

Иоанновский ставропигиальный женский монастырь города Санкт-Петербурга

Официальный сайт монастыря (<https://imonspb.ru>)

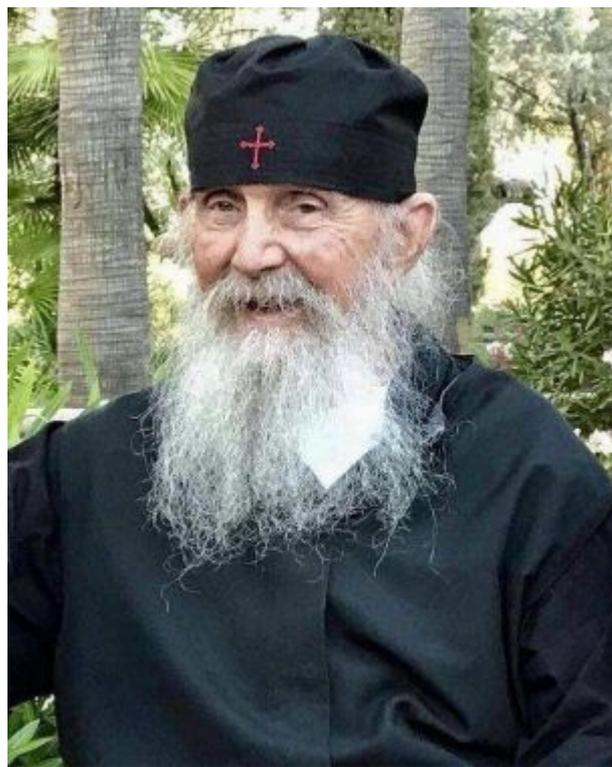
«Прошу сердечно». Наставления старца Ефрема Филофейского и Аризонского

Будьте искренни в каждом вашем действии и слове. Не лгите, говорите правду. Не смотрите на душевные немощи ваших братии, сподвижников, ибо получите немалый вред. Но ради Господа по состраданию не замечайте их, дабы и Он сострадательно отнесся к вашим немощам.

Сегодня, 16 января, исполнилось 40 дней по отшествию ко Господу старца [Ефрема Филофейского и Аризонского](#). В память Старца публикуем некоторые его наставления из книги «Бог в пустынях Европы и Америки. Духовный азбуковник» (Издательство «Новое небо», М.: 2017).

Призывайте имя Божие

Призывайте имя Божие. Бог готов прийти на помощь каждому просящему. Не забывайте о молитве: молитвой освящается все бытие человека. Это единственное делание, которое не могут совершить те, кто не подвизается до крови.



Как прекрасна молитва! Молящийся просвещается и познает волю Божию. И когда он познает ее? Конечно, когда хорошо молится. А когда он хорошо молится? Когда воссылает Богу молитву со всеми ее составляющими. И каковы эти составляющие, которые придают молитве вкус? Смирение, слезы,

самоукорение, простота, и особенно послушание с любовью. Молитва проливает свет, и этот свет указывает правильный путь, согласный с волей Божией.

Молитва да будет неослабной, и, молясь таким образом, вы сохраните себя неуязвимыми со всех сторон. Когда вас будут обуревать страстные помыслы, с рвением возьмитесь за напряженную молитву и тут же познаете пользу облегчения. Твердо держитесь молитвы Иисусовой.

Самоосуждение

Никогда не будьте уверены в себе. Никогда не принимайте помысла, говорящего, что вы хорошие и добродетельные. Укоряйте, внутренне осуждайте себя, чтобы умертвить свое «я», которое является стеной, закрывающей Солнце Правды — Христа. Поступайте так, доколе лучи Его не достигнут вас и не озарится ваш ум познанием Бога и познанием себя.

Возлюбите смирение во всем, ибо такой пример преподал нам Иисус. Когда? Когда препоясался полотенцем, умыл ноги Своих учеников и сказал: «Знаете ли, что Я сделал вам? Как смирился Я, умыв ваши ноги, так должны смиряться и вы друг перед другом» (Ин. 13:12-15).

«Ты, чадо мое, смотри только за собой», — говорит тебе смирение... Если смиришься, если осудишь во всех соблазнах себя самого, если скажешь, что ты страдаешь по причине своей страстности и что старец и братия невиновны, то сразу же почувствуешь облегчение от этих помыслов, придет исцеление твоих ран...

Зло нужно подавить в самом корне, а корень его — гордость, эгоизм, упрямство, своеволие, гнев и тому подобное. Все это излечивается лишь одним лекарством. Вот оно: возложение всей тяжести вины и искушения на самого себя. Всегда говори «Я сам виноват. Все дело во мне. Я это терплю по своей страстности. Никто не виновен в моих страданиях, кроме меня, треокаянного».

На камне терпения

Все испытания, которые нам посылает любовь Божия, необходимы для того, чтобы мы приобрели драгоценное терпение и уподобились своему Небесному Отцу – Богу, Который прославляется и именуется *Богом терпения и утешения* (2Кор. 1:3).

Бог вместе с искушением не только дает силы терпеть, но и утешает душу того, кто терпит с рассудительностью, благостью и простотой.

Святая Синклитикия каких только не претерпела скорбей? Но они освятили ее и прославили.

В переносящих искушения с терпением, благоразумием и рассуждением обитает Дух Божий. А в тех, кто живет в покое и благоденствии, без скорбей и испытаний, вселяется дух диавола.

Посему, чадо мое, радуйся и мужайся в терпении. Стань мужем сильным и построй дом своей души на камне терпения. И помышляй, что претерпевший до конца удостоится Небесного Божественного Царствия (Мф. 10:22)

Прошу сердечно

Прошу сердечно: возненавидьте прекословие, преслушание, споры, своеволие, дерзость и всякое иное страстное состояние, потому что все это изгоняет любовь Божию и вместо нее вводит в душу горечь.

Будьте искренни в каждом вашем действии и слове. Не лгите, говорите правду. Не смотрите на душевные немощи ваших братии, сподвижников, ибо получите немалый вред. Но ради Господа по состраданию не замечайте их, дабы и Он сострадательно отнесся к вашим немощам.

Не мудрствуйте о себе что-либо великое, дабы не покинула вас ограждающая благодать Божия и не впали бы вы в искушение.

Всей душой возлюбите смирение, более всякой иной добродетели, ибо оно без телесных трудов может даровать нам благодать усыновления по Богу. И напротив, телесные труды без познания своей ничтожности бывают бесполезными и напрасными.

*Старец Ефрем Филофейский (Мораитис.)
«Бог в пустынях Европы и Америки. Духовный азбуковник. Алфавитный
сборник».
Издательство «Новое небо», М.: 2017.*

При перепубликации просим ссылаться на первоисточник: Иоанновский ставропигиальный женский монастырь города Санкт-Петербурга
<https://imonspb.ru>

Санкт-Петербург, наб. реки Карповки, 45

Проезд: ст. метро "Петроградская"

Телефон: +7-812-234-24-27