів, а він усе ще слабкий. Так буває і з душею: хтось згрішить небагато, а скільки часу потім проливає кров свою, доки виправиться!

68. Бачимо, як брати наші відходять з цього світу і все ж не дбаємо про себе, хоча знаємо, що й ми непомітно наближаємося до смерті. Пильнуймо ж себе і не марнуймо часу! Один старець сказав: «Коли хтось втратить золото чи срібло, то може ще набути його; якщо ж змарнує час у недбальстві та лінивстві, то вже не матиме іншого замість утраченого. Направду, будемо шукати хоч одну хвилину часу цього - і не знайдемо».

69. Якось старець з учнями своїми проходив місциною, де росли кипариси, великі й малі. Одному з учнів старець звелів: «Вирви той кипарис». Деревце було мале, і брат одною рукою легко вирвав його. Тоді старець вказав йому на другий, більший від першого: «Вирви й цей». Брат розхитав кипарис обома руками й витягнув. Старець звелів йому тоді вирвати третій, ще більший. Брат з великим трудом вирвав і цей. Та старець вказав йому на інший, ще більший кипарис. Брат з величезним зусиллям спочатку довго підкопував його, трудився і прів, але нарешті вирвав і цей. Накінець старець звелів вирвати йому ще більший кипарис. Але як не намагався, як не трудився той брат, однак не міг цього зробити. Тоді старець наказав іншому братові допомогти йому. Обидва ледве спромоглися викорчувати його. - Старець же промовив учням своїм: «Ось так і з пристрастями: поки вони малі, то можемо легко, якщо тільки схочемо, вирвати їх; але коли занедбаємо їх, то вони укріпляться, і що глибше, - то більших потребуватимуть зусиль. А коли міцно вкоріняться в нас, тоді навіть з великим трудом не зможемо їх вирвати самі, без помочі Святих, що спомагають нас у Бозі».

70. Пророк каже до доньки вавилонської: *Щасливий, хто, вхопивши дітей твоїх, розіб'є їх об скелю* (Пс. 137:9). Донька вавилонська - образ усього грішного й богопротивного. Породженням її є пристрасні помисли та діла. Блаженний, хто не приймає лукавих помислів і не дає їм місця розростатися в собі, ні зла чинити на ділі, але поки вони ще малі й не вкорінені та заки повстануть на нього, всіляко трощить їх об камінь непохитної рішучості й нищить їх іменем Господа нашого Ісуса Христа.

71. Отці вказали нам, як людина повинна очищатися: щовечора мусить перевіряти себе, як пройшов день, а рано - як минула ніч, і каятися перед Богом у гріхах своїх. Нам же, через многогрішність та забудькуватість нашу на правду треба після шістьох годин перевіряти себе, як провели ми час і в чому згрішили.

72. Хто почне так іспитувати себе, в тому зло непомітно малітиме, - і якщо він грішив дев'ять разів, буде грішити вісім, - і так поступово досягаючи поступу, з поміччю Божою, викоринить у собі пристрасті. Велика біда - звикнути до якогось пороку.

73. Не той, хто один раз розгнівався, уже гнівливий, ані той, що раз упав до тілесного гріха, вже розпусник, і не той, хто раз виявив милість, уже милостивий; але як до чесноти, так і до пороку душа звикає від частой вправи в них. Потім набута звичка або мучить людину, або утримує в спокої. Чеснота заспокоює: що частіше робимо ми добро, то більше звикаємо до чесноти, і через те повертаємо собі природну властивість свою і первісний образ свій. А порок мучить, бо через нього підпадаємо чужій і ворожій нашому еству звичці, що руйнує його.

74. Якщо орел хоч одним кігтем заплутається в сітях, то хоч цілий і буде поза ними, та через ту дрібницю позбудеться усієї сили своєї, - і ловець легко схопить його. Так і душу, якщо хоч одна пристрасть стане звичкою для неї, ворог, коли тільки забажає, скине її, бо через ту пристрасть вона перебуває в руках його. Не дозвольте, щоб яка-небудь пристрасть стала вашою звичкою, але подвизайтесь і моліться Богові день і ніч, аби не впасти у спокусу. Якщо ми й будемо переможені як люди і впадемо в гріх, то постараймося негайно встати, покаятися. Заплачмо перед благістю Божою, бадьорімося і подвизаймося. І Господь, бачачи добру волю нашу, смиренність та скруху серця, подасть нам десницю помочі Своєї та сотворить нам милість.

