



Инструкция по экстренной помощи безгрешным

Известный духовник о христианах-одиночках и их проблемах с исповедью

На сайте журнала «Фома» уже долгое время существует постоянная рубрика «**Вопрос священнику**». Каждый читатель может **задать свой вопрос**, чтобы получить личный ответ священника. Но на некоторые из вопросов нельзя ответить одним письмом — они требуют обстоятельной беседы. Какое-то время назад к нам пришел сложный вопрос — **“Зачем мне исповедь, если не в чем каяться?”** (письмо целиком).

Когда человек только приходит в храм, впервые приступает к исповеди, он может беседовать со священником чуть ли не часами: ему есть о чем спросить и есть что сказать. Но проходит время, и христианин уже не очень понимает, что сказать на исповеди. Повторять ли одни и те же грехи? Каяться ли в дурных мыслях? А если ничего за собой не чувствуешь, это повод не исповедоваться?

*В этих вопросах разбираемся вместе с **протоиереем Игорем Фоминым**, настоятелем храма святого благоверного князя*

Александра Невского при МГИМО, председателем Комиссии по миссионерству и катехизации г. Москвы.

Семейный лечащий врач



Протоиерей Игорь Фомин

— Отец Игорь, наверное, следует начать с вопроса: почему человек в принципе приходит через некоторое время к такому состоянию, когда он не знает, что ему говорить на исповеди?

— Давайте попробуем начать издалека. Мы все знаем, что храм называют лечебницей. А здоровых людей в больнице не бывает. Кто-то думает, что может самостоятельно справиться с болезнью, кто-то запускает свои болезни и приходит к врачу уже на последней стадии. Если выстраивать аналогию с миром духовным, то здесь лечебница — это храм. И сюда человек приходит именно для излечения, то есть для изменения своей жизни, своей души. Причем, я бы дерзновенно сказал, что чем человек ближе к престолу, тем он больше нуждается в лечении, больше нуждается во враче — во Христе.

Да, обычно бывает, что, придя в больницу, человек не знает своего диагноза. Ему известны только симптомы — что и где у него болит, что мешает ему жить. Он знает, что зрение упало, или зубы выпали, или сердце сильно колотится. Врач-терапевт эти жалобы выслушивает и посылает к специалистам. В храме, в общем-то, происходит то же самое: человек, приходя в церковь, очень часто не

знает своей проблемы, плохо понимает, что с ним происходит, почему вдруг у него в жизни что-то не так, он не может продвигаться дальше по своей «духовной лестнице», у него ничего не меняется в жизни и т. д. Ему очень хочется, чтоб менялось, но ничего не получается! Он начинает говорить о каких-то своих «симптомах»: у меня болит там-то, у меня не ладится то-то, у меня есть такой-то грех. И специалист — священник, духовник — начинает с ним, назовем это так, работать. Он ему подсказывает какие-то вещи, обращает внимание на тот или иной поступок. И таким образом у человека начинает складываться реальная картина его духовного состояния. Увидев эту картину, он уже сможет оценить, распределить и направить свои силы. Достигли мы успеха или нет — это другой вопрос, об этом судить будет Господь. Но наше дело — прикладывать усилия.

Поэтому, если говорить конкретно о письме читателя, нужно поставить в первую очередь вопрос: а есть ли у этой женщины «семейный лечащий врач» — духовник, или она бежит к разным, в общем-то, «врачам»?



Духовник: как искать, зачем он нужен и что делать, если его нет?

Об этих и других нюансах темы говорим с известным московским священником, на протяжении 35 лет бывшим в послушании у архимандрита Иоанна (Крестьянкина), — настоятелем храма Софии Премудрости Божией в Средних Садовниках протоиереем Владимиром Волгиным.

— Человек принципиально не должен исповедоваться в разных храмах?

— Христианин может исповедоваться у разных священников, в разных храмах. Но все равно у него должен быть духовник, который был бы, если назвать это светским, мирским языком, третьей-ским судьей — кем-то третьим. Зная всю ситуацию, он бы мог посмотреть на происходящее с человеком с другой стороны.

— Все-таки о чем говорить на исповеди, когда не знаешь толком, что сказать? Неужели не надо вообще к таинству приступать в таком случае?

