

A man in a white t-shirt is shown from the back, looking out over a vast, hazy landscape under a sunset sky. The scene is contemplative and serene.

# Моя душа: что это такое?

*Зачем разбираться в себе?*

---

*Природа души*

---

*Что душе вредно, а что полезно?*

---

*Путь одухотворения души*

Михаил Молотников

**Моя душа: что это такое?**

Издательство «Зерна»

2020

ББК 86.37

**Молотников М. Д.**

Моя душа: что это такое? / М. Д. Молотников — Издательство  
«Зерна», 2020

ISBN 978-5-907190-18-4

В этой небольшой книге рассказывается о человеческой душе – удивительной, имеющей волю и самосознание, невидимой, мыслящей, чувствующей и бессмертной части человека, являющейся основой его личности. Мы, между тем, почти не замечаем свою душу, а она – самое ценное, что есть у каждого из нас. Книга поможет читателю узнать, каким законам подчиняется душа, что ей вредит, а что приносит благо, что и как можно и нужно в себе изменить. Эта книга для тех, кто еще не обрел веру в Бога, и для тех, кто только начал свой путь ко Христу. А также, может быть, и для тех, кто уже многие годы живет церковной жизнью, но так к ней привык, что перестал углубляться в себя.

ББК 86.37

ISBN 978-5-907190-18-4

© Молотников М. Д., 2020  
© Издательство «Зерна», 2020

## Содержание

Человек – удивительное создание!	6
Несколько важных вопросов	6
Зачем разбираться в себе?	7
Тело	8
Что нам известно о человеческом теле?	8
Тело – творение Божие или случайное скопление клеток?	9
Душа	10
Что душа «умеет»?	10
«Госпожа» тела	11
Природа души	12
Ученые о «духовности» души	13
Нравственный закон	14
Что происходит с душой после смерти тела?	15
Чувства	17
Великое разнообразие чувств	17
От ощущений и эмоций до душевных состояний	18
Удовольствия и их последствия	19
Такое неуловимое счастье	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# **Михаил Давидович Молотников**

## **Моя душа: что это такое?**

© Молотников М. Д., 2020

© ООО «Зёрна-Слово», 2020

## Человек – удивительное создание!

### Несколько важных вопросов

Удивительное существо – человек! Он может достичь такой неизреченной святости, какой удостоились Николай Чудотворец, Сергей Радонежский или Серафим Саровский, а может стать страшнее самого лютого зверя. Может пожертвовать своей жизнью ради спасения чужого ребенка и... убить собственного. Может построить храм Покрова на Нерли и газовые камеры в концлагере Освенцима; сочинить прекрасную музыку и ложный донос. Может не сомневаться в существовании Бога и верить, что Его нет.

Кто же мы такие, люди-человеки?

Что такое человеческая душа, каким законам она подчиняется, как взаимодействует с телом, и что происходит с ней после его смерти?

Откуда произошло человечество?

Зачем мы в этом мире, ведь он мог бы существовать и без нас?

Есть ли какой-то высший смысл жизни человека, ее главная цель?

Почему в окружающем нас мире соседствуют красота и уродство, жизнь и смерть?

Существуют ли темные силы и, если «да», как они воздействуют на нас?

Почему добро в нас так тесно переплетено со злом?

Зачем приходил в наш мир Иисус Христос?

В чем заключается высшее человеческое счастье, и как его обрести?

Наука не в состоянии дать исчерпывающие ответы на эти вопросы, да и большинство из них лежат вне ее компетенции. Самые разнообразные, подчас противоположные ответы предлагали представители различных философских школ. Свои ответы давали (и дают) разные религии – ислам, иудаизм, буддизм, конфуцианство, даосизм, индуизм, синтоизм и другие. Мы будем опираться на ответ, данный Иисусом Христом – Богом, Который ради нас стал человеком, точнее – Богочеловеком, добровольно принял смерть на кресте и воскрес.

Он говорил о Себе: *Я и Отец – одно* (Ин. 10, 30), *прежде, нежели был Авраам, Я есмь* (Ин. 8, 58). (Ни Моисей, ни Конфуций, ни Будда, ни Магомет не могли сказать о себе ничего подобного.) И еще Христос сказал о Себе: *Так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную. Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасен был чрез Него* (Ин. 3, 16–17). *Я есмь путь и истина и жизнь; никто не приходит к Отцу, как только через Меня* (Ин. 14, 6). Сын Божий для того и воплотился, чтобы открыть нам Божественную истину о нас самих, о нашем высшем благе и высшем предназначении, чтобы помочь нам восстановить сыновние отношения с нашим Небесным Отцом и Создателем – Источником жизни, благодати, любви и света.

