

THE PARISH NEWSLETTER

JULY & - AUGUST 2017

The Nativity of the Mother of God Russian Orthodox Church
617 Sand Creek Road, Albany NY (518) 869-3932

A parish of the Russian Orthodox Church Abroad www.albanyrocor.org

Rector: Protopriest Alexis Duncan ; Protopriest Michael Fritz

Protodeacon: Fr. Michael Soloviev

**PLEASE NOTE: HOURS AND LITURGY BEGIN AT 9:00 AM
Summer Hours**

JULY NAMESDAYS

1	Peter Levsha	18	Elizabeth (Isabella) Hauf
2	John Richards	19	Melissa Fitzpatrick
8	Nikhon Schuler	24	Olga Varvarchin
12	Paul Nikiforov		Olga Kinnear
	Paul Markessinis		Olga Bradley
	Peter Strubel		Olga Usov
	Jude Dragon		Olga Parella
13	Phillip Rudko	28	Vladimir Timofeev
14	Kosma Nikiforov		Vladimir Usov
	Anzhelika Cherkezov		Vladimir Welsh
17	Anastasia Welsh		Vladimir (Kevin) Baker
18	Anna Nikiforov	30	Margo Beighey

AUGUST NAMESDAYS

4	Maria Brosgol	7	Matushka Anna Duncan
	Mary Levsha		Anna Popov
	Maria Welsh		Anya Hauf
	Maria (Michelle) Borscok		Vanessa Rosco
	Mariya Andrushkevich	12	Valentine Frantsov
6	Christina Fedorov-DiLello		John Raymond
	Christina Strubel	26	Benjamin Taylor
	Christina Knoll	28	Maria Henry
	Christina (Ingrid) Tabuntchikow		Moisey Dragon
		29	Ulyana Andrushkevich

CHURCH FEASTDAY CELEBRATION

Sunday - SEPTEMBER 17th

Metropolitan Hilarion will be joining us for our Parish Feastday this year. The actual Parish feast falls on Thursday, September 21st (Nativity of the Most Holy Mother of God). The Hierarchical Divine Liturgy with Metropolitan Hilarion will be celebrated on **Sunday, September 17thth**. Following the Divine Liturgy a luncheon will be held at the Church Hall. Anyone interested in helping with the Luncheon is requested to contact RaeLynn (Anastasia) Gonyea 695-6865. Help will especially be needed to set-up the hall and break-down and clean the hall after the dinner.

The Church and Altar will also need special attention and a general cleaning day will be scheduled and posted in the September Newsletter, so keep your eyes posted for the next announcement.

SATURDAY, SEPTEMBER 9th - GENERAL CHURCH CLEANING AND LANDSCAPING OF THE CHURCH AND HALL GROUNDS. Anyone who is able to help clean is asked to be at the Church ANYTIME after 9:00 pm. It will take about 4 - 5 hours to completely clean the Church, so the more people to help, the quicker we will get done. We also need men to make sure that the Altar is clean. If you have any questions, please call Maria Hauf.

The grounds need to be weeded, flowers planted, general landscaping to make the grounds look presentable. We plan to meet at the Church at 9:00 AM, please bring gardening tools, weedwackers, rakes, etc. If you have a flower bed that you have been tending, please make sure that it is taken care of. If you have volunteered in the past to tend a flower garden, but have been unable to keep your obligation, please advise Margo Beighey,

SATURDAY, SEPTEMBER 16th, SETTING UP THE HALL FOR FEASTDAY DINNER

We will need help setting up the tables and chairs. Setting the tables with linens and centerpieces and getting everything ready for Sunday. If people could be at the hall by 10 am, we should be able to get everything done before Vigil service on Saturday night. Also need Desserts, lots and lots of desserts - if you have any questions, contact Anastasia (RaeLynn) Gonyea.

SUNDAY, SEPTEMBER 17th - CLEANING HALL AFTER THE DINNER -We will need volunteers to wash dishes, clean off the tables, break down the tables and chairs, clean the bathrooms, clean the kitchen, wash all the floors and take out the trash. Please, please, the people who were in the kitchen all morning preparing the meal, should not be expected to clean afterward.

CHOIR PRACTICE - Practice dates and times will be announced via e-mail. If you are interested in joining the Parish Choir, please speak to Nikhon Schuler so he may add you to his e-mail list. Thank you!

THERE IS A LOT TO DO. SO PLEASE, COME AND HELP AS MUCH AS YOU CAN, ON AS MANY DAYS AS YOU CAN. THANKS!!

PARISH PICNIC - SUNDAY, JULY 23rd

Just another Reminder!! Parish Picnic is **Sunday, July 23rd** following the Divine Liturgy. The picnic will be held at Cook Park, as it has been in the past. Mark your calendars and more information will be available as the time draws near. We are hoping the Young Adults of the Parish will take over the Picnic - to give the "older folks" a day of fun and relaxation. Tasia Fedorov will help organize the Picnic - so if you would like to help with the food, transporting items from the hall to the park, organizing games & sports, and cleaning up afterwards – please contact Tasia (459-1253)

VARENIKI MAKING FOR THE TASTE OF RUSSIA SALE IN NOVEMBER

Dear Brothers and Sisters in Christ,

I write to you today with a request for help in our ongoing vareniki –making tradition. For many years Margo Beighey has been the organizer, chief filling maker (along with Nina V.), and dough maker of our vareniki. She is stepping down from this detailed job and has passed the torch, so to speak, to me. As most of you know, I work during the school year, but have summers off. I would like to continue the tradition of making vareniki, but would have to make them on Tuesdays during the summer. Tasia has agreed to help me with the filling, and Olga Kinnear will continue with ball making. I know summers are our time off from many responsibilities, BUT PLEASE, consider making time during the afternoon and evenings to come and help with ball making, rolling dough, pinching, cleanup, and packaging either Wednesday evening or Thursday morning. Thank you! The following are the Tuesdays I am planning on making Vareniki: **July 11; July 25; August 15 and possibly August 22**

The last time we made vareniki during the day - we were completely done by 3:30 pm. We hope that ANYONE who is available during the day, will come help make the vareniki. The next scheduled day is July 11th. There is vigil that evening for the feast of Apostles Peter and Paul - so we again expect to be completely finished well before the beginning of Church services. Any questions, please call Rae Lynn (Anastasia) Gonyea 695-6865

CHURCH SCHOOL CLASSES

Church School classes will resume in the fall and we pray that ALL of the children of our Parish will participate in the classes. If you are interested in enrolling you child in Church School, please speak to Mat. Anna for more information. If anyone is interested in teaching Church School as a regular teacher or substitute, they are asked to contact Fr. Alexis. A meeting will be held with Father Alexis, the teachers and parents to discuss the options available to us to increase Church School participation. **ALL PARENTS ARE ENCOURAGED TO ATTEND.** The meeting will be scheduled upon Fr. Alexis' return from Russia and you will be notified via e-mail. The education of our children in their faith is of UTMOST importance. We sincerely pray that ALL parents will take this responsibility seriously and make every effort possible to have their children attend Church School classes.

Adult Discussion classes will also resume in the Fall.

CHURCH PLAYGROUND

The plans for the Church Playground have been approved by the Town of Colonie. We will need the help of our Parishioners, especially all of our strong able bodied young men, to prepare the grounds and erect the new playground. We expect the playground to be delivered mid-July. We still need to raise money to cover the cost of mulch and preparing the property for the playground installation. Please give all donations to Natasha Smelova, Church Treasurer. As soon as a date is scheduled an e-mail will be sent to ALL parishioners. Thank you to everyone who made the playground a reality, especially Natasha Smelova who attended meetings, dealt with the town and was a driving force in the fundraising for the playground. Thank you to Al Parella who has stepped up to handle the construction faze of the playground project. The playground will soon be delivered and we need to prepare the grounds, construct the playground, etc. Please contact Natasha Smelova or Al Parella if you have any questions. There is a lot of work to be done and we need EVERYONES HELP.

