Счастье – в твоем сердце. Как полюбить Бога, полюбив себя

Автор:
архимандрит Андрей Конанос

Счастье – в твоем сердце. Как полюбить Бога, полюбив себя

архимандрит Андрей Конанос

Самый великий талант на свете – это любовь, без нее все остальные способности ничего не стоят. Но как развить в себе этот великий дар? Для начала нам нужно узнать самих себя, честно взглянуть в глубину собственной души: без этого невозможно приблизиться к Богу.

Рассказывая истории из своей жизни, известный греческий миссионер и проповедник архимандрит Андрей (Конанос) открывает перед нами свои слабые стороны и призывает не бояться собственных ошибок, вставать и идти вперед. «Что поделать, и ты человек. Ничего, исправимся!» – говорит он своей новой книгой, наполняя нас радостью, свежестью и кислородом искренней веры.

архимандрит Андрей (Конанос)

Счастье – в твоем сердце. Как полюбить Бога, полюбив себя

© ООО ТД «Никея», 2019

© «Православие и мир», 2019

© Андрей (Конанос), архимандрит, 2019

Глава 1

Стань себе другом

Тревога благая и чрезмерная

Бог – Источник Жизни. Когда ты прикасаешься к Нему, ты берешь от Него силу. Когда ты счастлив, радостен, в хорошем настроении, полон жизни, это значит, что ты чувствуешь Бога и Его руку. И доказательство этому – то, что ты ликуешь, напеваешь или хотя бы насвистываешь. Ты счастлив, и тебе хочется петь, танцевать, прыгать. Что-то входит в сердце и заставляет трепетать от счастья, радости и воодушевления. Это означает, что Бог – в тебе.

Долгое время – дни, месяцы, годы – ты счастлив. И вдруг начинает что-то происходить: появляются плохие новости, рушатся какие-то отношения, ты узнаешь о том, что болен, – все это начинает уничтожать, раздавливать, ты впадаешь в уныние. Наши силы скудны, но мы можем призвать на помощь силу Божию, Его великую любовь, Его благодать и обетование. Он обещал нам, что будет с нами в каждый миг жизни и поможет, если мы попросим Его об этом. Но чтобы получить помощь, нужна крепкая вера, твердая уверенность в сердце и большая надежда на силу Христа.

«Веруешь ли ты?» – этот вопрос Христос часто задавал людям, которым была нужна Его помощь. Они болели, их мучили бесы и различные душевные недуги; они страдали от бедности, несправедливости, тяжких грехов, сердечного горя. Эти люди хотели исцелиться. Хотели освободиться от скорби, печали, одиночества и слез. И Господь спрашивал их: «Веруешь ли ты?»

Человек может не ходить в церковь и не исповедоваться, но его первый диалог с Господом состоится через страдание. Боль – повод прийти к Богу.

Нет человека без скорбей, который прожил бы без боли. Поэтому не переживай за тех, кто пока не в Церкви. Не волнуйся: они придут. Нам о себе нужно беспокоиться. Действительно ли мы – церковные люди? «Ну, вы-то, конечно,

церковный человек, – скажет мне кто-нибудь. – Вы же священник. Если вы не церковный, кто тогда?» Да, внешне я церковный человек, но внутри? Являемся ли мы с тобой в душе церковными людьми? Да, мы ходим в храм, скромно одеваемся, соблюдаем посты, читаем молитвы, знаем службу, кладем поклоны перед иконами и т. д. Хорошо, что мы делаем все это, но наша внутренняя жизнь также должна быть богоугодной.

Одна женщина сказала мне: «Отче, помолитесь, мои дети нецерковные. Сын женился и не ходит в храм!» – «Не волнуйся, – ответил я, придет и его час, только ты не знаешь когда. Он наступит тогда, когда этого захочет Бог, а не ты».

Кто-то желает святой жизни всем людям; а кто-то хочет, чтобы все попали в рай. И это совсем не плохо, это богоугодно. Но Господь говорит нам: «У Меня Свой ритм, Свое время, Свои способы, Свой план. И Я жду». Так и этой матери следует научиться ждать. Придет время, ее дитя обратится к Богу. «Правда? – спрашивает она. Как это случится?» Не волнуйся. Думаешь, жизнь не приготовила ему оплеуху? Но эта пощечина не будет наказанием. Это будет повод – какое-то событие, какое-то происшествие, разочарование… Думаешь, твой сын не разочаруется в людях? Придет время, и ему причинят боль, огорчение, страдание, он почувствует себя покинутым… Какой- нибудь человек совершенно неожиданно скажет ему что-то ужасное, а люди, которым он до этого помогал, начнут презирать его. И когда в этот момент ему понадобится помощь и поддержка, думаешь, он не найдет Бога? К кому еще он сможет обратиться со своей болью, своей тревогой, как не к Богу? Не ко мне, не к тебе. Мы – люди. Мы не спасаем других людей, мы сами нуждаемся в спасении от Господа.

