



КАК  
ОЧИСТИТЬ  
СВОЙ УМ  
И СЕРДЦЕ



*По творениям святых отцов*

**Как очистить свой ум и сердце.  
По творениям святых отцов**

«Сибирская Благовонница»

2019

Как очистить свой ум и сердце. По творениям святых отцов /  
«Сибирская Благовонница», 2019

ISBN 978-5-00127-101-7

В этой книге архимандрит Наум (Байбородин; 1927–2017) собрал изречения святых отцов о том, что такое чистота ума и сердца, как ее достичь, какие препятствия ожидают подвижника на этом пути, а также о цели этого делания — стяжании «ума Христова» и обожении человека.

ISBN 978-5-00127-101-7

, 2019

© Сибирская Благовонница, 2019

## Содержание

От редакции	5
Что такое ум	6
Как грех проникает в душу	8
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# Наум (Байбородин), архимандрит Как очистить свой ум и сердце По творениям святых отцов

От редакции



Приближение к Богу, единение с Ним – вот подлинная цель христианской жизни. Но только *чистые сердца*... *Бога узрят* (Мф. 5, 8). Чистота сердца и ума – неперемное условие встречи со Христом, к которой стремится всякий верующий в Него.

Чистота и святость естественны для человека. Однако, заглядывая внутрь себя, мы видим собственную поврежденность. Наши ум и сердце заражены всевозможными страстями, а через них начинают «болеть» грехом и душа, и тело. Наше естество настолько сроднилось со злом, что оно кажется нам как бы уже частью нашей природы. Поэтому тот, кто захочет стяжать первозданную чистоту, должен решиться на беспощадную борьбу с собой, своими греховными привычками и наветами злых духов, которые ополчаются на каждого, ставшего на путь истинного подвижничества.

И на этом пути наши помощники – святые отцы, чьи советы будут драгоценны для каждого стремящегося очистить своего внутреннего человека, исцелиться от язв греха и *предстать перед Сына Человеческого* (Лк. 21, 36).



## Что такое ум



### Святитель Игнатий (Брянчанинов)

Ум наш имеет способность мышления и способность воображения; посредством первой он усваивает понятия о предметах, посредством второй усваивает себе образы предметов<sup>1</sup>.



### Преподобный Антоний Великий

Человек по уму соприкасается с неизреченной Божественной силой, а по телу имеет сродство с животными<sup>2</sup>.



### Преподобный Макарий Великий

Как глаз мал в сравнении со всеми прочими членами и самая зеница, при всей своей малости, есть самый важный сосуд, потому что вдруг видит небо, звезды, солнце, луну, города и прочие твари, и все видимые вдруг предметы одинаково изображаются и живописуются в малой зенице ока, – так и ум то же самое в сердце. Само сердце – малый сосуд, но там есть

---

<sup>1</sup> Слово о чувственном и духовном видении духов. Гл. 2. О духовном видении духов.

<sup>2</sup> О доброй нравственности и святой жизни в ста семидесяти главах. Гл. 42.

змии, там есть львы, там есть ядоносные звери, там все сокровища порока, там пути негладкие и стропотные, там пропасти; но там также и Бог, там Ангелы, там жизнь и Царство, там свет и апостолы, там сокровища благодати – там есть все<sup>3</sup>.



### **Святитель Игнатий (Брянчанинов)**

Ум наш – образ Отца; слово наше (непроизнесенное слово мы обыкновенно называем мыслью) – образ Сына; дух – образ Святого Духа. Как в Троице-Богe три Лица неслитно и нераздельно составляют одно Божественное Существо, так в троице-человеке три лица составляют одно существо, не смешиваясь между собой, не сливаясь в одно лицо, не разделяясь на три существа.

Ум наш родил и не перестает рождать мысль; мысль, родившись, не перестает снова рождаться и вместе с тем пребывает рожденной, сокровенной в уме. Ум без мысли существовать не может и мысль без ума. Начало одного непременно есть и начало другой; существование ума есть непременно и существование мысли.

Точно так же дух наш исходит от ума и содействует мысли. Потому-то всякая мысль имеет свой дух, всякий образ мыслей имеет свой отдельный дух, всякая книга имеет свой собственный дух. Не может мысль быть без духа: существование одной непременно сопутствуется существованием другого. В существовании того и другого является существование ума<sup>4</sup>.



### **Преподобный Макарий Великий**

Как внешние очи издали видят терния и стремнины, так и прозорливый ум, будучи быстр, предусматривает козни и предуготовления сопротивной силы и предостерегает душу, служа ей как бы оком<sup>5</sup>.



---

<sup>3</sup> Духовные беседы. Беседа 43, 7.

<sup>4</sup> Аскетические опыты. Т. 2, гл. 8. Об образе и подобии Божиих в человеке.

<sup>5</sup> Семь слов. Слово 1. О хранении сердца. 6.

## Как грех проникает в душу



### Преподобный Максим Исповедник

Ум получает страстные помыслы следующими тремя путями: через чувства, через состояние тела, через воспоминание. Через чувства – когда производящие на них впечатление вещи, как такие, к которым мы имеем страсть, возбуждают в уме страстные помыслы; через состояние тела – когда несоблюдением воздержания в питании, или действием демонов, или какой-нибудь болезнью изменившееся состояние тела побуждает его к страстным помыслам или к восстанию на Промысел; через воспоминание – когда память возобновляет помышления о вещах, к коим мы пристрастны, и возбуждает в уме сим образом страстные помыслы<sup>6</sup>.



### Преподобный Макарий Великий

Должно стараться, чтобы не предавать себя рассеянию мыслей, ибо через сие уклоняется душа от памяти Божией и любви Его по действию диавола, как говорит святой Макарий: «Все усилие у противника о том, чтобы отвлечь ум от памяти о Боге и от любви Божией».

Все усилие, как было объяснено, и рачение у противника о том, чтобы прийти ему в возможность отвлечь ум от памятования о Боге, от страха Божия и от любви Божией земными обольщениями и приманками, отвращая его от истинно доброго к мнимо хорошему<sup>7</sup>.

---

<sup>6</sup> Четыре сотни глав о любви. Вторая сотница. 74.

<sup>7</sup> Семь слов. Слово 2. О совершенстве духовном. 14–15.



## **Преподобный Симеон Новый Богослов**

Некоторые думают, что человеческое естество по природе страстно, по природе подлежит страстям, и в доказательство того указывают на гнев и пожелание. Но дело не таково, как они говорят, ибо гнев и пожелание даны Богом естеству человеческому не как страсти, каковы они теперь, а как добрые расположения, и человек получил эти блага от благого Бога как признаки, показывающие в нем разумную тварь.

Если гнев и похотение даны и бессловесным животным, то даны не в том же значении, как даны они человеку. И плоть человеческая есть плоть, но она не одинакового достоинства с плотями зверей и скотов несмысленных. Даны человеку гнев и пожелание, но ему дан и ум, и, пока ум сей был здрав, пребывали в своем чине и эти движения, именно: пожелание устремлялось к мысленным благам Божиим и их вожделевало, а гнев (через раздражение, ревность) опять это же самое пожелание раздражал и приводил в напряжение, чтоб оно с ббльшим рвением вожделевало оных благ божественных и, мало-помалу востекая горé, приблизилось к Богу и Им услаждалось.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.