TIKHVIN TRIP

Father Alexis and Deacon Father Michael will be traveling to Tikhin, Russia on June 26th and returning on July 22nd. During this time if anyone needs the services of a priest, they are requested to contact Father Michael Fritz .

CHURCH FLOWER BEDS

A reminder to the people who have volunteered to be responsible for the flower beds around the Church. Please weed and plant flowers in your flower bed. If you are no longer able to take care of the flower bed assigned to you, please contact Margo Beighey (371-7758). Christina Fedorov-DiLello has stated that this has been an especially busy year for hungry rabbits. It seems that whatever she planted was eaten down to the quick within a few days. If you are at the Church Hall tending to a flower bed, and notice that the ground is dry, please be considerate and water ALL of the flowers, especially those along the Church walkway. If you were not assigned a flower bed, but would be interested in taking care of one, please speak to Margo Beighey.

ST. SERAPHIM'S CAMP

St. Seraphim Camp in the beautiful Pocono Mountains of Eastern Pennsylvania is scheduled to begin on Sunday, July 30th. Orthodox children entering grades 3 through 12 are accepted. Each day the children participate in The Law of God, daily prayers as well as the usual sporting events; river rafting, swimming, hiking, arts and crafts and bonfires. The camp has influenced thousands of lives over its history. We encourage you to consider the camp as a yearly part of your children's lives. All counselors are known to us and carefully chosen. If any adult would like to explore the possibilities of volunteering, they are free to contact us along with a letter of recommendation from their parish priest. The camp will begin on Sunday, July 30, and conclude on Sunday, August 6. More information and registration is available at www.stseraphimcamp.org

COFFEE HOURS WILL RESUME IN SEPTEMBER

Do you enjoy the delicious Sunday lunches provided by our Coffee Hour Hostesses? It's still not too late to join us in feeding our hungry parishioners after Liturgy on Sundays. Please contact RaeLynn (Anastasia) Gonyea to be added to the list. If you don't feel you can take on the responsibility of hosting an entire Coffee Hour, but would like to help by providing a dessert, side dish, or the drinks on a particular Sunday, please speak to that Coffee Hour hostess directly. Any and all help would be greatly appreciated. We would also like to remind everyone that the lunches are NOT free – a donation plate is set on the table and all donations go to the Sisterhood, NOT to the hostesses. These donations help buy the paper products and other needed supplies. So, please be generous. Share in the fellowship – and support your Church at the same time. Thank you!

TIRED, WEARY, ACHY - THERE IS A SOLUTION

Lisa Moore and Shelby (Nina) Hoops, Licensed Massage Therapists from Tender Touch Massage, Salon & Spa are offering massages to our parishioners at the Church Hall on . A sign-up sheet is available at the Church Hall or you may speak directly to either Shelby or Nina to schedule a time. What a great way to relax, ease those achy muscles and feel rejuvenated. Dates scheduled for massages at the hall are: July 22 and Aug 19...10 am -4pm...please call us or email us for appts...705-8830 or 705-1628; Lisa.moorelmt@gmail.com or Shelbyhoopslmt@gmail.com

CHURCH MINT GARDEN

If anyone would like some fresh peppermint, spearmint or lemon grass check out the planter by the Church Hall front door. Help yourself to as many sprigs as you like. The more you pick, the more it will grow. Whether you want to make teas, essential oils, or some other use - help yourself.

HOLY LAND - BETHANY SCHOOL

As many of you may already know, Tasia, Maria and Christina are going to the Holy Land in August on a Pilgrimage with Bishop Nicholas. Tasia received an e-mail from Jerusalem listing items which Sister Martha states are the students immediate needs. The list includes: hair ties, brushes, sports bras, hygiene products (pads, etc.), underwear for older girls, swimsuits in all sizes (all need to have a skirt or shorts), pens, pencils, and stationary, colored pencils, coloring books. If anyone would like to donate towards the purchase of these supplies they are requested to give their donations to Tasia Fedorov. Since space in our suit cases is limited, monetary donations would be appreciated instead of the items themselves - so purchases can be made with space limitations in mind. There are approximately 500 students at the Bethany school (grades Kindergarten - 12). Approximately 15 girls live at the school and all of their needs are provided for by the school. All donations would be GREATLY appreciated. Thank you.

ST NICHOLAS CHURCH - SPRINGFIELD MASS (ENFIELD, CT)

St. Nicholas Church in Enfield CT, formerly of Springfield Massachusetts will be holding a Festival on Saturday, September 9th, 9 AM-3 PM. There will be nice gifts, cards, crafts, plants and baked goods being sold by the Parish as well as outside vendors selling their wares. If at all possible, please support our sister Parish, I am sure Fr. Brendan, Matushka Miriam and their parishioners would appreciate our support.

Address of the church is: St. Nicholas Orthodox Church, 343 N. Maple St., Enfield, CT 06082



Martyrdom of St Elizabeth Romanov and Nun Barbara (1918) July 5

Grand Duchess Elizabeth was a grand-daughter of Queen Victoria of England and the older sister of the Empress Alexandra (July 4). After marrying Grand Duke Sergei she converted to the Orthodox faith, though this was not required by her position. After her husband was assassinated in 1905, she took monastic vows and withdrew from the world, founding the Convent of Saints Mary and Martha. There she served as superior, devoting her time to prayer, fasting, and caring for the sick and the poor.

During the Russian Revolution, she was seized by the God-hating Bolsheviks and taken to the Urals, where she and several with her were martyred by being thrown alive down an abandoned mine-shaft. When the fall did not kill them, soldiers threw grenades down the shaft to complete

their work. Saint Elizabeth was singing the Cherubic Hymn when she died.

The Nun Barbara, her cell-attendant, voluntarily followed St Elizabeth into exile and received martyrdom with her. Their relics were recovered and taken at great risk to China, then to Jerusalem, where they were deposited in the Convent of St Mary Magdalene. When their reliquaries were opened in 1981, their bodies were found to be partly incorrupt, and gave off a sweet fragrance.

Footnote: After the assassination of her husband in Moscow, Grand Duchess Elizabeth had a cross erected at the site of his death, bearing the inscription "Father, forgive them, for they know not what they do." After the revolution, the cross remained standing through the devotion of the people of Moscow to St Elizabeth, until it was personally torn down by Lenin.

CHURCH ETIQUETTE - Last month this article was printed in English, this month is Russian

Мобильные телефоны.

Пожалуйста, отключите мобильные телефоны или переключите на вибровозвонки перед входом в церковь. Если ваш телефон случайно зазвонит, не отвечайте на звонок в церкви, и не начинайте говорить громко. Для предотвращения шума, который мешает ходу службы, вы можете принять звонок, но не отвечать на него пока вы не выйдете из церкви (на улицу или в притвор). Выходите из церкви тихо и спокойно, не выбегайте, если подобное произойдет. Пусть звонящий подождет. Так же вы можете прикрыть телефон обеими руками, чтобы минимизировать шум.

Фотографировать без специального разрешения не допускается.

Во время службы фотосъемка запрещена, за исключением случаев, когда разрешение (благословение) получено от настоятеля или священнослужителей собора.

Исповедь перед Причастием.