## **Зачем разбираться в себе?**

Поставленные в предыдущей главе вопросы интересуют, к сожалению, немногих. Большинство людей «просто живут», живут «как все» – учатся, работают, вступают в брак и растят детей, устраивают свое земное благополучие, вкушают свою порцию удовольствий и неприятностей, радостей и страданий... и о своей душе, как о чем-то самостоятельном, ценном, живущем по определенным законам, как правило, не задумываются. Душа для них – потёмки.

Может быть, и нам не нужно тратить время на эти вопросы? Нужно! Нужно для того, чтобы знать главную цель и высший смысл своей жизни – не придуманные «умными» людьми (типа «бери от жизни всё» и «после нас – хоть потоп»), а открытые нам нашим Создателем. И еще для того, чтобы знать, как достичь этой цели и как избежать на жизненном пути того, что принесет беды и нам, и окружающим нас людям.

Представьте себе, что вы попали в огромный лабиринт, из которого два выхода. Один – в благоухающий сад, в котором поют соловьи и журчат чистые ручьи. А другой – в мрачное, сырое подземелье, в котором кишат змеи и крысы. Вам даны подробные инструкции о том, как попасть в райский сад, но на развилках кто-то расставил очень привлекательные приманки, которые противоречат инструкциям. Что ты выберешь, человек?

Тот, кто собирается управлять автомобилем, должен хорошенько изучить правила дорожного движения и обслуживания машины, разбираться в значках на дисплее около руля, иначе он может покалечить и других людей, и себя. Вот и нам следует хорошенько узнать свою душу, чтобы благополучно достигнуть главной цели нашего земного путешествия длиной в жизнь.

## Тело

### Что нам известно о человеческом теле?

Прежде чем продолжить разговор о душе, несколько слов скажем о человеческом теле. Оно состоит из нескольких десятков взаимосвязанных органов, выполняющих функции управления, питания, дыхания, движения, размножения и т. д. Каждый орган состоит из сотен миллиардов живых клеток, которые питаются, чувствуют, размножаются, болеют, стареют и умирают. Каждая клетка состоит из миллионов молекул, те – из атомов (почти всех элементов таблицы Менделеева), атомы – из ядер и электронов. Ядра состоят из протонов и нейтронов; те, в свою очередь, – из кварков, имеющих свойства то волны, то частицы. Дальше наука заглянуть пока не в состоянии.

И вся эта сложнейшая, слаженно работающая система человеческого организма выросла из двух микроскопических родительских клеточек, в которых были «запрограммированы, заложены» пол, рост, цвет глаз и волос и множество других уникальных особенностей человека. Кто «научил» эти две клетки слиться в одну и размножиться так, чтобы получились голова, туловище, руки, ноги, мозг, кости, мышцы, кровь, сосуды, нервы?

Вот глаз, клетки которого мгновенно и точно передают в мозг изображение окружающего нас мира. Вдуматься только: группа клеток преобразует световые волны в нервные импульсы, которые мозг «переводит» в изображение! А клетки уха преобразуют вибрации воздуха в сигналы, которые мозг преобразует в звуки! Вот удивительно гибкий и чувствительный манипулятор – рука. Вот сложнейшая пищеварительная система, благодаря которой пища перерабатывается, очищается и поступает в кровь, а затем в клетки тела. Вот сердце, которое днем и ночью сокращается и разжимается, работая как насос, примерно сто тысяч (!) раз в сутки, заставляя кровь доставлять кислород и питательные вещества всем нашим внутренним органам, каждой клеточке организма, а у них забирать углекислый газ и другие продукты обмена веществ.

Вот еще несколько поражающих воображение фактов о человеческом теле.

– Оно состоит из  $7 \times 10^{27}$  атомов.

– Каждую секунду в нашем теле рождается 25 тысяч новых клеток. Одни из них живут несколько суток; другие, например нервные, – десятки лет. Умершие клетки расщепляются специальными ферментами крови на молекулы, которыми «питаются» другие клетки.

– Общая длина кровеносных сосудов взрослого человека составляет около 100 тысяч километров.

– Наши кости так же крепки, как гранит. Они в пять раз прочнее стали. Кусочек кости размером со спичечный коробок может выдержать до 9 тонн веса.

– Если бы человеческий мозг был компьютером, он мог бы выполнять  $38 \times 10^{15}$  операций в секунду. Мозг одного человека генерирует больше электрических импульсов, чем все телефоны мира, вместе взятые.

– У младенца в момент рождения в мозгу уже существует 14 миллиардов клеток, и число это до самой смерти не увеличивается. После 25 лет оно сокращается на 100 тысяч в день, а после 40 лет еще быстрее.

– Сетчатка внутри глаза имеет площадь около 650 кв. мм и содержит 137 миллионов светочувствительных клеток: 130 миллионов «палочек», воспринимающих форму и размер предметов, и 7 миллионов «колбочек», обеспечивающих восприятие цвета...