75. Треба завжди покладатися на Бога й казати: «Нічого не стається без волі Божої: Господь знає, що це добре й корисне, тому й стається так». Бог не створив нічого поганого, але *все, що створив, було дуже добре* (Бут. 1:31). Отож нічим не треба журитися, але, піднісши мольби до Бога, заспокоїтись. Деякі люди так знемагають від повсталих на них скорбот, що відмовляються од самого життя і визнають солодкою смерть, але це походить від малодушності й великої нерозважності їхньої. Не знають бо вони тої страшної нужди, що чекає їх по виході душі з тіла.

76. Один вельми ревний брат запитав якогось старця: «Чому душа моя бажає смерті»? Той відповів: «Тому що ти не хочеш терпіти скорбот, не відаєш бо, що тамта скорбота набагато тяжча від тутешньої». - Інший брат питав старця: «Чому я стаю безтурботним, перебуваючи в

келії своїй?» Той повів йому: «Тому що не зазнав ти ще ні очікуваного спокою, ні будучих мук. Бо інакше - хоч би келія твоя була повна хробаків і ти стояв би в них по саму шию, - терпів би все те, не розслаблюючись». Але ми, оспалі, хочемо спастися, і знемагаємо в скорботах замість того, щоб благодарити Бога й вважати себе блаженними, бо сподобляємося небагато постраждати *тут*, щоб знайти немалий спокій *там*.

77. Евагрій сказав: «Хто віддається пристрастям і водночас молить Бога, щоб скоріше померти, той подібний до хворого, котрий просить порубати ліжко своє» (на котрому він усе ж таки мав деяку полегшу в стражданні своєму). Бо перебуваючи в тілі, людина деколи має спокій од пристрастей своїх і хоч якусь утіху: їсть, п'є, спить, спілкується з друзями. Коли ж душа її вийде з тіла, тоді лишається наодинці з пристрастями своїми й тому завжди мучена. Опутана ними, палена їхнім вогнем, - вона катована так, що й про Бога згадати не може. Ця пам'ять про Бога могла би втішати душу, як мовиться у псалмі: *Згадаю про Бога і возрадуюся* (Пс. 77:4), але до цього не допускають її пристрасті.

78. З тутешнього страждання можемо трохи зрозуміти і тамтешню муку. Коли, наприклад, у людини гарячка, то що палить її? Який невидимий огонь? - Так і грішна душа завжди мучиться *там* злою звичкою своєю, гірко уражується од пристрастей, що безперестанно печуть та розпалюють її.

79. Хто без жаху може уявити собі страшні місця мук, вогню чи темряви, безжалісних слуг-мучителів та пекельні страждання, про які сказано в *Писанні*: співжиття з демонами, що тільки для них одних приготований тамтешній вогонь? (Мт. 25:41).

- А сором осудження хіба не руйнівний, не вбивчий?! Святий Йоан Золотоустий мовить: «Якби й не текла вогненна ріка, не предстояли страшні ангели, а тільки прикликувано всіх людей на суд і -одні, діставши похвалу, прославлялись би, а інші відсилались з безчестям, щоб не бачити їм слави Божої, то покарання цим ситом і безчестям, скорбота про втрату стількох благ - чи не були б жахливішими від усякого пекла?»

80. Постараймося стати чистими, щоб вибавитися од такого лиха. Труд певно потрібний; ото ж потрудімся, щоб знайти милість. Коли чоловік занедбає поле своє, чи не заросте воно? І чи не ще більше поросте воно терням та бур'яном, якщо взагалі не дбати про нього? - Коли ж потім і захоче він очистити поле своє від усякої поганої трави, котрій дав розростися за недбальства свого, то чи не закривавляться руки його? Бо йому доведеться не тільки скосити траву, але й з корінням виривати її, - інакше вона далі буде рости й ширитися. - Так і з душею нашою. Якщо не дбаємо про неї, вона заростає всіляким злим зіллям пристрастей; коли ж потім, опам'ятавшись, візьмемось очищувати її, то неминучий болісний труд, бо треба не тільки відступити від пристрастних діл, але викоренити самі пристрастні звички. І нема нічого гіршого від них. «Немалий подвиг, - каже святий Василій Великий, - подолати злу звичку, бо вона, вкоренившись за довгі роки, часто стає нашим другим єством».