Все православные христиане могут причаститься в Соборе, если они исповедовались накануне вечером (или если вы предварительно договорились священнослужителем собора). Исповедь может принимать священнослужитель нашего собора или священник/духовник вашего прихода. Не приемлемо просить священника о исповеди во время литургии, за исключением случаев когда вы слабы, больны или у вас какой-то физический недостаток. В Русской Православной церкви исповедоваться полагается накануне причастия, и мы просим уважительно следовать этой традиции. “До” причастия не значит за полгода или год, или даже за 2 недели. Неприемлемо подходить к Святой Чаше без должной подготовки, даже если вы получили благословение вашего духовного отца.

Стоять или сидеть

Традиционное положение для молитвы в православной церкви – стоя. В нашем Соборе нет скамеек, за исключением тех, в самом конце храма (зарезервированных для престарелых людей и инвалидов). Когда же подобает определенно стоять? Во-первых, вполне приемлемо (даже желательно) стоять на протяжении всей службы, если это возможно. Но особенно во время чтения Евангелия, Малого и Большого Хода, Евхаристического канона, Причастия, всякий раз когда священник благословляет, и даёт отпущение.

Свечи

Зажигание свечей – важная часть службы в Православной церкви. Мы зажигаем свечи, во время молитвы, предлагая их как небольшое приношение Богу, (которое сопровождает наши молитвы). Православные обычно ставят свечи, когда приходят в храм. Но есть моменты во время службы, когда зажигать свечи не следует. Во время чтения Апостольских Посланий и Евангелия, Малого и Большого Хода, от “Символа Веры” до конца “Достойно есть” (Евхаристический канон), “Отче наш” и проповеди.

Если вы опоздали

Приходить в церковь следует до начала богослужения. Если вы пришли, когда Литургия уже началась, входите в церковь тихо и наблюдайте за происходящим. Если читают Апостольские Послания или Евангелие, происходит Малый или Большой Ход, или священник читает проповедь, подождите в конце храма, чтобы своим приходом не нарушать хода Литургии.

Губная помада

Вы когда-нибудь стояли возле иконы, когда свет падая на нее, отражает следы губной помады? Не очень-то приятно, не правда ли? Губная помада может и выглядит красиво на губах, но ужасно когда следы от неё остаются на иконах, распятии, лжице (ложечке для Причастия), руке епископа или священника. Губная помада может испортить иконы, и даже если распятие можно почистить после того как все к нему приложатся, это очень нетактично с вашей стороны по отношению к другим людям. Как быть? Если вы всё же хотите накрасить губы, когда идете в церковь, то промокните губы салфеткой перед почитанием икон, принятием причастия, перед прикладыванием к Кресту или руке епископа и священника. Ещё лучше будет, если вы накрасите губы после выхода из церкви.

Почитание икон

При почитании (целовании) икон, следите за тем, что вы делаете. Не подобает целовать икону в лик (лицо). Когда подходите к иконе, приложите к Евангелию, или кресту в руке святого, так же можно поцеловать руку или ступни того кто изображен на иконе. Пожалуйста, проявляйте подобающее уважение к тому, кто изображен на иконе.

Разговоры во время службы

Очень приятно прийти в церковь и увидеть своих знакомых и родственников, но подождите до конца службы. Не подобает приветствовать кого-то и разговаривать во время службы. Помимо того, что это показывает ваше неуважение к Богу, это так же невежливо по отношению к окружающим людям, которые стараются молиться. Общайтесь с Господом во время службы через молитвы, песнопения и благодарения; а со знакомыми после службы в церковном зале или на улице.

Не пожимайте руку священнику или епископу, а приложите к ней

Знаете ли вы, что приветствовать священника или епископа следует попросив его благословения и приложась к его правой руке? Как это сделать? Подойдите к епископу или священнику сложив руки (правая поверх левой) и скажите “Отче, благослови”, или “Владыко, благослови” (епископу). Он сделает крестное знамение и положит свою руку, поверх ваших, а вы должны поцеловать (а не пожать) его руку. Всё же священнослужитель -это не просто какой-то приятель, а человек который “благословляет и освещает” вас и приносит Святые Дары от вашего имени. Когда вы целуете руку священнослужителя, этим вы показываете уважение Господу, которого они представляют.

Так что в следующий раз, когда приветствуете священника или епископа, не пожимайте его руку, а попросите благословения.

Требования к одежде

Для детей. - Спортивные шорты, или шорты любого вида не допустимы в церкви (для детей и взрослых). Обувь должна быть чистой и опрятной. Не разрешаются так же футболки с большими надписями.

Для женщин. - Платья должны быть скромными. Не разрешаются платья на тонких бретельках или без них, обнажающие спину, или декольте. Юбки должны быть по колено, или длиннее. Если вы всё же хотите надеть штаны в церковь, хотя это и нежелательно, надевайте брюки, а не джинсы или легинцы. Шорты любого вида не допустимы в церкви.

Для мужчин. - Пиджак и галстук не обязательны. Рубашка с воротником должна быть застегнута до последней пуговицы (последнюю можно не застёгивать, но неприлично, когда

расстегнуты две или три пуговицы). Джинсы с дырками или заплатками, или очень широкие не разрешаются. Так же как и футболки или шорты.

Креститься ли не креститься.

Каждый наверное замечал что разные люди крестятся в разное время, а иногда и совсем по-разному. В определённой степени, когда креститься зависит от благочестия человека, а не является догмой. Но есть моменты, когда следует и не следует исполнять крестное знамение. Далее следует краткий список когда надо креститься.

Креститься надо когда вы слышите слова Отец, Сын и Святой Дух или какой-нибудь вариант этой фразы, в начале и конце службы; во время ваших личных молитв; при входе и выходе из церкви; когда проходите мимо алтаря; перед прикладыванием к иконам, кресту, или Евангелию.

Не следует креститься у Святой Чаши пред и после Причастия (вы нечаянно можете толкнуть Чашу); когда епископ или священник благословляет «Мир всем», склоните голову чтоб принять благословение; когда священник или епископ благословляет вас, поцелуйте его правую руку, но не креститесь.

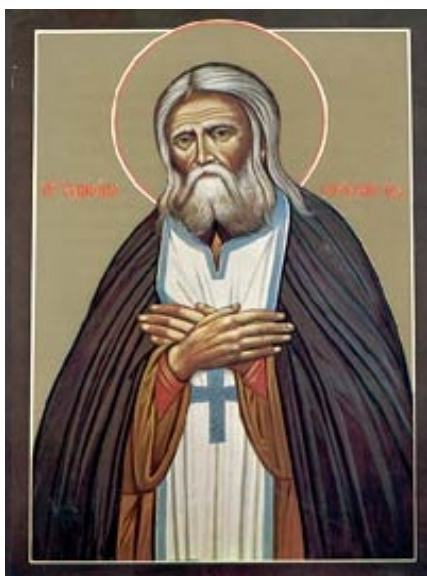
Как обращаться с просфорой.

После принятия причастия и в конце Литургии, православные обычно принимают немного вина (запивка) и кусочек антидора (просфоры). Освященный хлеб это конечно, не причастие, но относиться к нему тоже надо аккуратно. Не крошить повсюду. Следите так же за своими детьми, и объясните им, что к просфоре надо относиться аккуратно и уважительно.

Когда дети плачут

Если ваш ребёнок плачет в церкви, пожалуйста, уведите его из храма, пока он не успокоится. Если вы видите, что чужой ребёнок плачет, а родители не уводят его, подойдите к ним, и деликатно попросите увести ребёнка, чтоб не нарушать ход службы.

St. Nicholas Russian Orthodox Cathedral - Montreal Canada



Spiritual life according to St. Seraphim of Sarov whose Feastday is celebrated August 1st

God is a spirit, and the life of the Divinity is spiritual. This spirituality is founded upon the essence of the Divine nature, in which unity is combined with diversity.

