

ДЛЯ КОГО НАПИСАНА КНИГА?

«Жить жизнью животного способен всякий, но жить жизнью достойной человека удел немногих»...

Встречаясь с новой книгой, три вопроса возникают обычно в нашем уме: кто написал? О чем? Для кого?

Вот вам — три кратких, ясных и простых ответа:

— Написал книгу *старик*...

Написал книгу о *старости*...

— Написал ее, во-первых, — для всех тех, кто уже бесспорно знают, что они вступили в пределы старости, во-вторых, — для лиц заведомо стареющих, но еще не знающих об этом, хотя весьма смутно подозревающих бесшумное приближение старости; и, наконец, — для людей безусловно молодых и здоровых, которые никогда еще серьезно не думали о старости вообще и еще меньше — в личном ее применении.

В ранней молодости, посещая музей, я увидел среди его экспонатов то, что и вам неоднократно приходилось видеть — человеческий череп с неприятным лошадиным оскалом, на белом челе которого виднелась черная надпись:

Я был таким, как ты...

Ты будешь таким, как я...

«Поразительная истина, — подумал я, — но ко *мне* она, конечно, не относится. *Я* только вступаю в жизнь и умирать не собираюсь»... Шли годы... *Я* достиг зрелости и стал семейным человеком, но изречение, прочитанное на черепе, воскресало в моей памяти всякий раз, когда мне

приходилось встречаться с людьми пенсионного возраста. В седых волосах, в согбенной фигуре, морщинистом лице я без труда читал: «Он был таким, как я... Я буду таким, как он»...

Однако вопросом старости я начал интересоваться всем недавно и от души жалею, что не занялся этим предметом значительно раньше. Жизнь моя прошла в эпоху войн и революций, в долгие годы беженства и скитания по чужим странам. Утешая себя тем, что в условиях такой ненормальной жизни я никогда до старости не доживу, проблема старости постоянно отолгалась мною на задний план.

Ах, как нужно и как полезно было бы познакомиться- со старостью, хотя бы теоретически, в годы молодости! Область старости, как я вижу ее в данное время, настолько обширна и настолько знаменательна, о человеку, не искушенному в этом вопросе, трудно себе представить. Некто правильно заметил: «Знать, как и когда войти сознательно в старость и как правильно стареть, это — шедевр мудрости и одна из самых трудных глав в великом искусстве жизни».

Старость, которой многие люди страшатся, — последний этап нашего земного странствования, — может оказаться счастливейшей порой жизни. От нас сада во многом зависит сделать нашу старость приятной или отвратительной, счастливой или кошмарной... нам известны горькие плоды неприспособленной к жизни юности, но мы можем еще больше пострадать от нашей неприспособленности к старости. Как юноши часто не знают толком, что им делать и как вести себя, когда наступает их молодость, так и люди ложные — когда наступает их старость. Поэтому, старость не должна застигнуть нас врасплох. Мы не должны очутиться в роли «попрыгуньи-стрекозы», у которой не нашлось ни одной

минуты, чтобы подумать о неизбежно грядущей зиме.

Люди обычно готовятся к тем или иным событиям, экзаменам, к семейной жизни, к общественной деятельности, к духовному служению, но очень редко — к старости, к этой последней фазе человеческой жизни, к заключительному ее аккорду. Тогда как ни один этап человеческой жизни не нуждается в такой разумной и тщательной подготовке, как наша старость.

Как правило, вся наша подготовка к старости выражается в постоянной заботе о том, чтобы «обеспечить себя на старость лет»... Но главное ведь совсем не в этом. Мы должны подготовить к старости не так наши финансы и наше тело, как наши разум, волю и всю душу. Главное в том, чтобы вникнуть в установленный Творцом процесс старения, понять и согласиться с неумолимым процессом и сознательно участвовать в этом важном для нас процессе.

Неподготовленные к старости люди, те, кто не знают, как стареть разумно и правильно, легче и быстрее всех попадают в госпиталь, психиатрическую больницу или преждевременную могилу. Превратные взгляды юношей и неправильное восприятие старости приводят тех и других ко многим скорбям, неисчислимым страданиям и бедам, которых можно было бы легко избежать и наслаждаться жизнью.

Достигнув известного старческого возраста, мы должны признать те физиологические перемены, которые происходят в нашем организме, и охотно переключиться на новый для нас темп и образ жизни. Если мы не знаем этого или, зная, не соглашаемся с законными требованиями организма, мы непременно расплачиваемся за наше невежество и упорство. Все те, кто отказался или просто не сумел вовремя переключиться со своих обычных темпов на темпы старческие, потерпели неожиданную для них катастрофу, ушли со сцены преждевременно.