Поэтому не волнуйся ни о ком, а молись обо всех и в своих молитвах доверяйся Божественному плану. Говори: «Господи, я вверяю все Твоей Божественной любви. Я скорблю об этом мире, о людях, о своем ребенке – сыне, дочери…» Ты же человек! Как можешь не скорбеть, если у кого-то что-то плохо?

Твой сын ударился в буддизм, увлекся восточными религиями. Или магией, или сатанизмом, или какой-то ересью. И мы переживаем. Мы не можем оставаться равнодушными, бесчувственными. По словам апостола Павла, мы плачем и скорбим (см.: 2 Кор. 1: 6–7), но не как те, у кого нет надежды. Мы проливаем слезы, испытываем боль, но со Христом, Который дает нам великую надежду. Мы говорим: «Господи, я верю, что Ты сделаешь все лучше всех! Ты – Бог».

Скажу тебе и еще кое-что. Старец Паисий Святогорец называл благой тревогой то, что испытывает человек, когда начинает тревожиться о своем спасении и о спасении других людей. Но если беспокоиться об этом больше, чем нужно, то это уже будет не благая, а чрезмерная тревога. Мы доходим до предела и начинаем впадать в отчаяние, панику, меланхолию, состояние безнадежности. Это уже нехорошо. Это – не скорбь по Богу.

Разумеется, святые любили людей и плакали о них. Когда они видели человеческие грехи, жестокость, то их душа начинала скорбеть, и они молились: «Господи, неужели столько людей получат осуждение на вечные муки? Неужели такое количество людей Ты отправишь в ад?» Святые плакали, страдали. Но в конечном итоге все доверяли Богу. В противном случае, если человек, к примеру, не в состоянии спокойно доверить Господу своего ребенка, а продолжает тревожиться и беспокоиться, знаешь, что получается? Фактически мы начинаем критиковать и осуждать Бога.

Ты возразишь мне: «Что вы такое говорите, как я могу осуждать Господа? Я люблю Его!» «Любишь?» – «Да!» Но когда в твою жизнь приходит отчаяние и тебя охватывает тревога о родных и близких, ты перестаешь доверять Богу и словно говоришь Ему: «Господи, Ты не умеешь управлять миром! Давай я скажу Тебе, как следует поступить! Ты не знаешь, а я знаю. Итак, сделай за месяц моего ребенка таким, каким я хочу его видеть. Пусть он начнет ходить в церковь, исповедоваться, слушаться священника. Господи, сделай его таким, как мне хочется! Ты не знаешь, что делать, – давай я подскажу Тебе!»

Не кажутся ли тебе мои слова странными? Не кажется ли тебе, что сказанное мной звучит не очень хорошо? «Разве можно говорить Богу такое?» – спросишь ты. Однако ты говоришь Ему именно это.

Негодуя, ты фактически критикуешь Бога, упрекая Его: «Ты плохой властитель мира. Ты неправильно управляешь нашей жизнью и Вселенной». Мы начинаем судить Бога и думать о Нем так, будто Он ничего не может. Разве это не грех? Не богохульство? А ведь именно это поселяется в нашей душе, когда в нас нет спокойствия и доверия к Богу.

Внутреннее спокойствие лучшая проповедь. Хочешь стать миссионером – прежде всего, успокойся.

