

НАЧАЛО

ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

БОГАТЫЕ ДУХОМ

**ФЕДОР
КОНЮХОВ:**

ДУХОВНОСТЬ
НЕ ОБЪЯСНИТЬ.
ЭТО КАК
ЛЮБОВЬ

**ДАРИО
САЛАС
СОММЭР:**

БОЛЬШИНСТВО
ЛЮДЕЙ ПУТАЮТ
СИЛУ ВОЛИ
С ОБЫЧНЫМ
ЖЕЛАНИЕМ

СИЛА ДУХА:

ТО, ЧТО ПОСЛУШНО
ТЕБЕ ОДНОМУ

ЧТОБЫ ОБРЕСТИ
СИЛЬНУЮ ВОЛЮ,
НУЖНО РАЗВИВАТЬ
ПРИВЫЧКУ
К ПОРЯДКУ

12+



НАЧАЛО

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ, ВЫ МОЖЕТЕ ПОДПИСАТЬСЯ НА ЖУРНАЛ
«НАЧАЛО. ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ».



В КАЖДОМ НОМЕРЕ ЖУРНАЛА ЖИЗНЕННО ВАЖНЫЕ ТЕМЫ,
ВОЛНУЮЩИЕ КАЖДОГО: ЛЮБОВЬ, СЧАСТЬЕ, ДЕТИ, СЕМЬЯ,
МНЕНИЯ ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ, МЫСЛИТЕЛЕЙ
И ДЕЯТЕЛЕЙ КУЛЬТУРЫ.

Вы можете заказать курьерскую доставку журнала на ваш адрес.
Для этого достаточно указать ваше имя и адрес, отправив электронное письмо
по адресу nachalomag@gmail.com, или сделать звонок в отдел доставки по телефону

8 (926) 363-6801

Стоимость с доставкой 200 рублей.

СЛОВО РЕДАКТОРА

НАСТОЯЩЕЕ СОКРОВИЩЕ!



Почти все мы мечтаем быть богатыми.
И часто под богатством подразумеваем исключительно материальное.
Многие ли из нас стремятся к богатству духовному?
Большинство людей затягивает в финансовое «рабство». Так устроен мир.
Богатые материально, рискуют не меньше — редкие из них справляются со своим тщеславием
или тягой к бездумному потреблению. Финансовая матрица, в которой мы все бьемся
как мухи в паутине, часто не позволяет очнуться и задуматься о главном.
Но некоторым удастся избежать этого...

Тимур Сидоров

nachalojournal@gmail.com

СОДЕРЖАНИЕ



6
ДУШОЙ ЧЕЛОВЕК
ДЕЛАЕТ ВЫБОР.
ДУХ ВЫБИРАЕТ ДУШУ
ЕЛЕНА ЛИХАЧЕВА

8
ИНТЕРВЬЮ
ФЕДОР КОНЮХОВ

18
ВОСПИТАНИЕ ВОЛИ
ОТРЫВОК ИЗ КНИГИ ДАРИО САЛАСА СОММЭРА
«ГОВОРЯТ МАГИ»

24
ЛЮБЛЮ ПОМОГАТЬ,
И ЭТО У МЕНЯ
ПОЛУЧАЕТСЯ
ДОКТОР ЛИЗА

26
ДУХОВНОСТЬ –
ПОЛЕ ГРАВИТАЦИИ БОГА
АНДРЕЙ КУРАЕВ

27
ВНУТРЕННЕЕ БОГАТСТВО
ЧЕЛОВЕКА. КАК СБЕРЕЧЬ?
СВЯТИТЕЛЬ НИКОЛАЙ СЕРБСКИЙ



30
ДУХ И СИЛА
НИКОЛАЙ БЕРДЯЕВ

34
ЖИЗНЬ В ПОЛНУЮ
СИЛУ
НАДЕЖДА СИДОРОВА

36
ВЕЛИКАЯ
МАТУШКА
О КНЯГИНЕ ЕЛИЗАВЕТЕ ФЕДОРОВНЕ



40
ТО, ЧТО ПОСЛУШНО
ТЕБЕ ОДНОМУ
МИХАИЛ МУКИН

44
ПРОСТЫЕ ТЕХНИКИ
ВОССТАНОВЛЕНИЯ
ЭНЕРГИИ
ПРАКТИКА ДЛЯ ВАС

46
О ДУХОВНО
ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ
ИВАН ИЛЬИН





ДАРИО САЛАС СОММЭР

Дарио Салас Соммэр обосновывает объективный и практический характер моральных ценностей. Его деятельность направлена на исследование и практическое применение законов Вселенной в ежедневной жизни, развитие потенциала внутреннего мира человека.

Стр. 18



ИВАН ИЛЬИН

Русский мыслитель, консерватор, автор нескольких важнейших концепций развития России в контексте мировой истории. Несколько лет назад Деникин, Ильин и Шмелев были перезахоронены в России. Надгробия на их могилах были установлены на личные деньги Владимира Путина.

Стр. 46

ЕЛИЗАВЕТА ГЛИНКА

Российский филантроп, детский врач-реаниматолог, специалист в области паллиативной медицины, исполнительный директор фонда «Справедливая помощь». Член Совета при президенте РФ по развитию гражданского общества и правам человека. Более известна под именем Доктор Лиза.

Стр. 24



ФЕДОР КОНЮХОВ

Самый известный российский путешественник 21 века, художник, писатель, протоиерей Русской Православной Церкви Московского Патриархата. Пилот свободного аэростата. Капитан Дальнего плавания. Первый в мире человек, который достиг пяти полюсов нашей планеты: Северный, Южный, Полюс относительной недоступности в Северном Ледовитом океане, Эверест (полюс высоты), Мыс Горн (полюс яхтсменов). Первый россиянин, которому удалось подняться на высочайшую вершину каждого континента.

Стр. 8



Екатерина Васильева

Советская и российская актриса театра и кино, Народная артистка РСФСР. После прихода к вере Васильева более избранно относится в выбору ролей. Разрешение на съемку в новом фильме, по её признанию, она всегда спрашивает у своего духовного отца.

Стр. 16

ДИАКОН АНДРЕЙ КУРАЕВ

Российский религиозный и общественный деятель, протоиерей Русской Православной Церкви. Старший научный сотрудник кафедры философии религии и религиоведения философского факультета МГУ. Писатель, богослов, философ, специалист в области христианской философии, публицист, церковный ученый, проповедник и миссионер, автор официального учебника по Основам православной культуры. Клирик храма Архангела Михаила в Тропареве. В 2004–2013 годах — профессор Московской духовной академии.

Стр. 26



ДУШОЙ ЧЕЛОВЕК ДЕЛАЕТ ВЫБОР. ДУХ ВЫБИРАЕТ ДУШУ

ЕЛЕНА ЛИХАЧЕВА

Телесная и метафизическая сущности человека в разных культурах и в разные периоды развития цивилизации определялись по-разному. Само понятие души, причем не только человека, но всего сущего, появилось еще в палеолите.

О конечной или бессмертной душе размышляли египетские жрецы, древние маги, Платон и Аристотель. Ни одно религиозное или философское учение не обошло стороной этот важнейший вопрос самоопределения человеческого существа в этом и других мирах.

Библия выделяет не две, а три составляющих сущности Человека: Тело, Душа и Дух. Дух и Душа — понятия близкие, но не тождественные.

Душой человек наделяется при рождении или, как считают некоторые богословы, при зачатии. Душа — нечто, что оживотворяет тело. Это жизненный мотор. С ней тело начинает жить, посредством ее познает окружающий мир. Душа связывает личность с миром через чувства, ощущения, стремления и желания. Это, в некотором смысле, горизонтальный вектор человеческой жизни, тогда как Дух является вертикальным ориентиром, это высшая степень человеческого естества, влекущая и ведущая личность к Богу.

Духом человек не владеет. Дух может снизойти

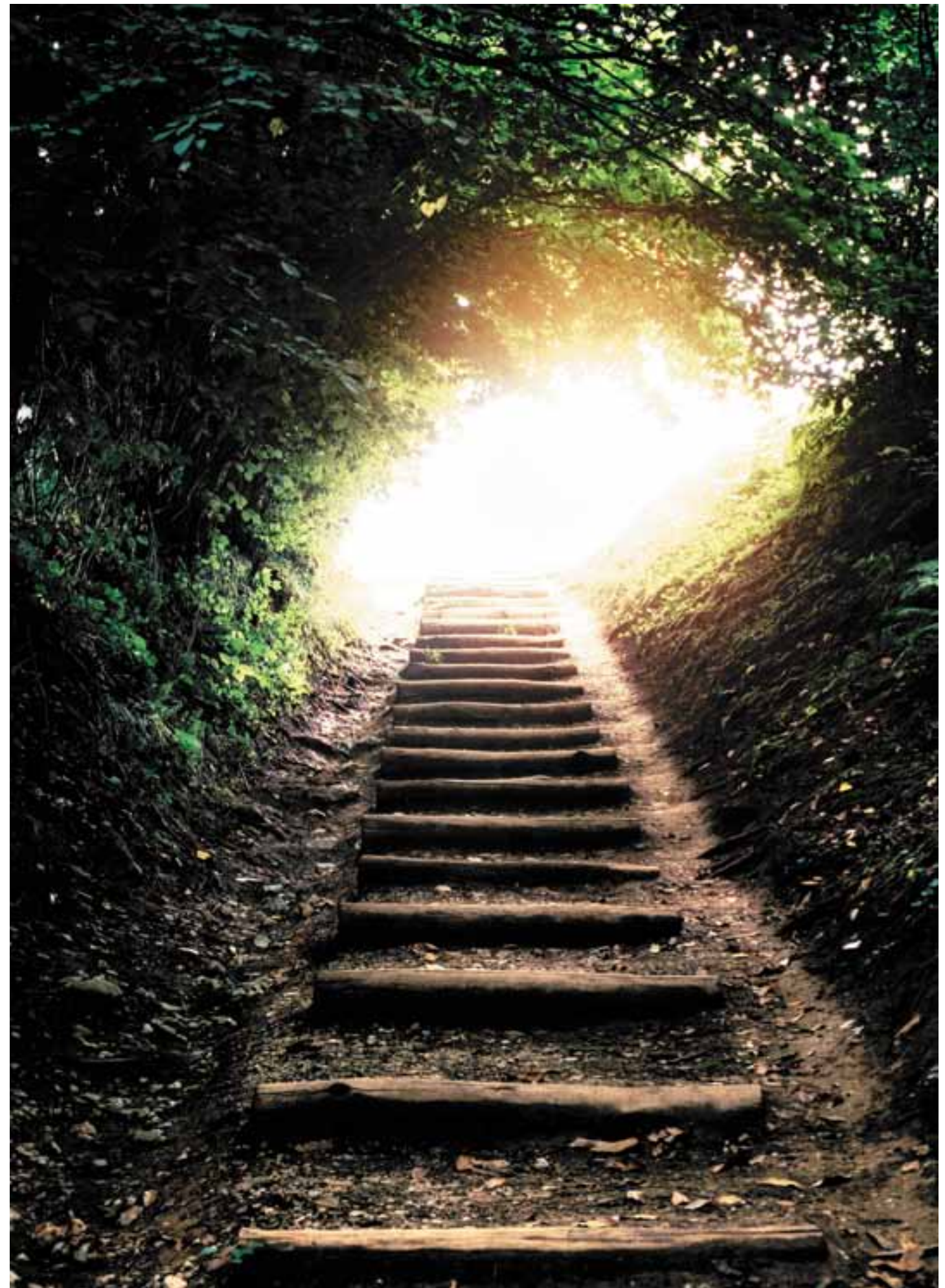
на человека или покинуть его. Дух оживотворяет не тело, а душу. Душой человек делает выбор между добром или злом. Дух же возносит душу на несколько иной уровень после того, как выбор уже сделан.

Говоря о людях, богатых Духом, мы не имеем в виду людей с определенным набором душевных качеств. Доброжелательность, умеренность, разумность и т.д. — обязательные, но сами по себе недостаточные основания для духовной жизни.

По-настоящему богатый духом человек — это, если можно так выразиться, личность, перешедшая на иной уровень бытия, «подсоединенная к источнику». Это тот, кто глубоко осознает как свои скромные возможности, так и безграничные силы Создателя (что бы словом «Создатель» ни понималось — вселенские законы, мировой разум, Бог и т.д.)

Задача такого человека состоит не просто в том, чтобы прожить «правильную» жизнь, преодолеть себя или заботиться о других. Его цель — хоть немного приблизиться или вернуться к тому образу и подобию, которое изначально было даровано Человеку.

Такой человек творит не для себя, не для других людей, а ради высшей цели, не ограничивая себя рамками одной жизни, приближаясь миллиметр за миллиметром... К чему? Скорее всего, к Истине.



ДУХОВНОСТЬ НЕ ОБЪЯСНИТЬ. ЭТО КАК ЛЮБОВЬ

САМЫЙ ИЗВЕСТНЫЙ РОССИЙСКИЙ ПУТЕШЕСТВЕННИК 21 ВЕКА, ПИСАТЕЛЬ, ХУДОЖНИК, СВЯЩЕННИК РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ ФЕДОР КОНЮХОВ
О ТОМ, ЧТО ЗНАЧИТ «ДУХОВНО СОЗРЕТЬ», ЛАЗЕЙКАХ, КОТОРЫЕ МЫ ИЩЕМ
ДЛЯ СОБСТВЕННОГО ОПРАВДАНИЯ И О БУДУЩЕЙ СКУЛЬПТУРЕ
НИКОЛАЯ ЧУДОТВОРЦА В МОСКВЕ



«Федор Филиппович уезжает в Вологду. На следующей неделе тоже вряд ли получится побеседовать, он летит в Бристоль. По телефону? Нет, он по телефону интервью не дает». Застать Федора Конюхова в Москве непросто, и даже если он в городе, свободного времени у него практически нет. Мне просто повезло — благодаря его сыну Оскару и помощнику Владиславу удалось «перехватить» Федора Филипповича за 2 часа до очередной поездки в его мастерской, построенной посреди обычного московского двора недалеко от Павелецкого вокзала. Оказалось, что это не просто мастерская. Это целый мир, в котором всегда люди, всегда что-то происходит, что-то обсуждается, затевается. За воротами — небольшой домовый храм, аллея Российской славы, музей якорей, музейно-храмовый комплекс во имя святого Феодора Ушакова, центр путешественников и келья самого Федора Филипповича. Вокруг — памятники святым и просто замечательным людям: преподобному Сергию Радонежскому,

святителю Николаю, государю Иоанну III — «собирателю Руси», а также внушительных размеров указатель: «Эверест — 4890 км. Мыс Горн — 15561 км. Мастерская Ф. Конюхова — 0 км».