Меня всегда поражало в людях крайнее их непонимание и нарушение самых элементарных требований гигиены, питания и многих других видов ухода за своим здоровьем. Мне кажется, было бы гораздо больше пользы, если бы вопрос питания, подготовка к семейной жизни, семейная жизнь, воспитание детей, семейная дисциплина и другие жизненные предметы преподавались в школах, вместо тех предметов, на изучение которых обычно затрачиваются целые годы, а в жизни мы не находим для них никакого практического применения.

Не менее полезно было бы создать специальные школы или курсы для стареющих, чтобы научить людей, как правильно стареть. По-моему, такой отраслью образования должна бы заняться церковь. И, действительно, если церковь призвана к тому, чтобы учить людей, как правильно жить и умирать, то почему бы ей не заняться и этой весьма важно жизненной проблемой — как успешно стареть? Вести невежественную жизнь способен каждый без всякой подготовки, но жить разумно без разумной подготовки очень трудно.

Для людей, проживших всю жизнь, ограничивая ее только своими мелкими (или великими) земными целями, старость всегда таит в себе нечто прискорбное, непоправимое, роковое... Как сказано: «Сеющий в плоть свою от плоти пожнет тление». Для людей же знающих Бога и пользующихся Его неиссякаемыми источниками сил старость не страшна. Они знают, что Бог может в любом их возрасте «умастить их головы свежим елеем»... Бог может сделать их внутреннюю духовную жизнь «чашей преисполненной», послать им «жизнь с избытком», с обилием мира и радости и всякого благословения.

Многовековым людским опытом подтверждено, что старость, как вино: у одних оно, старея, становится более

крепким и ценным, а у других — превращается в уксус. В этой книге читатель может многого не найти, но в одном он может быть уверен: он найдет нужный ответ на весьма серьезный для него вопрос: как избежать преждевременной старости и как надо так стареть, чтобы «вино жизни» не скисло, а становилось с каждым новым днем все крепче и все ценнее. Ибо «праведник цветет, как пальма, возвышается, подобно кедру на Ливане. Насажденные в доме Господнем, они цветут во дворах Бога нашего. Они и в старости плодовиты, сочны и свежи, чтобы возвещать, что праведен Господь, твердыня моя, и нет неправды в Нем!»

В заключение разрешите мне сделать следующие оговорки.

Цель этого скромного труда не в том, чтобы предложить читателю какие-то великие открытия, а в том, чтобы внести должную ясность в те предметы, которыми люди интересуются, но сами лишены возможности заняться их исследованием по мировой литературе.

Приступая к труду, я не собирался превратить книгу в популярный «домашний лечебник» и был далек от мысли давать кому-то медицинские предписания или советы. Но, поскольку книга посвящена уходу за здоровьем, я делюсь с читателем своими знаниями и опытом.

Я писал эту книгу не как научное исследование о старости, а как некий подручник для тех, кто желает избежать преждевременной старости и согласен ухаживать за своим здоровьем. Для всех нуждающихся в подручнике духовном — как ухаживать за своей бессмертной душой — мною написана уже книга «ПСИХЕЯ».

Не обладая докторской степенью, я заранее прошу извинения у людей ученых, которые заметят в чем-ни-будь возможную неточность в названиях или ошибку. В данном случае я готов даже повторить исповедь восточного поэта Омар Хайям:

*Искал я знания, сколько стало сил,
И нет того, чего не исследил,
Когда же к кошу я путь свой озираю:
Прошла уж жизнь, а — ничего не знаю...*

Автор

ПОЧЕМУ МЫ СТАРЕЕМ?

«Никто не рождается стариком и никто не делается им в одну ночь»...

Почему, в сущности, мы должны стареть?

Наблюдая за всеми изменениями, которые происходят в нашем теле, как естественное следствие перемен наступивших в материи, в клеточках нашего организма.. мы невольно спрашиваем себя: откуда и почему онги появляются? Почему наше тело теряет свою прежнюю силу, выносливость, эластичность, упругость и другие свойства и способности?

Мы хотели бы получить авторитетный ответ от науки, но и у науки нет еще определенного ответа на наши вопросы.

Некоторые объясняют наше старение отсутствием в нашем организме той жизненной энергии, которая наблюдается у молодых людей, и пытаются найти способ самоомоложения. С этой целью они принимают в организм вытяжки из желез молодых животных или пересаживают себе железы этих животных.