— В первую очередь надо говорить о том, что ты не видишь своих грехов. Это же тоже, в общем-то, грех. Когда человек не видит в себе ничего дурного, это никогда не свидетельствует об отсутствии грехов. Это просто следствие нашей невнимательности, нежелания потрудиться, и очень часто видеть грехи нам не позволяет наша гордость.

— А почему так получается? Ведь человек видел свои грехи, когда только пришел в Церковь, и видел всё больше. Но какое-то время проходит, и он словно бы начинает топтаться на месте.

— Нам, конечно, очень хочется поскорее стяжать совершенство. Но так не бывает!

Если мы топчемся на месте и не можем понять причин этого, надо обратить внимание... на наше зрение. Наше духовное зрение должно быть очищено Христом, чтоб мы могли понимать, какое у нас слабое место, какой духовной работой надо в первую очередь заняться, на какие недостатки, грехи обратить внимание и как с ними бороться. Ведь мало быть созерцателем происходящего! Надо быть еще и делателем — об этом говорит Господь в Евангелии. А современный мир, к сожалению, располагает к бездействующему созерцанию: мы любим посмотреть телевизор, любим почитать новостную ленту, мы — «диванные» политики, «диванные» правители, «диванные» Минины и Пожарские, которые знают, как спасти Россию. Только в «ополчение» никто не готов идти.

Поэтому я бы посоветовал нашей читательнице в первую очередь найти духовника — человека, которому бы она смогла рассказать свою жизнь, а он бы смог подсказать ей пути разрешения ее проблем, подсказал бы, как действовать, чтобы быть исполнителем слова, а не только слушателем.

Христианин-одиночка?



— Часто можно услышать: все равно, к какому священнику идти на исповедь, ты же Богу исповедуешься! А вместе с тем Вы

называете духовника «семейным лечащим врачом». Значит, его личность все-таки имеет большое значение?

— Действительно, в каком-то смысле все равно, к какому священнику идти исповедоваться. Но все-таки роль духовного наставника, «духовного навигатора» — современным языком так назовем пастыря — велика. Священник должен тебя направить в нужное русло: помочь в понимании твоей жизни, твоих поступков, подсказать, как выйти из той или иной ситуации. Ведь кто такой духовник? Это тот, кто рождает тебя во Христе Иисусе. Тот, кто показывает тебе Христа. Тот, кто тебя приводит ко Христу и вручает тебя Христу. Так что духовник просто необходим человеку.

— Не всегда просто кому-то довериться, прилепиться к какому-то священнику, найти такого, с кем ты будешь созвучен...

— Можно просто прилепиться к любому батюшке, и он обязательно тебе покажет Христа. К любому! В советское время епископ Василий Родзянко, выступая на радиостанции «Голос Америки», ставил очень интересные магнитофонные записи бесед с одним афонским монахом, к которому в свое время ездил. И вот я помню такой рассказ этого монаха. Когда он поселился на Афоне, его стали обвинять в духовной прелести. Он очень сильно испугался: а вдруг действительно прельщен? Пришел к настоятелю своего монастыря. А на Афоне настоятели — это не администраторы, а духовники монастыря, потому что там монастырь собирается вокруг духовника. Монах пришел к этому духовнику и сказал: «Батюшка, мне говорят, что я в прелести. Я этого очень боюсь, переживаю. Как мне убедиться, что это не так?» И настоятель послал его послушником к одному очень суровому старцу, который жил в отдаленном скиту, и сказал: «Если ты 11 лет у него сможешь подвизаться безропотно, без каких-либо других соблазнов, и выдержишь, значит, нет в тебе прелести». Прошло 11 лет, и этот

монах все равно сомневался, что прелести у него нет. Он думал: «Прошло 11 лет, и что? Я сейчас выйду и скажу всем: “Ну что, съели? Нету у меня прелести!”» Он испугался гордости. И решил еще 11 лет прожить с этим старцем. А тот был действительно очень жестким! Монах прожил подле него еще 11 лет, после чего старец умер. И все убедились, что прелести в этом подвижнике нет.