The Lord wished to have man, whom He had created, also live a spiritual life, and for this He gave him His own likeness as the basis of Godliness in spiritual life. The Lord created for man a body out of dust, but elevated it by life given through an act of creation. This body is essentially similar to the body of animals, but differs from it in its form and beauty, which are a symbol of perfection.

God gave man a soul, this conscious force that is like unto the soul of animals, which guides the instincts of nourishment and

self-preservation, but is elevated above it by the capabilities of its vital manifestations. Finally, the Lord gave man a spirit, one in essence with God's spirit, but differing from It in its dependence and limitations.

This simultaneous unity and diversity of all parts permeated man's entire nature. The body was subordinate to the soul and was tended by it, the soul was subordinate to the spirit which provided guidance for the soul, while the spirit was subordinate to the Lord God in His creative concern for all. Despite the diversity of his parts, man was nevertheless conscious of himself as a single entity. This unity in man's nature was the first condition of his spiritual life. The diversity of the parts did not disturb this unity; on the contrary, it stimulated man to aspire upward to perfection for the sake of such unity.

The body, experiencing sweetness, found well-being and goodness in it, and thus aspired in its life to soulfulness and united with it. The soul found a certain spirituality in the pleasantness of life and thus elevated itself to the level of the spirit and united with it. The spirit, in its divergence from God, aspired towards Him and in the divineness of sensations elevated itself to union with Him. Aspiration towards perfection, founded upon diversity and motivated by a desire for unity, was the second condition of man's spiritual life.

This aspiration was expressed in obedience to God. Man constantly had to coordinate his will with the will of God, which he knew directly from God and also from moral law. His accord with the will of God was always confirmed to him by his clear conscience. Necessary obedience to God was the third condition of spiritual life.

Finally, the Lord breathed into man the breath of life and animated him with the grace of the Holy Spirit. The power of Divine grace helped man maintain unity and accomplish this aspiration towards perfection through constant obedience to God. The state of being filled with the grace of the Holy Spirit was the last and major condition of spiritual life.

But, unfortunately, this spiritual life did not last long. Man sinned and in his sinfulness was deprived of the aid of the Holy Spirit, without which unity was destroyed, aspiration towards perfection ceased, and obedience vanished. Man fell, and in his fall he distanced himself from God, forgot Him, ceased to thank and glorify Him. Unity and obedience in nature were destroyed by the fact that the body ceased to be subordinate to the soul, the soul to the spirit, the spirit to God. Aspiration upwards, to perfection, was replaced by a pull downwards, to perdition. The spirit descended to the level of the soul, and the soul to the level of the body. Instead of aspiring towards God, the spirit took upon itself the functions of the soul and became worldly in its manifestations. The soul weakened in its awareness of its difference from animals and descended to their level. The body in its natural needs was reduced by a weakened spirit to a state of senselessness and was punished for natural and unnatural sins by grave illnesses.

Obedience was replaced by consistent defiance against God the Holy Spirit. Spiritual life ceased to exist and became replaced by spiritual distortion and physical depravity. Godliness also vanished, life became senseless and existence aimless. Man no longer wished for good, and even had he wished it, he did not do the good he wished, but committed the evil he did not wish.

Who could deliver him from such misery? Only the Creator, Who knew how much good was incorporated into man's nature and how perfect man can be in union with Him. And thus this Creator, our Lord Jesus Christ, comes down to earth, takes upon Himself the image of man, and becomes like unto him in all but sin. He – the God-man – calls people to repentance and to union with God, in order to return them once again to the Kingdom of God. Through personal example, miracle-working, and Divine teaching He enlightens their minds with the light of truth and fills their hearts with belief in

Him as the Redeemer and Saviour. Inspired by such faith, people draw near to Christ, and from God's enemies they turn into His children, brothers, and friends. Christ's compassionate love penetrates their hearts and evokes love for Christ in response, uniting them with Him in a single community of believers.

Christ passes through His life's path by combating evil and ends by vanquishing it, for He does not sin, but ascends into heaven. Together with Him He elevates human nature, still pure and unmarred by sin: the angels are amazed at such a transformation of humanity and worship it in the person of the Godman – Christ.

The people remaining on earth do not sever their connection with Christ. Ardent faith elevates them into heaven, too, while love unites them with Christ in one unbroken whole – a living organism – the one Holy Church headed by Christ, in which they all are members. This church is spiritualized by the grace of the Holy Spirit and through its sacraments offers a holy and immortal life in constant unity with God. By confessing his Orthodox faith in Christ and making use of these sacraments, each member of the Church becomes a participant in this gracefilled life and is spiritually reborn. Thus, in cleansing himself of the original sin through the sacrament of baptism, man restores his spiritual purity, while in the sacrament of anointment with myrrh he receives strength for a virtuous life and the attainment of perfection.

Personal sinfulness on the path to such perfection is cleansed by the grace of penitence, while in the sacrament of Holy Communion man unites with Christ and emerges a new creation. The original desire for good is revived in him, and he gathers strength for the realization of this desire in a virtuous life. Man becomes Christian, and shining thoughts, pure feelings, and lofty desires reappear within him. A new spiritual life is revived, and unity in his nature and in his attitude towards God and others is restored. In his obedience he acknowledges the will of God, while in fulfilling it he gradually draws near to Him and spiritually improves.

His entire life revolves around God; he lives for His sake and is constantly sanctified by the Holy Spirit. This power of the grace of the Holy Spirit fills his entire being, and makes him, while he is still here on earth, a participant in celestial joy and spiritual bliss. Such was the salvific spiritual life led by all our hierarchs and ascetics, such was the life led by St. Seraphim, and to such a life he called all those who came to him for guidance.

St. Seraphim believed that every Christian should maintain within himself this internal unity and establish spiritual orderliness. This is best achieved by fasting. Lent tames the body's sensuality, restrains the soul's worldly busyness, and provides the spirit with the freedom to pray. In this manner the subordination of the body to the soul, the soul to the spirit, and the spirit to God, which had been initially established by God, is restored and maintained in man's nature.

Unity with people is maintained by manifesting love through deeds of charity. In each person we must see a creation of God similar to ourselves, filled with grace through the gifts of God's love and mercy, and thus meriting also our own love and charity. Such commonality of God's mercy should unite us with other people, while the only difference we should find between us is that we are sinful, while they are more virtuous. This will encourage us to be humble and meek, and will lead to unity with others in following the example of their virtuousness.

Unity with God, on St. Seraphim's advice, is maintained through constant remembrance of Him. We should become used to having the Lord in our thoughts, and then we will grow close to Him and will love Him, and in loving Him we will become capable of self-sacrifice for Him. Constant remembrance of God is stimulated by prayer, which encourages the growth of the fear of God in our hearts for the

sake of our love for Him, so that sin does not separate us from the Lord. Sincere prayer brings forth tears of repentance and remorse, and illuminates the heart with the rays of Christ's truth. When encountering distraction in prayer, we must humble ourselves and ask God for forgiveness. A prayerful mood also comprises genuine Christian hope, when a person seeks the Kingdom of God and is convinced that all that is needful for salvation in this earthly life will be given to him; this differs from the hope of vanity, in which a person believes in his own powers and turns to God only in case of failure.

Aside from unity, spiritual life also requires a striving for perfection. This striving, according to St. Seraphim, should be for the sake of Christ, because only such a striving brings us close to God and is salvific for us. Perfection without Christ is regarded by God benevolently, but does not bring salvation; in order to be salvific it should lead to belief in Christ and perfection for His sake, just as it did in the life of the centurion Cornelius. In like manner good deeds without Christ are simply pleasing to God, while if done for the sake of Christ – they bring salvation, for they fill a person with the grace of God. It is to such perfection that every person must aspire in his spiritual life. This aspiration should be expressed in constant obedience to the will of God.