Лучший пример, который ты можешь показать, – быть тихим и мирным в своих действиях. Даже если мир вокруг рушится, даже если все летит вверх тормашками, ты смотришь на это и думаешь: «Господи, а где-то во всем этом Ты. Где-то рядом Ты». Я понял это, когда смотрел по телевизору репортаж о землетрясении в Китае: погибли сотни людей, в том числе и дети. В какой-то момент я отвернулся от экрана, потому что видеть это было слишком тяжело, но вдруг мне в голову пришла мысль: «Есть ли Бог посреди этого землетрясения?» Да, есть. «Но где же Ты, Боже мой? Где ты – в этом дыму, в этой пыли, среди детских трупов?» Бог был там. И я подумал: «Что я хочу сейчас сделать? Чего хочет мой эгоизм?» Он хочет вылезти наружу и сказать Богу: «Что Ты делаешь!» «А ты что сейчас делаешь? – ответит мне Бог. Ты молишься? Сидишь, переключаешь каналы, смотришь, что происходит на Евровидении… Разве не это ты делаешь сейчас? А что еще ты сделал? Я – сделал. Я пришел на землю, Я распялся. Я наблюдаю за тем, как живут люди, Я наблюдаю за тобой. Я помогаю тебе, укрепляю тебя. И Я хочу, чтобы ты последовал за Мной. Я говорил с тобой о многом. И говорил тебе, что если ты не послушаешь Меня, то сама природа восстанет против тебя. Души, покинувшие эти безжизненные тела, сейчас пребывают в блаженстве. Они в раю. А чего хочешь ты, когда критикуешь Меня? Кого ты осуждаешь? Бога?» Вот что пришло мне в голову в тот момент.

Если в своей жизни ты научишься всецело доверять Богу, то поймешь, что Бог не приемлет критики. И что Он не зол. Это мы думаем, что Он зол и мстителен. Это мы, осудив, предали Его на распятие, на крест! Но Бог – не та личность, которую мы можем судить и осуждать. Он – Тот, Кому мы должны доверять и поклоняться. Тот, перед Кем должны оставить свою убогую логику и ничтожный ум, настолько ограниченный, что из нашей памяти исчезает все подряд. И Бог, видя нашу забывчивость, говорит нам: «Ты, тот, кто не помнит, что ел вчера, теперь хочешь судить Бога, правящего миром? Я-то помню все. И могу прямо сейчас перечислить ошибки людей за всю историю человечества, в том числе и твои ошибки. Я знаю о твоих ошибках и о твоей боли. Я знаю все».

Итак, настоящая проповедь – та, которая исходит из уст мирного миссионера. Хороший проповедник может даже не знать, что такое миссия, но он осуществляет ее своей повседневной жизнью: молчанием, самыми простыми словами, обычным приветствием с улыбкой. Всем. Это прекрасно – быть Христовым миссионером, не имея при этом официального звания «миссионер». При этом служение проповедников конечно же благословенно – тех, кто отправляется в далекие страны (например, в Африку). Другие проповедуют в

своей стране. Но можно быть миссионером, даже если ты прикован к постели.

Вот ты говоришь, что не можешь воспитывать своих детей. А разве это – не миссия? Я, прочитав твое письмо, считаю, что да. При этом ты даже не подозреваешь, что твое служение священно. Потому что, делая свое дело в семье, ты будто говоришь всем людям: «Смысл жизни – не в том, чтобы внешне все было в порядке, или чтобы бегать по разным делам, или чтобы быть здоровым; смысл жизни – понять свое предназначение, познать цель, которую ставит перед тобой Творец. Смысл жизни – в прославлении Бога и в отражении Божией радости и славы. Если этого не понимать, то все остальное теряет смысл».

Итак, ты тоже миссионер. Ты несешь миссионерское служение, проявляя терпение по отношению к своему мужу и к своему ребенку, переживая при этом трудности. Разве это не проповедь? Ведь все родственники смотрят на тебя и говорят: «Как она выдерживает! У нее такой раздражительный муж, как она выносит его? Видели, что было вчера? И она терпит». И все соседи (может быть, гораздо менее терпеливые) знают об этом. А сейчас, когда я говорю это, о твоем тайном и молчаливом терпении узнает весь мир.

Часто Господь называет вещи совсем другими именами – не такими, какими их называем мы. И твое поведение – это миссия.

Поэтому преподобный Исаак Сирин говорит:

Большей ценностью перед Богом обладает не тот, кто воскрешает мертвых и обращает в христианство целые города, а тот, кто молча сидит в своем углу и воскрешает свое умершее «я».

Это – великая проповедь, великое дело.

Силой никого не изменить

Однажды на площади я увидел компанию молодых анархистов. Мы разговорились. Ребята заинтересовались экзорцизмом – им хотелось воочию увидеть, как происходит изгнание бесов, а заодно и убедиться в их существовании. «Если увидим, то изменим свою жизнь!» – сказали они.