## Тело – творение Божие или случайное скопление клеток?

Вглядываясь в премудрое устройство тела, можно лишь удивляться силе веры и отсутствию здравого смысла у тех, кто считает, что Бога – Высшего Разума и Творца вселенной – не существует<sup>1</sup>. Они верят в то, что когда-то очень давно несколько миллиардов молекул случайным образом сцепились друг с другом в определенном порядке. Потом эта молекулярная структура вдруг, ни с того ни с сего, ожила и «решила стать» самостоятельным разумным организмом – решила, что будет питаться, чувствовать, размножаться, болеть и умирать. Это можно сравнить, например, с тем, что в одном месте, благодаря ветру и наводнению, собрались куски металла, которые «случайно» сложились так, что получилась баллистическая ракета, которая «ожила», выбрала цель в другом полушарии и поразила ее. По мнению атеистов, случайно и путем эволюции<sup>2</sup> «возник», например, глаз или мозг человека. Невольно приходят на память слова царя и пророка Давида (XI–X вв. до н. э.): *Сказал безумец, ... нет Бога* (Пс. 13, 1; 52, 2). Воистину: неверие в Него – это «слепота» и разума, и сердца.

Нас поражают достижения современной науки в изучении человеческого тела, но, как правило, нам и в голову не приходит благодарить и восхищаться премудростью Того, Кто задумал его сложнейшее устройство и законы его существования и воплотил этот замысел в каждом из нас. С каким благоговением мы должны относиться к этому дивному творению Божию – своему телу, телам других людей, да и вообще ко всему, что нас окружает на земле, что вручено нам Богом для разумного использования и управления! С горечью приходится признать – насколько все мы, за малым исключением, далеки от такого благоговейного отношения.

К сожалению, тела наши подвержены болезням, старению и смерти. Максимальная продолжительность земной жизни современного человека – около 120 лет. Всегда ли так было? Из первых глав библейской Книги Бытия мы узнаём, что давным-давно, еще до Всемирного потопа, люди жили до 1000 лет, а родоначальники человечества – Адам и Ева – вообще могли жить вечно, не зная смерти, если бы сохранили верность Творцу. Таков и был первоначальный замысел Божий о человеке.

---

<sup>1</sup> Доказать, что Бога нет, наука не в состоянии. Чем дальше она продвигается в познании мира, тем обширнее становится и область еще непознанного.

<sup>2</sup> Господь «заложил» в живую природу эволюционный принцип развития. Но объяснять только им ее происхождение, многообразие и сложнейшее устройство неверно.

## Душа

### Что душа «умеет»?

Удивительно мудро устроено тело человека, но еще удивительнее его душа – дивное творение Божие.

Душой мы называем невидимую, духовную часть природы человека. Жизнь души составляют мысли, эмоции, чувства, желания. Она анализирует, исследует, строит умозаключения, создает представления, запоминает, творит, ставит задачи и находит пути их решения, различает добро и зло, красоту и уродство, истину и ложь, стремится к счастью, слышит голос совести, ощущает и познаёт явления духовного мира, взаимодействует с ним, познаёт (чувством и разумом) Самого Бога и даже способна беседовать (!) с Ним.

Мы говорим: «Моя душа, мои мысли, мои желания», – подчеркивая тем самым, что в нас есть нечто, осознающее жизнь души и способное в каких-то пределах ею управлять. Это нечто иногда называют высшей частью души, умом (не путайте с рассудком, интеллектом), сердцем (сердцевиною души), иногда – духом<sup>3</sup>, внутренним «я», внутренним (мысленным) оком. Ум, или дух, – это некий центр управления, центр принятия решений. Он наблюдает за мыслями, чувствами, ощущениями, желаниями, волевыми движениями, словами и поступками и оценивает их, в частности, с нравственной точки зрения. Одни мысли и желания он с помощью воли отклоняет, другим дает «зеленый свет». Ум может заставить человека действовать вопреки желаниям, менять ход мысли. В отличие от животных, мы можем управлять своими инстинктами, преодолевать их или, наоборот, культивировать – сознательно использовать для получения удовольствия. В последнем случае говорят, что животный инстинкт главенствует, господствует над духом.

В недрах ума (внутреннего «я») содержится всё пережитое – увиденное, услышанное, передуманное, перечувствованное; создаются и хранятся представления о мире и своем «я», об идеалах и истине, о добре и зле, о цели и смысле существования человека.

---

<sup>3</sup> Есть два представления о составе человеческой природы: так называемые трихотомия (трехсоставность) и дихотомия (двухсоставность). Согласно первому человек состоит из тела, души и духа; согласно второму – из тела и души, но высшая часть души как раз и представляет собой этот дух.