St. Seraphim teaches us that there are three wills: one is Satanic – destructive, which encourages the doing of good for the sake of vanity and pride; the second is human – neither salvific, nor destructive; and the third is the will of God – salvific. We can know this will from reading the word of God. Such reading brings forth tears, warms the soul with tenderness, and fills the heart with the gifts of a spiritual, grace-filled life. Such a life finds its meaning only in the acquisition of the Holy Spirit. The grace-filled power of the Holy Spirit maintains within us internal unity and spiritual purity, gives us strength for an unimpeded striving towards perfection through constant obedience to the Creator, fills the soul with the joy of being, and leads us to God, in order to live an immortal life together with Him. Such is salvific spiritual life according to the teaching of St. Seraphim. If we were to ask ourselves – do we live such a life? – we would find an answer in the following example. If someone, standing and praying in church, is unable to overcome physical weakness and goes out, as an obedient servant of his body, for a smoke or idle talk, – such a one does not lead a spiritual life. If someone, getting up from sleep, is unable to overcome the soul's attraction for material concerns and carelessly leaves his bed without the sign of a cross and a prayer to God, – such a one does not lead a spiritual life. If someone does good only for the sake of vanity and strives for perfection without Christ, – such a one does not lead a spiritual life. If someone has not acquired the habit of testing the will of God in his actions and making sure they are pleasing to Him, – such a one has not yet stepped onto the path of spiritual life.

And finally, whoever lives outside the true, holy, and orthodox Church, without confession and communion, without the grace-filled aid of the gifts of the Holy Spirit, – such a one cannot lead a salvific spiritual life. A salvific spiritual life is possible only within the church community and with the aid of the grace of the Holy Spirit.

This is the kind of life that our Lord Jesus Christ has restored to us, and the kind of life to which we are called by the glorified saint of God – St. Seraphim.

On penitence

Whoever wishes to be saved should always have a penitent and contrite heart: "The sacrifices of God are a contrite spirit; a contrite and humble heart, O God, Thou wilt not despise" (Psalm 51:17). In such contrition of spirit a man can easily and harmlessly pass through the cunning wiles of the devil, whose entire efforts are directed at agitating man's spirit and sowing chaff under the cover of this agitation, as the Gospel says: Sir, did not Thou sow good seed in the field? From whence then hath it tares? He said unto them: An enemy hath done this (Matt. 13:27-28). When man tries to have a

humble heart and to preserve his thoughts in peace, then all the enemy's snares become ineffectual, for God Himself abides wherever there is peace of mind.

Penitence is engendered by the fear of God and attentiveness to oneself: the fear of God is the father of attentiveness, while attentiveness is the mother of inner tranquility. The fear of God awakens the sleeping conscience which, in turn, makes the soul view itself as though reflected in some pure and calm pool of water and see its own ugliness, and thus are born and grow the roots of penitence. Throughout our entire lives our sins offend God's majesty, and for this reason we must continuously ask God to forgive us our transgressions.

Can man arise through repentance after having fallen? He can: when the holy Prophet Nathan denounced King David's sin, the latter, upon repenting, was immediately forgiven. Another example is a certain desert dweller, who went to get water and fell into sin at the spring. However, upon returning to his monastic cell, he recognized his sinfulness and continued to lead an ascetic life as before. The enemy attacked him, pointing out the heaviness of his sin and denying the possibility of his ever receiving forgiveness, and thus tried to deflect him from an ascetic life. But the soldier of Christ stood firmly on his path. God revealed all of this to one of the blessed fathers and directed him to honor the sinning brother for such a victory over the devil. When we repent sincerely of our sins and turn to our Lord Jesus Christ with all our hearts, He rejoices in us and holds a feast, to which He invites His precious host of angels, showing them the drachma He has found anew, i.e. His kingly image in man. Placing the straying sheep on His shoulders, He carries it to His Heavenly Father. Thus, let us not neglect to appeal to our Merciful Master, and let us not be overcome by negligence and despair over our heavy and countless sins. Despair is supreme joy to the devil. It is a mortal sin according to the Scriptures. Moreover, the repentance of a sin means not repeating it. Just as there is some medication for every illness, so there is repentance for every sin. Thus approach repentance without hesitation, and it will intercede for you before God.

On guarding the heart

We must continuously guard our heart from indecent thoughts and impressions. Attentive guarding of the heart engenders purity within it, which is then worthy of receiving a vision of the Lord, as the eternal Truth assures us: Blessed are the pure in heart, for they shall see God.

We should not needlessly reveal all that is best in our heart, for all that has been gathered there remains secure against visible and invisible enemies only when it is guarded as a treasure in the inner recesses of the heart. Do not reveal the secrets of your heart to everyone.

On the light of Christ

In order to accept and feel the light of Christ within one's heart, one must distance oneself from visible objects as much as possible. Having pre-cleansed one's soul by means of repentance and good deeds, and with sincere faith in the crucified Christ, we should close our eyes and submerge our mind in the heart, at the same time continuously calling upon the name of our Lord Jesus Christ (the Jesus prayer). Only then, according to the measure of his earnestness and ardor of spirit, will a man find delight in the summoned name, which will kindle within him the desire to seek higher enlightenment.

When the mind remains in this exercise for a long time and becomes established in the heart, then the light of Christ will shine within, illuminating the abode of the soul with divine light, as the Prophet Malachi tells us on behalf of God: But unto you that fear My name shall the Sun of righteousness arise (4:2). This light is at the same time life, according to the Gospel: In Him was life, and the life was the light of men (John 1:4).

When a man contemplates the eternal light within him, then his mind stays pure and does not have any sensual images within itself, but being totally immersed in the contemplation of uncreated goodness, forgets all sensual things, does not even want to see its own self, but wishes to hide in the core of the earth, so as not to be deprived of this greatest blessing – the Lord God.

On our responsibilities and love for our fellow beings

We must treat our fellow men with affection, giving no offense either by word or deed. When we turn away from someone, or offend someone, it is as though a heavy stone lies down upon our heart. We must try to comfort the spirit of a despondent person with words of love. We must cover up for our sinning brothers, as St. Isaac the Syrian advises: “Spread thy mantle over the sinner and cover him.” In regard to our fellow men we must be pure in word and thought, and treat everyone equally, otherwise our life will be in vain.

We must love our fellow beings not less than ourselves, as the Lord commands: “Love thy neighbor as thyself” (Luke 10:27). But not to such an extent that love for others, going beyond the bounds of moderation, would distract us from fulfilling the first and foremost commandment, i.e. love for God, as the Lord Jesus Christ teaches us: “He that loveth father or mother more than Me is not worthy of Me; and he that loveth son or daughter more than Me is not worthy of Me” (Matt. 10:37). St. Dimitri of Rostov expounds upon this subject quite well: “We see false love for God in Christians wherever creation is compared to the Creator; and we see true love wherever the sole Creator is loved and preferred above all creation.” Why do we judge our brethren? Because we do not try to know our own selves. Whoever is engaged in getting to know his own self has no time to notice anything about others. Judge your own self and you will cease to judge others.

On active and contemplative life

Man is composed of soul and body, and so the path of life should be composed of physical and spiritual deeds – of action and contemplation.

The path of active life consists of fasting, abstinence, vigil, kneeling, prayer, and other physical labors that comprise the narrow and sorrowful path which, according to the word of God, leads to eternal life.