81. Спершу треба вирвати не тільки пристрасті, але й причини їхні, потім добре удобрити вдачу своєю покаянням і плачем, - а шойно тоді починати сіяти добре насіння, тобто добрі діла. Бо як буває з полем, коли, очистивши та удобривши його, не посіяти на ньому доброго насіння, то сходять бур'ян, що в землі пухкій та м'якій ще глибше укорінюється, - так і з людиною. Якщо вона, покаявшись у грішних ділах своїх і виправивши вдачу свою, не набуде чеснот, то збудеться на ній сказане в *Євангелії*: нечистий дух знову повернеться до колишнього житла свого, тепер очищеного й підметеного, вже зі сімома іншими духами (гіршими від себе). Тим то *останнє тої людини буде гірше, ніж перше* (Мт. 12:45).

82. Хто бажає спастися, той повинен не тільки не робити зла, але й творити добро, як сказано в псалмі: *Відступи від зла й чини добро* (Пс. 34:15). Наприклад, якщо хтось був гнівливим, повинен не тільки не гніватися, але й набути лагідности; якщо хтось був гордим, мусить не лише позбутися гордості, але й стати смиренним. Бо кожна пристрасть поборюється протилежною їй чеснотою: гордість - смиренномудрістю, скупість - милосердям, розпушта - невинністю, малодушність - терпеливістю, гнів - лагідністю, ненависть - любов'ю.

83. Як колись ми, прогнавши чесноти, прийняли замість них пристрасті; так тепер мусимо не тільки вигнати пристрасті, але й набути взамін них чесноти. Чесноти - дані нам від Бога, бо Господь, створивши людину, вклав у неї всі чесноти, що й потвердив: *Створімо людину на наш образ і на нашу подобу* (Бут. 1:26). Сказано: *на образ*, бо Господь створив душу безсмертною і свобідною, а *на подобу* - стосується чесноти: *Ви будете святі, бо Я святий* (1 Пт. 1:16). Отже, чесноти - природні нам, а пристрасті - чужі нашій природі, але прищеплюються до неї, коли душа віддається самоогодженню та ухиляється од чеснот.

84. Добре сказав авва Пімен, що поступ монаха виявляється у спокусах. Бо монах, що правдиво *приступає служити Господеві*, повинен *приготовити душу свою на спокуси* (Сир. 2:1), ніколи не дивуватись і не бентежитися, знаючи, що все стається з Провидіння Божого. А де Провидіння Боже, те вповні благає й корисне душі, бо Бог усе робить з любови та милости до нас. І ми повинні, як сказав Апостол, *дякувати за все завжди Богові й Отцеві в ім'я Господа нашого Ісуса Христа* (Еф. 5:20; 1 Сол. 5:18) і ніколи не журитися чи бути малодушними, але все, що з нами трапляється, приймати без бентеження, зі смиренномудрістю та надією на Бога, і вірувати: Господь усе посилає нам з благности Своєї, любови до нас і на добро нам.

85. Якщо хтось переконаний, що друг любить його, то й коли потерпить щось від нього, навіть тяжке, ніколи не повірить, що той хотів пошкодити йому. Тим паче Бог, Котрий створив нас, привів з небуття до буття, воплотився і вмер ради нас, - усе робить з благности Своєї та любови до нас. Про друга можна сказати: він любить і жаліє тебе, але не має стільки розсудливости, щоб завжди все влаштувати якнайліпше, тому, буває, не бажаючи того, шкодить тобі. Про Бога не можна сказати того, бо Він - джерело премудрости, знає усе, що нам корисне, і згідно з цим творить нам усе, навіть найменше. Друг, хоч любить і жаліє нас, - не в змозі допомогти в усьому. Богові ж усе можливе і нема нічого, що було б не під силу Йому. - Тому ми повинні все в житті, навіть скорботне, приймати з вдячністю - як те, що походить від Бога, Благодателя і милосердного Владики.

