

УДК 242  
ББК 86.37  
К 16

*Рекомендовано к публикации  
Издательским советом  
Русской Православной Церкви*  
ИС Р19-903-0109

**К 16** **Как очистить свой ум и сердце: По творениям святых отцов** / сост. Наум (Байбородин), архимандрит. — М.: Сибирская Благовонница, 2019. — 93, [3] с.

ISBN 978-5-00127-101-7

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

УДК 242  
ББК 86.37

© Издательство Сибирская Благовонница,  
текст, оформление, 2019



## ОТ РЕДАКЦИИ

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

Чистота и святость естественны для человека. Однако, заглядывая внутрь себя, мы видим собственную поврежденность. Наши ум и сердце заражены всевозможными страстями, а через них начинают «болеть» грехом и душа, и тело. Наше естество настолько сроднилось со злом, что



оно кажется нам как бы уже частью нашей природы. Поэтому тот, кто захочет стяжать первозданную чистоту, должен решиться на беспощадную борьбу с собой, своими греховными привычками и наветами злых духов, которые ополчаются на каждого, ставшего на путь истинного подвижничества.

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





## ЧТО ТАКОЕ УМ



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

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



### **Преподобный Антоний Великий**

Человек по уму соприкасается с неизреченной Божественной

силой, а по телу имеет сродство с животными<sup>2</sup>.



## **Преподобный Макарий Великий**

Как глаз мал в сравнении со всеми прочими членами и самая зеница, при всей своей малости, есть самый важный сосуд, потому что вдруг видит небо, звезды, солнце, луну, города и прочие твари, и все видимые вдруг предметы одинаково изображаются и живописуются в малой зенице ока, — так и ум то же самое в сердце. Само сердце — малый сосуд, но там есть змии, там есть львы, там есть ядоносные звери, там все сокровища порока, там пути негладкие и стропотные, там пропасти; но там также и Бог, там Ангелы, там жизнь и Царство, там свет

и апостолы, там сокровища благодати — там есть все<sup>3</sup>.



**Святитель Игнатий  
(Брянчанинов)**

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

Ум наш родил и не перестает рождать мысль; мысль, родившись, не перестает снова рождаться и вместе с тем пребывает рожденной, сокровенной в уме. Ум без мысли



существовать не может и мысль без ума. Начало одного непременно есть и начало другой; существование ума есть непременно и существование мысли.

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



**Преподобный Макарий  
Великий**

Как внешние очи издали видят терния и стремнины, так и прозорливый

## ЧТО ТАКОЕ УМ



ум, будучи быстр, предусматривает козни и предуготовления сопротивной силы и предостерегает душу, служа ей как бы оком<sup>5</sup>.





## СОДЕРЖАНИЕ



|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| От редакции .....                             | 3  |
| ЧТО ТАКОЕ УМ .....                            | 5  |
| КАК ГРЕХ ПРОНИКАЕТ В ДУШУ .....               | 10 |
| КАК ДОСТИГАЕТСЯ ЧИСТОТА<br>УМА И СЕРДЦА ..... | 26 |
| ТЕРПЕНИЕ СКОРБЕЙ<br>И ИСКУШЕНИЙ .....         | 32 |
| МОЛИТВА .....                                 | 39 |
| ХРАНЕНИЕ УМА .....                            | 45 |
| ВНУТРЕННЯЯ БРАНЬ .....                        | 59 |
| СОВЕРШЕНСТВО ВНУТРЕННЕГО<br>ЧЕЛОВЕКА .....    | 73 |
| ЧТО ТАКОЕ УМ ХРИСТОВ .....                    | 85 |
| Примечания .....                              | 89 |
| Использованная литература .....               | 93 |