Я тогда был молод, но тут же пригласил их на эту «встречу». Они все увидели, ужаснулись, покрылись холодным потом. И вот через три месяца этих ребят было не узнать: кроткие, как ангелы, они начали ходить в церковь, никаких мерзостей, ругани, бродяжничества – ничего! Но спустя еще три месяца все стало по-прежнему. Почему? Потому что в церковь они пришли не добровольно, а из страха. А это не может продолжаться долго. Важно быть в церкви потому, что любишь Христа, а не потому, что боишься диавола. В страхе нет смысла! Желание вкусить сладость Христа – вот что заставляет нас неизменно пребывать в Его любви.

Кто из нас сегодня блудный сын? Мы с готовностью отвечаем, что вот эти и эти, и стремимся исправить окружающих, выговариваем им, уверенно считая себя идеальными христианами, в чьи обязанности входит порицание этого мира с целью все исправить. Но мне кажется, что блудный сын – это как раз мы, церковные люди, чья церковность иногда даже весьма спорна. Да, мы можем называться блудными детьми Отца Небесного, потому что привыкли считать себя нормальными, а при этом постоянно лицемерим в той или иной степени. Смотрим на грехи других и думаем: «Ну как так можно!» – а сами втайне завидуем, и если нас спросят: «А ты хотел бы так? Только честно!» – то в ответ скажем: «Да». И это будет правдой.

И бывает, что люди, так рьяно порицающие грешников, сами втайне делают то же самое. То же самое! И дома ведут себя точно так же, если не хуже.

Так что внешне все мы – сдержанные, хорошие, но люди чувствуют, что мы живем не так, как говорим.

Сейчас я скажу вам еще кое-что, и хорошо бы всем нам никогда это не забывать. Бог – самая великая любовь, какая только может быть во Вселенной. Бог существовал до того, как мы начали существовать. Бог возлюбил меня, тебя и всех наших родных, близких, друзей и детей еще до того, как мы их полюбили, и полюбил гораздо больше. Он делает все, чтобы спасти этот мир, и в стараниях человека здесь нет необходимости. Так что, если тебе захочется кого-то изменить – своего супруга, ребенка и т. д., – помни, что Бог любит этого

человека гораздо больше, чем ты. И когда ты это поймешь, то успокоишься, придешь в себя и скажешь: «Что мне здесь известно – по сравнению с Богом? Разве я умнее Его? Раз Он такое попускает, не буду вмешиваться со своей помощью и советами. Лучше возведу Бога на первое место в своей жизни и помолюсь Ему: „Господи, просвети, подскажи, что мне делать в том или ином случае!“» А затем, если считаешь нужным, можно сказать Богу, как бы ты хотел помочь этому человеку, в чем, по-твоему, ему угрожает опасность, почему ты хочешь, чтобы он изменился, и т. д.

Ведь настоящая помощь для «блудного сына» – твоего ребенка, супруга или друга – это не навязчивые советы, а спокойствие, исходящее от тебя. Если человек увидит, что на сердце у тебя мир, что ты полностью доверяешь Богу, это и будет ему самой большой помощью!

Как-то в Лимасоле, на службе, ко мне подошла одна женщина и сказала:

– Отче, я так хочу, чтобы моя дочь изменилась!

И я неожиданно для себя спросил ее:

– А какой ты была в молодости?

– Ну, я – другое дело, сейчас же я не такая…

– Нет, скажи: какой ты была?

Вокруг были люди, на нас смотрели, и женщине явно было неловко давать мне ответ. Но тут ее знакомые, стоявшие рядом, начали говорить ей:

– Давай, давай, расскажи!

– Ну, отче… Неужели мой ребенок должен быть таким же?

– Ребенок – твой. Ты ее родила, и все это она взяла от тебя. Ты тоже жила по-всякому и проходила через разное… Нельзя требовать от ребенка измениться в один момент. Потихоньку, полегоньку изменится. Ты вот сейчас такая хорошая, добрая, мягкая – смиряешься, молишься… Ну и дочь твоя тоже со временем

станет такой.

– Но неужели нельзя, чтобы это произошло побыстрее?

– Будем молиться. Здесь нужна молитва, а не навязчивость. Так ты ничего не добьешься.

Скажите, что проще: постоянно заглядывать к ребенку в телефон, читать его сообщения, пытаясь разузнать, где он сейчас, что делает и действительно ли он там, где говорит, принюхиваться к его одежде – в общем, постоянно украдкой следить за ним. Или же каждый раз брать в руки акафист и молиться – так, чтобы на страницах от постоянного чтения уже были следы от пальцев, воск от свечи, пятна от слез? Молиться, прося Бога о помощи, или проверять сумку любимого человека, чтобы разузнать о его поступках и потом ловить за руку со словами: «Я все знаю, у меня есть доказательства»? Чего ты хочешь добиться таким способом? Изменить его? Но так никого не изменишь…

Здесь нужно делать то же, что делал Христос. Сказать: «Если хочешь – можешь уходить». И тогда человек ответит: «Куда же я пойду от тебя, любимая? Куда? Я люблю тебя!»