86. Якщо хтось знесе спокусу терпеливо й смиренно, - вона не зашкодить йому; якщо ж виявить малодушність, почне бентежитися чи звинувачувати інших, - то тільки обтяжить себе, зашкодить собі й жодної не матиме користи, бо спокуси користь приносять тому, хто зносить їх без збентеження.

87. Ти не повинен хвилюватися навіть тоді, коли турбує тебе пристрасть. Чому дивуєшся, пощо бентежишся ти, пристрасний, коли хвилює тебе пристрасть? - Ти сам виплекав її у собі, сам бажав її, а тепер бентежишся? Приймав заставу її та ще й питаєш: «Чому вона бентежить мене?» - Ліпше терпи, подвизайся і моли Бога про поміч. Пристрасті не можуть не нападати на тебе, бо ти сам - пристрасний. Вони, як сказав авва Сисой, всередині тебе; віддай їм заставу їхню - і вони відійдуть од тебе. Але ти полюбив їх, дозволив діяти їм у собі, - тож вони змушують тебе і проти волі твоєї бути пристрасним, бо ти добровільно віддався їм у руки.

88. На кого повстають пристрасні помисли, але він не піддається їм, той ще свобідний і помічник йому - Бог. Тим то, як тільки впокориться перед Господом і небагато побореться, то Всевишній визволить його від нападу пристрасти. Якщо ж не почне боротися, а, потураючи пристрасті, віддається тілесному усолодженню, то Бог відступає од такого, і пристрасть його переростає в пристрасне діло, а за цим слідує приневолення служити пристрасті цій.

89. Учня якогось великого старця спостигла тілесна боротьба. Старець, бачачи труди його, сказав: «Якщо хочеш, я помолюся Богові, щоб Він полегшив тобі цю боротьбу», - та учень відповів: «Хоч мені дуже тяжко, отче, але бачу в собі плід від труду, тому моли Бога, щоб дав мені терпеливість». Старець мовив на це: «Тепер пізнав я, що ти досягаєш поступу й перевищуєш мене». Такими на правду є ті, що бажають спастися! І ось що означає - нести зі смиренням ярмо спокуси!

90. Коли Бог послав Мойсея вивести ізраїльський народ з єгипетського рабства, тоді фараон ще більше обтяжив їх працею. Так і диявол, коли бачить, що Бог змилювався над душею і готовий облегшити від ярма пристрастей, - ще більше обтяжує її пристрастями та нещадніше бореться з нею. Але отці, знаючи це, своїми порадами укріплюють тих, що подвизаються, і

радять їм не боятися. *Сміло. І нехай ваше серце буде відважне, всі, що уповають на Господа (Пс. 31:25).*

91. Страх Божий спонукує душу зберігати заповіді, бо завдяки їм зводиться дім душевний. Біймось, отже, Бога і збудуймо собі надійні доми, щоб знайти в них захист під час зим, дощів, блискавок та громів, бо справді велику біду терплять ті, що не мають дому.

92. Як спорудити дім душевний? Цього можна навчитися з побудови дому житейського. Хто будує дім, той зводить стіни з усіх чотирьох боків, а не про одну тільки стіну дбає, - інакше даремно змарнує кошти й працю. Так і людина, що бажає спорудити дім душевний, не може дбати тільки про одну його стіну, але рівно та згідно все будувати. Це значить те, що сказав авва Йоан: «Я хочу, щоб людина кожного дня набувала потрохи з кожної чесноти», - а не так, як роблять декотрі, - тримаються якоїсь однієї чесноти та її одну сповняють, а про інші не дбають.

93. Дім душевний будують так. Перше треба закласти фундамент, яким є віра: *бо без віри неможливо подобатися Богу (Євр. 11:6)*. А потім вже зводити будівлю. Якщо потрібно, наприклад, виявити послух, треба покласти камінь послуху; якщо засмутив нас брат, треба покласти камінь довготерпеливості; якщо трапиться нагода до поміркованості, треба класти камінь поміркованості. Так з усякої чесноти треба принагідно класти до будівлі по каменю і будувати дім з усіх сторін, вкладаючи в нього то камінь жалісливості, то камінь зречення своєї волі, то камінь лагідності. Передусім же треба турбуватися про терпіння і мужність, бо вони є наріжними каменями, якими зв'язується вся будівля і стіна зі стіною. Без терпіння і мужності ніхто не досягне жодної чесноти. Тому й сказано: *Вашиим стражданням ви спасете душі свої (Лк. 21:19)*.