Известный Венский физиолог, доктор Евгений Швейнах, прославился тем, что первый начал производить опыты по омоложению и борьбе со старостью. Сперва он подвергал омолаживающим операциям разных животных, а позже начал оперировать и стариков. Тысячи душ прошли через его операции, но результаты оказались плачевными. То, что было достигнуто операциями над животными, не оправдалось над человеком.

Потом доктор Сергей Воронов в Париже пересаживал и прививал железы шимпанзе, но и они действовали от одного года до четырех лет и далеко не оправдали затраченных крупных средств и серьезного риска, связанного с операциями.

В наше время, когда есть гормоны в каждой аптеке и могут быть введены в организм, прежние операции оказались ненужными и отошли в область истории.

Следует добавить, что и этот последний «аптекарский» способ омоложения действует настолько разрушающе на организм пациента, что честный врач вряд ли посоветует кому-либо впрыскивание гормонов. Тем более, что впрыснутые гормоны имеют кратковременное действие и никого не предохраняют от прогрессирующей старости.

Идея омоложения желез внутренней секреции возникла в связи с наблюдениями над евнухами и скопцами, у которых нашлось много общего со стариками. Как у тех, так и у других наблюдались редкие волосы, морщинистая в молодости кожа, отсутствие энергии, безжизненность... Но энтузиазм ученых значительно остыл, когда такое же сходство обнаружили и у дегенератов, хотя тут причину усматривали в ненормальном функционировании тироидных желез.

Те, кто увлекались идеей омоложения раньше, к этому времени уже убедились в том, что нельзя ожидать многого от всех этих операций и стимулирующих средств. Старость, как и смерть, остаются поныне непобедимыми.

Было время, когда врачи думали, что причиной старости является затвердение артерий (артериосклероз), но выяснилось, что артериосклероз наблюдается и у людей тридцатилетнего возраста, которые не имеют ничего общего со старостью.

Некоторые и сейчас еще предполагают, что процесс старения бывает вызван «токсинами» (ядовитым веществом,

образующимся в теле после пищеварения, а также вследствие неполного окисления тканей организма), но и это оказалось не главной причиной нашего старения.

Советский ученый Богомолец открыл в свое время особую сыворотку, которая способствовала быстрому заживанию ран, срастанию костей и предохранению от разных заболеваний. Такое достижение дало повод думать, что сыворотка может даже вступить в единоборство со старостью. Сталин, говорят, был захвачен этой теорией и, став первым пациентом ученого, был уверен, что переживет всех своих врагов и современников, но это оказалось ложной надеждой в жизни Сталина и в жизни самого Богомольца.

В борьбе со старостью многие увлекались теорией Мечникова об уходе за кишечником. Они верили, что питание кислым молоком — верный способ если не для того, чтобы избежать старости, но хотя бы — для продления жизни. Мы не говорим, что теория Мечникова ложна или питаться кислым молоком вредно, но мы говорим, что не было еще такого случая, когда бы кто-то из смертных мог спастись от старости кислым молоком. Не установлено также и то, что в кислом молоке — секрет долголетия. Употребление кислого молока часто связывают со столетними старцами на Балканах, но и здесь установлено, что долголетие этих старцев не является результатом питания одним только кислым молоком. Наша старость — более сложная проблема.

Ученые, посвятившие себя разрешению этой проблемы, говорят, что старость — следствие чего-то недостающего в нашем организме, чего-то жизненно существенного, а чего именно, ученые пока еще не знают.

Мы уже упомянули, что процесс нашего старения настолько сложный, что если мы вмешиваемся в него, извращаем, нарушаем или пытаемся приостановить его, мы

подвергаем нашу жизнь страшным опасностям. Поэтому, лучше же для нас, если мы придерживаемся «проторенной дорожки» и стареем так, как диктуют нам Богом установленные законы природы. По мнению честных медиков, люди, пытающиеся уйти от старости или продлить свою жизнь до 150 лет, пользуясь особыми диетами, прививками, вливаниями, лекарствами и операциями, недалеко ушли от средневекового лечения старости «эликсиром жизни», которым бойко торговали разные дельцы, продавая его простодушным и темным людям.

Почему мы стареем?

Наука может ответить нам на этот вопрос столько же, сколько и на вопрос: почему мы умираем? На все вопросы нашей жизни и смерти дает авторитетный ответ Божественное откровение, Священное Писание, Слово Божие, Библия. По учению Св. Писания, наше зачатие, рождение, жизнь, старость и смерть — неразрывны. Говоря откровенно, наша старость — прелюдия нашей телесной смерти, а наша смерть — наследие, полученное нами от прародителей, Адама и Евы. Если бы прародители не согрешили и не передали своему потомству порочной натуры, человечество наслаждалось бы вечной юностью, но «грех вошел в мир и с грехом смерть»...

