

КРАТКОЕ ПРАВИЛО ДЛЯ БЛАГОЧЕСТИВОЙ ЖИЗНИ.

По благословию архиепископа Пермского и Соликамского **АФАНАСИЯ**.

Изд. «САТИСЪ», Санкт-Петербург, 2002.

КРАТКОЕ ПРАВИЛО ДЛЯ БЛАГОЧЕСТИВОЙ ЖИЗНИ

Принуждай себя вставать рано и в определенное время. Без особенной причины не спи более семи часов. Как скоро пробудишься от сна, тотчас вознеси мысль свою к Богу и сделай на себе с благоговением крестное знамение, помышляя о Распятом Господе Иисусе Христе, Который для нашего спасения умер на кресте.



Немедленно встань с постели, оденься и не позволяй себе долго нежиться на мягкой постели и оставаться неодетым.



Одеваясь, помни, что ты находишься в присутствии Господа Бога и ангела хранителя, и вспоминай о падении Адама, который грехом лишил себя одежды невинности и смиренно проси у Господа Иисуса благодати облечься в Него и так мыслить, чувствовать, говорить и делать, как Он Сам и мыслил, и чувствовал, и говорил, и делал.



Потом немедленно начни молитвы утренние; преклонив колена, молись тихо, внимательно, благоговейно и с глубочайшим смирением, как должно пред взором Всемогущего; испрашивай у Него веры, надежды и любви и благословения к занятиям того дня; проси себе сил к благодушному принятию всего того, что Ему будет благоугодно в тот день послать или попустить, к перенесению всех тягостей, трудностей, бедствий, смущений, напастей, скорбей и болезней души и тела, с твердостью и спокойствием и с любовью к Иисусу Христу.



Приими твердое намерение все делать для Господа Бога, все принимать от Отческих рук Его и особенную решимость делать именно такое-то доброе

или избегать именно такого-то зла; приноси всего себя в живую жертву Богу, размышляй так: может быть, этот день есть последний день моей жизни, - и все так делай, как бы ты хотел делать, готовясь предстать теперь же на суд Божий.



Благодари Господа Бога за сохранение тебя в предшествующую ночь, и что ты еще жив и не умер во грехах. Сколько людей смерть в прошедшую ночь представила пред Страшное судилище Господа!



Также возблагодари Бога, что еще есть для тебя время благодати и милосердия и что есть еще время и средства для покаяния и приобретения Неба.



Каждое утро думай о себе, что только теперь начинаешь и хочешь быть христианином, а прошедшее время напрасно погибло.



Хотя четверть часа каждое утро посвящай на краткое размышление об истинах веры, особенно о непостижимом Таинстве воплощения Сына Божия, о втором пришествии Его, Страшном суде, муке и рае.



После молитвы и размышления, если позволяет время, почитай какую-нибудь книгу духовную, например, святителя Димитрия Ростовского «Алфавит Духовный» и святителя Тихона Задонского «Сокровище от мира собираемое». И читай до тех пор, пока сердце твое придет в умиление. Довольно подумав об одном месте, читай далее и внимай тщательно тому, что Господь говорит твоему сердцу.



После сего займись делами твоими, и все занятия твои и дела твои да будут во славу Божию. Помни, что Бог везде видит тебя, зрит все действия, занятия, чувствования, помышления и желания твои и щедро воздает тебе за все добрые дела. Не начинай ни одного дела, не помолясь Господу Богу, ибо то, что мы делаем или говорим без молитвы, после оказывается или погрешительным, или вредным и обличает нас чрез дела неведомым для нас образом. Сам Господь сказал: ***без Меня не можете творити ничесоже.***



Среди трудов твоих будь всегда весел и покоен, успех оных поручай благословению Господа и довольствуйся тем, что ты сделал свое дело.



Исполняй все тяжкое для тебя, как епитимью за грехи твои — в духе послушания и смирения; в продолжении трудов произноси краткие молитвы, особенно молитву Иисусову, и представляй себе Иисуса, Который в поте лица Своего ел хлеб Свой, трудясь с Иосифом.



Если твои труды совершаются успешно по желанию сердца твоего, то благодари Господа Бога; если же неуспешно, то помни, что и это Бог попускает, а Бог делает все хорошо.



Если же остается время пред обедом, то рассмотри, как ты исполнил то, на что решился поутру, или во время благочестивого чтения, или во время размышления.



Во время обеда представляй Отца Небесного, отверзающего руку Свою, чтобы напитать тебя; никогда не оставляй молитвы пред обедом и во время его представляй, что Иисус обедает с тобою; удели от своего стола и нищим. После стола считай себя как бы одним из тех, которых в числе пяти тысяч напитал чудесно Иисус Христос; и возблагодари Его от сердца и моли, чтобы Он не лишил тебя небесной пищи — Слова Своего и Святых Тела и Крови Христовых.