94. Хто будує дім, той на кожний камінь кладе вапняний розчин, бо якщо покладе камінь на камінь без вапна, то каміння не буде триматися купи - і дім завалиться. У душевному домі вапном є смиренномудрість, бо вапно береться із землі та є у всіх під ногами. Будь-яка чеснота без смиренномудрості не є чеснотою. Про це сказано і в Патролозі: «Як корабель не можна збудувати без цвяхів, так і спастися неможливо без смиренномудрості».

- У звичайнім домі є покрівля. Покрівлею душевного дому є любов, котра є досконалістю чеснот, як і покрівля хати - її завершення. Навколо покрівлі йдуть поруччі, щоб, як сказано в законі, діти не падали з покрівлі: *Коли будуватимеш нову хату, то зробиш на даху поруччя, щоб не навести крові на твою хату, коли хтось впаде з неї (Втор. 22:8)*. Поруччям у душевному домі є тверезіння, увага та молитва, а дітей (помисли в душі) якраз і зберігає тверезіння та молитва.

95. Головне у зведенні душевного дому - умілий будівничий. Бо якщо він невмілий, то дім може завалитися. Досвідченим та вмілим майстром душевного дому є той, хто розумно сповняє чесноти; бо, буває, хтось і візьметься до праці, але від того, що нерозумно трудиться, губить її або постійно псує діло - і будівлю не доводить до кінця, а тільки весь час будує і руйнує.

96. Ось один приклад з багатьох. Якщо хтось постить з марнославства або тішиться в думці, що сповняє якусь особливу чесноту, то такий постить нерозумно. Він думає, що має право докоряти братові свому, вважаючи себе кимось. Такий не тільки поклав один камінь, а зняв два, але може зруйнувати й цілу стіну через осудження ближнього. А хто постить розумно, той не хвалиться в собі, що буцімто звершує особливу чесноту, та й не хоче, щоб його хвалили як посланика, але надіється через поміркованість здобути невинність і так дійти до смиренности, як кажуть отці: «Шляхом до смиренномудрості є труди тілесні, звершувані розумно». -Такий виявляється досвідченим будівничим, що надовго збудував свій дім.

97. Не думай, що чеснота - понад сили твої і ти ніколи не досягнеш її, але надхнися вірою, сміливо поклади початок, вияви перед Богом добру волю та старанність - і узриш поміч Господню. Уяви собі дві драбини: одна з них веде до неба, а друга зводить до пекла, - ти ж стоїш на землі серед обох драбин. Не думай і не кажи: «Як зможу я опинитися на висоті?», тобто на верху драбини. Ти тільки не спускайся вниз ділами злими; вгору ж намагайся піднятися поступово, творячи всяке добро. Кожне діло благе буде кроком угору. Долаючи щабель за щаблем, досягнеш наприкінці, з поміччю Божою, і верху драбини.

98. Якщо будемо шукати, то знайдемо, і якщо будемо просити, - одержимо, бо Євангеліє каже: *Просіть, і дасться вам; шукайте, і знайдете; стукайте, і відчинять вам* (Мт. 7:7). Написано *просіть*, щоб ми в молитві призивали Бога на поміч; а *шукайте* значить досліджувати, як приходить чеснота, й згідно з цим докладати зусилля свої, аби здобути її. *Стукайте* - означає сповняти заповіді; бо кожний, хто стукає, стукає руками, а руки означають діяльність. Отож ми повинні не тільки просити, але й шукати і діяти, *бути готовими*, за Апостолом, *на всяке добре діло* (2 Кор. 9:8; 2 Тим. 3:17), тобто розумно сповняти волю Божу.

99. Апостол навчав *переконуватися, що є воля Божа, що добре, що вгодне, що досконале* (Рим. 12:2), аби потім і діяти за нею. Але *що є добре?* - Любити один одного, бути співчутливими, милосердними. А *що вгодне?* - Не все те, що ми робимо доброго, - вгодне Богові. Буває, наприклад, хтось опікується убогою сиротою, але робить це з симпатії до неї.