Бог создал человека «по образу и подобию Божию», но Адам, утративший все это, стал рождать детей «по подобию своему, по образу своему». В силу этой трагедии, смерть стала Божественной необходимостью и человеческой неизбежностью.

Бог сказал Адаму: «возвратишься в землю, из которой ты взят, ибо прах ты и в прах возвратишься»... С тех пор человек и «вся тварь, которая совокупно стенает и мучается доньне» подчинились закону греха, смерти и тления. В результате, Бог так сделал, что вся природа земная все время творит и все время уничтожает ею же созданное. При

рождении Бог вводит нас, как воплотившихся духов, в этот мир, а со смертью тела выводит из материального мира и водворяет в мир духовный.

Мы говорим о жизни и смерти, но что такое жизнь или смерть, мы в точности не знаем. Наука все еще бессильна объяснить нам происхождение жизни или разгадать загадку старения и тайну умирания. Лев Толстой, в свое время, решил написать книгу о смерти и, отправившись в главную библиотеку Москвы, был поражен тем, насколько мало было уделено внимания этому предмету в научной литературе.

Вопрос смерти нельзя уложить в медицинские рамки или отдать на произвол бесконтрольного людского мудрствования. Мы допускаем грубую и непростительную ошибку, если отрицаем тот неопровержимый факт, что смерть — Божественное установление, что «человекам положено однажды умереть... И не будет того вовек, чтобы остался кто жить навсегда и не увидел могилы»...

Что такое смерть?

Св. Писание различает три вида смерти: смерть духовная, телесная и вечная.

Если бы смерть нужно было выразить другим словом, то мы должны были бы назвать ее словом «разлука».

Что такое смерть духовная, как не разлука души с Богом, которая произошла в момент грехопадения наших прародителей, Адама и Евы, когда плотское начало взяло верх над началом духовным и человек лишился общения с Богом, разлучился со своим Создателем?

Что такое смерть телесная, как не разлука души с телом? Св. Писание называет нас «сынами смерти» и «сынами тления», а тело наше — «телом смерти» и «прахом земным». В момент смерти дух отделяется от тела и оно, бездушное, распадается и превращается в прах.

Что такое вечная смерть, как не вечная разлука нашей

бессмертной души с Богом? Эта разлука носит в Св. Писании название: «смерть вторая».

Сам Бог дал каждой живой твари инстинкт самосохранения, стремление уберечь, спасти себя от смерти и гибели. Для всех созданий Божьих смерть страшна и отвратительна.

Смерть — общий враг богатых и бедных, молодых и старых, святых и грешников.

Смерть — скрытый враг, подстерегающий нас на каждом шагу в течение всей нашей земной жизни.

Смерть — законенный враг, умерщвляющий нас на законном основании, получивший от Создателя право арестовывать нарушителей Его закона и приводить их на суд. «Положено человеку однажды умереть, а потом суд».

Смерть — враг неподкупный, не принимающий ни оправданий, ни откупов, ни взяток.

Смерть — враг неожиданный, внезапный. «Живые знают, что умрут», но когда, где и как умрут — они не знают. Ни в чем мы так не уверены, как в смерти, и ничто так не сокрыто от нас, как момент смерти. Смерть сравнивается в Св. Писании с внезапно «подкошенной травой», неожиданно оборвавшейся «ниткой ткача», водой, «вылитой на землю», «растаявшим снегом», «уклоняющейся тенью», «наводнением», уносящем нас в «путь невозвратный»...

Смерть — враг сильный, непреоборимый. Никто из смертных никогда еще не победил смерти. Только Сын Божий и Сын Человеческий, будучи «непричастным греху», не подлежал смерти, но умер, «вкусив смерть за нас», «дабы смертью лишить силы имеющего державу смерти, то есть диавола»...

Христос вступил в поединок со смертью и победил ее Своим светлым воскресением. Наша же борьба со смертью, часто горькая и мучительная, всегда заканчивается нашим

собственным поражением. Смерть лишает нас тела, порывает нашу связь с материальным миром, прекращает деятельность рук и ног, слуха и зрения, мышления и речи. Она превращает наше тело в безжизненный труп, вызывающий отвращение, и ввергает наши бранные останки в сырую землю, засевая нашу планету отдельными могилами и обширными кладбищами.

