



Приходской листок  
храма иконы Божией Матери  
**НЕОТПАЛИМАЯ КУТТИНА**  
Патриаршего подворья в Очаково-Матвеевском  
в г. Москве

Выпуск № 39 от 24 декабря 2016 г.

### **7 секретов счастья от афонских святых и старцев**

Наверное, нет на земле такого человека, который не мечтал бы стать счастливым. Но представление о счастье у каждого свое. Кто-то видит счастье в материальном достатке и богатстве, кто-то в успехе и популярности у окружающих, кому-то для счастья не хватает второй половинки, кому-то здоровья...

По учению святых отцов Церкви, истинное счастье для человека сокрыто не в мирских радостях, которые в одно мгновение способны исчезнуть, а в любви к Господу, которая преображает мир вокруг нас.

Например, вряд ли кто осмелится назвать несчастным монахов со Святой Горы Афон, а между тем, иноки невероятно далеки от удовольствий мира: обильной еды, крепкого сна, богатства и прочих составляющих «счастья» в мирском понимании.

Мы расскажем о 7 секретах счастья афонских монахов.

#### **1. Вера в Бога**

Конечно же, самый первый секрет счастья святогорских монахов - это вера и любовь к Господу. Если человек сможет к этому прийти в своей жизни, то ничего не сможет его сделать несчастным.

Однажды у преподобного Порфирия Кавсокаливита одна женщина спросила, почему он называет себя счастливым, ведь его здоровье серьезно ухудшилось. На это святой ответил: *«Читай Священное Писание, ходи в церковь, имей духовника, причащайся Святых Тайн, - одним словом будь доброй христианкой. Тогда ты найдешь ту радость, которую ищешь. Ты видишь, что я сейчас болен, но я счастлив. Так и ты, когда немного приблизишься ко Христу, обретешь радость в своей жизни»*, - говорил преподобный.

#### **2. Освобождение от суеты и тревоги**

Преподобный Паисий Святогорец советовал, чтобы чувствовать себя счастливым, жить естественной и простой жизнью, в которой нет места излишней роскоши, суете и напрасным волнениям.

*«Как-то раз ко мне в каливу зашел один врач из Америки, - говорил преподобный. - Он рассказывал мне о тамошней жизни. Люди там уже превратились в машины - целые дни они отдают работе. У каждого члена семьи должен быть свой автомобиль. Кроме этого, дома, чтобы каждый чувствовал себя комфортно, должно быть четыре телевизора. Вот и давай - работай, выматывайся, зарабатывай много денег, чтобы сказать потом, что ты благоустроен и счастлив. Но что общего у всего этого со счастьем? Такая исполненная душевной тревоги жизнь с ее безостановочной гонкой - это не счастье, а адская мука»*.

#### **3. Трезвый ум**

У монаха Симеона Афонского есть короткая притча, которая ярко иллюстрирует, что внешние обстоятельства несколько не влияют на то, чувствуем мы себя счастливыми или нет. Спасение находится в нас самих, поэтому нужно иметь трезвый ум, чтобы выстоять в трудностях.

Вот эта притча: *«Человек, не умеющий плавать, в панике барахтался в реке. Он поднял тучу брызг и по реке побежали волны, которые человек в страхе принял за опасное течение. Он начал бороться с речными волнами. Наконец, утопающий сообразил, как нужно держаться на воде и понемногу доплыл до берега. Выбравшись из воды, пловец оглянулся и увидел, что на реке полная тишина, а он все время боролся с волнами и брызгами, которые сам же и создавал. Все несчастья начинаются с нас самих. Но если ты наведешь порядок в мыслях, в тебе эти несчастья и закончатся»*.

#### 4. Чистое сердце

По слову святителя Нектария Эгинского, верный путь к счастью - иметь чистое, беззлобное сердце.

*«Счастье - это чистое сердце, потому что такое сердце становится престолом Божиим. Так говорит Господь для тех, кто имеет чистое сердце: "Вселюсь в них и буду ходить в них; и буду их Богом, и они будут Моим народом" (2Кор. 6:16). Чего им еще может не хватать? Ничего, поистине ничего! Потому что они имеют в сердце своем величайшее благо - Самого Бога!».*

#### 5. Умение прощать

Прощение - одна из важнейших христианских добродетелей, поэтому каждый, кто стремится к счастью, обязан научиться прощать ближнего. Благодаря прощению человек освобождает свое сердце от груза давних обид, а радостное сердце всегда счастливо. «Такой у нас закон: если ты прощаешь, это значит, что и тебе Господь простил; а если не прощаешь брату, то значит и твой грех остается с тобою», - говорил Силуан Афонский.

#### 6. Отдавать больше, чем брать

Для того, чтобы стать счастливым самому, необходимо делиться радостью и счастьем с ближним. Кажется, что в этом нет никакого секрета, но по слову монаха Симеона Афонского это умение среди людей самое редкое, но кто постигнет его, становится счастливым.

#### 7. Довольствоваться малым

*«Желания - мусор мира», - говорил монах Симеон Афонский. Действительно, чем больше человек заикливается на своих желаниях, тем более неумеренным становятся его аппетиты и, не имея возможности насытиться, человек обрекает себя на несчастье.*

Преподобный Пасисий Святогорец советовал противостоять желаниям - умеренностью. *«Счастье обретается, когда довольствуются малым. Сегодня люди что делают? Покупают... покупают... покупают вещи, автомобили, электронику и кучу другого и, естественно, им не хватает денег, и они постоянно пребывают в тревоге. Нужно довольствоваться малым и не замахиваться на многое, ибо, имея требуемое и только необходимое, не нужно много работать. Тогда у них будет больше времени посидеть дома вместе с детишками и с семьей, чем-либо заняться, помолиться и, вообще, побыть в семейном тепле и уюте, и не быть в постоянном напряжении на дорогах», - говорил святой.*

<http://athos-ukraine.com>

### О посте

Жизнь наша не идет плавно и равномерно. Она идет, как всякий живой процесс, как жизнь природы, – моментами упадка и возвышения. Пост – период духовных усилий. Если мы не можем отдать Богу всю свою жизнь, то посвятим Ему безраздельно хотя бы периоды постов – усилим молитву, умножим милостыню, укротим страсти, примиримся с врагами.

\*\*\*

Пост усиливает дух в человеке. В посте человек выходит навстречу ангелам и бесам

\*\*\*

Тело духовное создается слезами, постом, бодрствованием.

*Священник Александр Ельчанинов*

\*\*\*

«Молитву же я имею в виду не такую, что лишь на устах держится, но исходящую из глубины помыслов; подобно тому как деревья, которые, пустив корни в глубину, не ломаются от ветра, так и молитва, из глубины мысленной воссылаемая, простирается в высоту».

*Преподобный Иосиф Волоцкий*

---

*Издается по благословению настоятеля храма протоиерея Александра Катунина*

**Адрес:** г. Москва, Мичуринский пр-т (Олимпийская деревня), напротив вл. 15.

**Сайт:** <http://hram-kupina.ru> **E-mail:** [hram-kupina@mail.ru](mailto:hram-kupina@mail.ru)

---