Ось це є *добре* діло, але *не вгодне* Богові. Угодне тільки те милосердя, що його чинять не з якоїсь людської спонуки, але ради Бога, Котрий заповідає творити добро задля самого добра - тільки з самого співчуття. *Досконало* милосердитися - означає робити це не зі скупістю, не з лінивством, не зі зневаженням, але всією силою і всім волевиявленням своїм. Треба творити милість людям так, ніби собі самому, і так добродіяти, неначе б сам приймав благодіяння, - тоді сповняється досконала воля Божа. - Ось як повинна робити людина те, що *добре, вгодне й досконале*.

100. Є два види черевоугодництва: *перший*, коли людина не завжди хоче їсти багато, але бажає, щоб усе було смачне; *другий*, коли когось захопила обжерливість, - тоді людина вже не бажає добірних страв, не турбується про їхній смак, але хоче тільки все їсти та їсти, - щоб наповнити черево. Перший називається гортанобіссям, а другий - червобіссям. Хто хоче постом очистити гріхи свої, той повинен уникати обох цих видів черевоугодництва, бо вони задовольняють не потреби тіла, а пристрасті, і хто віддається їм, той грішить.

101. Ми повинні не тільки постити, але й стримуватися від усякого гріха, щоби, постячи червом, постити і язиком, стримуючись од наклепу, брехні, пустомовства, гніву, принижувань ближнього тощо. Треба також і очима постити: не давати очам свободи, тобто не дивитися на суетні речі, не глядіти ні на кого безстидно чи без страху. Також руки й ноги треба стримувати від усякого злого діла.

102. Відвідувати один одного ми повинні, *по-перше*, з любови; *по-друге*, щоб почути *слово Боже*, тому що в товаристві братів ліпше пізнається воно: коли чогось не знає один, то знає інший, і перший, питаючи другого, також пізнає це. *По-третє*, щоб пізнавати свій духовний устрій та переймати духовний досвід від інших, як це робив святий Антоній, від одного запозичуючи лагідність, од іншого смиренність, ще від іншого - безмовність, збираючи так у собі чесноти кожного, кого відвідував.

103. Зустрічаючи людей, найбільше треба уникати підозріння, од котрого походить згубне осуджування. Багато прикладів підтверджують істину: кожний судить про людей по собі. Наведу хоча б один. Уявімо, що хтось стоїть собі вночі на вулиці, а попри нього проходять троє. Перший подумав: «Ось той чекає на когось, щоб піти і вчинити розпусту». Другий: «Це злодій». Третій: «Він домовився з кимось піти на молитву - і тепер чекає на нього». Ось троє бачили ту саму людину, однак не подумали про неї однаково, але кожен по-своєму - залежно від свого душевного стану. Як хирлявому тілу кожна їжа, навіть корисна, не йде на користь, так і душі, що має погану вдачу, шкодить усяка річ. А людина з доброю вдачею подібна до тіла добросочного: якщо навіть і з'їсть щось шкідливе, то воно не зашкодить їй. Так і ми, якщо перебуваємо в добром душевному стані, то можемо від кожної речі одержати користь.

104. Один монах, узрівши келію когось із братів непідметеною і неприбраною, казав собі так: «Блаженний брат цей, що відклав турботу про все земне, а весь ум свій так спрямував горі, що не має навіть часу в келії своїй зробити лад». Якщо ж приходив до іншого, келія якого була прибрана, підметена й чиста, то думав собі так: «Як чиста душа цього брата, така й келія його». І ніколи не казав він ні про кого: «Цей недбалый, а цей гордий», але за своїм добрим устроєм усіх вважав добрими та від усіх одержував користь. Усеблагий Бог хай подасть нам такий же добрий

устрій душі, щоб і ми могли одержувати користь від кожної людини та ніколи не бачили пороків ближнього.