Смерть безжалостно расправляется с нашими детьми, родственниками и друзьями, забирает наши сокровища, попирает наши успехи и положение в обществе, наполняет сердца наши горечью и унынием.

Смерть, как паром, который день и ночь перевозит пассажиров от земного берега к берегам вечности, чтобы ту же снова возвратиться за новыми пассажирами, ожидающими своей очереди.

Л.Н. Толстой сказал: «Все в мире призрачно, одна смерть реальна»... Смерть доказывает реальность того, что мы считали призрачным, и призрачность того, что считали реальным.

Смерть реальна, но не естественна, и мы никогда не сможем примириться с нею.

В этом мире одна жизнь естественна и приемлема для всех. Стремление нашей воли, состояние нашего мышления, устремление нашей души — жить на земле многие тысячелетия, не умирая. Сколько бы мы ни прожили, жизнь никогда не надоедает. Зато прекращение жизни в любом нашем возрасте — нежелательно и недопустимо. Нам хочется пожить немножко дольше.

У греческого баснописца Эзопа есть басня о старике, который от усталости и старости бросил вязанку дров на землю и просил себе смерти, но когда смерть явилась и спросила, зачем он звал ее, старик в испуге ответил лукаво: чтобы ты помогла мне взвалить эту вязанку дров на плечи.

Почему мы стареем?

Потому, что мы должны стареть. В этом вопросе мы лишены права выбора. Единственное избавление от старости, это — умереть, не дожив до старости. Но коль скоро мы вступили в пределы старости, мы не прочь повторить слова Алексея Толстого: «Ой, каб Волга-матушка, да вспять побежала! Кабы можно, братцы, начать жить сначала». Во всех случаях выбора между жизнью и смертью человек всегда избирает жизнь, не рассуждая о том, молодая ли она или старческая, веселая или горестная. «Горько жить, прегорько, да еще бы столько», — говорит пословица.

Вот почему мы стареем!

КОГДА СТАРОСТЬ НАЧИНАЕТСЯ?

«Мы начинаем стареть задолго до нашего рождения»...

Ошибается тот, кто полагает, что старость начинается в то время, когда встречаясь с людьми, нам вдруг говорят: «Вы прекрасно сохранились и выглядите моложе своих лет», а за нашей спиной мы слышим: «Как быстро он осунулся и постарел» или «Как много он сдал за сравнительно короткое время»...

Многие люди думают, что их старость должна начаться в 65 лет, чуть ли не в тот самый день, когда они перестанут работать и выйдут на пенсию. К этому дню они устремляют свои взоры.

Но что говорят об этом специалисты? К сожалению, среди них — большое разнообразие во взглядах. Одни говорят: старость вступает в свои права в 40 лет, другие — в 50 лет; третьи утверждают, что старость наступает вместе с затвердением артерий; четвертые приписывают появление старости системе пищеварения, крови, костям, дыхательным органам; пятые — ногам, говоря: «Вы стары, насколько стары ваши ноги», шестые — «Рост человека заканчивается в 33 года и, десять лет спустя, начинается старость». С этого времени появляются основные изменения в организме, перемены, связанные одна с другой и взаимно влияющие.

К этому обилию взглядов и суждений добавим еще одно научное утверждение. Принимая во внимание тот факт, что наша физическая жизнь представляет собою не

что иное, как отмирание устарелых клеточек организма и замену их новыми, — говорят ученые, — наше старение начинается с первой устарелой и умершей клеточкой. Другими словами, наша старость начинается с момента нашего зачатия, то есть, задолго до нашего появления на свет Божий.

Но, что такое старость, в том обычном смысле, в каком принято ее понимать?

— Это та пора жизни, которая приходит к нам вслед за нашей зрелостью, когда наступает постепенное ослабление деятельности всех систем и всех органов нашего тела.

Возьмем для примера известное всем явление: родилась девочка — младенец, и процесс жизни начался. Спустя некоторое время она уже не младенец, а шаловливая «девчонка», потом подросток, барышня, невеста, мать, «дама средних лет», «пожилая дама», «бабушка», «молодящаяся старуха»... «дама преклонного возраста»... Тут уже — заметные перемены в лице, фигуре, движениях... седые (или в который раз перекрашенные) волосы, глубокие морщины, вставные зубы, согбенная спина, обвисшая шея, двойной или тройной подбородок и т.п. — обычное явление

*Мы вянем, дни бегут, невидимо склоняясь и хладея, —
Мы близимся к началу своему...*

А.С. Пушкин

в жизни всех людей.