Федор Филиппович — не только самый известный российский путешественник 21 века. Он священник Русской Православной Церкви, причем потомственный. Читаю мемориальные доски во внутреннем дворе: «Протоиерею Николаю Конюхову, принявшему мученическую кончину за веру христову 28 декабря 1918 года. Обливали водой на морозе, пока тело его не заledenело»; «Священнику Симону Конюхову, расстрелянному после жестоких пыток и издевательств в 1918 году»; «Священнику Петру Конюхову, расстрелян 19 декабря 1936 года»... Целая стена таких вот досок.

Перед входом в самую мастерскую надпись на черном граните: «Друг мой, ты хоть раз поставил свечу в храме за тех, кого ты обидел или кому не вернул долг?»

«Когда забивал крюк в эту гору, до меня дошло — надо созреть духовно, чтобы молотком по нему стучать. Чтобы у тебя было право — вбивать крюк в Эверест». Это цитата из Вашей книги. А что значит, по-Вашему, созреть духовно?

— А что тут непонятно?... Давайте так, духовность не объяснить. Так же, как и любовь. Что такое любовь? Вот объясните мне, что такое любовь? Любовь к Богу, любовь к жене, любовь к детям. Любовь мужчины. Ну, по-настоящему. Это необъяснимо. Это чувства. Чувства не объяснить. У меня чувства, пускай, к моей жене, мамушке, — то одни. У вас чувства к своему мужу — тоже любовь, другие. Так и здесь, духовно созреть — это не значит просто церковь посещать. Как часто мне говорят: «Я не воцерковлен, извините». А что такое «воцерковлен»? Можно знать все правила, а не верить в Господа Бога. Наш

Господь Бог Иисус Христос — это любовь. Любовь к ближнему. Вот идешь ты по улице, стоит мужчина, женщина или старик, богатый или бедный, и ты хочешь, чтобы у него все было хорошо так же, как ты хочешь, чтобы сын твой был жив-здоров. И не важна ни национальность, ни вероисповедание. Если ты начинаешь любить только по своему вероисповеданию, то ты попался. Потому что наш Господь Бог Иисус Христос говорил: «возлюби ближнего, как самого себя», и не говорил, что люби ту или иную национальность. Не говорил. Это как раз фарисеи и книжники говорили. Кто распял Иисуса Христа? Как раз фарисеи и книжники. Они закон знали: правильно встать, правильно развернуться, правильно одеться. А любви к Богу и любви к ближнему у них не было. То же самое и здесь: «духовно». Как сказано в Священном писании? — «если ты находишься здесь телом, а не находишься духом, то сие бесполезно». К Эвересту, чтобы

стоять на этой вершине, ты должен созреть духовно, а не только мышцы накачать и полезть. Так же, как надо духовно созреть, чтобы писать ту или иную картину, даже вот интервью чтобы сделать, надо созреть, именно духовно.

А вообще, не хотел бы я поучать, о духовности рассуждать. Я ведь не хожу на радио, на телевидение, я занят своим делом. Я люблю свой мир. Я профессионал в своем мире. Я никогда не был в Храме Христа Спасителя. Ну, когда его построили, был один раз, посмотреть. Я не хожу на Красную площадь, я там лет 20 не был. В театре мы с женой в последний раз были году в 92-ом.

Как поучать? Вот, стоит в храме молодой священник и поучает бабушку, или дедушку, или мужчину, который прожил жизнь. А я так стою и думаю: «А ты хоть рубль заработал, стоя у станка? Ты же жизни не видел. А стоишь, поучаешь бабушек». Надо созреть. Жизненно созреть, чтобы что-то говорить, поучать. Где вы видели, чтобы наш православный священник помыл полы в церкви? Где вы видели? Нет такого. А православный священник должен мыть полы в своем храме. Когда я был, допустим, в Эфиопии, у них батюшки, священники — волонтеры. Им никто не платит. Они работают на лошадях, на тракторе. Сами полы моют, убирают. Там мужчины все делают в храме и всем в храме распоряжаются. Ну, женщины помогают, но не так, как у нас. А у нас храмом распоряжается кто? Бабушки. А бывают бабушки разные. Часто я вижу в церкви, стоят все злые, всех осуждают. Зайдет девочка какая-нибудь в короткой юбке — тут же бабушка выгонит ее. Какое ты имеешь право выгонять девочку? Даже если она в короткой юбке. Ты объясни ей, ты поговори с ней. Кто этой



девочке объяснил? Так ты ей объясни. Почему ты берешь на себя право выгонять кого-то из храма? Они, эти бабушки, там пристроились, командуют, а батюшки им позволяют.

Когда у Вас что-то не получается или просто силы на исходе — в жизни или во время экспедиции — что Вас поддерживает?

— Ну, у меня такого не бывает, чтобы упадок сил случился. Я живу тем, что ставлю цели, задачи и их решаю. У меня не бывает депрессий. Ко мне приходят иногда люди, говорят, ну, «будет, как Богу угодно. Что Богу будет угодно — все сделается». А мне скучно так, что они начинают лазейки искать — «Богу..., знаете, не угодно или угодно...». Как сказано: «На Бога надейся, а сам не плошай». Понимаете? Сказано в Святом писании, что Господь Бог «как лилии одевал, так и вас оденет, как птиц накормил, так и вас накормит». Но это не значит, что вы должны сидеть и ждать, ничего не делать. Есть у меня один знакомый человек,

правда, уже не приходит давно. Ну, лодырь. Нигде не работает, вот как приходит, так сядет и сидит. Я говорю: «Ну, что сидишь?» Он мне: «Господь сказал, что я вас одену, как лилию, она не шьет, не ткет, а красиво одета. Так и я». Видите? Он начинает лазейку искать. «Нет, — говорю, — дорогой ты мой Семен, нет, ты должен работать. На Бога надейся, а сам не плошай. Да, Господь поможет, если ты тянешься, если ты стремишься. Ты должен верить в него. А если ты лодырь? Веришь, а ничего не делаешь, не помогаешь людям... Ты же нагрузкой становишься для других. Мама, папа, жена тебя кормят. Какой же ты верующий? Они работают, они, как говорится, недосыпают, они тебе отдают, пускай, какие-то крохи, но все равно отдают. Какое ты имеешь право брать? Надо рабо-

тать, дорогой, не надо прикрываться господом Богом».

Надо ставить себе цель и к ней идти. Вот я сейчас хочу построить в Москве скульптуру Николая Чудотворца. У нас православная Москва. В Москве самое большее количество церквей и часовен Николая Чудотворца. А нет ни одного его скульптурного образа. Ни одного в Москве! Со своим другом Олегом Молчановым я вылепил образ из глины, как образец (показывает на глиняную скульптуру в метр высотой). И вот иконка у меня: стоит Николай Чудотворец, в одной руке держит мыс Горн (символическое место для яхтсменов, моряков), в другой держит парусную яхту. Представляете, как красиво будет? Скульптура из бронзы, весить будет 3 тонны, высотой 4,5 метра. Деньги вот ищем. Один литейный килограмм бронзы стоит 1100–1200 рублей, то есть, чтобы отлить, надо 3 миллиона рублей только на бронзу, даже побольше. Это немалые деньги, но оно того стоит. Это ж на века будет стоять, правильно? Тем более, Николай Чудотворец. Его любят все. Я, когда летел на воздушном шаре вокруг света, пообещал себе, что, когда вернусь, этим займусь... Пока не поставлю памятник — никакой экспедиции не будет.

А может ли неверующий человек быть духовно богатым? Атеист, допустим?

— Знаете, вы посмотрите словари. Что такое «атеизм»? Атеист — это человек, ни во что не верующий. Вот точный перевод. Но такого человека на земном шаре практически не найти. Люди должны во что-то верить. У меня был знакомый протестантский священник из Канады. Мы с ним ходили в 1988 году на Северный полюс. Он очень легко говорил: «Кто-то верит в денежную систему: если у него будут деньги, то он все сможет — и купить здоровье, и вообще все. Кто-то верит в политическую систему: если политики будут хорошие, то все будет хорошо. Ну, там, пускай, кто-то верит в американскую систему, кто-то — в российскую, кто-то — в европейскую, китайскую политическую систему. Он в это верит. А я верю в Бога».

Если ты не веришь в Бога, это твое право. Но если ты к нему не тянешься, и он тебя не будет замечать. Что такое Господь Бог? Господь Бог — это все. Все! Вот говорят: «Бог тебя накажет» — и все думают, что Бог наведет болезни, беды там всякие... Нет. Это если ты от него отвернулся, то и он тебя не замечает. Тогда ты без Бога, конечно, будешь и болеть, и страдать. Потому что человек не может быть сам по себе. Он должен быть или с Богом, или с другими. Ну, с другой силой. Пускай, с сатаной. Если тянешься к Богу, к свету, значит, ты будешь светлый, и он тебя будет поддерживать,

ЕСЛИ ТЯНЕШЬСЯ К БОГУ, К СВЕТУ,
ЗНАЧИТ, ТЫ БУДЕШЬ СВЕТЛЫЙ,
И ОН ТЕБЯ БУДЕТ ПОДДЕРЖИ-
ВАТЬ, ДАСТ ТЕБЕ СИЛЫ РАБОТАТЬ
НА БЛАГО ЛЮДЕЙ, НА БЛАГО ПРИ-
РОДЫ, ОН ТЕБЕ БУДЕТ ПОМОГАТЬ

даст тебе силы работать на благо людей, на благо природы, он тебе будет помогать. Но если ты работаешь на другие силы, тогда Бог тебя просто не замечает, и вот эти силы, сатанинские, они тебя и наказывают... Но Господь... он же — любовь. Как он накажет?

Богатый человек может обрести богатство духовное?

— Я думаю, что человек должен созреть и к материальному богатству. Вот у меня есть знакомый миллионер из Австралии — Дик Смит. Его все любят. Весь мир его знает, он выпускает журнал об экологии Australian Geographic, финансирует экологические программы, помогает малоимущим, его дети любят. У него деньги есть, и ему это помогает

развиваться духовно. А у нас миллиардеры ведут себя как?.. Есть деньги, возможности, все есть, чтобы сделать мир лучше, а они, наоборот, тупеют, тупеют, тупеют. Сейчас мы хотим погрузиться в Марианскую впадину. Работаем над созданием уникального батискафа, способного работать на глубине 11 километров, стоимостью порядка 15 миллионов долларов. Деньги большие, но это будет аппарат много-разового использования, с его помощью ученые лет двадцать смогут изучать предельные глубины Мирового океана. За всю историю человечества было два пилотируемых спуска в Марианскую впадину: в 1960 году — швейцарец Пикар и в 2012 году — американец Камерон. На Луну больше высадилось людей. Пока не можем найти такой спонсорский бюджет, чтобы запустить процесс строительства. Многие считают, что это дорого. А я был на моторной яхте, которая стоит 100 миллионов. Там ничего интересного нет, никаких новых технологий. Только роскошь, много палуб, диваны, каюты, в одной каюте был золотой унитаз. Я думаю, это ж как так нужно унизиться, как надо человеку опуститься, чтобы садиться на золотой, не позолоченный, а именно золотой унитаз. Думаю, есть ли у человека вообще совесть... нет, совести нет. Это ж унижение, считаю. Я не против дорогих яхт, но ты же можешь потратить деньги на новые технологии. Это могут быть исследования в области медицины, физики или космического пространства. Оставить после себя какой-то след, создать что-то новое. Или потратить часть средств на какую-то научно-исследовательскую деятельность как Жак Ив Кусто. Надо яхту такую строить, чтобы она была достойна, чтобы могла идти вокруг света без остановки в ураганных ветрах. Это не стыдно — иметь такую яхту.

Священник вот, я считаю, не имеет права на богатство. И священник не имеет права ездить на дорогой машине. Почему? Священник не зарабатывает деньги, он живет на подаяние от прихожан. Если ты священник, то должен любить всех людей: и нищих, и обездоленных, и богатых. Правильно?

Но не выбирать. И одеваться лучше, чем твои прихожане или ездить на лучшей машине, ты права не имеешь. Я недавно прихожу к своей жене и говорю: «Матушка Ира, (у меня жена — доктор юридических наук, профессор) меня наградила Владыка, надо купить облачение. Я там присмотрел, в магазине Софрино. Ну, самое слабенькое 60 тысяч стоит». Она мне: «Я — доктор наук, профессор, читаю лекции, (она же читает даже в Сорбонне, знает 3 языка) по тысяче человек ко мне приходит, и у меня костюм таких денег не стоит. А ты с отцом Романом служишь — там у вас в обычный день 3 бабушки приходят. И ты будешь перед ними красоваться в таком облачении?» И она права. Кто мы такие, чтобы на себя надевать за 60, за 100, за 150 тысяч рублей облачение и являться в храм, в который к нам приходят бабушки в скромной одежде. Я не унижаю бабушек. Это не унижение. Она в стоптанных ботинках приходит и отдает все свое, как она говорит, священнику на храм. Разве наше облачение Богу надо? Господь Бог наш Иисус Христос ходил в одном простом рубище.

К сожалению, мы все нарушаем заветы нашего Бога, и я первый, кто нарушает. Напоследок еще историю расскажу. Поднимаемся мы на Эверест в 2012 году. Сидим в палатке в базовом лагере: нас 7 человек русских, православных, 6 ингушей, мусульман, и буддисты были. Сидим, кушаем. Экипировка на Эверест от 7 тысяч долларов: комбинезон, ботинки, перчатки, прочее снаряжение. Ну и вот. Встает ингуш, начальник экспедиции, и говорит: «У нас пророк Мухаммед такой был скромный. У него на халате было 30 заплаток! А мы здесь сидим, столы ломаются. По 7 тысяч долларов на себя тратим». Ну, я встаю и говорю: «Наш Господь Бог Иисус Христос был очень скромный. Ходил босиком в одном рубище. И наши святые (перечисляю): Серафим Саровский, Сергей Радонежский, такие вот были. Рассказал про них. А мы здесь...». Встает буддист, говорит: «А наш Будда из княжеского рода, изначально богатый был, но все бросил и не имел ничего...»

