

## Как провести день по - Божьи?



Сей листок содержит в себе наставление духовного отца своему духовному сыну, после таинства Исповеди. Оно взято из книги покойного Костромского архиепископа Платона: "Напоминание священнику при совершении им таинства Исповеди".

Принуждай себя вставать рано, и без особенной нужды поспи более семи часов. Как скоро проснешься, тотчас вознеси мысль свою к Богу и осени себя с благоговением крестным знамением, помышляя о распятом Господе Иисусе Христе, Который для нашего спасения умер на кресте.

Немедленно встань с постели, оденься и не позволяй себе долго нежиться и оставаться neodетым. 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 умойся и немедленно начни молитвы утренние: молись тихо, внимательно и благоговейно, с глубочайшим смирением, как должно перед взором Всемогущего; испрашивай у Него веры, надежды, 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.

Твердо решишь все делать для Господа Бога, все принимать от отеческой руки Его, и приноси всего себя в живую жертву Богу. Размышляй так: может быть, этот день есть последний день моей жизни, — и все так делай, как бы готовясь теперь же предстать на суд Божий. Благодарю Господа Бога за сохранение тебя в прошедшую ночь и за то, что ты еще жив и не умер во грехах. Сколько людей в прошедшую ночь смерть представила пред страшное судище Господа! Также возблагодари Бога, что еще есть для тебя время и средства для покаяния!

Каждое утро думай о себе, что только теперь начинаешь и хочешь быть Христианином, а прошедшее время напрасно погибло. Хотя бы 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, то прочитай дневное зачало из Апостола и Евангелия и почитай какую-нибудь книгу духовную, например: святого Димитрия "Алфавит Духовный" или святого Тихона Задонского "Сокровище Духовное", и читай до тех пор, пока сердце твое придет в умиление.

После сего займись делами твоими, и все занятия и дела твои да будут во славу Божию. Помни, что Бог везде видит тебя, видит все твои действия, занятия, чувствования, помышления и желания твои, и щедро воздаст тебе за твои добрые дела. Не начинай ни одного дела не помолясь Господу Богу: то, что мы делаем или говорим без молитвы, по-

сле оказывается или по-грешительным или вредным. Сам Господь сказал: «без Мене не можете творити нечесоже».

Среди трудов твоих всегда будь весел и спокоен, успех оных поручай благословению Господа, и будь доволен тем, что ты сделал свое дело. Исполни все для тебя тяжкое — как епитимию за грехи твои, в духе послушания и смирения; во время трудов произноси краткие молитвы, особенно молитву Иисусову, и представляй себе Иисуса Христа, Который в поте лица Своего ел хлеб свой, трудясь с Иосифом.

Если твои труды идут успешно, по желанию сердца твоего, то благодари Бога; если неуспешно, то помни, что и это Бог попускает, а Бог делает все хорошо. Если останется время перед обедом, то рассмотри, как ты исполнил то, на что решился поутру, или во время благочестивого чтения, или размышления. — Во время обеда представляй Отца Небесного, отверзающего руку Свою, чтобы напитать тебя; никогда не забывай помолиться перед обедом, и во время обеда представляй, что Иисус Христос обедает с тобой; 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 благодари 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 всего 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 противного заповедям Божиим; не домогайся, не ищи ничего кроме Бога, делай и терпи все для Бога. Не заботься о том, чтобы уважали и любили тебя люди, но о том, чтобы угодить Господу Богу, и чтобы совесть твоя не обличала тебя во грехах.

Если хочешь непрестанно помнить о Боге, то скорби и несчастья переноси, как справедливо тебя постигающие. Наблюдай тщательно над самим собой, над чувствами, помышлениями, движениями сердца и страстями; ничего не почитай маловажным, когда дело идет о твоём спасении вечном. Умножай молитвы твои, чтобы Господь помянул тебя тогда, когда ты забудешь о Нем. Во всем да будет твоим Учителем Господь Иисус Христос, на Которого взирая оком ума своего, спрашивай себя самого 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 Христа. Он не возложит на тебя креста, которого ты не можешь понести; Он Сам поможет тебе нести твой крест. Не думай приобрести какую-либо добродетель без скорби и болезней души. Проси у Господа Бога благодати исполнять, как можно лучше, Его святейшие заповеди. А когда исполнишь какую-либо заповедь Божию, то ожидай искушения, ибо любовь ко Христу испытывается через преодоление препятствий. И на малое время не оставайся в праздности. Во время тягости душевной или охлаждения к молитве и ко всем благочестивым занятиям не оставляй дела благочестия: Господь Иисус Христос трижды молился, когда душа Его была прискорбна даже до смерти. — Более слушай, нежели говори: во многоглаголании не спасешься от греха. Заграждай слух, чтобы не слушать противного Господу Богу. Не любопытствуй о новостях: они развлекают дух; с охотой рассуждай о добрых делах.