105. *Настанови тим, що навчаються чернецтва.* Якщо перебуваєш у послузі, - ніколи не вір серцю своєму, бо воно засліплене ветхими пристрастями. Ніколи не слідує за судженнями своїми й нічого не роби без поради. Не думай, що ти ліпший і праведніший од наставника свого та не досліджуй діл його. Тоді будеш коритися і спокійно та безпечно йти шляхом Отців наших.

Примушуй себе завжди відкидати волю свою і -благодаттю Христовою - через поучення звикнеш зрікатися волі своєї. Згодом будеш уже це робити без примусу й скорботи і все у тебе буде так, як ти того хочеш.

Не бажай, щоб усе було по-твоєму, але так, як є, - і збережеш мир з усіма. Віруй: усе, навіть найменше, діється з Провидіння Божого, і тоді без бентеження зноситимеш усе.

Віруй, що зневага й докори - це ліки, що зцілюють гордість твоєї душі, й молись за тих, що докоряють тобі, бо вони - правдиві лікарі твоєї душі. Пам'ятай: хто ненавидить зневагу - ненавидить смиренність, і хто уникає тих, що його засмучують, - втікає од лагідности.

Не бажай знати пороків ближнього твого й не підозрюй його ні в чому. Це ворог намовляє тебе. Якщо підозри й зринуть у тобі - через неміч людську, - то намагайся обертати їх на добрі помисли.

Дякуй за все та набувай благість і свята любов.

Найбільше бережимо совість свою - щодо Бога, ближнього і речей. Перше ніж скажемо або вчинимо щось, перевірмо, чи згідне це з волею Божою, і тоді, помолившись, скажемо або вчинимо це. Виявляймо неміч свою перед Богом і просімо собі помочі в Нього.

106. Якщо бажаєш, щоб святі у вірі помисли заспокоювали тебе, присікали фальшиві рухи, думки й почуття, - завжди вправляйся в них і віруй Богові, що знайдеш спокій. Також лучи молитву з повчанням. Постарайся досягнути такого поступу, щоб будь-яку тілесну або духовну скорботу зносити терпеливо, без печалі та обтяження.

107. Коли звинуватять тебе в тому, чого ти не робив, - не дивуйся з того і не засмучуйся, але зі смиренністю поклонись тому, хто оскаржив тебе, і промов: «Прости мені та помолися за мене», - а потім мовчи, як навчали Отці. А коли він спитає тебе, чи то правда, тоді, поклонившись зі смиренністю, розкажи все як було, потім же знову смиренно поклонись і скажи: «Прости мені й помолися за мене».

108. Якщо зустрівшись або посперечавшись з братами, не можеш перебувати в незмінному настрої духа, то принаймні намагайся нічим не спокушатися, нікого не осуджувати, не злословити, не підглядати за словами чи ділами брата свого, бо це не принесе тобі користі. Ліпше намагайся з усього цього винести науку для себе.

109. Якщо тебе поборює якийсь помисел, а ти журишся ним і не сповідаєшся у ньому, - то тим укріплюєш його проти себе, тобто додаєш тому помислові ще більшої сили мучити себе. Якщо висповідатися у ньому, почнеш боротися та опиратися помислові своєму, чинити протилежне йому, -то пристрасть ослабне й не матиме сили боротися з тобою та засівати в тобі печаль. Так непомітно подвизаючись, подолаєш з поміччю Божою і саму пристрасть.

110. Авва Пімен сказав, що боятися Бога, молитися Йому й чинити добро ближньому - це три головні чесноти. - *Боятися Бога* поставив він на першому місці, тому що страх Божий випереджає кожную чесноту, бо *початок мудрости - острах Господній* (Пс. 111:10); *острах Господній - мудрости навчання* (Прип. 15:33). *Молитися Богові* велів він тому, що людина самотужки не може ні чинити чогось доброго, ні набути чесноти. А *добро робити ближньому* сказав він наприкінці тому, що це є діло любови - вершина християнської досконалости. -*Любов ближньому зла не чинить. Любов, отже, - виконання закону* (Рим. 13:10).

111. Коли душа нечутлива на Божий поклик, тоді корисно часто читати *Божественне Писання* та зворушливі слова Богоносних Отців, пам'ятати про Страшний суд Божий, вихід душі з тіла й зустріч з жахливими темними силами, з котрими вона зло чинила в цьому короткому й тяжкому житті.