Старость — не болезнь. Она не переходит от одного к другому и ею нельзя заразиться. Старость — прогрессивная и часто безболезненная процедура. Она не дает себя созерцать и чувствовать изо дня в день, и мы иногда забываем о ее власти над нашим организмом... Дни старости плывут плавно один за другим с едва заметной для нас разницей. Но если процесс старения начался, его нельзя прекратить, как нельзя остановить жизни или навсегда

остаться юношей. К сожалению, на растленной грехом земле нет еще «эликсира вечной молодости». От всех болезней есть лекарства, а от старости нет ни лекарства, ни исцеления. Можно ускорить или замедлить процесс старости, но нельзя застыть на мертвой точке. Увы! Неугасим пожар человеческого старения, и нам надлежит с этим фактом согласиться.

Другой факт, который мы наблюдаем, заключается в том, что старость не порок и нам нечего ее прятать и стыдиться. В поре старения так же, как и в поре детского развития, нет ничего унижительного, предосудительного, позорного, достойного наказания или порицания. Мы стареем почти с такой же последовательностью, как созреваем в детстве или юности. Та или иная болезнь может ускорить или задержать нашу старость или наше отрочество, но каждый наш возраст имеет свое начало и конец.

Все люди хотят жить долго, но не все желают рассуждать об этом. То и дело мы слышим: «Старость — не для меня»... Они тщетно пытаются укрыться от старости или, вернее, скрыть ее под париком, выкрашенными волосами, под богатой одеждой, драгоценными украшениями и пестрыми побрякушками. Все эти люди подвергают себя унижительным переживаниям только потому, что отказываются признать свой возраст, согласиться с тем, что пришел их черед и старость наступила, согласиться с неумолимым фактом, что все в природе стареет, и мы не являемся исключением из этого общего правила.

Спешу, впрочем, добавить, что для подобного разумного признания нашего разума далеко не достаточно. Здесь требуются известная духовная сила, духовное просветление, то устремление ввысь и тот кругозор, которые выходят далеко за пределы нашего видимого,

временного, тленного мира. Великий русский философ Владимир Соловьев пришел к этому именно духовному прозрению, сказав: «Пора стать равнодушными к ограниченным интересам этой жизни и свободно и разумно уверовать в другую, высшую действительность»... Мы должны приблизиться сердцем своим к Богу и сказать: «Вот Ты дал мне дни, как пяди, и век мой, как ничто пред Тобою. Подлинно, совершенная суета всякий человек живущий. Подлинно, человек ходит подобно призраку, напрасно он суетится, собирает и не знает, кому достанется то. И ныне чего ожидать мне, Господи? надежда моя на Тебя!»

Мы, начинающие стареть, часто вспоминаем детство, отрочество, юность, молодость... Да, это было счастливое невозвратное время! Вспоминая эти возрасты, мы удивляемся и говорим себе: как быстро жизнь оборвала ароматные лепестки цветов, распустившихся в нашей душе! Но вместо того, чтобы сказать: «Да что о том тужить, чего нельзя возратить», мы весьма склонны поддаться грустным, меланхолическим настроениям.

Николай Алексеевич Некрасов, этот один из лучших выразителей русской души, народной скорби, народного горя, в одном из своих произведений дает такой совет каждому, кто начинает стареть: «А станешь стариться, нарви — цветов, растущих на могилах, — и ими сердце оживи»...

Цветы, успевшие вырасти и распуститься на могилах, — это дорогие образы тех, с кем дружно шли мы к цели. Они первыми достигли предела своего пути, а мы с вами все еще продолжаем блуждать по знойной пустыне этого мира. Вспомним, что у нас, людей стареющих, на кладбище гораздо больше друзей, чем в жизни. Вспомним и воздадим славу и благодарность Богу за каждый лишний шаг нашей жизни.

Вас страшит старость? — Меньше всего имеете вы

основания бояться старости, потому что мы уходим один за другим преждевременно и уходим не от старости (мало кто умирает от старости), а от какой-нибудь болезни или несчастного случая, то есть, от тех же причин, от каких умирают люди во всех возрастах, не дождавшись старости.

Вы боитесь старости?

А жить прошлыми воспоминаниями вам не страшно? Некто сказал: «Если человек живет прошлым, а не будущим, он уже стар, состарился еще до наступления старости»...

Вы страшитесь старости?

А вести бестолковую и бесполезную жизнь вам не страшно? Величайший немецкий поэт, Гете, сказал: «Бесполезная жизнь — преждевременная старость!»