## «Госпожа» тела

Как душа человеческая соотносится с телом? Она как бы пронизывает его, оживляет и управляет им, как своим инструментом или орудием (правда, не всегда послушным: например, когда человек парализован или находится в состоянии сильного опьянения). Раз душа управляет телом, а не наоборот, значит она – главное в человеке. Поэтому и заботиться о ней (в меру наших возможностей) следовало бы в первую очередь!

Тело доставляет душе информацию об окружающем мире. С помощью так называемых органов чувств мы воспринимаем зрительные образы, звуки, запахи, вкус, температуру, вес, гладкость и упругость предметов. Однако есть у души и иные, не связанные с телом, средства познания.

Тело «доставляет» душе удовольствия (вкусная пища, нега, покой) и страдания (боль, холод, жажда, голод).

Рост и старение тела, многие болезни, работа внутренних органов происходят помимо сознания и воли человека. Однако мы можем оказывать на тело определенное влияние посредством питания, лекарств, физических упражнений, разрушать его вредными пристрастиями (алкоголь, курение, переедание). Мы даже можем по своей воле предать свое тело смерти: пожертвовать жизнью ради других людей или совершить самоубийство, безумно полагая его выходом из душевного тупика.

## Природа души

Душа проста<sup>4</sup>, невидима и неделима, не состоит ни из какого известного науке вещества. Поддается ли она химическому или физическому измерению? Отчасти «да», потому что душа связана с телом. О процессах, происходящих в ней, можно судить по активности участков головного мозга, нервных импульсов, изменению кровяного давления, частоты сердцебиения (например, при сильных эмоциях).

Душа принадлежит духовному миру, поэтому человек называется существом духовно-телесным. Природу, сущность души мы постичь не можем, как не можем постичь природу ангелов и бесов и, тем более природу Бога – Творца вселенной (как, впрочем, и природу материи!). Однако нам хорошо известны проявления души, на основании которых можно делать выводы об ее свойствах и способностях. Кроме того, мы имеем о ней Божественное откровение, записанное в Книге книг – Библии.

Душе иногда дают такое определение: это то, что болит, когда тело здорово. Поэтесса Марина Цветаева (1892–1941) так выразила эту мысль: «Что-то болит: не зуб, не голова, не живот, не- не- не-... а болит. Это и есть душа». Между состоянием тела и души нет прямой зависимости: здоровые и материально обеспеченные люди могут испытывать душераздирающую тоску, а изможденные болезнями – мир и духовную радость.

Особым состоянием человека является сон, когда тела своего мы не ощущаем, а душа наша остается активной.

---

<sup>4</sup> Душа проста в том смысле, что не состоит из разных частей или элементов, как тело или автомобиль.

## Ученые о «духовности» души

Атеисты и материалисты не признают существования души как некоей духовной сущности, отличной от тела. Они верят (именно верят!), что способности человека абстрактно мыслить, преодолевать свои желания и осознавать себя возникли благодаря «игре слепого случая», путем «естественного отбора»; что все наши мысли, чувства, желания и даже сознание имеют исключительно материальный характер и обусловлены жизнедеятельностью тела, и что когда-нибудь наука это непременно докажет. (Интересно узнать, что в нас мыслит и осознает: живые клетки, электроны, протоны, кварки, электромагнитное поле?)

Каковы основания такой точки зрения? Известно, что некоторые растения и химические соединения (алкоголь, наркотики, психотропные лекарства) способны изменять психическое состояние человека. Воздействуя током на определенные участки головного мозга, можно вызвать гнев или страх. Однако нет «таблетки», которая пробуждает совесть, любовь к Родине, чувство долга или справедливости.

То, что душа, хоть и зависит от тела, но существует автономно от него, утверждают многие известные ученые. Крупнейший современный нейрофизиолог, лауреат Нобелевской премии по медицине Джон Экклз (1903–1997) убежден, что психика не является функцией мозга. По его мнению, ни физиология, ни теория эволюции не могут пролить свет на происхождение и природу сознания, которое абсолютно чуждо всем материальным процессам во вселенной. Духовный мир человека и мир физических реальностей, включая деятельность мозга, – это совершенно самостоятельные миры, которые взаимодействуют и в какой-то мере влияют друг на друга. Появление сознания, так же как и возникновение жизни, является высшей религиозной тайной. «Я могу экспериментально подтвердить, – пишет Экклз, – что работа сознания не может быть объяснена функционированием мозга. Сознание существует независимо от него извне» [Цит. по: 8].

Создатель квантовой механики, лауреат Нобелевской премии Эрвин Шрёдингер (1887–1961) писал, что природа связи физических процессов с субъективными событиями, к которым относится, в частности, сознание, лежит «в стороне от науки и за пределами человеческого понимания» [Цит. по: 8].