Интервью подготовила Елена Лихачёва



Александр

Дизайнер, 34 года

Иногда человек попадает в такие обстоятельства, где главное проявление Силы Духа — просто не сойти с ума, сохранить человеческий облик, когда другие его теряют. Терпимости нам всем надо больше. Для меня Сила Духа — это иметь свое мнение, и уметь его отстоять, не прогибаться и не плясать под чужую дудку. Я считаю, это напрямую связано с Верой. У каждого она своя. Мне в последнее время присуще смирение, но провокаций так много, что иногда сложно им противостоять. Трудно идти иногда против всех, против массы, особенно если она «зомбирована». Очень сильно молитва помогает. Укрепляет. Из нее и черпаю силы. Говорят, что «один в поле не воин». И тут я не соглашусь. Может, конечно, и не воин, но вот где Сила Духа! Пройти, не спотыкаясь, свой Путь, а если споткнулся, то отряхнись и иди дальше!

Ирина

Менеджер по продажам, 33 года

Для меня духовное богатство заключается в способности отдавать, не ожидая ничего взамен, даже простой благодарности. Щедрость души — это дар, который иногда дается от рождения, иногда — приходит с возрастом, если живешь правильно. Что значит жить правильно? Тут много о чем можно говорить, но главное, наверное, это помнить, что ни миллионы, ни машину, ни квартиру на тот свет с собой не заберешь. На пороге смерти человек всегда остается наедине с собой. И вот что при этом у него в душе будет твориться, то и есть его главное богатство. Это может быть покой, мир и понимание, что не зря жизнь прожил. А может — тревога, озлобленность и пустота. Вот этого надо бояться, я думаю...



НЕ ТЕРЯЙ СВОЮ ЦЕННОСТЬ

Один известный психолог начал свой семинар по психологии, подняв вверх 500-рублевую купюру. В зале было около 200 человек. Психолог спросил, кто хочет получить купюру. Все, как по команде, подняли руки.

— Прежде чем один из вас получит эту купюру, я кое-что с ней сделаю, — продолжил психолог. Он скомкал ее и спросил, хочет ли кто-то все еще получить ее. И снова все подняли руки. — Тогда, — ответил он. — Я делаю следующее, — и, бросив купюру на пол, слегка повозил ее ботинком по грязному полу. Затем поднял, купюра была мятая и грязная.

— Ну и кому из вас она нужна в таком виде? — И все опять подняли руки.

— Дорогие друзья, — сказал психолог, — только что вы получили ценный наглядный

урок. Несмотря на все, что я проделал с этой купюрой, вы все хотели ее получить, так как она не потеряла своей ценности. Она все еще купюра достоинством в 500 рублей.

В нашей жизни часто случается, что мы оказываемся выброшенными из седла, растоптанными, лежащими на полу. Это реалии нашей жизни... В таких ситуациях мы чувствуем себя ничемными.

Но неважно, что случилось или случится, ты никогда не потеряешь своей ценности. Грязный ты или чистый, помятый или отутюженный, ты всегда будешь бесценен для тех, кто тебя любит. Наша ценность определяется не тем, что мы делаем или с кем знакомы, а тем, какие мы.

Ты особенный — не забывай об этом никогда!

Эрих Фромм

Немецкий психолог, философ.

«БЫТЬ ИЛИ ИМЕТЬ?», ФРАГМЕНТ

Обладание представляется нормальной функцией нашей жизни: чтобы жить, мы должны обладать вещами. Более того, мы должны обладать вещами, чтобы получать от них удовольствие. Да и как может возникнуть такая альтернатива в обществе, высшей целью которого является иметь — и иметь как можно больше — и в котором один человек может сказать о другом: «Он стоит миллион долларов»? При таком положении вещей, напротив, кажется, что сущность бытия заключается именно в обладании, что человек — ничто, если он ничего не имеет. И все же великие Учителя жизни отводили альтернативе «обладание или бытие» центральное место в своих системах. Как учит Будда, для того чтобы достичь наивысшей ступени человеческого развития, мы не должны стремиться обладать имуществом. Иисус учит: «Ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее; а кто потеряет душу свою ради Меня, тот сбережет ее. Ибо что пользы человеку приобрести весь мир, а себя самого погубить, или повредить себе?» [Евангелие от Луки, IX, 24–25]. Согласно учению Мейстера Экхарта, ничем не обладать и сделать свое существо открытым и «незаполненным», не позволить «я» встать на своем пути — есть



условие обретения духовного богатства и духовной силы. По Марксу, роскошь — такой же порок, как и нищета; цель человека — быть многим, а не обладать многим. Долгие годы различие между бытием и обладанием глубоко интересовало меня, и я пытался найти его эмпирическое подтверждение в конкретном исследовании индивидов и групп с помощью психоаналитического метода. Полученные результаты привели меня к выводу, что различие между бытием и обладанием, так же как и различие между любовью к жизни и любовью к смерти, представляет собой коренную проблему человеческого существования.

Екатерина Васильева

Советская и российская актриса театра и кино, народная артистка РСФСР.

ФРАГМЕНТ ИНТЕРВЬЮ. (САЙТ «ЗНАМЕНИТОСТИ»).

Духовность и нравственность — это совершенно разные вещи. Культура — это культура, а духовное — это религиозное. Зачем морочить голову тем, что писатели, поэты, художники, театры — это духовное. Это совершенно другой институт — нравственный, культурологический, но не духовный.

Дух есть только в Церкви. Никакой претензии на воспитание духовности деятели культуры не имеют. Меня каждый раз возмущают разговоры, что у актеров есть что-то духовное. Культура именно на этом и погорела: она претендовала на институт воспитания и проиграла, потому что интеллигенция была неверующая. Таким образом, проиграла и Россия.

Поэтому деятели культуры несут огромную ответственность за то, что произошло с Россией. Помню, как я обратила внимание, что на очень многих могилах царских офицеров на кладбище Сент-Женевьев-де-Буа нет ни дат,



ни регалий, а есть только надпись «Господи, спаси Россию». Никогда не забуду, какое впечатление произвели на меня эти слова. Они как вопль.

Ник Вуйчич

Меценат, писатель, мотивационный оратор, рожденный с редким наследственным заболеванием — у Ника нет ни рук, ни ног.

«ЖИЗНЬ БЕЗ ГРАНИЦ». ФРАГМЕНТ

Хотя мы и понимаем, что материальные достижения не несут богатства духовного, но в современном мире нам все еще нужно напоминать о том, что самореализация — это вовсе не накопление богатства...

Если посвятить свою жизнь получению краткосрочных наслаждений, то и удовлетворение тоже будет краткосрочным. Вы всегда получаете то, за что платите — сегодня пришло, завтра ушло.

Жизнь — это не владение, а бытие. Вы можете окружить себя всем, что только можно купить за деньги, и все же остаться несчастным в человеческом смысле слова. Я знал людей с великолепными телами, которым и не снилось то счастье, какое испытывал я. Во время своих поездок я видел абсолютно счастливых людей в трущобах Мумбая и африканских сиротских

приютах. И мне доводилось встречать несчастных людей в богатых городах и поместьях, стоявших миллионы.

Почему же это происходит?

Истинное удовлетворение можно получить лишь тогда, когда ваши таланты и страсть используются в полной мере. Только тогда вы почувствуете себя настоящим человеком. Не поддавайтесь искушению устремиться к материальному. Мечты должны быть связаны не с идеальным домом, самой модной одеждой или современной машиной. Мысль о том, что получение чего-то материального принесет счастье, является массовым заблуждением. Если вы будете искать счастье в материальных предметах, то вам никогда его не обрести.

Посмотрите вокруг. Загляните в себя.

В детстве я думал, что, если бы Бог дал мне руки и ноги, то я был бы счастлив до конца дней. И эту мечту трудно считать эгоизмом, поскольку руки и ноги есть почти у всех. Теперь же, как вы уже знаете, я научился быть счастливым и нужным людям без помощи дополнительных «приспособлений»...



Понимание смысла жизни — это главное! Вы тоже можете внести свой вклад. Возможно, сегодня вы этого еще не понимаете. Но если бы это было не так, вас не было бы на этой планете. Я точно знаю, что Господь ошибок не совершает. Он делает чудеса. И я — одно из таких чудес. Вы тоже.

ВОСПИТАНИЕ ВОЛИ

ОТРЫВОК ИЗ КНИГИ ДАРИО САЛАСА СОММЭРА «ГОВОРЯТ МАГИ»

Наряду с разумом человек был одарен еще одним ценнейшим качеством — силой воли. Большинство людей обычно путают силу воли с обыкновенным желанием. Сила воли есть нечто большее, поскольку она происходит из глубины человеческой души и проявляется в человеке как мощное внутреннее давление, которое побуждает его осуществлять задуманное. Выражение «иметь силу воли» имеет конкретное значение и подразумевает, что человек подчиняется жесткой дисциплине для достижения желаемой цели.

Эта сила, или способность к самообладанию, проявляется у всех людей по-разному. У одних ее много, другие почти лишены ее. Успех в жизни в значительной степени зависит от силы воли человека, его настойчивости, способности работать, когда другие уже не могут, от умения преодолевать негативные ситуации, несчастья и неудачи.

Есть люди, которые обладают развитым интеллектом и исключительной чувствительностью, но тем не менее ничего не могут достичь в жизни, потому что им не хватает силы воли.

Но есть и другие, добивающиеся успеха не за счет высокого интеллекта, а благодаря упорству, абсолютной преданности своему делу и сильному характеру, что помогает им преодолевать все препятствия.

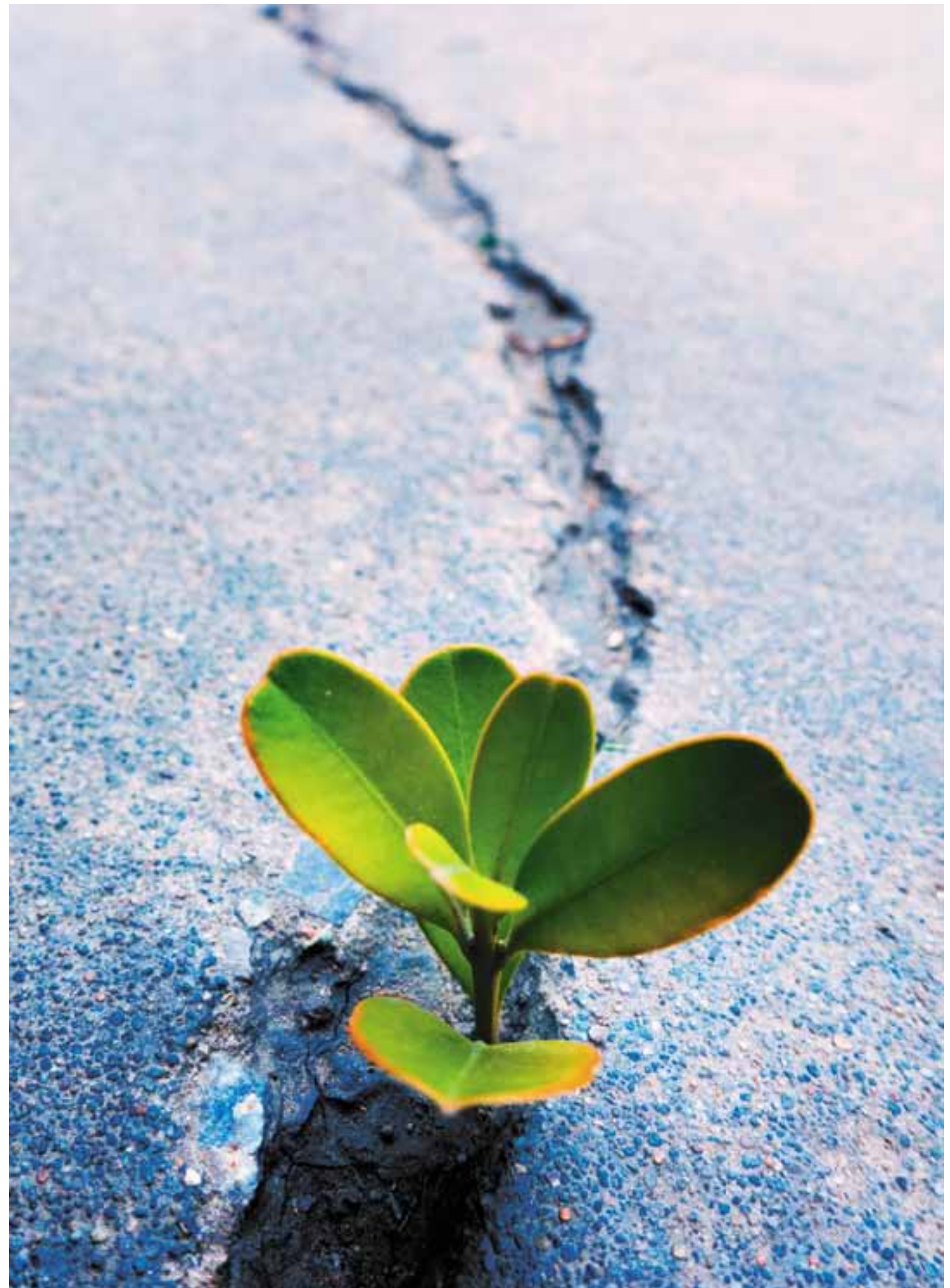
Часто невоспитанный, ограниченный и мало-чувствительный человек имеет больше шансов на успех, чем культурный и чувствительный, так как первый не думает о том, что может причинить другим беспокойство или вред сво-

ими финансовыми или иными притязаниями. А чувствительному человеку трудно достичь успеха в бизнесе: он боится, что его плохо примут, что он кому-то помешает или его сочтут надоедливым, его всегда волнует мнение других, и это лишает его напористости. Именно забота о том, «что скажут люди», является причиной его неуспеха и неудач. Такой человек пассивен, или негативен, и поэтому он не сможет влиять на активных, или позитивных, людей, пока не разовьет в себе смелость, напористость, отвагу и независимость от мнения других. Необходимо, однако, ясно понимать, в каком смысле мы употребляем выражение «независимость от мнения других».