Если старость пришла к вам, благодарите Бога! Далеко не все люди доживают до старости. Для каждого из нас Бог определил тот или иной срок жизни. «В Твоей книге записаны все дни для меня назначенные, когда ни одного из них еще не было», — говорит псалмопевец Давид. Поэтому надо довериться по-детски Богу и сказать: «А я на Тебя, Господи, уповаю... Ты держишь жребий мой!» Если старость посетила вас, будьте к ней приветливы и дружелюбны, искренно улыбнитесь ей и скажите: «Здравствуй, старость! добро пожаловать!»

ЗДРАВСТВУЙ, СТАРОСТЬ!

«Здравствуй старость, утро жизни новой,
Запах зимней зелени еловой.

Здравствуй старость, малое оконце,
Где сияет жизни вечной Солнце. Здравствуй старость,
снег летящий к раю, *Я* тебя уже люблю и знаю»...
Иоанн Шаховской (Епископ Сан-Францисский)

Старость универсально нелюбима и нежелательна. Те, кто не познакомился и не подружился еще с нею, не станут даже читать этой книги, настолько сильна их неприязнь к заключительному периоду их жизни. Причиной этому — их превратный взгляд на жизнь, старость, смерть и бессмертие. Слишком укоренилось среди людей то ложное мнение, что молодость лучше старости, что закончив молодость, нам уже ничего не остается делать, как прозябать, скучая и томясь безотрадным существованием, или сложа руки сидеть, вспоминая о былом счастье и ожидая смерти.

В действительности же, наша земная жизнь подобна книге, в которой наблюдается известная гармоничность и связь между всеми главами, где одно вытекает из другого, хотя каждая глава — самостоятельная и вполне законченная часть книги. В этой книге юность — одна из первых глав, а старость — заключительная глава. Однако, сюжет книги не исчерпывается заключительной главой, о чем свидетельствует последняя строка книги: «Продолжение следует». Наша земная жизнь — это только первый том книги.

Впереди нас ожидает том второй — с главами еще более захватывающими и благословенными — наша загробная жизнь.

Работая над первым томом книги, важно научиться и строго придерживаться последовательности — проживать жизнь не целым томом, а отдельными его главами. Поступая так, нас не смутит содержание последующих глав. Напротив, мы возжаждем их, и они будут для нас все новым и новым откровением с логическими выводами и умозаключениями.

Обычно люди говорят: жизнь начинается в 40 лет! в 45! 50! — Не верьте!

Жизнь начинается в любое время. Если у человека есть здоровье и желание действовать, предпринимать, бороться, достигать, побеждать и торжествовать победу, — он может начать жизнь. Он может пользоваться жизнью в любом возрасте: в 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100 лет. Для каждой «десятилетки» у жизни есть для нас свои задачи и свой темп, соответствующий нашему возрасту, энергии и здоровью, темп, который нам импонирует. Человек в 30-летнем возрасте испытывает удовольствие, перегоняя на своем автомобиле всех попадающихся на пути, но когда ему перевалит за 70 лет, он будет иметь еще большее наслаждение, делая по 30 миль в час. Хотя, в наш век, трудно судить о возрасте человека по скорости езды. «Что может быть прекраснее старости с задором юности?» — сказал Цицерон.

Дожить до старости и продолжать стареть правильно — очень важно, но еще важнее, старея физически, оставаться молодым душой. Важно не только стареть, но наслаждаться своей старостью, быть духовно живым, довольным и счастливым.

Вот почему, вступая в жизнь старости, скажем ей смело и радостно: «Здравствуй, старость!» Вступая в

старость, мы должны чувствовать себя, как моряки, когда после долгого плавания пароход их спокойно входит в долгожданную тихую гавань.

Здесь, вдали от бушующей водной стихии, мы можем спокойно оглянуться на пройденный нами путь и подвергнуть строгой переоценке оставшиеся позади путевые этапы и жизненные перевалы. Первый этап — наше появление на свет Божий, второй — достижение зрелости, третий — передача жизни потомкам, четвертый — погоня за куском хлеба, наживой, властью и славой, пятый — мирный отдых и подготовка к вечности.

Первые четыре этапа — далеко позади. Мы проплыли «по всем морям и океанам» и видим теперь, насколько мы кратковременны и ничтожны. Вглядываясь в вершины высоких гор и звездное небо, мы научились смирению. Прodelав свой жизненный маршрут, мы освободились от многого ненужного балласта, которому раньше придавали большое значение. Многие вещи, которые привлекали наше внимание в молодости и для достижения которых мы готовы были рисковать своей жизнью, теперь уже нас не интересуют... Мы подходим к последнему этапу...