Наука постепенно приходит к выводу, что мозг является не источником мысли и сознания, а лишь их ретранслятором. Ряд ученых считают, что мозг, как любой другой орган человеческого тела, состоит из клеток и не способен мыслить. Однако он может работать как устройство, обнаруживающее мысли, то есть как антенна, с помощью которой становится возможен прием внешнего сигнала; как телеприемник, который принимает попадающие в него волны, а затем преобразует их в звук и изображение.

На международном симпозиуме в Санкт-Петербурге (2005 г.), российский ученый А. В. Михеев заявил следующее: «Существует так называемое „тонкое тело“, являющееся носителем самосознания, памяти, эмоций и „внутренней жизни“ человека. Это тело существует... после физической смерти, являясь на время существования физического тела его „параллельной компонентой“, обеспечивающей вышеуказанные процессы. Физическое тело – лишь посредник для их проявления на физическом (земном) уровне» [Цит. по: 8]<sup>5</sup>.

Если уж ученые признают «духовность» души, как нам не верить Божественному откровению о ней?

---

<sup>5</sup> Советуем найти статью Михаила Игоревича Хасьминского о природе сознания, в которой автор простым языком и очень убедительно доказывает, что оно нематериально.

## Нравственный закон

Будучи духовной, душа подчиняется духовно-нравственным закономерностям, действующим в духовном мире. Например, если ты предал или бросил в беде близкого человека, украл, обманул, тебе будет стыдно и тяжело на душе. (По крайней мере, в первый раз.) Когда ты исполнен ярости и ненависти, пылешь злобой, «зеленеешь» от зависти, в твоей душе царствует тьма. Когда же ты кому-то бескорыстно сделал доброе дело, всем желаешь добра, на душе твоей будет светло, легко и радостно.

Все наши мысли, чувства, желания, слова и поступки имеют нравственное измерение. Если они будут добрыми, душа будет становиться всё более светлой, мирной и радостной. И наоборот, если зло войдет в привычку у человека, он расплатится за это тем, что душа его будет болеть, станет жестокой, черствой, раздражительной, злорадной, холодной, надменной, унылой и темной<sup>6</sup>. Про таких людей говорят: бездушный, бессердечный, бессовестный, безнравственный, то есть тот, у кого «окаменело» сердце, атрофировалось нравственное чувство, умолкла совесть. Такой человек опасен для окружающих, да и своей душе наносит рану за раной.

Тот, кто любит только себя, уродует свою душу. А действенная любовь к окружающим приносит человеку радость.

Эти закономерности мы можем наблюдать и в себе, и в окружающих нас людях. Ну, а тем, кто забыл про эти законы, Бог напоминает о них через Священное Писание, поучения святых отцов и пастырей Церкви, через те произведения литературы и искусства, которые несут в себе свет духовной истины.

Нам дана свобода выбора между грехом и добродетелью. Что ты выберешь, человек?

---

<sup>6</sup> Интересно, что для описания состояния души человека мы привычно пользуемся физическими терминами (пустота, холод, тепло, тяжесть, легкость, мрак, свет) или биологическими (болезнь, раздражительность, горечь, сладость).

## Что происходит с душой после смерти тела?

Человеческая душа бессмертна. Об этом многократно свидетельствовал Сам Господь Иисус Христос. Известно это было человечеству и задолго до Рождества Христова. Люди в своем безумии изобрели множество изуверских способов умерщвления человеческого тела, а вот душу уничтожить невозможно.

Когда человек получает смертельную рану, или, например, у него останавливается сердце, душа отделяется от тела и продолжает существовать вне его, сохраняя при этом свое самосознание, а также способности видеть, слышать, чувствовать, двигаться. Это подтверждают в последнее время, благодаря развитию медицины, многочисленные свидетельства людей, переживших клиническую смерть<sup>7</sup>. Многие из вернувшихся к жизни рассказывали о стремительном движении по темному туннелю к яркому свету, встрече с ангелами (именно ангелами!) и ослепительно светлым существом, повелевшим им вернуться в тело. Там, в том мире, они испытывали такую радость и легкость, что им не хотелось возвращаться к земной жизни. Кто-то, наоборот, попадал в пространство, которое можно назвать адом, и испытывал ужас, отвращение и невыразимое мучение.

В разных странах множество незнакомых между собой людей испытывали фактически одно и то же. Все они, несомненно, находились на пороге некоего иного бытия, некоего мира, совершенно отличного от земного.

А что происходило с теми людьми, души которых не вернулись в тело? Об этом мы имеем Божественное откровение. Все четыре евангелиста передают нам многочисленные поучения Господа Иисуса Христа о существовании рая (точнее, Царства Небесного) и ада (царства тьмы и зла), а также о том, что каждая душа, в зависимости от своего духовно-нравственного состояния и устремленности к добру или злу, попадет после разлучения с телом либо туда, либо сюда<sup>8</sup>, и у любого здравомыслящего человека нет никаких сколько-нибудь серьезных оснований не доверять Его словам.