Интересно отметить, что сила воли тесно связана с энтузиазмом. Тот, кто способен ощущать энтузиазм по отношению к чему-либо, очень близок к обладанию силой воли. Можно сказать, что сила воли — это сдержанный, непрерывный и осознанный энтузиазм.

Апатия, или недостаток силы воли, характеризуется абсолютным равнодушием ко всему, отсутствием любви и интереса к себе и другим.

Холодный и безразличный человек никогда не сможет добиться от других помощи и поддержки, так как он не способен передать им психическую вибрацию энтузиазма; и когда мы видим человека без энтузиазма, то нам кажется, что он не уверен в пользе и качестве продукта или идеи, которые он продает. Этот человек не в состоянии ни «продать» себя, ни продемонстрировать свои лучшие качества.



УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ ВОЛИ

Интенсивные физические упражнения, соответствующие возможностям ученика: от поднятия тяжестей до любого вида гимнастики. Комплексы упражнений, подходящие вашему возрасту и конституции, можно найти в учебниках по физическому воспитанию.

Каждое утро посвятите пять-десять минут упражнению на глубокое дыхание. Встаньте, вдохните, разводя руки в стороны, задержите дыхание как можно дольше и затем выдыхайте через рот, одновременно опуская руки. Сядьте на стул, крепко сожмите пальцы рук в замок, дышите глубоко и произнесите следующие слова решительно и энергично, полностью концентрируясь на том, что вы говорите: «Моя воля сильная и могучая. Моя воля сильная и могучая. Моя воля сильная и могучая. Все, чего я хочу, сбудется, потому что я есть центр, где сконцентрированы жизнь, сила и энергия».

Сядьте на стул, держа спину прямо, крепко сожмите пальцы в замок, ноги вместе, и оставайтесь в совершенно неподвижном состоянии как можно дольше. Неподвижность должна быть абсолютной.

Если, вернувшись домой, вы чувствуете сильную физическую усталость, выйдите опять на улицу и пройдите в течение нескольких минут. Во время прогулки повторяйте про себя: «Я делаю это усилие для того, чтобы моя сила воли росла с каждым днем».

В качестве общих правил для развития предлагается следующее: никогда не поддавайтесь всем желаниям, возникающим у вас в течение дня. Желание — мощная сила, угасающая с его удовлетворением.

Если мы откажемся от удовлетворения некоторых желаний, удерживая и сохраняя эту силу, то в наших руках окажется мощная энергия, которая увеличит наш личный магнетизм.

Физическое тело можно сравнить с лошадью, которую следует держать в узде, чтобы она не понесла. Стоит один раз уступить телу, и оно начнет требовать от нас все больше и больше,

никогда не удовлетворяясь. Особенно важно помнить о полном контроле над приемом пищи, употреблением алкоголя и сигарет, которые представляют собой сильные и постоянные соблазны. Каждое искушение, которому мы поддались, — это растроченная сила. Продолжительность сна нужно тщательно контролировать, мы не должны спать больше, чем необходимо. Нужно отказаться от привычки оставаться утром в полусонном состоянии или мечтать, поскольку это вносит в воображение беспорядок, который впоследствии становится беспорядком физическим.

Следите за тем, чтобы всячески избегать бессознательных и механических действий: грызть ногти, стучать ногой по полу, раскачиваться взад и вперед и тому подобное. Старайтесь стабилизировать эмоциональные состояния, то есть избегайте резких переходов от веселья к печали. Всегда будьте спокойными и уравновешенными.

Чем лучше человек управляет своими эмоциями и импульсивными действиями, тем крепче становится его сила воли, которая легко будет противостоять негативным силам, или инерции.

Чтобы обрести сильную волю, нужно максимально развивать привычку к порядку. Заранее составьте план действий на каждый день и неукоснительно ему следуйте.

Возьмите за правило всегда выполнять запланированное независимо от значимости дела. Тот, кто не способен исполнять свои собственные решения, становится игрушкой в руках Природы.

Всегда чувствуйте себя господином и хозяином своего тела, которому можно в любой момент отдать приказание.

Излишне говорить, что человек, подверженный каким бы то ни было порокам, не может обрести твердую силу воли. Поэтому человек, поработанный пороком, должен полностью его искоренить и уничтожить его причину. Пороки, дурные привычки и комплексы — настоящие цепи, полностью парализующие волю.

КТО ВЫ? КАК ДОСТИЧЬ СЧАСТЬЯ? ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ? В ЧЕМ СМЫСЛ ЖИЗНИ?



Если у Вас возникли эти вопросы,

ПОЗНАКОМЬТЕСЬ С КНИГАМИ
ЧИЛИЙСКОГО ФИЛОСОФА

ДАРИО САЛАСА СОММЭРА

ВСЕГДА В ПРОДАЖЕ

MDK-ARBAT.RU • OZON.RU • BIBLIO-GLOBUS.RU • MOSCOWBOOKS.RU • BOOKMG.RU • NK1.RU

О БОГАТЫХ ДУХОМ

Однажды отец богатой семьи решил взять своего маленького сына в деревню, на ферму, чтобы показать сыну, насколько бедными могут быть люди. Они провели день и ночь на ферме у очень бедной семьи. Когда они вернулись домой, отец спросил своего сына:

— Как тебе понравилось путешествие?

— Это было замечательно, папа!

— Ты увидел насколько бедными могут быть люди? — спросил отец.

— Да.

— И чему ты научился из этого?

Сын ответил:

— Я увидел, что у нас есть собака в доме, а у них четыре пса. У нас есть бассейн посреди сада, а у них — бухта, которой не видно края. Мы освещаем свой сад лампами, а им светят звезды. У нас патио на заднем дворе, а у них —

целый горизонт.

Отец лишился дара речи после этого ответа сына.

А сын добавил:

— Спасибо, папа, что показал мне, насколько богаты эти люди.

ЛЮБЛЮ ПОМОГАТЬ, И ЭТО У МЕНЯ ПОЛУЧАЕТСЯ

ИЗВЕСТНЫЙ РОССИЙСКИЙ ФИЛАНТРОП, ПАЛЛИАТИВНЫЙ ВРАЧ
И РУКОВОДИТЕЛЬ ФОНДА «СПРАВЕДЛИВАЯ ПОМОЩЬ» ЕЛИЗАВЕТА ГЛИНКА
О СМирЕНИИ, ТЕРПЕНИИ И ВЕРЕ

Доктор Лиза при первой встрече производит впечатление инопланетянки: маленькая, хрупкая женщина с огромными глазами и огромной внутренней силой, которая ощущается мгновенно, еще до того, как она начинается говорить. Речь ее еще более выразительна, чем внешность. Голос низкий, хрипловатый, даже немного резкий, речь четкая, ясная, всегда по делу и по существу.

При этом ее подопечные знают, каким нежным и успокаивающим может быть ее взгляд, какими умелыми и теплыми бывают ее руки, какая самоотверженность и любовь живут в ее сердце.

Елизавета Петровна Глинка по первому образованию детский врач-реаниматолог. В 1991 году уехала в США, где получила второе медицинское образование по специальности «паллиативная медицина». Проработав в американских хосписах 5 лет, Доктор Лиза, уже после возвращения на Родину, вместе с Верой Миллионщиковой участвовала в работе первого московского хосписа, а в 1999 году основала первый хоспис в Киеве (при онкологической больнице). Спустя 8 лет благодаря ее стараниям в России появилась Международная Общественная Организация «Справедливая помощь», которой Елизавета Петровна руководит по сей день.

Эвакуировать раненых детей из зон боевых

действий, кормить бездомных на Павелецком вокзале, помогать умирающим и неизлечимо больным достойно уйти из жизни, собирать вещи и лекарства для инвалидов и многодетных семей — это далеко не весь перечень задач, которые ставит перед собой «Справедливая помощь» и лично Доктор Лиза.

Какого человека, по-Вашему, можно назвать богатым духом?

— Человека смиренного. Того, кто принимает любые жизненные обстоятельства — бедность или богатство, скорбь или радость — как неотъемлемую часть жизни, не ставя целью богатства и материальные блага, не ища виноватых или правых, но имея силы и достоинство переносить как тяготы, так и благополучие. Того, кто помнит о тех, кому хуже, чем ему, и не только помнит, но и помогает по мере сил и возможностей.

Мешает ли материальное богатство богатству духовному? Или, наоборот, помогает?

— Бывает по-всякому. Есть много богатых людей, которые очень спокойно относятся к своему положению и делятся с теми, кто нуждается. Есть и другие. Но я бы не стала делить людей на богатых и бедных. Всегда есть щедрые и скупые, добрые и злые — и это



не зависит от материального положения.

Почему Вы лично пришли в благотворительность?

— Люблю помогать, и это у меня получается.

Бывали ли у Вас моменты отчаяния или уныния, утраты смысла? Если да, то как Вы справлялись?

— Бывали моменты усталости. Обычно еду на мамину старую дачу, люблюсь на цветы, высыпаюсь — и наутро снова готова работать. Если почувствую утрату смысла, уйду с работы.

На что лично Вы опираетесь в жизни? На веру, личные убеждения, принципы? Какие?

— Верую. Личные убеждения и принципы — это очень пафосно, на мой взгляд. Наверное, они есть и у меня, не задумывалась об этом пока.

Насколько сильно Вы изменились, когда стали заниматься благотворительностью?

— Я не изменилась совсем.

Что мешает современному человеку обрести гармонию, смысл, духовную силу?

— Суета.

Есть ли люди, которых Вы можете назвать духовно богатыми (из современников)?

— Их так много, что перечисление займет много места. Всех не перечислишь, их много. Уважаю Чулпан Хаматову, Катю Бермант, всех людей, кто помогает и бедным, и больным людям.

Назовите 3–4 авторов, которых Вы перечитываете/цените/любите?

— Чехов, Куприн, Паустовский, Саша Соколов.

Какой самый верный, по-Вашему, путь обретения духовной силы?

— Терпение и вера.

Редакция благодарит Наталью Авилкову за помощь в организации интервью

ДУХОВНОСТЬ – ПОЛЕ ГРАВИТАЦИИ БОГА

ПРОТОДИАКОН РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ, ПИСАТЕЛЬ,
БОГОСЛОВ И ФИЛОСОФ АНДРЕЙ КУРАЕВ

Духовно богатый человек — это, прежде всего, человек, который сам себя так не характеризует. Парадокс: Апостол Павел, например, называл себя позором человечества, выкидываясь. А вполне отчетливые мерзавцы кричат о своей доброкачественности: мол, если кого и убивал, так только по делу.

Слово «духовность» имеет совершенно определенный исторический смысл еще со времен Пифагорейцев, того же апостола Павла, гностиков. Советская культура его просто украла и не задумывается о реституции.

В традиции же человеческая душа состоит из плоти, души и Духа. Плотское — это тот уровень психики, который описывается фрейдизмом. Второй уровень — уровень культуры. Это душевность. Начитанность, умение строить диалог, интеллигентность, доброжелательность — это качества душевные, но не духовные.

Ключ к пониманию слова «духовность» — в словах апостола Павла: «Душевный человек не принимает того, что от Духа Божия, потому что он почитает это безумием; и не может разуметь, потому что о сём надобно судить духовно. Но духовный судит о всем» (1 Кор.

2,14–15). Как видим, для апостола это антонимы: душевный и духовный. Духовность — это поле гравитации Бога, это то, что влечет человека за рамки культуры, за рамки обыденности.

Возможно ли обретение духовного богатства вне религиозного сознания? Нет. Это возможно вне взаимодействия со структурами Церкви, но вне религиозного сознания — нет. Духовность — дар от Бога. И первый шаг к обретению духовности — это просьба, мольба об этом.

У человека должна возникнуть потребность, «печаль яже по Бозе», то есть тоска по Богу. Был такой удивительный человек, епископ Иоанн Сан-Францисский, в миру князь Шаховской. Даже внешне это был удивительно красивый человек, друг Марины Цветаевой. Уже в эмиграции в 20-е годы в Брюсселе он был издателем литературного журнала. И вдруг он бросил все и ушел на Афон, принял монашество. Спустя годы он объяснял, почему стал монахом: «Понимаете, я затосковал в своих правдах и захотел истины!» По-моему, удивительно точная формулировка.



ВНУТРЕННЕЕ БОГАТСТВО ЧЕЛОВЕКА. КАК СБЕРЕЧЬ?

СВЯТИТЕЛЬ НИКОЛАЙ СЕРБСКИЙ

Скрывай свое духовное богатство и не обнаруживай его без нужды. Посмотри, как люди скрывают свои материальные сокровища и как, если принуждают их сказать, сколько они имеют, всегда утаивают основные суммы, заявляя лишь о незначительных. Очень мало таких, кто желает публично представить все, что имеет, и еще меньше тех, кто завывает размеры своего состояния, причем сих последних мир считает несерьезными и безрассудными. Это для тебя ясное указание к тому, что и ты должен скрывать свои духовные стяжания, то есть твои добродетели и подвиги: твои посты, и бдения, и молитвы. Почему мудрые чада века сего не выставляют напоказ свои материальные богатства? По двум причинам: чтобы не проведали о том жулики и чтобы не вызвать зависть у злобных людей. Но и в отношении к благам духовным есть свои воры и завистники. Это духи злобы.