The path of contemplative life consists of elevating one’s mind towards the Lord God, being attentive to one’s heart, inner prayer, and contemplation. Whoever wishes to lead a spiritual life must first begin with an active life, and afterwards move on to the contemplative one, because it is impossible to proceed to contemplation without prior activity. The active life serves to cleanse us of sinful passions and elevates us to the level of active perfection, and in this manner opens up for us the way to a contemplative life. Only those who have been cleansed of passion and have attained some degree of perfection can approach contemplation, as we can see from the words of the Scriptures: “Blessed are the pure of heart, for they will see God,” and of St. Gregory the Theologian: “Only those who are spiritually highly experienced can safely approach contemplation.”

One approaches contemplative life with fear and awe, with a contrite heart and humility, with a lengthy examination of the Holy Scriptures, and under the guidance of an experienced elder, and never with arrogance and willfulness, as St. Gregory the Sinaite says: “Whoever dreams of attaining heights without having attained truth – such a one the devil comfortably catches in his nets as his slave.”

If it is impossible to find an elder who can guide one to contemplative life, then in that case one must be guided by the Holy Scriptures, for the Lord Himself commands us to learn from the Scriptures, saying: “Search the Scriptures, for in them ye shall have eternal life” (John 5:39).

We must also attentively read the writings of the Holy Fathers and try as much as possible to do what they teach, and thus, little by little, to pass from an active life to the perfection of a contemplative one. But we should not leave off the active life even when we have had some measure of success in it and have gone on to contemplation, because the active life assists the contemplative life and perfects it.

Having moved onto the path of a contemplative life, we should not falter or leave this path only because other people around us, who have attached themselves to external and sensual things, try in every way to distract us from the inner path, putting up all kinds of impediments; for according to the Church Fathers, contemplation of spiritual things is preferable to knowledge of material things. For this reason we should not be swayed by any opposition in our passing along this path, being affirmed in it by the words of God: "Their fear shall not frighten us or make us tremble, for God is with us. We shall sanctify the Lord our God, and He shall be our awe" (Isaiah 3:12-13).
The reasons for the coming of Jesus Christ into the world

The reasons for the coming of Jesus Christ, the Son of God, into the world are as follows:

- (1) God's love for mankind: "For God so loved the world, that He gave His only-begotten Son to the world" (John 3:16).
- (2) The reconstruction of God's image and likeness in fallen man.
- (3) The salvation of human souls: "For God sent not His Son into the world to condemn the world, but that the world through Him might be saved" (John 3:17).

Thus, following the aim of our Redeemer, the Lord Jesus Christ, we must lead our lives in accordance with His divine teaching, in order to thereby achieve the salvation of our souls.

Reprinted from "Orthodox Life," No. 23/24, 1932.

RUSSIAN TRANSLATION OF THE ABOVE ARTICLE:

ХРИСТИАНСКОЕ УЧЕНИЕ - Вернуться к списку

Духовные поучения

Духовная жизнь по учению преподобного Серафима Саровского

Бог есть дух и жизнь Божества – духовная. Эта духовность обуславливается сущностью Божественной природы, в которой единство совмещается с различием.

Господу угодно было, чтобы и человек, которого Он сотворил, жил тоже духовной жизнью и для этого дал ему Свой образ, как основу Богоподобия в духовной жизни. Господь сотворил человеку тело единое по существу с прахом, но возвышенное над ним жизнью, созданной актом творения. Это тело по существу одинаковое и с телом животных, но отличается от него формой и красотой, как символом совершенства.

Бог дал человеку душу, эту одинаковую с душой животных сознательную силу, руководящую инстинктом питания и самосохранения, но возвышенную над ней способностью своих жизненных проявлений.

Наконец, Господь дал человеку дух, единый по существу с Божиим духом, но отличающийся от Него зависимостью и ограничением.

Это единство и различие в частях проникало во всю человеческую природу, в ее целом. Тело подчинялось душе в ее заботах о нем, душа – духу в его руководстве, а дух – Господу в Его творческом промыслении. При различии частей, человек все-таки сознавал себя, как единое «я». Это единство в природе человека было первым условием его духовной жизни. Различие же частей не нарушало этого единства; наоборот, оно побуждало человека к стремлению вперед и к совершенству ради этого единства.

Тело, испытывая сладость, находило в ней благодать и доброту и этим поднималось в своей жизни до душевности и объединялось с ней. Душа в приятности жизни находила некоторую духовность и этим возвышалась к духу и объединялась с ним. Дух в своем различии от Бога стремился к Нему и в божественности своих переживаний возвышался до единения с Ним. Вызванное различием стремление к совершенству ради единства было вторым условием в духовной жизни человека.

Это стремление выражалось в послушании Богу. Человек постоянно должен был согласовать свою волю с волей Божией. Эту волю он знал непосредственно от Бога и из нравственного закона, а о согласии с ней ему свидетельствовала его чистая совесть. Необходимость послушания Богу была третьим условием духовной жизни.

Наконец, Господь вдунул в человека дыхание жизни и одухотворил его благодатью Святого Духа. Сила Божественной благодати помогала человеку поддерживать единство и осуществлять стремление к совершенству через постоянное послушание Богу.

Облагодатствованность Духом Святым было последним и главным условием духовной жизни. Но, к сожалению, эта духовная жизнь продолжалась недолго. Человек согрешил и в своей греховности лишился помощи Святого Духа, а без этого нарушилось единство, прекратилось стремление к совершенству и не было послушания. Человек пал и в своем падении удалился от Бога, забыл Его, не благодарил и не прославлял. Единство и подчинение в природе нарушилось тем, что ни тело не подчинялось душе, ни душа – духу, ни дух – Богу. Стремление вверх, к совершенству, заменилось тяготением вниз, к падению. Дух снизился до душевности, а душа до телесности. Вместо стремления к Богу, дух взял на себя функции души и осуетился в своих помышлениях. Душа ослабела в сознании своего различия от животных и спустилась до их состояния. Тело в своих естественных потребностях доведено было снизившимся духом до бесчувственности и наказывалось за естественные и противоестественные грехи тяжкими болезнями.

Послушание заменилось постоянным противлением Богу – Духу Святому. Не стало больше духовной жизни, она заменилась искажением душевной и развращением телесной. Не оказалось и Богоподобия, жизнь стала бессмысленной и существование бесцельным. Человек не хотел добра, а если бы и восхотел, то творил не то, что хотел – доброе, а злое, чего не хотел.

Кто мог избавить его от такого несчастья? Единый Творец, Который знал, сколько доброго вложено в природу человека и каким он может быть при единении с Ним. И вот, этот Творец, Господь наш Иисус Христос, приходит на землю, берет на Себя образ человека и делается подобным ему во всем, кроме греха. Он – Богочеловек – призывает людей к покаянию и к единению с Богом для возвращения их опять в Царство Божие. Личным примером, чудотворностью и Божественным учением Он просвещает их разум светом истины, а в сердце возбуждает веру в Него, как Искупителя и Спасителя. Воодушевленные этой верой, люди приближаются ко Христу и вместо врагов делаются Божьими детьми, братьями и друзьями. Соучастливая любовь Христа проникает в их сердца и вызывая в них любовь ко Христу, объединяет с Ним в одно верующее общество.

Христос проходит жизненный путь в борьбе со злом, заканчивает его победой, ибо не согрешает и возносится на небо. Вместе с Собой Он возносит и чистую, неомраченную грехом человеческую природу: ангелы дивятся такому преображению человечности и поклоняются ей в лице Богочеловека – Христа.