Отрицающие бессмертие души заявляют, что у людей, вернувшихся «с того света», были просто галлюцинации. Но это предположение ничем не подтверждено. Непонятно, почему галлюцинации одинаковы, да и сама их природа науке неизвестна. А вот то, что души умерших продолжают жить в ином мире, подтверждается многочисленными свидетельствами.

Пережившие клиническую смерть рассказывали, что в какой-то момент они отделились от своего тела, оставшегося лежать на операционном столе, поднялись над ним, с легкостью передвигались в пространстве, видели и слышали всё происходящее в операционной. Более того, они даже видели родственников в соседнем помещении и слышали, о чем они говорят. Позднее, после возвращения умерших к жизни, они безошибочно вспоминали действия и разговоры врачей и родных к немалому удивлению последних.

Один человек, переживший клиническую смерть в сталинские времена (1930-е годы), рассказывал, как по выходе из тела он (его душа) оказался в комнате, в которой его знакомые справляли по нему поминки, и слышал все их разговоры. Между прочим один из этих людей рассказал анекдот, высмеивающий власть. В те времена этого было достаточно, чтобы угодить на несколько лет в концентрационный лагерь. Вскоре после того, как «умерший» вернулся к

---

<sup>7</sup> Сотни таких случаев описаны в книгах врачей Петра Калиновского «Переход», Раймонда Моуди «Жизнь после жизни» и др. Пишут об этом святитель Лука (Войно-Ясенецкий), выдающийся врач, в книге «Дух, душа и тело» и иеромонах Серафим (Роуз) в книге «Душа после смерти».

<sup>8</sup> Например: *И пойдут сии* (нераскаянные грешники) *в муку вечную, в огонь вечный, уготованный диаволу и ангелам его, ...а праведники в жизнь вечную* (Мф. 25, 41, 46).

жизни, те самые знакомые навестили его. Надо ли говорить, как они побледнели от ужаса, когда он пересказал им их разговор и напомнил о том анекдоте<sup>9</sup>.

О том, что душа способна возвращаться в мертвое тело, люди знали и в ветхозаветные времена. Например, пророк Илия (IX век до н. э.) воскресил умершего сына вдовы в городе Сарепта (см.: 3 Цар. 17, 21–24), а его ученик Елисей воскресил сына женщины-сонамитянки (см.: 4 Цар. 4, 32–37).

Мы знаем, что Христос одним Своим словом воскрешал умерших. Так Он воскресил дочь начальника синагоги Иаира (см.: Мф. 9, 18–26), сына наинской вдовы (см.: Лк. 7, 11–16) и, наконец, Лазаря, тело которого уже четыре дня находилось в погребальной пещере (см.: Ин. 11, 1–45). Воскрешали мертвых по молитве к Богу и новозаветные святые. Так, например, апостол Пётр воскресил праведную Тавифу (см.: Деян. 9, 36–42).

---

<sup>9</sup> Об этом случае рассказывал на своих лекциях профессор Московской духовной академии А.И. Осипов [Цит. по: 9].

## Чувства

### Великое разнообразие чувств

Какие силы или способности мы видим в человеческой душе? Чувства, разум, желания и волю. Начнем со способности чувствовать.

Чувств и их оттенков очень много. Различаются они характером; силой (могут захватывать всего человека наподобие бури, а могут едва касаться души, как дуновение ветерка); продолжительностью (быстро угасают или устойчиво сохраняются в душе); степенью приятности или неприятности. Нередко мы испытываем сразу несколько, целый «букет» чувств.

Мы можем чувствовать состояние души другого человека и ощущать на себе чей-то взгляд; испытывать предчувствие беды или радости, осеннюю грусть и весеннее томление. Человек способен испытывать родственные чувства, чувства патриотизма, долга, привязанности. Мы можем испытывать чувства утраты и безысходности, брезгливости и омерзения; ощущения опасности, суеты, полета, остановки времени. Мы ощущаем искренность и неискренность, доброту и злобу, красоту и дисгармонию, греховность и святость.

Нам может быть тяжело, мрачно и безрадостно на душе, например, после ссоры с близким человеком, а может быть легко, светло и празднично, скажем, после крещения в сознательном возрасте или после примирения с тем, с кем долго находились в ссоре.

Всё, что когда-либо в своей жизни чувствовал человек, сохраняется в его душе и называется впечатлениями. Они могут быть вызваны из памяти по нашему желанию, а могут «всплывать» произвольно по закону ассоциаций. Запах, фотография, звуки музыки, фраза из книги могут вызвать из памяти переживания (эмоции), испытанные нами много лет назад.

## От ощущений и эмоций до душевных состояний

В психологии всё разнообразие чувств разделяется на ощущения, эмоции, настроения и душевные состояния. (Впрочем, границы между этими понятиями довольно размыты.)