Роль духовника — очень важна



Но, конечно, наличие духовника — это не единственное условие, чтобы прийти ко Христу. Главное — Сам Христос привлекает человека к Себе, видя его желание, его стремление. Поэтому духовник может быть не святым, может быть добрым или жестким. Он не может только быть еретиком, то есть человеком, который находится вне Церкви.

— Подождите. А как можно себе представить отношения с жестким, недобрым духовником? Наверное, бежать надо от такого!

— Может быть, да. Но кому-то нужен добрый и внимательный духовник, кому-то — суровый и требовательный. Кого-то надо погладить по головке, а кого-то надо в хвост и в гриву гонять, и только тогда польза будет. Но духовник должен быть один. Не может быть так: по этому случаю у меня один духовник, а по тому — другой. Больного должен вести один врач, тогда будет польза.

— **Другими словами, христианин-одиночка, который сам определяет, что ему нужно, а что нет, не имеет наставника — это не очень хорошо?**

— А этого и не может быть. Я даже не представляю, что такое христианин-одиночка. Мы должны все находиться в лоне Церкви, быть одной семьей, из одной Чаши причащаться, одними таинствами наполнять себя духовной силой.

Понимаете, когда ты один, то, конечно, все таинства будут над тобой совершаться, но как ты ими воспользуешься, будет зависеть только от твоего настроения: сегодня мне это «помогает», завтра «не помогает»; сегодня я причастился, вышел из храма, и меня обдала грязью машина, так что я решил, что недостойно причастился и, значит, мне не надо больше подходить к Чаше. **Человеку все время что-то кажется...**

Как готовиться?



— Как христианин должен готовиться к исповеди, если он не чувствует, не понимает, в чем грешен?

— Давайте вернемся в «районную больницу». В больнице, если я совсем далек от медицины, я приду и скажу: «Не знаю, что со мной, но вот у меня тут болит». И это нормально — я не профессионал, чтоб разбираться в медицине! Ну, я немножечко тут слукавил, потому что моя жена — медик, так что от нее я уже набрался определенных терминов и медицинских воззрений и, придя к врачу, смогу с ним разговаривать уже более конкретным языком. Видите, жизнь рядом с медиком меня делает на одну десятую медиком. Вот так же жизнь рядом с духовным человеком делает меня на одну десятую духовным человеком.

Будучи направляем духовником, учась у него, я уже смогу различить, что, оказывается, я обидел своего ближнего не потому, что я злой, а потому, что я гордый, и нечего мне бороться со своей злостью. На самом деле мы же очень часто гнев путаем с гордостью. Тщеславие — с достижениями какими-то. И так далее, и тому подобное. То, на что мы сами не обращаем внимания, очень часто бывает грехом.

Нам очень трудно, к примеру, разделить грех и страсть, а это совершенно разные вещи! Страсть — это то, что в нас укоренилось, то, что искореняется уже очень болезненно. А грех — это то, что находится как бы вне нашего естества, то, что предлагается нам извне лукавым, то, с чем мы боремся. Если побеждаем, то грех не перерождается в страсть.

Казалось бы, я говорю о далеких от основной темы нашего разговора вещах, но я хочу, чтобы мы с вами поняли, что начинать надо именно с них. Не надо сразу изучать закон Бойля — Мариотта. Давайте сначала изучим, что такое скорость, разберемся с правилом буравчика...

— Часто бывает, что мнимое отсутствие грехов свидетельствует о том, что мы сами себя обманываем, обманываем свою совесть?

— Да. Бывает и такое. Это, естественно, происходит не на столь примитивном уровне, о котором мы сейчас говорили, все гораздо тоньше.

Инструкция по экстренной помощи безгрешным

Когда человек только приходит в храм, впервые приступает к исповеди, он может беседовать со священником чуть ли не часами: ему есть о чем спросить и есть что сказать. Но проходит время, и христианин уже не очень понимает, что сказать на исповеди.

У аввы Дорофея описан именно такой случай. Он приходит в один из монастырей и вдруг видит молодого брата, который достиг уже, кажется, совершенного бесстрастия: его все обижают, «кляют», а он не реагирует на это. А когда авва Дорофей умолил этого молодого монаха открыть ему тайну его совершенства, то столкнулся с совершенно страшной вещью. Тот ответил ему: «Мне ли обращать внимание на их недостатки, или принимать от них обиды как от людей? Это — лающие псы».