Если желаешь жизни мирной, то предай себя Богу. До тех пор ты не найдешь душевного мира, пока не успокоишься в Едином Боге, любя Его Единого. Всегда и во всем поминай Господа Бога и святую любовь Его к нам, грешным. Во всем старайся исполнять волю Божию и угождать только Единому Богу.



Не делай ничего против заповедей Божиих, не домогайся, не ищи ничего, кроме Бога, делай и терпи все для Бога.



Не заботься, о том, чтобы уважали и любили тебя люди мира сего, но о том, чтобы угодить Господу Богу, и чтобы совесть твоя не обличала тебя во

грехах. Если же хочешь непрестанно помнить о Боге, то скорби и несчастья переноси, как справедливо тебя постигающие.



Бодрствуй тщательно над самим собой, над чувствами, помышлениями, движениями сердца и страстями; ничего не помышляй маловажным, когда дело идет о твоём спасении вечном. Во время памятования о Боге умножай молитвы твои, чтобы Господь помянул тебя тогда, когда забудешь о Нем. Во всем да будет учителем твоим Господь Иисус Христос, на Которого взирая оком ума своего, спрашивай самого себя чаще: что в этом случае помыслил бы, сказал и сделал Иисус Христос?



Приучись во всем, что ни видишь, представлять что-нибудь доброе.



Будь кроток, тих, смирен, молчи и терпи по примеру Иисуса. Он не возложит на тебя креста, которого ты не можешь понести; Он Сам поможет тебе нести крест. Не думай приобрести какую-либо добродетель без скорби и болезней души. Проси у Господа Бога благодати исполнять, как можно лучше, Его святейшие заповеди, хотя бы они казались тебе весьма трудными.



Исполнив какую-либо заповедь Божию, ожидай искушения, ибо любовь ко Христу испытывается через преодоление препятствий.



И на малое время не оставайся в праздности, а пребудь всегда в трудах и занятиях. Ибо нетрудящийся недостоин имени человека и непременно погибнет. Уединяйся по примеру Иисуса Христа, Который, удаляясь от прочих людей, молился Отцу Небесному.



Во время тягости душевной или охлаждения к молитве и ко всем благочестивым занятиям, не оставляй дел благочестия, — так и Господь Иисус Христос трижды молился, когда душа Его была прискорбна даже до смерти.



Делай все во имя Иисуса, и таким образом всякое дело твое будет делом благочестия.



Более слушай, нежели говори: во многоглаголании не спасешься от греха. Испрашивай для себя у Господа благодати благовременно и молчать, и говорить, и полагай хранение устам твоим, чтобы не согрешить языком, и заграждай слух, чтобы не услышать противного Господу Богу. Не любопытствуй о новостях: они развлекают дух; с охотою рассуждай о добрых предметах. Убегай даже самых малых грехов, ибо неудаляющийся от малых непременно впадет в большие и тяжкие.



Если хочешь, чтобы не тревожили тебя злые помыслы, то со смирением принимай уничижение души и скорбь телесную, не отчасти, но во всякое время, во всяком месте и во всяком деле.



Всякий помысл, удаляющий тебя от Господа, особенно скверный, плотской помысл, изгоняй из сердца как можно скорее, как сбрасываешь с одежды и одну искру, попавшую на нее. Когда приходит такой помысл, то молись крепко: «Господи, помилуй», «Господи, помоги мне», «Господи, не оставь меня, избавь от искушений» или иначе как. Но среди искушений не смущайся. Кто посылает случай к сражению, Тот даст и силы к победе. Будь спокоен духом, уповай на Бога; если Бог за тебя, то кто против тебя?



Испрашивай у Бога, чтобы Он отнял все, что питает твое самолюбие, хотя бы это лишение для тебя было самое горькое. Желай жить для Него Одного и умереть и всецело принадлежать Ему.



Когда потерпишь какое-либо бесчестие от людей, то разумей, что это послано от Бога к славе твоей, и, таким образом, в бесчестии будешь без печали и смущения, и в славе, когда она придет, будешь верен и избежишь осуждения.



Если имеешь пищу и одежду, то сим будь доволен по примеру Иисуса, нас ради обнищавшего.



Никогда не спорь и слишком много не защищай себя и не извиняй; ничего не говори против начальников или ближних без нужды или обязанности.

Будь искренен и прост сердцем; с любовью принимай наставления, увещания и обличения от других, хотя бы ты был и очень мудр.



Не будь ненавистником, завистливым, безмерно строгим в слове и делах. Чего не хочешь себе, того не делай другому, и чего себе от других желаешь, то прежде сам сделай другим.