Мы чувствуем, ощущаем состояние нашего тела: оно «сообщает» нам о своем нездоровье, усталости и бодрости, голоде и сытости. Благодаря органам чувств мы ощущаем сладость и горечь, духоту и свежесть, сырость и сухость, холод и жару, тяжесть и жесткость предметов, громкость звука и т. п.

Эмоции – это непосредственная реакция (отклик) чувствующей стороны души на всё, что мы видим, слышим, вспоминаем, обдумываем, говорим или делаем. Испуг и ужас, страх и паника, гнев и ярость, возмущение и волнение, тревога и огорчение, смех и плач, удивление и восторг, презрение и отвращение, обида и стыд, благодарность и умиление, жалость и восхищение – всё это эмоциональные реакции нашей души. Войдя ночью в незнакомый лес и слыша шорохи, мы испытываем страх; при виде опустившегося пьяницы – отвращение или жалость. А как много разных эмоций вызывают у нас интересный фильм или чтение захватывающей книги, общение с людьми или какая-нибудь игра! Особая область эмоций связана с любованием природой: цветами, насекомыми, животными, птицами (чего стоит одно только пение соловья!), рекой и озером, лесом и лугом, величественным горным пейзажем и звездным небом. А какие возвышенные эмоции вызывают у людей созданные человечеством шедевры в области классической музыки (например, произведения Петра Ильича Чайковского), поэзии, живописи, скульптуры, архитектуры! Возбуждая в нас чувство прекрасного, они вызывают восхищение и целую палитру других чувств.

Верующие люди испытывают особого рода эмоции в храме, при посещении святых мест, во время молитвы, после исповеди и причастия, у чудотворной иконы или мощей святого, при общении с духоносным человеком.

Настроение не столь мимолетно, как эмоции. Оно, как правило, длится несколько часов или целый день. Настроение может быть хорошим – приподнятым, радостным, веселым, спокойным; а может быть плохим – тревожным, мрачным, тоскливым: «и скучно, и грустно, и некому руку подать».

Длительные и устойчивые чувства называются душевными состояниями. Они могут быть вызваны долгой и тяжелой болезнью; изменой, предательством или смертью очень близкого и любимого человека; сильной влюбленностью; серьезными успехами в творчестве, спорте; обретением живой и деятельной веры во Христа. Душевные состояния человека зависят от качеств его души (например, милосердия или жестокости), характера, мировоззрения, возраста, веры или неверия в Бога.

Если эмоции – это, образно говоря, поверхностный слой сферы чувств, то настроения – более глубокий слой, а душевные состояния – еще более глубокий. Настроение влияет на эмоции, душевные состояния – и на настроение, и на эмоции, а на всю область чувств оказывают влияние духовно-нравственные качества души человека. Когда в глубине (сердцевине) души мир, свет и любовь, тогда всё нас радует, а если мы и замечаем в ком-то уродство или грех, то эти люди вызывают у нас жалость, сострадание, желание помочь. Когда же в глубине души мрак и злоба, то и эмоции мрачны, и настроения «нет».

Наше внутреннее «я» «наблюдает» за эмоциями, настроениями и состояниями души. От одних оно, подключая волю и разум, старается избавиться, другие – продлить и усилить.

## Удовольствия и их последствия

Человеку свойственно избегать огорчений и страданий и стремиться к тому, что приятно, к удовольствиям, наслаждению. (Удовольствие доставляет и воспоминание об удовольствии, и предвкушение его.) «Как сделать так, чтобы мне было хорошо (максимально хорошо) и в данный момент, и в будущем?» Много раз в день мы решаем этот вопрос. Очень важно в чем мы ищем и находим удовольствие, потому что от этого напрямую зависит общее состояние нашей души, «радостность» или «безрадостность» ее сердцевины!

Кто-то получает удовольствие от славы, от превосходства, власти и насилия над другими людьми, от разврата<sup>10</sup>, от присвоения чужого, от того, что другому плохо (например, от мести). Эти и подобные им виды «радости», входя в привычку, неизбежно вызывают помрачение, ожесточение и омертвление сердцевины души, приводят к негативным душевным состояниям, «убивают» светлую, чистую радость, оставляя человеку лишь злорадство и способность испытывать самые грубые наслаждения. Причем удовольствия эти со временем «приедаются», становятся с каждым разом всё глуше, требуют себе новой «пищи». Это такой же непреложный закон духовного мира, как закон всемирного тяготения в физике.

Указанные удовольствия называются греховными, потому что низводят душу во мрак. Вообще, любой грех, как нарушение заповедей Божиих, омрачает человека. И чем грех тяжелее, страшнее, тем темнее и злее становится душа после его совершения.