Вот о чем мы должны помыслить. Для самого себя этот человек был молодцом. Но он в упор не видел своей гордости. Поэтому все равно надо разобраться со своим духовным состоянием, и сделать это в одиночку невозможно.

— Вы упомянули невнимательность как причину, по которой человек не видит своих грехов. А что такое внимательность в духовной жизни и как ее в себе воспитать?

— Внимательность — это состояние, когда человек на всю свою жизнь, на свои поступки пытается смотреть через призму Евангелия. Что такое духовное зрение? Мы читаем в Священном

Писании: если око твое будет чисто, то всё тело твое будет светло (Мф 6:22), то есть если твое око настроено по-евангельски, когда твои мысли настроены созвучно с тем, как мыслит Христос (а для этого надо знать, о чем говорит Христос). Причем знание и понимание Христа — это не сложные вещи, они доступны абсолютно каждому человеку, начиная с маленького ребенка и заканчивая умудренным духовными дарами старцем. Внимание — это аккуратная духовная жизнь в этом большом, бушующем житейском море.

— Как этому вниманию учиться?

— Естественно, если ты не читаешь Евангелие, понимание Христа у тебя затуманивается. Надо обращаться к Писанию, постоянно обновлять его знание. Но вместе с тем речь не просто о теоретических знаниях евангельских событий. Важно то, как мы эти знания применяем на практике, в своей жизни. Неумело, весело иногда это получается, даже смешно, если посмотреть со стороны. Но для Бога любые наши попытки к Нему приблизиться, Его познать, полюбить — важны.

Вы наблюдали когда-нибудь, как пятилетний ребенок играет в шахматы? Это действительно очень весело выглядит со стороны: ребенок настолько серьезен, он может высунуть язык набок, стараться, пыхтеть. Не так важно, как он играет, важно — во что. Берет ли он карандаш и «курит» его или берет карандаш и начинает им рисовать — вот что важно! Вокруг чего строится его жизнь — это важно.

Я хочу пример из личной жизни привести. Один из моих сыновей очень рано научился расставлять шахматные фигуры и ходить ими. Естественно, уровень игры был в том возрасте, в трехлетнем, очень далек от совершенства. Но тем не менее мы «играли». И вот в очередной раз расставили шахматы, и ребенок уже, не обращая

внимания на меня, заигрался сам с собой. Взял коня и говорит: «Идет, идет конь... Причащается раб Божий конь!»

Кощунство это? Нет, хотя и важно в этом случае объяснить ребенку, что в Причастие играть нельзя, что это всегда про настоящее, что оно игрушечным не бывает. Но все же я был очень рад, потому что увидел, что вся жизнь моего ребенка сформирована вокруг храма — даже его игры. Это очень важно и драгоценно для родителей.

Так и для Бога важно, когда мы стараемся познать Его, применить Евангелие к своей жизни, хоть поначалу это получается не всегда умело.

Плач, список грехов и самобичевание



— Отец Игорь, а как быть, если человек приходит на исповедь и ничего не чувствует, скажем, не плачет от раскаяния — может, привычка сказывается, может, еще что-то? Но он готов перечислить: грешен в том, в этом...

— Откуда рождается список вот этих грехов, с которым человек приходит на исповедь? Он рождается из повседневной жизни. Очень часто исповедь — это уже финальная точка нашего покаяния. Ведь на самом деле покаяние тебя может настигнуть где угодно. Ты можешь вдруг заплакать о своем поступке, о своей мысли в любом месте: в общественном транспорте, дома, на работе. Совершенно не важно, где! Ты можешь сидеть за столом, обедать и вдруг тебе станет мучительно стыдно, что ты ешь первое, второе и компот, а только что прошел мимо человека, который просил подаяния. Является ли это грехом, что ты ешь вкусный обед, а кто-то не ест? Для кого-то — является. А кто-то этого не заметит!