Оставшиеся на земле люди не прерывают связи со Христом. Пламенная вера подымает и их к небу, а любовь объединяет со Христом в одно неразрывное целое – живой организм – единую Святую Церковь, главою коей является Христос, а они – члены ее. Эта Церковь одухотворяется благодатью Святого Духа и оживотворяет тайнами для святой, бессмертной жизни в непрерывном единении с Богом. Всякий член Церкви, православно исповедуя веру во Христа, через тайны делается участником этой благодатной жизни и духовно возрождается. Так, очищаясь в крещении от первородного греха, человек восстанавливает свою духовную чистоту, а в тайне миропомазания получает силу для добродетельной жизни и совершенства. Личная греховность на пути этого совершенства омывается благодатью покаяния, а в тайне святого причастия человек соединяется со Христом и восстает новой тварью. В нем возрождается первобытное желание добра и являются силы для осуществления этого желания в добродетельной жизни. Человек делается христианином, в нем являются светлые мысли, чистые чувства и возвышенные желания. Возрождается новая духовная жизнь, восстанавливается единство в его природе и в отношении к Богу и людям. В своем послушании он познает волю Божию, а в исполнении ее постепенно к Нему приближается и духовно совершенствуется.

Вся его жизнь в Боге; ради Него он живет и Духом Его непрерывно освящается. Эта сила благодати Св. Духа наполняет все его существо и еще здесь на земле делает его причастным небесной радости и духовного блаженства. Вот такой спасительной духовной жизнью жили все наши святители и подвижники, такой жизнью жил и преподобной Серафим, и к ней призывал всех приходящих к нему за наставлениями.

По мысли преп. Серафима, всякий христианин должен поддерживать в себе внутреннее единство и создавать духовную собранность. Это лучше всего достигается постом. Пост смиряет тело в его чувственности, ограничивает душу в ее житейской многозаболевности и дает свободу духу для молитвенности. Этим воссоздается и поддерживается в природе человека установленная Богом подчиненность тела – душе, души – духу, а духа – Богу. Единство с людьми поддерживается любовью в делах милосердия. Во всяком человеке нужно видеть равное нам творение Божие, облагодатствованное дарами Божией любви и милости, а посему заслуживающее и нашей любви и милосердия. Эта общность Божественной милости должна сблизать нас с людьми, а различие с ними нужно находить в том, что мы грешны, а они добродетельнее нас. Это побудит нас ко смирению и кротости и приведет к единению с ними через подражание их добродетели.

Единство с Богом, по совету преп. Серафима, поддерживается непрестанным памятованием о Нем. Нужно привыкнуть думать о Господе, тогда сроднимся с Ним и возлюбим Его, а если возлюбим, то будем способны на самопожертвование ради Него.

Непрестанное памятование о Боге оживляется молитвой, она развивает в сердце страх Божий – ради любви к Нему, чтобы грех не отделил нас от Господа. Искренняя молитва вызывает слезы раскаяния и умиления и озаряет сердце лучами правды Христовой. При рассеянности в молитве надо смиряться и просить у Бога прощения. В молитвенной настроенности живет и истинная христианская надежда, когда человек ищет Царства Божия и уверен, что все потребное для спасения в земной жизни будет дано ему; этим отличается от суетной надежды, в которой человек уповает на свои дела и обращается к Богу лишь только в неудаче. Помимо единства, для духовной жизни необходимо и стремление к совершенству. Это стремление, по учению преп. Серафима, должно быть ради Христа, ибо только оно приближает нас к Богу и бывает спасительным. Совершенствование без Христа – лишь приятно Богу, но не спасительно; чтобы быть таковым, оно должно привести нас к вере во Христа и совершенству ради Него, как это было в жизни сотника Корнилия. Равно как и добрые дела без Христа – лишь угодны Богу, а ради Христа – спасительны, ибо преисполняют человека благодатью Божией. Вот к такому совершенству и должен стремиться в духовной жизни всякий человек. Это стремление должно выражаться в постоянном послушании воле Божией.

По учению преп. Серафима есть три воли: одна дьявольская – губящая, побуждающая делать добро ради тщеславия и гордости; другая – человеческая – не спасающая и не губящая, а третья – Божия – спасительная. Эту волю мы можем узнавать из чтения слова Божия. Такое чтение вызывает слезы, согревает душу теплотой и наполняет сердце дарами для духовной благодатной жизни. Эта жизнь находит свой смысл лишь в стяжании Духа Божия. Благодатная сила Духа Святого поддерживает в нас внутренне единство и духовную чистоту, дает силы для непрерывного стремления к совершенству через постоянное послушание Творцу, наполняет душу радостью бытия и приводит нас к Богу для бессмертной жизни с Ним. Вот какова спасительная духовная жизнь по учению преп. Серафима. Если бы кто из нас спросил себя – живет ли он такой жизнью? – на это нашел бы ответ в таком примере. Если он, стоя в церкви на молитве, не может победить слабости телесной и выходит, как послушный телу раб, ради курения или праздного разговора, то нет в нем духовной жизни. Если кто, восстав от сна, не может победить влечения души к заботам материальным и равнодушно отойдет от ложа без знамения креста и молитвы Богу, то нет и в нем духовной жизни. Если кто делает добро ради добра и стремится к совершенству без Христа, то не живет и он духовной жизнью. Если кто в своих поступках не привык сверяться с волей Божией и вопрошать ее, угодно ли это Богу, то он не стал еще на путь духовной жизни. Наконец, если кто живет вне истинной, святой и православной Церкви, без исповеди и причастия, без благодатной помощи даров Св. Духа, то и в таком не может быть спасительной духовной жизни. Только в общении церковном и благодатной помощи Святого Духа возможна жизнь духовная и спасительная.

Такую жизнь восстановил Господь наш Иисус Христос и к этой жизни призывает нас прославленный угодник Божий – преп. Серафим.

О покаянии

Желающему спастись всегда нужно иметь сердце расположенное к покаянию и сокрушенное: жертва Богу дух сокрушен, сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит (Пс. 50, 19). В таком сокрушении духа человек с легкостью может безбедно проходить хитрые козни диавола, у которого все силы направлены к тому, чтобы возмутить дух человека и в возмущении

посеять свои плевелы, по слову евангельскому: Господи, не доброе ли семя Ты сеял на селе Твоем? Откуда же плевелы? Он же сказал: враг человеческий это сделал (Мф. 13, 27-28). Когда же человек старается иметь сердце смиренное и мысль сохранить в мире, тогда все козни вражьи бывают бездейственны; ибо где мир помыслов, там почивает Сам Бог. Начало покаяния зарождается от страха Божия и внимания к себе: страх Божий есть отец внимания, а внимание – мать внутреннего покоя. Страх Господень пробуждает спящую совесть, которая делает то, что душа, как в некоей воде чистой и невозмущенной, видит свою некрасоту, и так рождаются начатки и разрастаются корни покаяния. Мы всю жизнь грехопадениями своими оскорбляем величество Божие, а потому и должны всегда со смирением просить у Господа оставления долгов наших.

Можно ли человеку по падении восстать через покаяние? Можно: когда св. пророк Нафан обличил Давида в грехе, то он, покаявшись, тут же получил прощение. К сему примером служит и один пустынный, который, пошедши за водой, при источнике впал в грех. Но, возвратившись в келью, он сознал свое согрешение и снова начал проводить жизнь подвижническую, как прежде. Враг смущал его, представляя тяжесть греха, отрицая возможность прощения и стараясь отвлечь его от подвижнической жизни. Но воин Христов устоял на своем пути. Об этом случае Бог открыл некоему блаженному отцу и велел брата, впавшего в грех, ублажить за такую победу над диаволом.