Часто на грех провоцируют человека темные силы, соблазняя его обещанием радости и пользы. Но потому-то и назван дьявол лжецом, что после краткого удовольствия, к которому, как правило, примешивается ощущение чего-то недолжного, душа испытывает разочарование и боль, ощущает мрак и пустоту.

Возможно ли исцеление, оживление, просветление души, погрязшей в грехе? Да, возможно! Возможность эта дарована Христом. От нас при этом требуется вера в Него, раскаяние в грехах, противостояние соблазнам, стремление жить так, как Он заповедал.

Помимо греховных, есть множество удовольствий, которые можно условно назвать нейтральными. Приятно съесть что-нибудь вкусненькое, расслабиться после учебы или работы, в жару искупаться, послушать красивую музыку, почитать интересную книгу, поиграть в шахматы, поболтать с друзьями. Приносят радость творчество, познание нового, долгожданные приобретения, любование красотой природы и произведениями искусства. Но такие удовольствия, как правило, лишь развлекают человека, однако радикально не меняют состояние сердцевины его души.

Есть и другие удовольствия и радости. Назовем их духовными. Именно они и являются верными спутниками истинного счастья.

---

<sup>10</sup> Большинство современных фильмов и компьютерных игр сделаны так, чтобы человек получал удовольствие от насилия, драк, убийств, разврата.

## Такое неуловимое счастье

Кто из нас не хочет быть счастливым? Очевидно, что вопрос этот риторический. Само слово «счастье» словно светится и от одного его звучания хочется улыбнуться...

Творец вложил в человеческую природу стремление к счастью, к светлой радости. Когда человек счастлив, ему хорошо, порой – несказанно хорошо. Диапазон счастья – от тихой, спокойной радости до ликования, до ощущения «полета». Счастливый человек ощущает полноту бытия, внутренний свет и тепло, гармонию с окружающим миром. Он наполнен любовью ко всему и ко всем. А любовь видит мир прекрасным, и даже то, что раньше было неприятно, перестает огорчать. Счастливый человек хочет доставлять радость окружающим. Счастье дает небывалый душевный подъем, рождает в душе благодарность. (Верующие люди знают, Кому в первую очередь.) Сколько сил и творческой энергии дает счастье! Счастливый ценит каждую прожитую минуту. И как хочется, чтобы эта радость бытия, это счастье длились бесконечно!

Людам, испытавшим счастье, хорошо знакомо, к сожалению, и то состояние, когда оно их покидает. Как будто воздушный шарик, парящий в солнечном прозрачном воздухе, вдруг сдулся и жалким комочком падает вниз; или из теплого, ясного летнего дня человек вдруг попал в промозглую ночную сырость. Душа перестает «петь», перестает любить. Мир теряет свои сочные краски. Душа «сигнализирует» о своем состоянии ощущениями боли, пустоты, беспокойства, неудовлетворенности, тоски... и осознанно или неосознанно стремится вернуть себе ощущение счастья, радость бытия, чувство любви. Но чаще всего бывает так: не обретая этого состояния и не зная как его найти, тычась, как слепой котенок, то туда, то сюда, человек «опускает руки» и старается заполнить образовавшуюся душевную пустоту погружением в суету дел и забот, острыми ощущениями и всеми доступными ему удовольствиями. Боль от потери счастья постепенно утихает, да и вспоминается оно всё реже и реже...

Вспомним себя в детском возрасте или всмотримся в окружающих нас детей. Какой непосредственной, живой радостью светится иногда ребенок, излучая ее и на окружающих! Но по мере взросления эта радостность, как правило, вытесняется, «гасится» набирающими силу греховными страстями<sup>11</sup>, дефицитом обращенной к подростку любви, человеческой злобой. Душа юного человека темнеет и как бы покрывается колючей защитной коркой.

Сколько радости, сколько сладостного томления может принести первая взаимная влюбленность юноши и девушки! И как счастливы те, у кого она перерастает в любовь, которая согревает и всех окружающих! Но как ранит и ожесточает душу измена или охлаждение чувств любимого человека!

С возрастом многие люди, так и не испытав счастья или потеряв его, привыкают к своему состоянию, к неизбежному чередованию удовольствий-радостей и огорчений-страданий. (При этом они, как и каждое живое существо, стараются, чтобы первых было побольше, а вторых – поменьше.) Такие люди живут «как все» и интересуются чем угодно, только не своей душой. Им неинтересно, по каким законам она живет, каковы причины ее состояний. Они уверены, что счастье – некий «журавль в небе», счастливый билет в лотерею, удел избранных.

---

<sup>11</sup> Славянское слово «страсть» происходит от слова «страдание». Любой грех рано или поздно вызывает болезнь и страдание души. Греховная страсть – это вошедший в привычку злой навик, с которым человек часто не имеет сил и бороться; это власть греха над душой.

## **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.