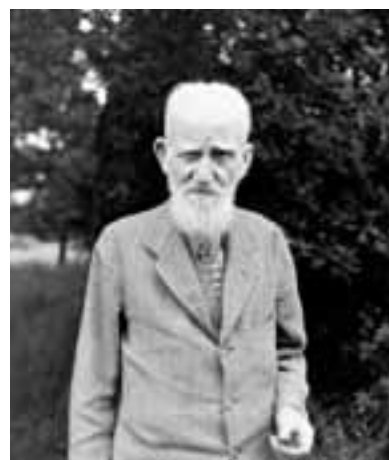
Стоит тебе только объявить о каком-нибудь духовном прибытке — они тут же постараются уменьшить его или расточить. Собственно, как только раструбил ты о нем безо всякой нужды (скажем, из тщеславия, чтобы похвалиться) — считай, что они уже отняли его у тебя и пустили по ветру. И ты, с избытком богатый духовными благами, внезапно и неошутимо делаешься нищим и убогим. Многие духовные богачи, святые, были в глазах мира юродивыми, чтобы за мнимым безумством скрыть свою великую мудрость и свойственную им душевную силу. Авва Исайя пишет: «Те добродетели приятны Богу, которые совершаются втайне». А преподобный Нил Синайский говорит: «Покрывая кожа на теле белая, а открытая — опаленная и черная». Так обстоит дело и с нашими сокрытыми либо обнародованными добрыми делами.

Кто человечен,
тот дает другим опору, желая сам
ее иметь, и помогает им достичь
успеха, желая сам его
достигнуть.



КОНФУЦИЙ

Человек —
все равно, что кирпич;
обжигаясь, он становится
твердым.



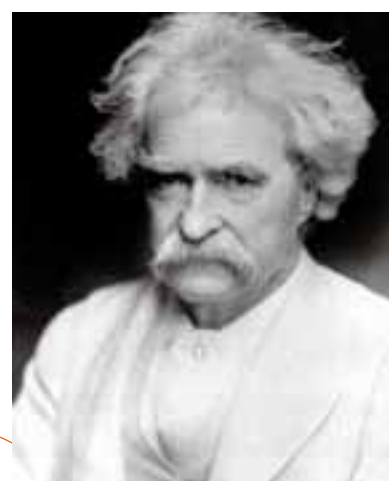
ДЖОРДЖ БЕРНАРД ШОУ

Избегайте тех,
кто старается подорвать вашу веру
в себя. Великий человек,
наоборот, внушает чувство,
что вы можете стать
великим.



ОНОРЕ ДЕ БАЛЬЗАК

Признавшись
в своей слабости, человек
становится сильным.



МАРК ТВЕН

Лишь когда в человеке
взыграют его душевные силы,
он истинно жив для себя и для других;
только когда его душа раскалена
и пылает, становится она
зримым образом.



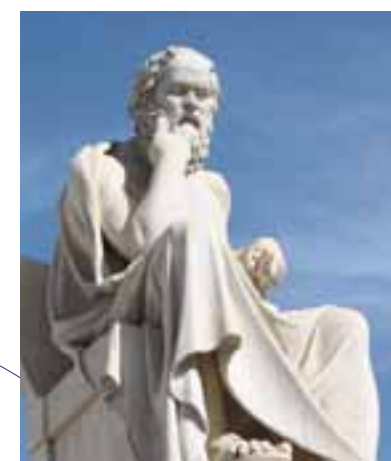
СТЕФАН ЦВЕЙГ

Чем меньше человеку
нужно, тем ближе он
к богам.



РАЛЬФ ИНГЕРСОЛЛ

Величайшее испытание
мужества человека —
потерпеть поражение
и не пасть духом.



СОКРАТ

Неудача —
это просто возможность
начать снова, но уже
более мудро.



ГЕНРИ ФОРД

ДУХ И СИЛА

НИКОЛАЙ БЕРДЯЕВ

Верят ли в силу духа, верят ли христиане в силу духа? Вот беспокойный вопрос, особенно беспокойный в наши дни поклонения силе. Нужно правду сказать: подавляющее большинство людей, в том числе христиан, материалисты, не доктрины, а жизни, и верят лишь в материальную силу, силу военную и силу экономическую, силу оружия и силу денег. Люди, слишком верящие в силу духовную, производят впечатление глуповатых, над ними смеются. И напрасно негодуют против марксистов. Обличают марксистов за то, что они не верят в самобытную реальность духа, признают примат материи и экономики как первореальности. Но верят ли обличители сами в реальность и силу духа и обнаруживают ли силу духа? В действительности одной материальной силе противопоставляют лишь другую материальную силу. Не марксизм выдумал господство экономики над человеческой жизнью, он раскрыл это в самой жизни. Когда противопоставляют дух и силу, то выражаются условно и неточно. Неверно делать такое противоположение и говорить: вы за господство силы в жизни, мы же за господство духа. Многозначно понятие силы. Многие психологи производят понятие силы от опыта мускульного усилия и от способности воли что-то реализовать. Происходит как бы проекция силы во внешний мир, и понятие силы натурализируется. Популярная сейчас философия силы, воли к могуществу есть форма натуралистической метафизики. Философия силы основана на ошибочном взгляде на самостоятельность материи, подчиненной лишь собственному закону. Так называемая философия жизни (Lebensphilosophie) есть биологи-

ческая философия, ведущая к апофеозу силы. Сила жизни признается верховным критерием ценностей, по максимуму жизни определяется различие между добром и злом, Клагес, яркий представитель философии жизни, видит в духе паразита жизни, врага силы жизни. В духе хотели увидеть эпифеномен жизни, в высшем увидеть эпифеномен низшего. Для одних в этом эпифеномене происходит возрастание жизни, для других, как для Клагеса, наоборот — ослабление и угасание жизни. Но меня сейчас более всего интересует, что натуралистическое, биологическое понятие силы было перенесено на социальную жизнь. Это привело к апофеозу силы и сильных, к оправданию насилия над слабыми. Сила оказывается единственным источником правды и права. Право имеет лишь сильный. Сильный имеет право принуждать исполнять свою волю к могуществу. Сейчас это обнажено, и в этом эпоха наша имеет разоблачающее значение. В прошлом вера в принуждающую силу была прикрыта, духом прикрывали действие силы низшего порядка. Церковь, которая сознает себя духовным организмом, постоянно прибегала к силе государства, к материальным орудиям воздействия. Сложность нашей проблемы в том, что существует не только сила материальная, но и сила духовная. К духу тоже применима категория силы. Христос говорил, как власть имеющий, т.е. говорил с силой. И это есть образ иной силы, чем та, которой поклоняется наш мир. Мы ведь говорим: сила духа, сила веры, сила мысли, сила любви, сила подвига и жертвы, сила творческого подъема. Мы говорим о силе правды, силе свободы, о силе чуда, опроки-

дывающего власть силы природной. Вера может двигать горами. Такой силы не имеют диктаторы. Все это свидетельствует о том, как условно противоположение духа и силы, правды и силы, права и силы. Идеология силы в социальной жизни очень связана с ложным приматом политики. Поистине роль, которая приписывается политике, не только преувеличена, но и чудовищна. Политика есть вампир, сосущий кровь народов. Притязания политики непомерны, эти притязания всегда тоталитарны. Политике принадлежит власть над человеческой жизнью, не только над «политической» стороной жизни, но и над

проявлениями жизни, ничего общего не имеющими с политикой, над жизнью религиозной, духовной, умственной, над человеческим творчеством. И нет больше пустыни, в которую можно было бы от этой власти укрыться. Тоталитаризм современных государств связан с этой преобладающей ролью политики. Сила в социальной жизни людей есть власть, и власть обладает могущественными орудиями принуждения. Апофеоз силы есть апофеоз принуждающей власти. С войны 14-го года до нынешней войны проблема власти заслонила все проблемы. Настоящее противоположение есть противоположение силы



и насилия. Но насилие определяется отношением к другому. Сила в современном одиозном смысле есть насилие над другим. Насилие означает отношение к человеку, как к объекту, а не субъекту. Насилие, совершаемое материальной силой, убивает, духовная же сила преобразует.

Проблема насилия сложна, потому что есть заметное насилие, имеющее материальное выражение, и есть насилие незаметное. Более всего вызывает возмущение насилие заметное, физическое — людей убивают, пытаются, сажают в тюрьмы, лишают свободы движения, бьют. Но еще большую роль играет насилие незаметное, психическое. Орудием

ОРУДИЕМ ДИКТАТУР ЯВЛЯЕТСЯ
ДЕМАГОГИЯ, ПСИХИЧЕСКОЕ
НАСИЛИЕ НАД МАССАМИ, СОЦИАЛЬНЫЙ
ГИПНОЗ, ПОДКУП, ПРЕССА,
НАХОДЯЩАЯСЯ В РУКАХ ВЛАСТИ

диктатур является демагогия, психическое насилие над массами, социальный гипноз, подкуп, пресса, находящаяся в руках власти. Человека рассматривают не как свободное духовное существо, которому нужно помочь прийти к самоуправлению, а как существо, подлежащее дрессажу, обработке. Общество, оформленное в государство, должно дрессировать личность, формировать ее путем методического психического насилия для своих целей. В наше время это делает стремящаяся к господству партия. Это ведет к отрицанию прав человека, свободы совести, свободы мысли, духовной независимости. Человек, которого сажают в тюрьму и казнят, может внутренне оставаться свободным

и независимым существом, он подвергается материальному насилию. Мученик — существо свободное. Но человек, согласившийся на дрессировку, на оформление своей личности путем психического насилия, делается рабом. Именно согласие на психическое насилие делает человека рабом, материальное насилие не требует согласия и может оставлять внутреннюю свободу. Когда меня расстреливает тирания, то я могу несколько не поступаться свободой своего духа. Диктатор, исповедующий культ силы, прежде всего хочет совершить психическое насилие над душами, физическое насилие есть уже оружие этого психического насилия. В этом сущность современного тоталитаризма, он хочет владеть душами, дрессировать души. Он требует отказа от свободы и за это дает хлеб. Это и есть соблазн Великого Инквизитора, один из соблазнов дьявола, отвергнутых Христом в пустыне.

Сила противопоставляется праву, хотя это противоположение логически неверно. Сила может быть бесправием, надругательством над правами человека, но право может стать силой. От чего зависит сила права, противопоставляемая силе бесправия, силе насилия? Это целиком зависит от сознания людей, от верования людей и народов, от господства совести. Даже бесправие диктатуры, идолопоклонствующее перед силой, не может основываться на голой материальной силе, оно также предполагает состояние, сознание людей, верования народов. Диктатура национал-социализма или коммунизма совершает кровавые насилия, но она также опирается на верования народов и без них невозможна. Духовной силе принадлежит примат над силой физической даже тогда, когда отрицаются права духа. В этом смысле сознание определяет бытие, хотя за этим сознанием стоит более глубокое бытие, подлинное существование. Возможно состояние сознания, при котором право будет силой, право будет не психическим или физическим насилием, а нравственно обязующей силой. Право предполагает применение силы для его поддержания, но никакой правовой

строй не может держаться только применением силы. Религиозные верования людей и народов имеют решающее влияние на строение человеческих обществ и на соотношение между силой и правдой, силой и правом. Под религиозными верованиями я понимаю тут не непременно какие-нибудь положительные христианские верования или верования других исторических религий. Национал-социализм и коммунизм тоже в известном смысле религиозные верования и предполагают особую структуру сознания. Даже воинствующий атеизм есть религиозное верование с отрицательным знаком. Поклонение силе может превратиться в религиозный культ. Мы это и видим в Германии. Самая возможность манифеста-

ции силы в дурном смысле, т.е. силы, отрицающей верховенство правды, права и свободы человека, есть известная направленность сознания, отсутствие положительных верований и присутствие ложных верований. Проявление дурной силы всегда посягает на свободу другого. Но насильники совсем не отрицают свободу для себя. Диктаторы позволяют для себя и для своих слишком большую свободу. Поэтому настоящая любовь и уважение к свободе предполагают любовь и уважение к свободе другого. Существует сложная диалектика силы и сложная диалектика свободы. Я имею в виду диалектику экзистенциальную. Поэтому так запутаны отношения духа и силы, силы и свободы, силы и права.



ЖИЗНЬ В ПОЛНУЮ СИЛУ

БЫТЬ ДУШЕВНЫМ И БЫТЬ ДУХОВНЫМ — СОВЕРШЕННО РАЗНЫЕ ВЕЩИ

*Познай себя — и будет Бог с тобой!
Познай себя — и ты познаешь Бога!
Не отягчишься ты тогда борьбой
И понесешь тогда ты очень много...
Себя познавший, познает и мир...
Себя познавший, познает природу...
Себя познавший — это не кумир,
А продолжатель он божественного рода!*
отец Олег Моленко

В наше время, когда образ жизни связан с четко поставленными целями, чрезмерной загруженностью на работе, постоянным страхом не успеть, стремлением делать деньги и производить впечатление на людей, вряд ли кто с ходу примется рассуждать на такую глубокую тему, как богатство духа.

Люди постепенно становятся такими же пустыми и однообразными, как пластиковые стаканчики, заменившими в нашем мире столовое серебро. Но как наполнить эти одноразовые стаканчики? Ведь они такие хрупкие, ненадежные. Вмещают ли они то, что является по-настоящему ценным? Удержат ли? Что такое богатство и сила духа? Что такое дух и душа?

В христианстве считается, что Душа — это все то, с чем человек рождается и умирает, она



всегда есть и неразрывно связана с телом. Душа от греч. *psyche* — это наше психическое — мысли, чувства, эмоции, желания. Душа может быть маленькой и широкой, грешной и праведной.

Дух — это все то, что есть в человеке от высшего и непостижимого, от вездесущей энергии созидания, энергии любви и жизни, от Бога.

А что есть Бог?.. Христианство говорит: «Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог в нем» (1 Ин.4;16).

«Мы, когда бываем добры, то вступаем в общение с Богом — по сродству с Ним, а когда становимся злыми, то отделяемся от Бога — по несродству с Ним. Живя добродетельно — мы бываем Божиими, а делаясь злыми — становимся отверженными от Него; а сие не то значит, чтобы Он гнев имел на нас, но то, что грехи наши не попускают Богу воссиять в нас, с демонами же мучителями соединяют» Наставления св. Антония Великого. Добротолюбие. Т. 1. § 150

Быть душевным и быть духовным — совершенно разные вещи.

Дух восхищается всем, что от Бога, и принимает это, а душа может счесть это неразумным. Богатство духа можно наблюдать со стороны через Любовь, которая исходит от человека и проявляется в его поступках. Это человечность, внутренняя (а не внешняя) доброта

и сострадание, самопожертвование ради другого человека, любовь к людям и любовь к Родине, храбрость и отвага в борьбе за духовные ценности и идеалы, верность им.

