

## О чем должно заботиться прежде?

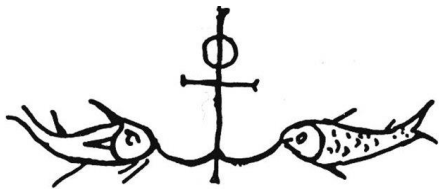
Прежде всего должно заботиться /нам/ о мирном устройении так, чтобы даже под справедливыми предложениями, или ради заповеди отнюдь не смущать сердца в той уверенности, что мы все заповеди стараемся исполнять именно ради любви и чистоты сердечной.

## О ежедневной исповеди

Отцы сказали, каким образом каждый человек должен постепенно очищать себя. Каждый вечер он должен испытывать себя, как он провел день, и опять утром, как провел ночь, и каяться пред Богом, в чем ему случилось согрешить. И каждый из нас должен говорить себе: Не сказал ли я чего-нибудь такого, что прогневало брата моего? Когда видел его занятым каким-нибудь делом, не осудил ли я его? Не уничтожил ли его и не злословил ли его?.. Или, будучи в огорчении, не пороптал ли на самого себя?

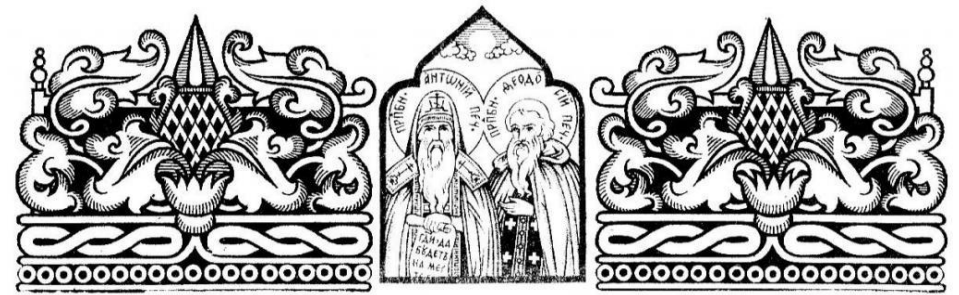
Так должны мы ежедневно испытывать себя, как провели мы день. Таким же образом каждый должен испытывать себя, как провел он и ночь: С усердием ли встал на бдение /молитву/?.. Со вниманием ли стоял на псалмопении и молитве, или увлекался страстными помышлениями? Прилежно ли слушал Божественное чтение, или оставил псалмопение, вышел из церкви в рассеянии?..

Если кто постоянно испытывает себя таким образом, раскаивается, в чем согрешил, и старается исправиться, то он начинает уменьшать в себе зло, и если делал девять (проступков), будет делать восемь, и так, преуспевая постепенно, с помощью Божиею, не допускает укрепиться в себе страстям.



Храм Новомучеников и Исповедников Российских в Строгино  
<http://www.newmartyros.ru/>

**Пожалуйста, не используйте этот листок в бытовых целях. Если он стал Вам не нужен - передайте его другому или верните в храм.**



# Как возрастая духовно

Наставления преподобного аввы Дорофея  
на каждый день недели.

Многие верующие христиане испытывают потребность в духовном руководстве, которое в наше трудное время не всегда легко найти. Но чтобы не заблудиться в своих исканиях и вместо истинного духовного ведения не обрести прелестное мудрование, необходимо руководствоваться святоотеческими писаниями. *«Кто сейчас не читает книг святых отцов, — писал еще в XIX веке святитель Игнатий Брянчанинов, — спастись не может».*

Эта листовка представляет собой краткий конспект поучений преподобного аввы Дорофея, которую Оптинские Старцы называли «азбукой монашества». Но без сомнения полезна будет она не только инокам и тем, кто желает встать на путь монашеского делания, но и всем, кто желает благочестиво жить и духовно возрастая.

Наставления преподобного аввы Дорофея разделены на семь поучений, каждое из которых соответствует определенному дню недели. Поучение состоит из тридцати трех стихов, по числу лет земной жизни Господа нашего Иисуса Христа. Постараемся ежедневно читать эти краткие наставления и ради спасения своей души следовать советам преподобного. Да спасет всех нас Христос Господь молитвами преподобного аввы Дорофея. Аминь.

## Поучение первое /понедельник/

1. От незначительных /грехов/, от того, что говорим: какая важность в том или в другом, образуется в душе злой навик, и человек начинает не радеть о великом.
2. Ибо от того, что человек не заботится о своих грехах и не оплакивает своего мертвеца (свое греховное состояние), не может он преуспеть ни в чем добром, но всегда обращает внимание на дела ближнего.