Очень часто бывает, что ты приходишь на исповедь и можешь даже не плакать, потому что ты уже выплакал этот грех, Господь уже был свидетелем твоего покаяния. Но то, что этот грех тебе ненавистен, ты должен засвидетельствовать перед Крестом и Евангелием, в присутствии свидетеля — священника. Не стесняться сказать: «Я плохой». Причем, важно конкретно сказать, в чем тебя обличает совесть. Не просто «я плохой», «во всем грешен», а «я немилосердный, потому что прошел мимо человека и сделал вид, что его не заметил». Это очень важно! Когда человек приходит и просто говорит: «Я грешник, я плохой», — он не исповедовался ни в чем. Когда он приходит и говорит: «Я недостойн» — это свидетельство о его внутреннем состоянии. Но он снова не исповедовался ни в чем! Исповедь — это конкретика: я такой-то, я сякой-то — без оправдательного момента, без пояснений, почему я совершил этот грех, если этого не просит объяснить сам духовник или исповедующий священник. Просто констатируйте: я украл, я солгал, я соблудил. Именно такая исповедь, наверное, более угодна Богу, чем когда мы начинаем растекаться мыслью по

древу нашей жизни и думаем, что подробности как-то помогут покаянию.

— **Чем отличается настоящее покаяние от самобичевания или самоанализа? Ведь тут мы говорим одинаковые слова: я плохой, я сделал то-то и то-то.**

— Когда ты смотришь в зеркало, плачешь и говоришь: «Какой я несчастный, какой я бедный, плохой», — это самолюбование своим покаянием. И вот это ужасно. А собственно покаяние — когда за твоими слезами стоит исправление, когда ты плачешь и просишь Бога: «Господи, избавь меня от греха. Избавь меня от гордости, от уныния. Избави меня, нет моих сил!» Потом проходит время, ты опять падаешь, опять начинаешь еще больше плакать, опять падаешь — и опять, и опять, и опять. Но это и есть покаяние, это и есть борьба. Преподобный Иоанн Печорский закапывал себя по пояс в землю, борясь с блудной страстью, недели так проводил, ненавидя свой грех. Там не было самолюбования. Там были поступки, он предпринимал какие-то решительные, радикальные действия, чтобы от страсти избавиться.

Господь не сразу дает избавление от какой-либо страсти. Ты должен немножечко приложить своих усилий, поплакать об этом. На самом деле выход есть всегда. Но мы не любим кардинальных решений, борьбы, нам хочется, чтоб было легко.

Иногда ради того чтобы победить страсть, приходится с кем-то попроситься навсегда: с близкими друзьями, например, которые тебя толкают на грех. Иногда приходится просто отказаться от чего-то: от благополучия, от тишины в своей жизни. И это — настоящее покаяние. А ненастоящее покаяние — когда мы ничего не хотим менять и начинаем себя оправдывать: «Я же ничего сделать не могу. Вот, Господи, если бы Ты что-нибудь особенное сотворил, чтоб меня исправить: шел бы я, шел, а меня бы ударил гром — и я

бы сразу забыл бы русский язык и выучил бы английский! Ударил гром — и обстоятельства моей жизни резко изменились, и я бы исправился».

— Как Вы относитесь к такой практике, когда человек выписывает на бумажку свои грехи и очень боится что-то забыть? Допустим, он исповедался, отошел, потом что-то вспомнил и побежал обратно к батюшке — это нормально?

— Бывают такие люди, которые к аналою прибегают по 3, по 4 раза за службу: «Ой, а я вспомнил еще, ой, я вспомнил еще это». Я считаю, что это не очень правильно.

Я пытаюсь в таких случаях утешить людей, подсказать, что в этом ничего страшного нет, жизнь не прошла, у вас еще есть время на покаяние. Само по себе то, что какие-то грехи забываются, это совершенно нормальная практика. Часто Господь до времени специально скрывает от тебя твой грех, а потом, при нужных обстоятельствах, вдруг тебе его показывает.

Не надо сомневаться в Господе, не надо относиться к исповеди как к какому-то бухгалтерскому отчету, где одну строку забыл, значит цифры не сойдутся. Господь все знает и промышляет о нас. Если мы не специально укрываем грех, не пытаемся его вытеснить из своего сознания, то не будем об этом переживать и мучиться совестью и тем более впадать в какие-то психические расстройства: «А вдруг я что-то забыл? Что же теперь будет?» Никакими своими поступками Царствие Небесное мы не заслужим. Мы можем войти в Царствие Небесное, только если Господь нас туда привлечет, а мы не будем сопротивляться.