Примером времени, когда тема богатства и силы духа русского народа раскрылась в полном своем проявлении — это Великая Отечественная война 1941–1945 г. В то время русский дух показал себя в своей необычайной силе, могуществе и богатстве. Воистину те, кто совершил подвиг и отдал жизнь в этой схватке, были богаты и сильны духом.

*«Безумству храбрых поем мы славу!
Безумство храбрых — вот мудрость жизни!
О смелый Сокол! В бою с врагами истек ты кровью...
Но будет время — и капли крови твоей горячей,
как искры, вспыхнут во мраке жизни и много смелых
сердца зажгут безумной жадной свободой, света!
Пусть ты умер!.. Но в песне смелых и сильных
духом всегда ты будешь живым примером,
призывом гордым к свободе, к свету!
Безумству храбрых поем мы песню!..»*

Максим Горький «Песня о Соколе»

У богатых духом людей любовь к вере и духовным традициям своего народа, предков, к Отечеству и Родине вызывают внутренний трепет, прилив энергии и жизненных сил. И эта сила и богатство духа никак не связаны с религиозным фанатизмом, образованием, правильным поведением и хорошими качествами. Человек может быть религиозным, хорошо образованным, знающим, «правильным» и душевным, но это не означает, что он богат ДУХОМ.

Духовный человек не тот, кто громче всех читает молитвы, а тот, кто соблюдает Высшие Законы Божьи и никогда не станет сплетничать, осуждать, мстить, то есть не станет делать все то, что противоречит этим законам. Дух — чувство благоухания Бога внутри нас, и чем больше этого чувства, тем богаче духовно человек. Это некая внутренняя энергия, светлая и святая, которая позволяет нам чувствовать себя полными сил и не пустыми. Когда наши действия и дела находятся в согласии с нашими духовными идеалами, основанными на любви, мы ощущаем дух жизни в полную силу.

Надежда Сидорова, психолог



ВЕЛИКАЯ МАТУШКА

О КНЯГИНЕ ЕЛИЗАВЕТЕ ФЕДОРОВНЕ

Великая княгиня Елизавета Федоровна Романова считается единственной из семьи Романовых, чья святость совершенно бесспорна. Православная церковь чтит память этой святой мученицы 18 июля.

Елизавета Федоровна (официально в России — Елисавета Феодоровна) родилась 20 октября (1 ноября) 1864 в Германии, в городе Дармштадт в семье великого герцога Гессен-Дармштадского Людвига IV и принцессы Алисы, дочери английской королевы Виктории. Сестра Елизаветы Алиса станет впоследствии императрицей Российской Александрой Федоровной. Родители Елизаветы Федоровны были добрыми и набожными людьми. Большую часть своего состояния они раздали на благотворительные нужды, а их дети часто ездили с матерью в госпитали, приюты и дома для инвалидов. Окружающие неизменно отмечали религиозность Елизаветы и ее любовь к ближним. «В доме меня научили всему», — вспоминала Елизавета Федоровна.

Елизавета была прекрасна не только внешне — говорили, что в Европе есть только две красавицы, и обе — Елизаветы: Елизавета Австрийская, супруга императора Франца-Иосифа, и Елизавета Федоровна.

В 20 лет принцесса Елизавета стала невестой великого князя Сергея Александровича, пятого сына императора Александра II, брата императора Александра III. Их брак по взаимному согласию был духовным, так как Елизавета в юности дала обет хранить девственность до конца своих дней. Впоследствии выясни-

лось, что и Сергей Александрович тайно дал такой же обет, поэтому супруги жили как брат и сестра, и детей у них не было.

На свадьбу в Россию вместе с Елизаветой приехала и ее сестра, 12-летняя Алиса. Именно тогда она встретила своего будущего супруга, цесаревича Николая Александровича.

Венчание состоялось по православному и протестантскому обрядам. Однако вскоре после свадьбы, Елизавета Федоровна твердо решила перейти в православие. Это решение далось ей нелегко — родные Елизаветы были опечалены этим ее шагом, а от отца она так и не получила благословения. И тем не менее, 13 (25) апреля было совершено таинство миропомазания великой княгини Елизаветы Федоровны с оставлением ей прежнего имени, но уже в честь святой праведной Елизаветы — матери святого Иоанна Предтечи.

Великая княгиня не жила светской жизнью, она проводила время в больницах, богадельнях и приютах для беспризорных детей, где старалась облегчить страдания людей.

Когда началась русско-японская война, Елизавета Федоровна немедленно занялась организацией помощи фронту. Под ее руководством прямо в залах Кремлевского дворца были созданы мастерские для помощи солдатам, где над швейными машинами и рабочими столами трудились тысячи женщин. Она устроила госпиталь для раненых, создала специальные комитеты по обеспечению вдов и сирот погибших солдат и офицеров. Великая княгиня отправляла несколько санитарных поездов, причем на свои собственные





средства. Она сама посылала на фронт Евангелия, иконки и молитвенники.

Вскоре ее постиг страшный удар — 5 (18) февраля 1905 года ее супруг Сергей Александрович был убит бомбой, брошенной террористом Иваном Каляевым. Когда Елизавета Федоровна прибыла к месту взрыва, там уже собралась толпа. Кто-то попытался помешать ей подойти к останкам супруга, но она своими руками собрала на носилки разбросанные взрывом куски тела мужа.

Едва придя в себя, Елизавета Федоровна поехала в тюрьму, чтобы встретиться с убийцей. Каляев сказал: «Я не хотел убивать вас, я видел его несколько раз и то время, когда имел бомбу наготове, но вы были с ним, и я не решился его тронуть».

«И вы не сообразили того, что вы убили меня вместе с ним?» — ответила она. Елизавета просила его покаяться, но получила твердый отказ. Несмотря на это, великая княгиня попросила императора Николая II помиловать Каляева. Прощение было отклонено.

После смерти супруга Елизавета Федоровна облачилась в траур, окончательно перестала появляться на светских приемах и балах, а ее комната в Николаевском дворце стала напоминать монашескую келью. Пожертвовав свои драгоценности, она решила построить обитель милосердия.

10 февраля 1909 года великая княгиня собрала 17 сестер основанной ею обители на Большой Ордынке, сняла траурное платье, облачилась в монашеское одеяние и сказала: «Я оставляю блестящий мир, где я занимала блестящее положение, но вместе со всеми вами я восхожу в более великий мир — в мир бедных и страдающих».

Первый храм обители («больничный») был освящен епископом Трифоном 9 (21) сентября 1909 г. (в день празднования Рождества Пресвятой Богородицы) во имя святых жемчужинок Марфы и Марии. Второй храм, построенный по проекту знаменитого архитектора Щусева в честь Покрова Пресвятой Богородицы, освящен в 1911 году. Кроме храмов, в обители работала больница, в которой трудились лучшие врачи Москвы, приют и школа для девочек, воскресная школа для работниц фабрики, богатая библиотека, бесплатная столовая для бедных.

В Марфо-Мариинской обители великая княгиня вела жизнь подвижницы. Спала на деревянной кровати, вставала раньше всех на молитву, строго соблюдала пост. В качестве главного средства от недугов настоятельница всегда предлагала исповедь и причастие. Она говорила: «Безнравственно утешать умирающих ложной надеждой на выздоровление, лучше помочь им по-христиански перейти в вечность». Пациенты называли ее «великой матушкой».

Великая княгиня сама приходила на Хитров рынок, где собирала сирот, не страшась нечистот, пьянства, распутства и брани. «Подобие Божие может быть иногда затемнено, но оно никогда не может быть уничтожено», — говорила она.

Однажды великая княгиня должна была приехать в приют для маленьких сирот. Девочкам

сказали, что надо почтительно встретить великую княгиню и поцеловать ей ручки. Когда Елизавета Федоровна приехала, ее встретили малышки в белых платьицах. Они дружно поздоровались, и все протянули свои ручки великой княгине со словами: «целуйте ручки». Воспитательницы ужаснулись, но великая княгиня подошла к каждой из девочек и поцеловала ручки всем малышам.

Елизавета Федоровна была покровительницей русских паломников, отправлявшихся в Иерусалим. Она построила также большую гостиницу в Иерусалиме.

Еще одно славное деяние великой княгини — постройка русского православного храма в Италии, в городе Бари, где покоятся мощи святителя Николая Мир Ликийского. В 1914 году был освящен нижний храм в честь святителя Николая и странноприимный дом. Вскоре после Февральской революции к обители подошла разъяренная толпа с винтовками и красными флагами, чтобы арестовать ее и предать суду как немецкую шпионку, хранящую в монастыре оружие. «Великая матушка» впустила толпу и разрешила им обыскать все, что они сочтут нужным, а сама пошла в храм и принялась молиться. Разумеется, никто ничего не нашел, кроме келий сестер и госпиталя с больными. После ухода толпы Елизавета Федоровна сказала сестрам: «Очевидно, мы недостойны еще мученического венца».

Весной 1917 года шведский министр по поручению кайзера Вильгельма предложил ей помощь в выезде за границу, но Елизавета Федоровна ответила, что не может оставить сестер и должна разделить судьбу страны, которую считает своей новой родиной.

Первое время после октябрьского переворота Марфо-Мариинскую обитель не трогали, однако это спокойствие было затишьем перед бурей. Сначала арестовали несколько человек из больницы. Затем объявили, что сирот переводят в детский дом.

В апреле 1918 года арестовали и саму Елизавету Федоровну. Как раз в этот день Марфо-Мариинскую обитель посетил свя-

тейший патриарх Тихон, где он отслужил службу и после долго беседовал с матушкой. А сразу после его отъезда к обители подъехала машина с комиссаром и красноармейцами. Елизавете Федоровне приказали ехать с ними, дав полчаса на сборы. Перед тем как сесть в машину, настоятельница осенила всех крестным знамением. Вся обитель плакала, понимая, что видят свою настоятельницу в последний раз.

Узнав о случившемся, патриарх пытался добиться освобождения великой княгини,

ВЕЛИКАЯ КНЯГИНЯ УСТРОИЛА
ГОСПИТАЛЬ ДЛЯ РАНЕНЫХ, СОЗ-
ДАЛА СПЕЦИАЛЬНЫЕ КОМИТЕТЫ
ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ВДОВ И СИРОТ
ПОГИБШИХ СОЛДАТ И ОФИЦЕРОВ

но старания его оказались тщетными. Все члены императорского дома были обречены. Елизавету Федоровну и ее спутниц направили по железной дороге в Пермь.

Ночью 5 (18) июля 1918 г. великую княгиню Елизавету Федоровну вместе с другими членами императорского дома бросили в шахту старого рудника. Когда ее сталкивали в яму, она произносила молитву: «Господи, прости им, ибо не ведают, что творят».

Великая княгиня упала не на дно шахты, а на выступ, который находился на глубине 15 метров. Рядом с ней нашли тело Иоанна Константиновича с перевязанной головой. Вся переломанная, она и здесь стремилась облегчить страдания ближнего.

Когда останки «великой матушки» извлекли из шахты, оказалась, что пальцы ее правой руки были сложены для крестного знамения.

ТО, ЧТО ПОСЛУШНО ТЕБЕ ОДНОМУ

ДУХ ОТЛИЧАЕТ ЧЕЛОВЕКА ОТ ОСТАЛЬНЫХ ЖИВЫХ СУЩЕСТВ

Дух — одно из основополагающих понятий, которыми человек определяет себя в окружающем его мире. В человеческом понимании именно дух отличает людей от остальных живых существ. Именно дух наделяет нас способностью мыслить, анализировать, фантазировать, творить и планировать свое будущее на основе опыта прошлого. Он позволяет, в отличие от животных, нелинейно интерпретировать результаты собственной высшей нервной деятельности, превращая нас, по нашим собственным понятиям, в наиболее разумных земных обитателей. Что такое дух, его физиологию наука полноценно объяснить не может. Зато с этой задачей испокон веков прекрасно справляется религия. Сила духа — категория, определяющая не уровень способности конкретного человека к генерации его уникальных переживаний. Это вид усилия, позволяющий преодолеть в себе рефлекторную тягу поставить личные желания и эгоистичные позывы НАД своими собственными же убеждениями. Убеждения эти есть у каждого, и формируются они как результат личностного самоопределения и целеполагания, так и на основе общественной морали, разделяемой конкретным человеком.



Главным, на что опирается сила духа, является ВЕРА, как осмысленная убежденность в правильности и предназначенности своих действий. В этом месте понятие веры в религиозном и «гражданском» смыслах становятся практически тождественны. Различается высшая цель, на которую направлена вера, но побуждающие мотивы и механизм действия идентичны. Вера автоматически наделяет уже имеющимся конечным знанием, позволяя не искать доказательств и постоянных подтверждений их правильности и долговечности вне зависимости от того, во что человека верит — в Бога, в науку или в свою собственную гениальность. Вера дарует убежденность, а убежденность дает неограниченные силы.

Но одной силы мало. Нужна точка ее приложения. Ошибка в выборе этой точки нивелирует силу и как, следствие, подкашивает веру. Выбор точки — процесс, индивидуальный для каждого. Порой он происходит всю жизнь, во многом непроизвольно и потаенно. Но именно в этом месте возникает синергия всех ранее рассмотренных понятий. Наличие веры и величина собственной силы духа формируют цель и степень ее осознанности.



По мере осмысления людьми своего места в окружающем мире, развития человеческой цивилизации сила духа занимает все более значимое место в иерархии общественных ценностей. Культ героев в Древней Греции, культ праведников и мучеников в Авраамических религиях, современное внерелигиозное почитание общественных деятелей, ученых, новаторов, художников, поэтов, мыслителей — всех героев объединяет несколько общих черт: преодоление искушений, моральных и физических испытаний, победа, признание, но главное — собственное осознание не бессмысленности преодолеваемого пути и сохранение изначальной веры в свою правоту и предназначение.

Тот, кто силен духом, богат по определению. Богат тот, кто ясно осознает себя, имеет понятные ему цели, может, не теряя веру, идти к этим целям долгое время, иногда всю жизнь. Это то богатство, которое нельзя украсть, но можно унести в могилу. Богатство, которое множится путем отдачи окружающим, а не единоличным сбережением. Это ценность, которая не продается, но передается способному ее принять. То, что есть в каждом, по одному только праву рождения человеком. Единственное, что способно преодолеть любые преграды. То, что послушно тебе одному.