Мы стремимся насильно привязать к себе людей. Но разве тебе нужна такая любовь – через силу? Вот мне бы очень не хотелось, чтобы меня так любили… Это не любовь! А мы зачастую именно к этому стремимся, когда пытаемся удержать кого-то. И это никакое не участие – если человек видит, что ты боишься, кричишь, подозреваешь, лукавишь и думаешь о нем только плохое.

Подозрительность всегда вносит смуту в отношения, разрушает доверие и охлаждает чувства. Это бессонница, когда не можешь заснуть от мыслей, как бы чего не вышло; это беспокойство, грызущее изнутри; колотящееся сердце, тяжесть на душе, и – страх, страх…

Приведу пример – чтобы вы поняли, что я не беру все это из головы.

Когда люди приходили к старцу Порфирию Кавсокаливиту, то изначально были убеждены в своей правоте. Они говорили: «Вот, мой муж, мой ребенок, моя жена должны стать лучше, нужно пожаловаться старцу Порфирию!» Люди приходили с плакатом «Я прав!», думая, что старец их поддержит, но он всегда говорил в

ответ: «Ты слишком переживаешь за своего ребенка, слишком беспокоишься! Так ему не помочь».

– Дай-ка твою руку, – сказал он как-то одной женщине, жаловавшейся на своего ребенка. Старец определял по пульсу не давление, а что у человека на сердце. – Ты очень волнуешься, очень!

– Но за ребенка, отче, как не волноваться?

– Конечно, но так ты ничего не изменишь, все будет еще хуже. Ты давишь на него!

В 1990 году я приехал к старцу Порфирию он тогда уже ничего не видел. Я очень хотел, чтобы мои родители изменились, стали церковными людьми – потому что тогда они особо не ходили в церковь, – и попросил старца:

– Отче, скажите мне что-нибудь про мою семью!

Я нарочно не стал описывать свою проблему, будучи убежден, что если он действительно старец от Бога, то скажет и так. Старец посмотрел на меня и вдруг – без всяких предисловий, без лишних слов – сказал:

– Не вздумай больше говорить своему отцу про исповедь! Сначала сам вразумись, сам впусти Христа в свое сердце, и вот пройдут годы – четыре, пять, шесть, – и увидишь чудо. А пока – только молчание, послушание и молитва.

И старец коснулся моей руки:

– Повтори, что я тебе сказал.

От неожиданности я лишился дара речи.

– Вы сказали, что пока – только молчание, послушание и… молитва…

– Правильно! И увидишь чудо.

А надо сказать, что в то время я постоянно приставал к своему отцу: «Тебе нужно поисповедаться! Зачем ты столько пьешь? Две бутылки вина в день! Почему не ходишь в церковь? Почему так разговариваешь? Почему кричишь? Почему смотришь телевизор?» На что отец отвечал мне: «Ты когда-нибудь оставишь меня в покое со своей церковью? Живи, как хочешь, – мы же тебе не мешаем, почему ты к нам лезешь?» Я и правда лез. Вот почему сейчас я рассказываю вам все это я делюсь своим опытом, у меня было то же самое.

И вот когда после поездки к старцу я вернулся домой, то прекратил разговаривать с отцом про церковь. Шли дни, и однажды, спустя месяц, он сказал мне:

– Что это с тобой? Ты перестал проповедовать.

– Что ты имеешь в виду?

– Ну, ты не говоришь мне больше идти в храм.

– Ты сам взрослый человек, сам все знаешь что я тебе буду говорить, – ответил я, а про себя подумал: «Отлично, он все понял!»

Но я поторопился. Шло время, и ничего не менялось. Я оставил отца в покое, но мне по-прежнему хотелось убеждать его. Приближалось Рождество. Может быть, он захочет причаститься? Нет. Вот и Пасха близко – может быть, он поисповедуется? Нет! «Молчание, послушание и молитва, твердил я про себя. – Да уж, отец Порфирий, ты просто связал меня по рукам и ногам! Я ничего не могу сделать! Но раз ты так сказал…»

И вот в 1996 году мой отец исповедался, не сказав мне об этом. Сам захотел – и поисповедался.