Исповедь — это конкретика



— Читательница упомянула в письме, что чаще грешит в мыслях, мечтаниях. Можно или нужно ли исповедоваться в мыслях и движениях души, в помыслах?

— Мы знаем такую поговорку: диавол кроется в мелочах. На самом деле, если не обращать внимания на мелочи, мы можем проиграть в духовной жизни очень многое. Что такое мысли, что такое движения души? Это бывает от лукавого, когда он пытается нас сокрушить на какой-либо грех, представить его нам привлекательным. Если понять, кто за этими мыслями стоит, потом ты на них и обращать внимания не будешь. Если же принимать их, они могут укорениться, войти в тебя и постепенно ты отдалишься от Христа, не будешь иметь сопричастность Христу. Ты будешь иметь сопричастность только самому себе, каким-то своим мыслям и воззрениям. Поэтому на мысли свои надо обращать внимание, исповедовать их.

Но при этом исповедовать помыслы подробно нельзя. Это касается, кстати, и некоторых грехов. Допустим, если ты, вспоминая какие-то блудные свои падения, продолжаешь ими наслаждаться, то нельзя исповедовать все подробно. Лучше просто одним словом назвать: я такой-то, сякой-то — и всё.

Исповедь помыслов — это монашеское делание, тонкое делание, связанное с максимальным углублением в духовную жизнь. Но иногда оно просто необходимо и для мирянина. Опять же, такие вещи надо обговаривать со своим духовником.

— Не могли бы Вы дать какой-то общий совет тем, кто давно в Церкви и привык к исповеди?

— За тех, кто привык к исповеди, я очень радуюсь: это очень хорошо, что люди привыкли давать отчет о своей жизни перед Богом и не мыслят себя без этого. Это не означает, что чем больше человек исповедуется, тем меньше у него становится грехов. Это значит, что у него становится больше сил их победить.

Честное, внимательное, конкретное отношение к себе, мне кажется, — самое правильное в исповеди. А еще надо радоваться. Радость — это не что иное, как внешнее проявление любви. Быть со Христом — это радость! Надо это осознать...

Я скажу еще одну, может быть, парадоксальную вещь. Я думаю, что дело покаяния — это, конечно, дело всей жизни, но это не самое главное, с чем мы должны столкнуться в Православии.

— А что самое главное?

— Самое главное — увидеть, почувствовать Христа. Самое главное — соединиться со Христом. Самое главное — узнать Христа. И жить во Христе и со Христом.

— Разве покаяние из этого не вытекает?

— Вы знаете, это одна из ступенек, одно из орудий достижения Христа. Но — не самое основное содержание нашей веры. Все-таки, главное — это жертвенность, благодарность и радость.

То есть, говоря об исповеди, я все-таки хочу напомнить о главном — о любви. Чтобы любовь была настоящей, чтобы любовь была с большой буквы, здесь важно дело покаяния, осознание своего недостойнства, своей немощи. Но это осознание не должно ввергать нас в уныние, наоборот, оно дарует надежду. По одной простой причине: оказывается, круче тебя и твоих человеческих сил может оказаться Христос! Вот это очень важно — вдруг увидеть и почувствовать. Подчас мы декларируем все это, но мало кто имеет настоящую надежду на Христа, настоящее доверие Ему.

Нет прокрустова ложа, через которое мог бы каждый пройти и получить такую печать: «Ты — Христов». На самом деле ты шагаешь по жизни и встречаешь Христа везде, и ты должен это понять. Кто-то встречает Христа в покаянии, кто-то — в трудах и молитвах, кто-то — в доброделании. Каждому дан свой дар от Бога, свой опыт соприкосновения с Богом. И здесь первично все-таки не желание, чтобы к каждой исповеди «было что сказать», не скрупулезно составленный список грехов, а то, ради чего ты это делаешь. Ради того, чтобы быть со Христом и быть Христовым! Вот это, мне кажется, самый главный момент в покаянии и во всей нашей христианской жизни.