Михаил Мукин, предприниматель



ДУША ХОТЕЛА Б БЫТЬ ЗВЕЗДОЙ...

Федор Тютчев

*Душа хотела б быть звездой,
Но не тогда, как с неба полуночи
Сии светила, как живые очи,
Глядят на сонный мир земной, —*

*Но днем, когда, сокрытые как дымом
Палящих солнечных лучей,
Они, как божества, горят светлей
В эфире чистом и незримом.*

БУДЕТ ДЕНЬ — И СВЕРШИТСЯ ВЕЛИКОЕ...

Александр Блок

*Будет день — и свершится великое,
Чую в будущем подвиг души.*

*Ты — другая, немая, безликая,
Притаилась, колдуешь в тиши.*

*Но во что обратишься — не ведаю,
И не знаешь ты, буду ли твой,*

*А уж Там веселятся победою
Над единой и страшной душой.*



Михаил Ножкин

*Важно благодушью не поддаться,
От достатка вдруг не ожиреть,
Потому что можно даже в двадцать
Незаметно взять и постареть.*

*Не забудьте, молодые люди,
В жизни есть один закон простой:
Если молод — это значит любить,
Если любить — значит молодой!*



ДУША И ИМЯ

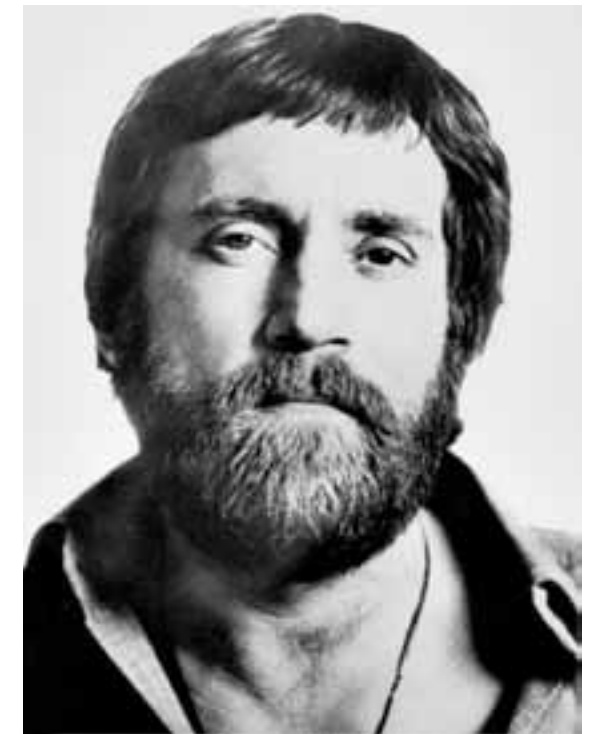
Марина Цветаева

*Пока огнями смеется бал,
Душа не уснет в покое.
Но имя Бог мне иное дал:
Морское оно, морское!*



*В круженье вальса, под нежный вздох
Забывать не могу тоски я.
Мечты иные мне подал Бог:
Морские они, морские!*

*Поет огнями манящий зал,
Поет и зовет, сверкая.
Но душу Бог мне иную дал:
Морская она, морская!*



Владимир Высоцкий

*Пока вы здесь в ванночке с кафелем
Моетесь, нежитесь, греетесь, —
В холоде сам себе скальпелем
Он вырезает аппендикс.*

*Он слышит движение каждое
И видит, как прыгает сердце, —
Ох жаль, не придется вам, граждане,
В зеркало так посмотреться!*

*До цели все ближе и ближе, —
Хоть боль бы утихла для виду!..
Ой, легче отрезать по грыже
Всем, кто покорял Антарктиду!*

*Вы водочку здесь буздыряете
Большими-большими глотками,
А он себя шьет — понимаете? —
Большими-большими стежками.*

*Герой он! Теперь же смекайте-ка:
Нигде не умеют так большие, —
Чего нам Антарктика с Арктикой,
Чего нам Албания с Польшей!*

ПРОСТЫЕ ТЕХНИКИ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЭНЕРГИИ

ПРАКТИКА ДЛЯ ВАС

Упадок сил, разочарование, чувство опустошения — время от времени эти состояния знакомы даже тем, кто силен и духом и телом. Недостаток жизненной энергии сказывается на осознанности, приводит как к физическим заболеваниям и заставляет принимать неправильные решения, а значит, главная задача осознанного человека, понимающего, что дисбаланс в данный момент нарушен, и энергии явно не хватает, — восполнить ее. Приходится признать — в европейской духовной традиции, изобилующей многочисленными правилами и самоограничениями, почти нет простых техник для быстрого восстановления энергии организма. Зато таковых достаточно в восточных традициях. И даже если вы не практикуете йогу, цигун или акупунктуру, некоторые простейшие способы поднять свой жизненный тонус вполне можно взять на вооружение.

ФОНТАН

Через тело человека проходят два мощных потока энергии: один из них течет вверх, а другой — вниз. Вниз идет поток Вселенной, вверх — от Земли. Техника «Фонтан» позволяет подпитываться от обоих энергетических каналов.

Ваша цель — сознательно ощутить и усилить оба потока. Для этого встаньте прямо и выпрямите спину. Ноги можно чуть-чуть расставить. Сделайте глубокий спокойный вдох и выдох. И ощутите, как из центра Вселенной на вас

(прямо в голову) опускается поток светлой и чистой энергии. Пропустите его и дайте ему спокойно уйти в центр Земли. А потом ощутите, как из центра Земли в ответ поднимается чистая мощная энергия. Попустите ее через себя вверх до головы, потом еще немного выше... И представьте, что поток поворачивается и ниспадает, как струи фонтана. И эти струи омывают вас полностью. Вы находитесь как бы в энергетическом куполе. Разведите руки в стороны, почувствуйте это движение энергии.

А теперь сделайте еще более интересную вещь. Представьте, что поток, который падает на вас сверху, проходит ваше тело и немного ниже загибается, как бы образуя обратный фонтан. И вы оказываетесь в энергетическом коконе, своеобразном яйце.

Постарайтесь как можно глубже и ярче ощутить оба потока. Вы можете даже поиграть с силой струй — усиливая или приглушая их напор. Прогоните эти потоки 5–10 минут и снова отпустите их вертикально течь. Опустите руки, если вы их поднимали и сделайте ряд глубоких вдохов-выдохов. Только потом можете двигаться с места.

ОГНЕННОЕ ДЫХАНИЕ

Очень быстрая практика, но может наполнить энергией на весь день. Встаньте прямо и выпрямите спину. Ощутите, что пространство вокруг вас наполнено светлой и чистой энергией. Начинайте глубоко и ритмично дышать пол-

ным дыханием (животом или диафрагмой). На вдохе всем телом втягивайте энергию в себя, на выдохе также всем телом выдыхайте ее. Сначала дышите медленно, постепенно увеличивая темп дыхания. Дышите носом. Звук должен быть похож на то, что бывает, когда кузнецы накачивают меха.

ПОЗА РЕБЕНКА

Как только почувствуете напряжение (если есть возможность в течение дня, если нет — после работы), примите позу ребенка. Сядьте на колени, опустите таз на пятки и наклонитесь вперед, не отрывая ягодиц от пяток.

Руки опустите вдоль тела, ладони направьте в сторону ступней. Если не получается сесть на пятки, проложите между ними и ягодицами подушку или свернутое одеяло таким образом, чтобы появилась возможность чувствовать под собой опору.

Плечи и руки расслабленно свисают, лоб лежит на полу (если не получается опустить голову на пол, положите под нее подушку либо одеяло). Копчик и макушка тянутся к Земле. Позвольте себе максимально расслабиться, будто вы лежите на животе у матери. Старайтесь дышать как можно глубже и ровнее.

Можно раздвинуть колени немного в стороны, чтобы появилось пространство для живота. Оставайтесь в такой позиции до ощущения восстановления, внутреннего успокоения, наполненности.

Поза ребенка пробуждает глубинную память, когда человек находился во чреве матери в полнейшей защищенности и помогает восстановить внутренние силы, наполниться энергией.

ЗОЛОТОЙ ПЕТУХ, СТОЯЩИЙ НА ОДНОЙ НОГЕ

Даосское упражнение мастера цигун Чжэна Фучжун

Встаньте прямо, опустите руки и распрямите спину. Приподнимите одну ногу и закройте глаза. Не раскрывая их, удерживайте позу как можно дольше.

Не нужно обманываться кажущейся простой способа — удержать равновесие сложно. Можно разводить руки в сторону, поднимать ногу вперед, а не отводить назад. Упражнение хорошо тренирует координацию, приводит в порядок кровообращение внутренних органов, поднимает сопротивляемость организма болезням, обеспечивает улучшение самочувствия и ясность ума.



О ДУХОВНО ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ

ИВАН ИЛЬИН

Напрасно думать, что духовность доступна только людям образованным, людям высокой культуры. История всех времен и народов показывает, что именно образованные слои общества, увлекаясь игрою сознания и отвлеченностями ума, гораздо легче утрачивают ту непосредственную силу доверия к показаниям внутреннего опыта, которая необходима для духовной жизни. Ум, порвавший с глубиной чувства и с художественною силою воображения, привыкает обливаться всеядом праздного, разрушающего сомнения и поэтому оказывается в отношении духовной культуры не строящим, а разрушающим началом. Напротив, у людей наивно-непосредственных эта разрушающая сила еще не начинает действовать. Человек малой «культурности» гораздо более способен прислушиваться к показаниям внутреннего опыта, т.е. прежде всего сердца, совести, чувства справедливости, чем человек хотя бы и большой, но рационалистической культуры. Простая душа наивна и доверчива; может быть, именно потому она легковерна и суеверна, и верит, где не надо, но зато самый дар веры у нее

не отнят, а потому она способна верить и там, где надо. Пусть духовность ее — не критическая, малоразумная, недифференцированная, тянет к мифу и к магии, связана со страхом и может заблудиться в колдовстве. Но духовность ее несомненна и подлинна — и в способности внимать дыханию и зову Божью, и в любви сострадательной, и в любви патристически-жертвенной, и в совестном акте, и в чувстве справедливости, и в способности наслаждаться красотою природы и искусства, и в проявлениях собственного достоинства, правосознания и деликатности. И напрасно образованный горожанин стал бы воображать, будто все это недоступно «необразованному крестьянину»!.. Словом, духовная любовь доступна всем людям, независимо от уровня их культурности. И всюду, где она обнаруживается, она является истинным источником прочности и красоты семейной жизни.

В самом деле, человек призван к тому, чтобы видеть и любить в любимой женщине (или соответственно — в любимом мужчине) не только плотское начало, не только телесное явление, но и «душу» — своеобразие личности,

особливость характера, сердечную глубину, для которых внешний состав человека служит лишь телесным выражением или живым органом. Любовь только тогда является простым и кратковременным вожделением, непостоянным и мелким капризом плоти, когда человек, желая смертного и конечного, любит скрытую за ним бессмертность и бесконечность; вздыхая о плотском и земном, радуется духовному и вечному; иными словами — когда он ставит свою любовь перед лицом Божием и Божиими лучами освещает и измеряет любимого человека... В этом — глубокий смысл христианского венчания, соединяющего супругов венцом радости и муки, венцом духовной славы и нравственной чести, венцом пожизненной и нерасторжимой духовной общности. Ибо вожделение может быстро пройти, оно бывает подслеповатым. И предчувствовавшееся наслаждение может обмануть или надоесть. И что тогда? Взаимное отвращение прикрепленных друг к другу людей?... Судьба человека, который в ослеплении связал себя, а прозрев, проклял свою связанность? Пожизненная унижительность

ежедневной лжи и лицемерия? Или развод? Прочность семьи требует иного; люди должны желать не только утех любви, но и ответственного совместного творчества, духовной общности в жизни, в страдании и в ношении бремени, по древнеримской брачной формуле: «где ты, Кай, там и я, твоя Кая»...

То, что должно возникнуть из брака, есть прежде всего новое духовное единение и единство — единство мужа и жены: они должны понимать друг друга и делить радость и горе жизни; для этого они должны однородно воспринимать и жизнь, и мир, и людей. Здесь важно не душевное подобие, и не одинаковость характеров и темпераментов, а однородность духовных оценок, которая только и может создать единство и общность жизненной цели у обоих. Важно то, чему ты поклоняешься? чему молишься? что любишь? чего желаешь себе в жизни и в смерти? чем и во имя чего ты способен жертвовать? И вот жених и невеста должны найти друг в друге это единочувствие и единолюбие, объединиться в том, что есть важнейшего в жизни и ради чего стоит жить... Ибо только тогда они сумеют, как муж



и жена, всю жизнь верно воспринимать друг друга, верить друг другу и верить друг в друга. Это и есть самое драгоценное в браке: полное взаимное доверие перед Лицом Божиим, а с этим связано и взаимное уважение, и способность образовать новую, жизненно сильную духовную ячейку. Только такая ячейка может разрешить главную задачу брака и семьи — осуществить духовное воспитание детей.

Воспитать ребенка — значит заложить в нем основы духовного характера и довести его до способности самовоспитания. Родители, которые приняли эту задачу и творчески разрешили ее, подарили своему народу и своей родине новый духовный очаг; они осуществили свое духовное призвание, оправдали

В ЗДОРОВОЙ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ ДУША ЧЕЛОВЕКА С РАННЕГО ДЕТ- СТВА ОБУЗДЫВАЕТСЯ, СМЯГЧАЕТСЯ, ПРИУЧАЕТСЯ ОТНОСИТЬСЯ К БЛИЖ- НИМ С ЛЮБОВНЫМ ВНИМАНИЕМ

свою взаимную любовь и укрепили, обогатили жизнь своего народа на земле: они сами вошли в ту Родину, которой стоит гордиться, за которую стоит бороться и умереть.