Убегай даже самых малых грехов: кто не удаляется от малых, тот непременно впадет в большие и тяжкие. Если хочешь, чтобы не тревожили тебя злые помыслы, то со смирением принимай уничижение души и скорбь телесную. Всякий помысел, удаляющий тебя от Господа, особенно скверный плотский помысел, изгоняй из сердца как можно скорее, как сбрасываешь с одежды и одну искру, попавшую на нее. Когда приходит такой помысел, то молись крепко: Господи помилуй! Господи помоги мне, Господи, не оставь

меня, избавь от искушений! — или иначе как. Но среди искушений не смущайся. Уповай на Бога: если Бог за тебя, то кто против тебя? Проси у Бога, чтобы Он отнял у тебя все, что питает твое самолюбие, хотя бы это было для тебя очень горько. Желай жить для Него одного и умереть, и всецело принадлежать Ему. Когда претерпишь какое-либо бесчестие от людей, то разумей, что это послано от Бога. Если имеешь пищу и одежду, то сим будь доволен, по примеру Иисуса Христа, нас ради обнищавшего.

Никогда не спорь и слишком не защищай себя и не извиняйся, 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. Чего не хочешь себе, того не делай другим. В беседе с другими будь кроток, ласков, благоразумен; помышляй, что Иисус Христос находится среди тех, с кем ты беседуешь. Твердо помни, что время кратко, что человек должен дать отчет во всяком бесполезном слове.

Если согрешишь, то немедленно проси прощения у Бога со смирением, сокрушением и упованием на Его благость, и поспеши принести покаяние пред отцом духовным. Если не будешь сокрушаться о грехе, соделанном тобой, то опять в него скоро впадешь.

Старайся делать всякому добро, какое и когда только можешь, не думая о том, будет или не будет он тебе благодарен. И радуйся не тогда, когда сделаешь кому-либо добро, но когда без злопамятства перенесешь оскорбление от другого, особенно от того, кому ты же сделал добро.

Во время ужина вспоминай о последней вечере Иисуса Христа и моли Его, чтобы Он удостоил тебя вечери небесной. Прежде нежели ляжешь спать, испытай твою совесть, проси света к познанию грехов твоих, кайся в них, обещаю Богу исправиться. Потом передай себя Богу, как будто тебе должно в сию ночь явиться перед Ним; поручай себя Божи-



ей Матери, Ангелу Хранителю, тому святому, имя которого ты носишь. Представляй постель как бы гробом твоим, и одеяло как бы саваном. Сделав крестное знамение и облобызав крест, который на себе носишь, усни под защитой Господа Бога, иже «храняй не воздремлет, ниже уснет».

Если же не можешь спать во время ночи, то вспоминай слово: «среди полунощи бысть вопль: се Жених грядет...» или вспоминай о той последней ночи, в которую Иисус Христос молился Отцу Своему до пота кровавого; молись за тех, кто в эту ночь тяжело страдает в смертном томлении, кто подвергается опасности от бури на море, за усопших, и моли Господа, чтобы не покрыла тебя вечная тьма.

Во время болезни прежде всего возложи упование твое на Бога и занимай себя частым размышлением о страданиях и смерти Иисуса Христа, чтобы более и более укреплялось твое сердце. Непрестанно твори, какие знаешь и можешь молитвы; проси у Господа Бога прощения во грехах и терпения во время болезни. Всячески воздерживайся от ропота и раздражительности, которые так обычны во время болезни. Если Господь Иисус Христос потерпел 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. А воскресные и праздничные дни непременно посвящай делам благочестия.

Всегда, когда бываешь в церкви, представляй, что ты находишься в присутствии Бога, Ангелов и святых Божиих. День рождения твоего особенно посвящай делам благочестия.

Исповедуйся и приобщайся Святых Таин как можно чаще. К приобщению Святых Таин всегда приступай с сокрушением сердца, с благоговением, смирением, верою, упованием и любовью. — Как можно чаще размышляй о страданиях

и смерти Иисуса Христа и умоляй Его ризою заслуг Своих покрыть все грехи твои и принять тебя в царство Свое.

Имя Иисуса всегда имей в устах и в сердце. Как можно чаще размышляй о великой любви Господа к тебе, чтобы и самому тебе возлюбить Его всем сердцем твоим, всей душой твоей 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 тобой. Аминь.