Когда я узнал об этом, то посчитал, сколько лет прошло с нашего разговора со старцем Порфирием. Он сказал тогда: «Пройдет четыре, пять, шесть лет (здесь он остановился) – и увидишь чудо!» И вот в 1996 году отец пошел на исповедь, а сейчас называет меня «отец Андрей». Мама пока так ко мне не обращается. Когда она звонит мне, то говорит:

– Андрей, как дела?

– Все в порядке.

А у отца вот какие изменения! Почему же старец Порфирий ничего не сказал мне тогда про мать, а только про отца? Потому что мама редко, но ходила в церковь, исповедалась. И Господь явил это душе старца.

Вот так изменился мой отец.

Важно, как учил преподобный Паисий Свято- горец, чтобы каноны не превращались в оружие против людей. Канон – это линейка, по которой мы выпрямляем свою жизнь. Я вот выпрямляю ее так. Но насильно это не сделать. Только добровольно.

Как-то в одной передаче я говорил о рае. Я сказал, что не нужно постоянно думать про ад и бояться, и привел слова старца Порфирия на эту тему. Старец говорил, что Господь не хочет, чтобы мы вместо Него думали про ад. Он хочет, чтобы мы любили Его как друга. Одна знакомая после той передачи прислала мне письмо по электронной почте. «Отче, – писала она, – вы говорите очень односторонне. Бог – это еще и справедливость, а не только любовь! Господь говорил про ад, и в Новом Завете говорится про ад!» И она указала мне пятнадцать мест из Нового Завета, где говорится об аде. Я подумал, как хорошо, что она прислала мне такую информацию, и не стал ей отвечать. Но при встрече сказал:

– Думаешь, я не знаю про существование ада, не знаю, что о нем говорит Священное Писание? Знаю. Но скажи-ка мне вот что. Представь, что ты живешь во времена Христа. И вот ты – рядом с Ним, идешь с Ним вместе. Как думаешь, могла бы ты почувствовать, находясь рядом с Иисусом, дыхание ада? Разве для этого Он пришел – чтобы напугать нас? Можешь представить себе Христа, Который вообще хочет кого-то напугать?

Выпусти свою боль!

Когда я был маленьким, то прочел в одной книге такую фразу: «Я горевал, что у меня нет денег на ботинки, пока не увидел человека без ног». Я стал думать над этими словами. Человек хотел купить себе обувь, но у него не было денег, и он переживал. И вот он увидел того, у кого не было ног. И наверное, сказал себе: «Неблагодарный! У тебя не получилось купить себе ботинки, и ты возроптал. Но у этого человека нет ног. А ты здоров, и ноги у тебя есть!»

Нам нужно понять, что жизнь состоит из проблем. Они никуда не исчезают, и на месте одной появляется другая. Проблемы не заканчиваются. Жизнь – это боль, труд, тревоги и скорби.

Пойми это и скажи: «Я научусь жить со своими проблемами, как с друзьями. И если я преодолею сегодняшнюю трудность, то через месяц, или через три месяца, или через год придет новая трудность, и я снова буду учиться таким словам, как „терпение“, „смирение“, „духовная зрелость“. К моему уму прибавится мудрость, потому что мы становимся мудрее именно через страдания». Пойми это.

Нет такого человека, который бы жил на нашей планете и при этом никогда бы не плакал, не чувствовал боли, не терпел неудач. А ты смотришь и завидуешь. Постоянно смотришь на других и завидуешь им! И тебе всегда кажется, что с тобой поступают несправедливо, что ты вечно прозябаешь на задворках жизни… Но ты не прав. Кто, по-твоему, счастлив?

Одна женщина сказала мне:

– Должно быть, вы очень счастливый человек, раз так хорошо говорите о счастье!

Прекрасно думать, что у других все хорошо. Но на самом деле у каждого – своя боль. Ты, например, беспокоишься о своих маленьких детях.

Да и все мы переживаем из-за чего-то, это неоспоримый факт. И что же нам делать? Ничего. Научиться жить со всем этим, благодаря Бога и каждый миг радуясь Его дарам.