3. Ничто так не обнажает человека и не приводит в оставление /Богом/, как злословие или осуждение или уничтожение ближнего.

4. Порицать — значит сказать о ком-нибудь: такой-то солгал или разгневался или впал в блуд или сделал что-либо подобное. /Злословие/.

5. Осуждать — значит сказать: такой-то лгун, гневлив, блудник.

6. Фарисей не за то был осужден, что сказал: несмь яко же прочие человецы; но когда он обратился к мытарю и сказал: или якоже сей мытарь.

7. Уничтожение есть то, когда человек не только осуждает /другого/, но и презирает его, т. е. гнушается ближним и отвергается от него как от некоей мерзости. Это хуже осуждения и гораздо пагубнее.

8. Ты гневаешься и не стыдишься, что гневаешься и обижаешь брата своего? Разве ты не знаешь, что он есть Христос и ты оскорбляешь Христа?

9. Авва Аммон покрыл брата, скрывавшего под кадкой женщину.

10. Как рыбаки, когда закинут уду в море, и, поймав большую рыбу, чувствуют, что она мечется и бьется, то не вдруг сильно влекут ее, ибо иначе прервется вервь и они совсем потеряют рыбу, но пускают вервь свободно и послабляют ей идти, как хочет; когда же увидят, что рыба утомилась и перестала биться, тогда мало-помалу притягивают ее.

11. Так и святые долготерпением и любовью привлекают брата, а не отвергаются от него и не гнушаются им.

12. Случается, что брат погрешает по простоте, но имеет одно доброе дело, которое угодно Богу более всей жизни.

13. Видя, что брат его согрешил, /преподобный/, вздохнув, сказал: «Горе мне; как он согрешил сего дня, так согрешу и я завтра».

14. При этом он не удовлетворился этим, но себя повергнул под ноги его, сказав: и он по крайней мере покается о грехе своем, а я не покаюсь как должно, не достигну покаяния, не в силах буду покаяться.

15. Пусть мы немощны и не можем трудиться, но неужели мы не можем смириться?

16. /Существуют/ две гордости и два смирения. 17. Первая гордость есть та, когда кто укоряет брата, когда осуждает и бесчес-

тит его, как ничего не значащего, а себя считает выше его.

18. Таковой, если не опомнится вскоре и не постарается исправиться, то, мало-помалу, приходит и во вторую гордость, так что возгордится и против Самого Бога, и подвиги и добродетели свои приписывает себе, а не Богу.

19. Первое смирение: почитать себя ниже всех.

20. Второе смирение: приписывать Богу свои подвиги.

21. Мирская гордость: /когда кто мнит о себе/, что богаче, красивее, лучше одеваюсь, наш монастырь лучше других, братии больше, у меня хороший голос, слух, я усердно работаю.

22. Монашеская гордость: /когда кто совершает/ бдение, пост, и другие добродетели смирения для славы.

23. Употребление пищи зависит от привычки.

24. Хотя /все/ видят, что он ест, пьет, спит, как и прочие люди, но таковой угоден Богу за добродетели, которые имеет.

25. Вот это царский путь, которым шествовали все святые.

26. А кто не внимает себе и не охраняет себя, тот легко уклоняется от сего пути или направо или налево, т. е. в излишество или недостаток, и производит в себе недуг, который составляет зло.

27. Куда бы ни пошел укоряющий себя, какой бы не приключился ему вред или бесчестие или иная какая скорбь, он уже предварительно считает себя достойным всякой скорби и никогда не смущается.

28. Если кто со страхом Божиим рассмотрит самого себя и строго испытает свою совесть, то он непременно найдет себя виновным.

29. Если мы во всем, что с нами случается, считаем виновными самих себя, а не других, то это приносит нам много добра и доставляет великое спокойствие и преуспевание.

30. Христос знает более меня, должен ли я получить /желаемое/, и он будет мне вместо сей вещи или вместо сей пищи.

31. Если случится с нами нечто доброе, то это дело Божия Промысла, а если злое, то это за грехи наши.

32. Каждый небрежет и не соблюдает ни одной заповеди, а от ближнего требует исполнения заповедей.

33. Великий подвиг человека состоит в том, что бы он пред лицом Божиим возлагал все согрешение свое на себя и ожидал бы искушений до последнего издыхания (прп. Антоний).