Если кто посетит тебя, то возвысь сердце твое к Господу и моли Его даровать тебе дух кроткий, смиренный, собранный, будь ласков, скромн, осторожен, благоразумен, слеп и глух, смотря по обстоятельствам. Помышляй, что Иисус находится среди тех, с которыми ты находишься и беседуешь. Слова твои растворяй солью премудрости, твердо помни, что время кратко и что человек должен дать отчет во всяком бесполезном слове; разговору назначай определенную цель и старайся направлять его к спасению души. Когда же кому принесешь пользу словами твоими, то признай в этом благодать Божию.



Когда ты находишься наедине с собою, то испытай себя, не сделался ли ты менее добр, нежели как был прежде, не впал ли в какие грехи, которые прежде не делал? Если согрешишь, то немедленно проси прощения у Бога со смирением, сокрушением и упованием на Его благодать и поспеши принести покаяние пред отцом духовным; ибо всякий грех, оставленный без покаяния, есть грех к смерти, о котором, если и святой помолится за другого, не будет услышан. Притом, если не будешь сокрушаться о грехе, сделанном тобою, то опять в него скоро впадешь.



Старайся делать всякому добро, какое и когда только можешь, не думая о том, оценит ли или не оценит он его, будет ли или не будет тебе благодарен. И радуйся не тогда, когда сделаешь кому-либо добро, но когда без злопамятства перенесешь оскорбления от другого, особенно от облагодетельствованного тобой.



Если кто с одного слова не окажется послушным, того не побуждай чрез прение, сам воспользуйся благом, которое он потерял. Ибо незлобие принесет тебе великую пользу. Но когда вред одного распространяется на многих, то не терпи его, ищи пользы не своей, а многих. Общее благо важнее частного.



Во время ужина вспоминай о последней вечери Иисуса Христа, моля Его, чтобы Он удостоил тебя вечери небесной. Прежде, нежели ляжешь спать, испытай свою совесть, проси света к познанию грехов твоих, размышляй о них, проси прощения в них, обещая исправление, определив ясно точно, в чем именно и как ты думаешь исправить себя. Потом предай себя Богу, как будто тебе должно в сию ночь явиться пред Ним, поручай себя Божией Матери, Ангелу Хранителю, Святому, которого имя носишь. Представляй постель как бы гробом твоим и одеяло как бы саваном.



Сделав крестное знамение и облобызав крест, который на себе носишь, усни под защиту Пастыря Израилева, ***Иже храняй не воздремлет, ниже уснет.***



Если не можешь спать или бодрствуешь во время ночи, то вспоминай слово: ***среди полунощи бысть вопль: се Жених грядет***, или вспоминай о той последней ночи, в которую Иисус молился Отцу до кровавого пота; молись за находящихся ночью в тяжких болезнях и смертном томлении, за страждущих и усопших, и моли Господа, да не покроет тебя вечная тьма.



Во время болезни, прежде всего, возложи упование твое на Бога и частым воспоминанием и размышлением о страдании и смерти Иисуса Христа занимай себя, чтобы более и более укреплялось твое сердце.



Непрестанно твори какие-либо молитвы, какие знаешь и можешь; проси у Господа прощения во грехах и терпения во время болезни. Всячески воздерживайся от ропота и раздражительности, так обыкновенных во время болезни. Если Господь Иисус Христос претерпел ради нашего спасения самые тяжкие страдания и болезни, а мы что сделали или потерпели ради нашего спасения?



Как можно чаще ходи в храм к Божественной службе, особенно старайся как можно чаще быть во время литургии.



Но воскресные и праздничные дни непременно посвящай делам благочестия; всегда, когда находишься в храме, представляй, что ты находишься в присутствии Бога, ангелов и всех святых, остальное время дня после литургии посвящая на благочестивое чтение и другие дела благочестия и любви.



День рождения твоего особенно посвящай делам благочестия.



Каждый год и каждый месяц делай строгое испытание своей совести.



Исповедуйся и приобщайся Святых Тайн как можно чаще. К приобщению Святых Тайн приступай всегда с истинным голодом и истинною жаждою души, с сокрушением сердца, с благоговением, смирением, верою, упованием, любовью.



Как можно чаще размышляй о страданиях и смерти Иисуса Христа, умоляя Его ризою заслуг Своих покрыть все грехи твои и принять тебя в Царство Свое.

Имя Иисуса всегда имей в устах и сердце.



Как можно чаще размышляй о великой любви Господа к тебе, чтобы и самому тебе возлюбить Его всем сердцем твоим, всею душою твоею и всеми силами твоими и таким образом будешь вести мирную жизнь на сей земле и блаженную на небе во веки веков.



**БЛАГОДАТЬ ГОСПОДА НАШЕГО ИИСУСА ХРИСТА
ДА БУДЕТ С ТОБОЮ.**