

ся. И погибали... Три пути, на которые не должно выходить без особого звания, путь затворничества, юродства и путь настоятельства" [1, с. 247].

Серафим Саровский призывает не подменять цель христианской жизни средствами, с помощью которых она достигается. Под средствами он понимает молитву, пост, бдение, милостыню, христианские подвиги (ношение вериг, власяницы, затвор, молчальничество и др.). Само по себе исполнение их, даже максимально точное, еще ничего не значит. В беседе с Н. А. Мотовиловым старец сказал, что "лишь только ради Христа делаемое доброе дело приносит нам плоды Святого Духа. Все же не ради Христа делаемое, хотя и доброе, но мзды в жизни будущего века нам не представляет, да и в здешней жизни благодати Божией тоже не дает" [11, с. 132].

Преподобный Серафим значительно облегчил молитвенный устав Саровской пустыни, сделав его посильным для исполнения, так как больше ценил дух, а не букву, осмысленное чтение молитвы, а не просто точное соблюдение внешнего ритуала. Составленное преподобным Серафимом "правило" для мирян максимально облегчено и доступно даже для современного человека. Кроме основных утренних и вечерних молитв, оно включает так называемое "умное делание", т.е. краткую молитву "Господи Иисусе Христе Сыне Божий, помилуй мя грешного", которую необходимо тихо повторять во время домашней работы или в пути. Сам он упражнялся в ней постоянно, а наставляя других, говорил, что во время чтения молитвы не следует ни на что постороннее отвлекаться, а внимание обратить внутрь: "В молитве внемли себе, то есть ум собери и соедини с душою" [2, с. 54].

Во время молитвы необходимо постоянно прилагать усилия к тому, чтобы внимание не рассеивалось, а было сосредоточено на предмете молитвы, "дабы приять и узреть в сердце свет Христов, надобно, насколько это возможно отвлечь себя от видимых предметов" [2, с. 74]. Сохранение сияния божественного света в душе является залогом чистоты души. Преподобный Серафим предупреждает, что христианин должен постоянно заботиться о том, чтобы сердце его было ограждено от недостойных помыслов, так как душевную чистоту легко потерять, и здесь стражником выступает ум, называемый старцем "охранителем внутреннего Иерусалима" [2, с. 75].

Сохранить душевную чистоту от отрицательного воздействия внешних влияний помогают уединение и молчание. "Паче всего должно украшать себя молчанием", – утверждает старец, ссылаясь в подтверждение своих слов на святителя Амвросия Медиоланского, Добротолубие, Библию и др. источники [2, с. 83]. Молчание умиротворяет сердечные волнения, вселяет в него мир и делает кротким. Преподобный настойчиво советовал хранить мир душевный, для чего необходимо избегать осуждения других, "отдалять от себя уныние и стараться иметь радостный дух, а не печальный" [1, с. 30].

Пребывание в "радостном духе" было отличительным свойством самого Серафима Саровского, хотя этот дар достался ему не сразу, а как результат многолетнего подвижничества, после того как прошел крестный путь и вынес жестокую борьбу с темными силами. Радости преподобный Серафим противопоставляет дух уныния, печали и скуки. Он призывает начинающих монахов спешить выйти из этого мучительного состояния как можно скорее, потому что от духа уныния