Когда мы искренно каемся во грехах и обращаемся ко Господу нашему Иисусу Христу всем сердцем нашим, Он радуется нам, устраивает праздник и созывает на него любезные Ему силы ангельские, показывая им драхму, которую Он снова обрел, т.е. царский образ Свой и подобие в человеке. Возложив на плечи заблудшую овцу, Он приводит ее к Отцу Своему. Итак, не будем пренебрегать скоро обращаться к благоутробному Владыке нашему, и не предадимся беспечности и отчаянию ради тяжких и бесчисленных грехов наших. Отчаяние есть совершеннейшая радость диаволу. Оно есть грех к смерти, как говорит Писание. Покаяние во грехе, между прочим, состоит в том, чтобы не делать его опять. Как для всякой болезни есть врачевание, так и для всякого греха есть покаяние. И так несумнясь приступай к покаянию, и оно будет ходатайствовать за тебя перед Богом.

О хранении сердца

Мы непрестанно должны хранить сердце свое от непристойных помыслов и впечатлений. От бдительного хранения сердца рождается в нем чистота, для которой доступно видение Господа, по уверению вечной Истины: блаженни чистии сердцем, яко тии Бога узрят. Что есть лучшего в сердце, того мы без надобности не должны обнаруживать; ибо тогда только собранное остается в безопасности от видимых и невидимых врагов, когда оно, как сокровище, хранится во внутренности сердца. Не всем открывай тайны сердца своего. О свете Христовом

Чтобы принять и ощутить в сердце своем свет Христов, нужно насколько возможно отвлечь себя от видимых предметов. Предочистив душу покаянием и добрыми делами, при искренней вере в Распятого, закрыв телесные очи, должно погрузить ум внутрь сердца, и непрестанно призывать имя Господа нашего Иисуса Христа. Тогда, по мере усердия и горячности духа, человек в призываемом имени находит наслаждение, которое возбуждает желание искать высшего просвещения.

Когда ум с таким упражнением пребудет долго, утвердится в сердце, тогда воссияет свет Христов, освещая жилище души божественным сиянием, как говорит от лица Бога св. пророк Малахия: и воссияет вам боящимся имени Моего Солнце правды (4, 2). Этот свет есть одновременно и жизнь, по слову евангельскому: в Нем была жизнь, и жизнь была свет

человеков (Иоан. 1, 4).

Когда человек созерцает внутренне свет вечный, тогда ум его бывает чист и не имеет в себе никаких чувственных представлений, но весь будучи углублен в созерцание несозданной доброты, забывает все чувственное, не хочет видеть и себя, но желает скрыться в сердце земли, только бы не лишиться сего истинного блага – Бога.

О должностях и любви к ближнему

С ближними надобно обходиться ласково, не делая даже и видом оскорбления. Когда мы отвращаемся от человека, или оскорбляем его, тогда на сердце нашем как бы камень ложится. Дух смущенного или унывающего человека надобно стараться ободрить словом любви. Брата грешащего покрой, как советует преп. Исаак Сирий: «простри ризу свою над согрешающим и покрой его». В отношении к ближним мы должны быть как словом, так и мыслью, чисты и ко всем равны, иначе жизнь нашу сделаем бесполезной.

Мы должны любить ближнего не менее как самих себя, по заповеди Господней: возлюби ближнего твоего, как самого себя (Лук. 10, 27). Но не так, чтобы любовь к ближним, выходя из границ умеренности, отвлекала нас от исполнения первой и главной заповеди, т.е. любви Божией, как об этом поучает нас Господь Иисус Христос: кто любит отца или мать больше Меня, недостоин Меня; или кто любит сына или дочь больше Меня, недостоин Меня (Мф. 10, 37). О этом предмете весьма хорошо рассуждает св. Димитрий Ростовский: «там видна неправдивая в христианском человеке любовь к Богу, где тварь сравнивается с Творцом; а там видна правдивая любовь, где один Создатель больше всякого создания любит и предпочитается».

Отчего мы осуждаем братьев своих? От того, что не стараемся познать самих себя. Кто занят познанием самого себя, тому некогда замечать что-либо за другими. Осуждай себя, и перестанешь осуждать других.

О жизни деятельной и умозрительной

Человек состоит из души и тела, а потому и путь жизни его должен состоять из действий телесных и душевных – из деяния и созерцания.

Путь деятельной жизни составляют: пост, воздержание, бдение, коленопреклонение, молитва и прочие телесные подвиги, составляющие тесный путь и прискорбный, который, по слову Божию, вводит в жизнь вечную.

Путь созерцательной жизни состоит из возвышении ума ко Господу Богу, в сердечном внимании, умной молитве и созерцании.

Всякому желающему проходить жизнь духовную нужно начинать от деятельной жизни, а потом уже переходить и в созерцательную, ибо без деятельной жизни в созерцательную перейти невозможно.

Деятельная жизнь служит ко очищению нас от греховных страстей и возводит нас на степень деятельного совершенства, и тем самым пролагает нам путь к созерцательной жизни. Только те, кто очистился от страстей и стал совершенным, могут приступать к созерцанию, как видно из слов Священного Писания: блажен чистии сердцем, яко тии Бога узрят, и из слов св. Григория Богослова: к созерцанию могут безопасно приступать только совершеннейшие по своей духовной опытности.

К умозрительной жизни приступать должно со страхом и трепетом, с сокрушением сердца и смирением, со многим исследованием Святых Писаний и под руководством какого-либо искусного старца, а не с дерзостью и самочинием, по слову Григория Синаита: если кто мечтает высокая достигнуть, не стяжав истину – такого диавол своими мрежами удобно уловляет как своего слугу.

Если же невозможно найти наставника, могущего руководствовать к созерцательной жизни, то в таком случае нужно руководствоваться Священным Писанием, ибо Сам Господь повелевает нам учиться от Св. Писания, говоря: исследуйте Писания, ибо через них будете иметь жизнь вечную (Иоан. 5, 39).

Также нужно тщательно о прочитывать Отеческие Писания и стараться, сколько можно, по силе исполнять то, чему они учат, и таким образом, мало-по-малу, от деятельной жизни восходить к совершенству умозрительной. Но не должно оставлять деятельную жизнь и тогда, когда человек в ней имеет преуспевание и перешел уже в созерцательную, т.к. она содействует созерцательной жизни и возвышает ее.

Проходя путь внутренней созерцательной жизни, не нужно ослабевать и оставлять этот путь только потому, что другие люди, прилепившиеся к внешности и чувственности, всячески стараются отвлечь нас от прохождения внутреннего пути, поставляя нам на нем различные препятствия; ибо, по мнению учителей церковных, умозрение вещей духовных предпочитается познанию вещей чувственных. А потому не нужно колебаться никакими противностями в прохождении этого пути, утверждаясь в этом случае словом Божиим: страха же их не убоимся и не смутимся, яко с нами Бог. Господа Бога нашего освятим, и Той будет нам в страх (Исаия 3, 12-13).

О причинах пришествия в мир Иисуса Христа

Причины пришествия в мир Иисуса Христа, Сына Божия, суть:

(1) Любовь Божия к роду человеческому: так возлюбил Бог мир, что и Сына Своего едиnorodного дал миру (Иоан. 3, 16).

(2) Восстановление в падшем человеке образа и подобия Божия.

(3) Спасение душ человеческих: не послал бо Бог Сына Своего в мир чтобы судить мир, но чтобы спасся Им мир (Иоан. 3, 17).

Итак, мы, следуя цели Икупителя нашего Господа Иисуса Христа, должны жизнь свою препровождать согласно Его Божественному учению, чтобы через него получить спасение душам нашим.

Перепечатано из журнала «Православная Русь», Но. 23-24 за 1932 г.