Я говорю это всем, кто сегодня страдает и кому трудно. Мы все страдаем! И тебе сообщу: у того, кому ты завидуешь, тоже есть своя боль. Один человек сказал мне: «Я завидую этой девушке, потому что мне кажется, что она очень счастлива». Я ответил: «Не могу рассказывать тебе о ее жизни и о жизни других людей, потому что это их личное дело. Но знай, что все эти люди также очень страдают. У них свои проблемы. Их проблемы – не такие, как у тебя. Может быть, они не больны раком, не бедны так, как беден ты, у них нет той беды, что посетила тебя. Но у них другие горести». – «Ну да, но что все это в сравнении с моими горестями?»

И это правда. Каждый считает, что его проблема – самая большая. Но Бог говорит: «Я прихожу в твою жизнь не для того, чтобы избавить тебя от трудностей, а для того, чтобы изменить твое отношение к ним».

И тогда ты по-другому начнешь воспринимать свои проблемы – более оптимистично, смиренно, терпеливо, мужественно. Прогони от себя уныние, которое шепчет, что тебе всегда будет так трудно. Дитя мое, проблема исчезнет, не преувеличивай. Ты настолько преувеличиваешь свои трудности, что, думая о них постоянно, испытываешь ужас и впадаешь в панику. А это неправильно.

Конечно, бывает, что человек просто так устроен. Это уже определенный тип личности, определенный характер. Некоторые люди, даже когда ты предлагаешь им решение проблемы, не могут его принять и успокоиться. Нет! Они все равно будут хныкать и роптать. Ты даешь им совет, они сначала немного улыбнутся, а потом отвечают: «Нет, не могу, я таким родился». Эй, но ведь я сказал тебе, что если ты посмотришь на свою проблему вот с этой стороны, то она решится. Нет, мысленно эти люди уже снова там, в своей привычной тревоге.

Человек сам себя душит угрызениями совести и чувством вины. Иногда мы испытываем тревогу даже из-за того, что в данный момент счастливы. То есть если ты счастлив, с тобой обязательно должно произойти что-то плохое. Я не могу быть счастлив! Через несколько дней что-то случится! Ты не можешь просто наслаждаться и радоваться. Но посмотри на все хорошее в твоей жизни так, как заповедал нам Христос. Посмотри с оптимизмом, с надеждой и скажи: «Спасибо!»

Удивительно, что те, кто действительно сильно страдает (например, один мой знакомый, который сейчас проходит курс химиотерапии), никогда не жалуются. Один раз я спросил у этого человека:

– Ты вообще когда-нибудь возмущаешься? Обвиняешь Бога в чем-то?

Я спросил это для того, чтобы дать ему повод выплеснуть боль, выказать обиду, если она есть. Ведь людям иногда кажется, что Бог обидел их, им хочется высказать Ему это, обвинить Его, похулить. И я решил вывести это желание наружу, потому спросил своего знакомого:

– Наверняка ты спорил с Богом. Возмущался? Говорил: «Что же Ты за Бог, если так поступаешь со мной?»

А он ответил:

– Я что, должен ругаться с Богом? В чем Он виноват? Разве мне одному плохо?

Я сказал ему:

– Конечно, не одному тебе плохо, но, видишь ли, не у каждого в двадцать четыре года рак.

– Да, – ответил он, – в этом нет человеческой логики, но есть логика другая, которую я и сам не могу постичь.

Этот человек не роптал и не выплескивал наружу обиды. Удивительно, что есть такие прекрасные люди.

Твоя вина в том, что ты не разговариваешь об этом. Не делишься переживаниями. У тебя нет человека, которому можно было бы довериться и говорить все, что хочется. Выпускай свою боль, не держи в себе. Это не грех – озвучить свою мысль или помысел, высказать горечь и обиду. Все это можно поведать или Богу, или своему брату (как по плоти, так и по духу), сестре, другу… Это не значит, что мы будем слишком погружаться в обиду.

Как говорил мне один монах: «Не то чтобы это сильно влияло на меня, но когда оно появляется, я должен сказать об этом». Скажи об этом и ты!

Один человек, который исповедуется у меня годами, как-то рассказал мне:

– Отче, иногда мне приходит в голову сказать тебе, что ты говоришь глупости, но затем я понимаю, что скорее это я дурак. Однако такие мысли приходят мне на ум. Представь себе, до чего я дошел, чтобы так думать про тебя!

Я ответил:

– Мне это нравится!

– Что тебе нравится?!

– Мне нравится, что ты можешь говорить мне об этом.

А другой человек как-то спросил:

– Отче, что, по-твоему, было самым хорошим в моей сегодняшней исповеди?