Итак, нет более верной основы для достойной и счастливой семейной жизни, как взаимная духовная любовь мужа и жены: любовь, в которой начала страсти и дружбы сливаются воедино, перерождаясь в нечто высшее — в огонь всестороннего единения. Такая любовь примет не только наслаждение и радость и не вырождается, не выветрится, не огрубеет от них, но примет и всякое страдание, и всякое несчастье, чтобы осмыслить их, освятить их и очиститься через них.

И только такая любовь может дать человеку тот запас взаимного понимания, взаимного снисхождения к слабостям и взаимного прощения, терпения, терпимости, преданности и верности, который необходим для счастливого брака.

Поэтому можно сказать, что счастливый брак возникает не просто из взаимной естественной склонности («по милу хорош»), но из духовного родства людей («по хорошу мил»), которое вызывает непоколебимую волю — стать живым единством и соблюсти это единство во что бы то ни стало не только напоказ людям, но на самом деле, перед Лицом Божиим. В этом глубочайший смысл религиозного освящения брака и соответствующего церковного обряда. Но это составляет и первое, необходимейшее условие для верного, духовного воспитания детей.

Я уже указывал на то, что ребенок вступает в семью своих родителей как бы в доисторическую эпоху своей личности и начинает дышать воздухом этой семьи со своего первого физического вдоха. И вот в душном воздухе несогласной, неверной, несчастной семьи, в пошлой атмосфере бездуховного, безбожного прозябания не может расцвести здоровая детская душа. Ребенок может приобрести чутье и вкус к духу только у духовно осмысленного семейного очага; он может органически почувствовать всенародное единение и единство, только испытав это единство в своей семье, а не почувствовав этого всенародного единства, он не станет живым органом своего народа и верным сыном своей родины. Только духовное пламя здорового семейного очага может дать человеческому сердцу накаленный уголь духовности, который будет и греть его, и светить ему в течение всей его дальнейшей жизни.

1. Так, семья имеет призвание дать ребенку самое главное и существенное в его жизни. Блаженный Августин сказал однажды, что «человеческая душа — христианка от природы». Это слово особенно верно в применении к семье. Ибо в браке и в семье человек учится от природы любить, из любви

и от любви страдать, терпеть и жертвовать, забывать о себе и служить тем, кто ему ближе всего и милее всего. Все это есть не что иное, как христианская любовь. Поэтому семья оказывается как бы естественной школой христианской любви, школой творческого самопожертвования, социальных чувств и альтруистического образа мыслей. В здоровой семейной жизни душа человека с раннего детства обуздывается, смягчается, приучается относиться к ближним с почтительным и любовным вниманием. В этом умягченном, любовном настроении она предварительно прикрепляется к тесному домашнему кругу с тем, чтобы дальнейшая жизнь вывела ее в этой самой внутренней «установке» к широким кругам общества и народа.

2. Далее, семья призвана воспринимать, поддерживать и передавать из поколения в поколение некую духовно-религиозную, национальную и отечественную традицию. Из этой семейной традиции и благодаря ей возникла вся наша индо-европейская и христианская культура — культура священного очага семьи с ее благоговейным почитанием предков, с ее идеей священной межи, огораживающей родовые могилы, с ее исторически слагающимися национальными обычаями и нарядами. Это семья создала и выносила культуру национального чувства и патриотической верности. И сама идея «родины» — лона моего рождения, и «отечества», земного гнезда моих отцов и предков — возникла из недр семьи как телесного и духовного единства. Семья есть для ребенка первое родное место на земле; сначала — место-жилище, источник тепла и питания, потом — место осознанной любви и духовного понимания. Семья есть для ребенка первое «мы», возникшее из любви и добровольного служения, где один стоит за всех и все за одного. Она есть для него лоно естественной солидарности, где взаимная любовь превращает долг в радость и держит всегда открытыми священные врата совести. Она есть для него школа взаимного доверия и совместного, организованного действия. Не ясно ли, что истинный гражданин

и сын своей родины воспитывается именно в здоровой семье?

3. Ребенок учится в семье верному восприятию авторитета. В лице естественного авторитета отца и матери он впервые встречается с идеей ранга и учится воспринимать высший ранг другого лица, преклоняясь, но не унижаясь, и учится мириться с присущим ему самому низшим рангом, не впадая ни в зависть, ни в ненависть, ни в озлобление. Он учится извлекать из начала ранга и из начала авторитета всю их творческую и организационную силу, в то же время освобождая себя духовно от их возможного «гнета» посредством любви и уважения. Ибо только свободное признание чужого высшего ранга учит переносить свой низший ранг без унижения, и только любимый и уважаемый авторитет не гнетет душу человека.

В здоровой христианской семье есть единственный отец и одна-единственная мать, которые совместно представляют единый — властвующий и организующий — авторитет в семейной жизни. В этой естественной и первобытной форме авторитетной власти ребенок впервые убеждается в том, что власть, насыщенная любовью, является благостной силой и что порядок в общественной жизни предполагает наличность такой единой, организующей и повелевающей власти: он учится тому, что принцип патриархального единодержавия содержит в себе нечто целесообразное и оздоровляющее; и, наконец, он начинает понимать, что авторитет духовно старшего человека совсем не призван подавлять или поработать подчиненного, пренебрегать его внутренней свободой и ломать его характер, но что, наоборот, он призван воспитывать человека к внутренней свободе.

Так, семья есть первая, естественная школа свободы: в ней ребенок должен в первый, но не в последний раз в жизни найти верный путь к внутренней свободе; принять из любви и уважения к родителям все их приказы и запреты во всей их кажущейся строгости, вменить себе в обязанность их соблюдение, добровольно подчиниться им и предоставить

своим собственным воззрениям и убеждениям свободно и спокойно созреть в глубине души. Благодаря этому семья становится как бы начальной школой для воспитания свободного и здорового правосознания.

4. Пока семья будет существовать (а она будет существовать, как все природное, вечно), она будет школой здорового чувства частной собственности. Нетрудно убедиться, почему это так обстоит.

Семья есть данное от природы общественное единство в жизни, в любви, в труде, в заработке и в имуществе. Чем прочнее, чем сплоченнее семья, тем обоснованнее явля-

СЕМЬЯ ЕСТЬ ДАННОЕ ОТ ПРИРОДЫ ОБЩЕСТВЕННОЕ ЕДИНСТВО В ЖИЗНИ, В ЛЮБВИ, В ТРУДЕ, В ЗАРАБОТКЕ И В ИМУЩЕСТВЕ

ется ее притязание на то, что творчески создали и приобрели ее родители и родители ее родителей. Это есть притязание на их хозяйственно-овеществленный труд, всегда сопряженный с лишениями, страданиями, с напряжением ума, воли и воображения; притязание на наследственно передающееся имущество, на семейно приобретенную частную собственность, которая является сущим источником не только семейного, но и всенародного довольства.

Здоровая семья всегда была и всегда будет органическим единством по крови, по духу и по имуществу. И это единое имущество является живым знаком кровного и духовного единства, ибо это имущество в том виде, как оно есть, возникло именно из этого кровного и духовного единения и на пути труда,

дисциплины и жертв. Вот почему здоровая семья учит ребенка сразу целому ряду драгоценных умений. Ребенок учится пробивать себе в жизни дорогу при помощи собственной инициативы и в то же время высоко ценить и соблюдать принцип социальной взаимопомощи; ибо семья, как целое, устраивает свою жизнь именно по частной, собственной инициативе, она есть самостоятельное творческое единство, а в своих собственных пределах семья есть настоящее воплощение взаимопомощи и так называемой «социальности». Ребенок учится постепенно быть частным лицом, самостоятельной индивидуальностью и в то же время ценить и беречь лоно семейной любви и семейственной солидарности; он учится самостоятельности и верности — этим двум основным проявлениям духовного характера. Он учится творчески обходиться с имуществом, вырабатывать, создавать и приобретать хозяйственные блага и в то же время подчинять начала частной собственности некоторой высшей, социальной (в данном случае семейной) целесообразности... А это и есть то самое умение или, лучше сказать, искусство, вне которого не может быть разрешен социальный вопрос нашей эпохи. Само собой разумеется, что только здоровая семья может верно разрешить все эти задачи. Семья, лишенная любви и духовности, где родители не имеют авторитета в глазах детей, где нет единства ни в жизни, ни в труде, где нет наследственной традиции, может дать ребенку очень мало или же не может дать ему ничего. Конечно, и в здоровой семье могут совершаться ошибки, могут слагаться в том или ином отношении «пробелы», которые способны повести к общей или частичной неудаче. Идеала нет на земле... Однако с уверенностью можно сказать, что родители, которые сумели приобщить своих детей к духовному опыту и вызвать в них процесс внутреннего самоосвобождения будут всегда благословенны в сердцах детей... Ибо из этих двух основ вырастает и личный характер, и прочное счастье человека, и общественное благополучие.



В следующем номере: *Люди, Земля и Космос!*



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Тимур Сидоров

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
Елена Лихачева

РЕДАКТОРЫ:
Анна Бокова,
Юлия Качанова
Жанна Булатицкая

ДИЗАЙН
Роберт Шмайгер

ФОТО НА ОБЛОЖКЕ
Юрий Масляев

ФОТОГРАФИИ, ИЛЛЮСТРАЦИИ
iStockphoto

ИЗДАТЕЛЬ
ООО «ДСС Медиа Групп»

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
Тимур Сидоров

АРТ-ДИРЕКТОР
Ольга Антропова

ЖУРНАЛ
«НАЧАЛО. ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ»

Оригинальное издание.
Издается «ДСС Медиа Групп».
№37 ОКТЯБРЬ-НОЯБРЬ 2016
Свидетельство о регистрации
средства массовой информации
в Федеральной службе РФ
по надзору в сфере связи,
информационных технологий
и массовых коммуникаций
ПИ № ТУ 50-783 от 09.09.2010.

Цена свободная
Предназначен для аудитории +12 лет

КОНТАКТЫ

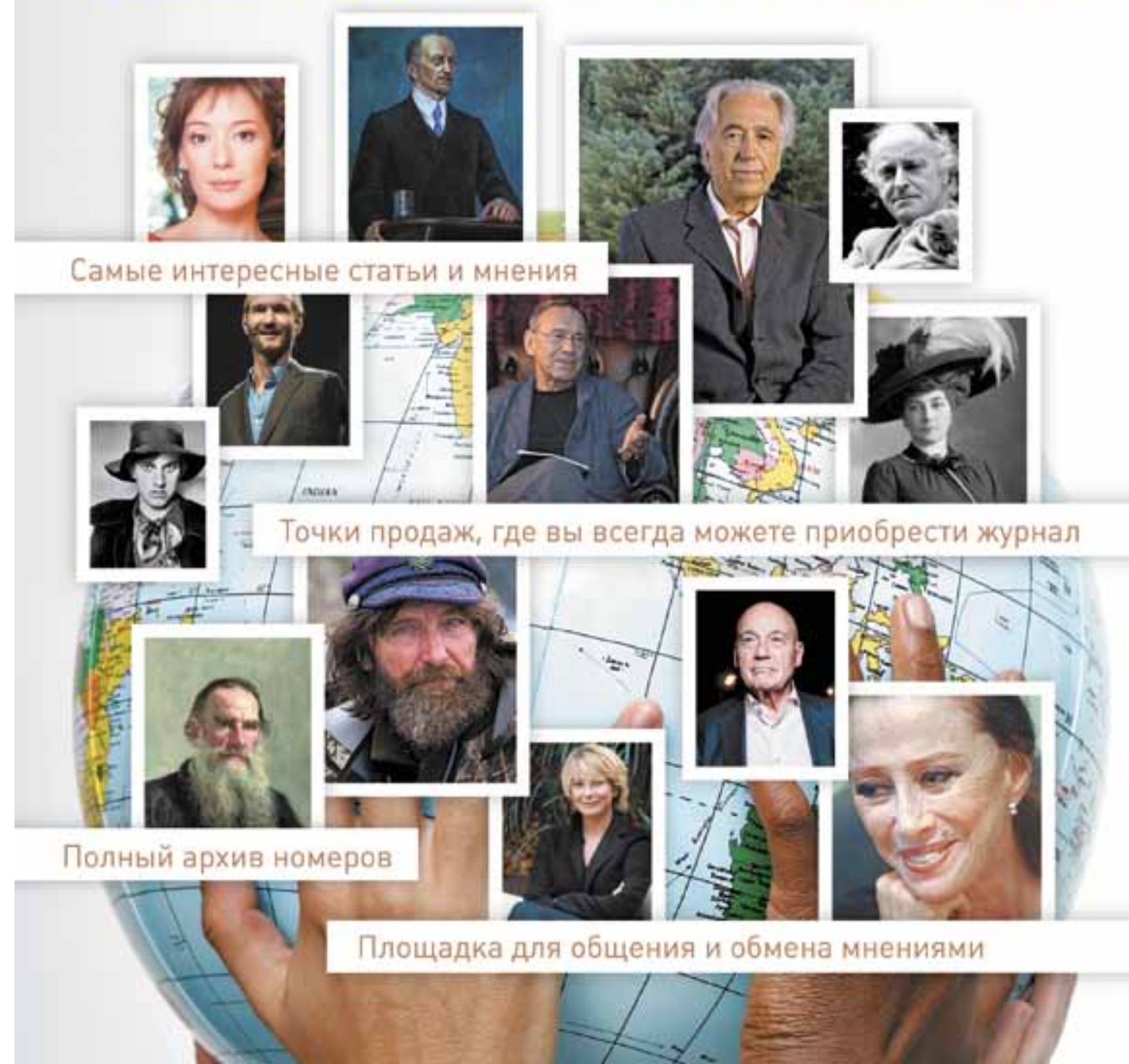
115093, Москва, ул. Большая Серпуховская, д. 44, оф. 19.
Телефон редакции (вопросы содержания номера,
авторского сотрудничества): +7 (495) 765-20-39
Телефон дирекции (коммерческое сотрудничество,
размещение рекламы): 8 (495) 799-20-93
Email: nachalomag@gmail.com

отпечатано ООО «ТИПОГРАФИЯ КЕМ»
129626, Москва, Графский пер., д. 9, стр. 2

Подписано в печать 10.10.2016
Тираж 5000 экз.

САЙТ ЖУРНАЛА НАЧАЛО

WWW.NACHALO-JOURNAL.RU



ISSN 2219-1968

16037



9 772219 196003