И я ответил:

– Когда ты говорил о том, что тебе было трудно озвучить. Какие-то мысли, помыслы, все те глупости, которые приходили тебе в голову, – любые и странные. Ну, и то, о чем ты думаешь в данный момент. Выскажи это, потому что оно копится, копится, и в какой-то момент ты просто лопнешь и заболеешь – и душевно, и телесно.

Ты знаешь, как стресс, чувство вины, внутренние конфликты отражаются на нашем организме? Люди, которые не умеют открывать сердце, просто тонут под тяжестью этого груза. И в конце концов это отражается на здоровье. От стресса и напряжения могут появиться различные болезни – например, язва или даже рак. Часто дело не в каком-то нарушении режима, а, скорее, в душевном «распорядке». Мы нагружаем себя обидами и тревогами, везем этот воз, а ведь как хорошо говорит Господь: «Придите ко Мне, все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф. 11:

28). Если ты будешь держать все внутри, то не выдержишь и сойдешь с ума. Сними с себя это бремя, освободись!

Мы постоянно чувствуем, как сами давим на себя изнутри. В нас много чего сокрыто, но мы не можем это озвучить, не можем открыть душу. А если бы мы ее открывали, проблемы бы постепенно решались.

Ты говоришь о своей трудности вслух и сам себя слышишь. Ты делишься с другом или с духовником (если вопрос требует исповеди) и чувствуешь избавление от тягот через благодать таинства. Таинство Исповеди подтверждает, что Господь на Голгофе простил тебя. Христос смотрит на происходящее с любовью, снисхождением, милосердием. Он не ругает тебя и не наказывает. И это потрясающе.

На Афоне мне рассказывали, что в монастыре святого Павла жил один монах, который был настолько искренен в помыслах, что говорил обо всем вслух – о тревогах, проблемах. Ничего не держал в себе. Однажды он сказал игумену:

«Геронда, в меня вошел помысел плюнуть в тебя. Естественно, я этого не сделаю, но вот говорю тебе о том, что иногда приходит мне в голову».

А ты все держишь в себе… Ты никогда не говорил о том, что копится у тебя внутри, даже на исповеди! «Но это так ужасно, так мерзко и скверно!» Но, дитя мое, «я» же не идентично тому, что мы думаем. Это лишь мысли. И если ты проговоришь их вслух, знаешь, насколько тебе станет легче?

Скажи вслух о действительно страшных вещах – о чувстве мести, зависти, ненависти, ревности, злобе. И жизнь твоя после этого станет настоящей, светлой. Ты выпустишь из себя то, что у тебя внутри, во мраке подсознания, глубоко в душе. Проговорив, ты очистишься и почувствуешь облегчение.

Один ребенок сказал мне:

– Однажды мама и папа обидели меня так сильно, что я подумал: если они умрут, я обрадуюсь!

Понятно, что ребенок не обрадовался бы в таком случае. Это был помысел, который возник в его голове в тот момент. Он появился из-за желания отомстить родителям, из-за усталости и напряжения. Ребенок не мог выразить свои чувства словами. Поэтому они оформились в такую злую мысль о родителях. Но это не было истинным желанием мальчика, ведь если бы с его матерью действительно что-то случилось, он сошел бы с ума от горя. А в тот момент ребенок был в таком состоянии, что подумал именно так.

Если все оставлять внутри, то потом начинаешь обвинять себя и говорить: «Что же я подумал о своей маме! Как мне не стыдно! Я ужасный сын!» И когда потом с мамой действительно что-то произойдет, мысль пойдет на следующий виток: «Это я виноват, потому что подумал об этом!» Возникает порочный круг. И с чего все начинается? С нежелания проговорить то, что другой человек озвучил бы с легкостью, раскрывая душу, сердце, не изображая при этом из себя кого-то другого, кем он не является.

Разумеется, не надо делиться с кем попало. Люди могут встать на уши от услышанного, начать сходить с ума и кричать: «О-о-о-о!!!» И если видишь такую реакцию – все! Ничего им больше не говори. Рассказывай обо всем только тому, кому доверяешь, – например, своему духовнику, которого ты выбрал. А если еще не выбрал, выбери. Чтобы всегда помнить: у меня есть священник, которому я доверяю, с которым могу поделиться даже самыми странными и ужасными мыслями.

Проблема в том, что мы считаем себя идеальными

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/ru/konanos_arhimandrit-andrey/schast-e-v-tvoem-serdce-kak-polyubit-boga-polyubiv-sebya

Текст предоставлен ООО «ИТ»
Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: Купить