Недолго и путь мы свершим,

Пришедши к воротам родным.

Там примет Господь нас в Свой город,

Там будем блаженствовать с Ним...

Как же нам не радоваться тому вечному блаженству, которое нас ожидает, если мы люди верующие, и как не сказать: «Здравствуй, старость».

Немецкий мыслитель Артур Шопенгауэр, основатель философского пессимизма, сказал: «Никто не может иметь полного представления о жизни, если он не дожил до старости, ибо только проживши всю жизнь, мы способны видеть жизнь во всем ее целом и постигать естественный ее курс»... И действительно, что знает о подлинной жизни

мальчик? Ему знаком только небольшой ее отрезок, да и то, что он узнал уже об этом отрезке, знает плохо. Его познавательные способности слабы, мало развиты и весьма ограничены.

Что в сущности знает о жизни молодой человек? Он больше всего занят самим собою, проблемой пола и приятным препровождением времени, — все остальное в жизни преломляется у него под этим узким углом зрения.

Что знает о жизни человек среднего возраста? Конечно, он знает больше, чем мальчик и молодой человек, но и его жизненный кругозор нельзя рассматривать достаточно широким. Все его время занято работой, содержанием и воспитанием семьи и осуществлением разных жизненных планов, зачастую нелепых и неосуществимых.

Вследствие этого мы заключаем, что счастливая старость — единственная пора жизни, когда человек занят не погоней за миражами, а настоящей жизнью и сознательно пользуется ею. Поэтому: «Здравствуй, старость!»

Оглядываясь на пройденный путь, один старожил так суммировал свое отношение к разным возрастам жизни: «Когда мы были школьниками, мы смотрели на студентов, как на людей, действительно достигших зрелости. Став сами студентами, мы смотрели на профессоров с бородкой бегемота, как на воплощение опыта и мудрости. Когда же сами достигли сорокалетнего возраста, старики в 60 лет казались уже нам ненужным балластом общества, а когда сами дожили до 80 лет, решили во что бы то ни стало дожить до ста лет»... Молодость и старость смотрят на последний этап жизни в один и тот же бинокль, но с противоположных концов: для молодости — он очень далеко, а для старости — очень близко. Виктор Гюго сказал: «Сорок лет — старость юности, а пятьдесят лет — юность старости».

Наши возрасты — не только известная пора жизни, но и состояние нашего мышления. Мы молоды настолько мы верим, и стары — насколько сомневаемся. Мы молоды настолько мы имеем самообладание, и стары — насколько мы робки и боязливы. Мы молоды настолько мы надеемся, и стары — насколько отчаиваемся. Мы бесповоротно стары, когда наши «юные мечты куда-то удалились» и надежды молодости остыли, когда огонь наших былых амбиций и устремлений превратился в пепел и от грядущего будущего мы уже ничего не ожидаем. Да, тогда мы воистину стары и не важно, сколько нам календарных лет. Но, когда мы все еще пользуемся жизнью и выражаем ее в любви к Богу и ближнему, — мы все еще «бесстыдно» молоды, и неважно, как определяют нашу старость люди. Жизнь должна ведь измерять не годами, а ее духовным содержанием. Человек, пришедший к границам старости, с такими взглядами не может не воскликнуть: «Здравствуй, старость!»

В процессе старения мы имеем не только минусы, но и плюсы. Теряя некоторые характерные черты молодости, мы приобретаем богатый опыт: знание жизни, знание людей и многое другое. В старости мир материальный теряет для нас свою обольстительную силу и на смену ему приходят интересы духовного характера, духовного мира. В старости мы лучше знаем свои способности и ограниченности, свои силы и свои слабости. Мы начинаем понимать разницу между конфликтами внутренними и внешними, между характером эгоиста, самолюбца и характером человека любящего, доброго, снисходительного и внимательного, стремящегося быть кому-то полезным, так как прежние его амбиции значительно снизились, а общие интересы возросли. Поэтому: «Здравствуй, старость!» Вступая в жизнь, без должного опыта, мы мало задумывались над тем, как легко и быстро мы растеряем по жизненным путям и нашу молодость, и красоту, и здоровье... Какими скорбными

жизненными драмами казались нам неожиданные визиты старости: первые седые волоски, первый выпавший зуб... А теперь, состарившись, мы смотрим на проходящих мимо нас молодых людей и говорим себе: «теперь их время, их черед... не успеv оглянуться, и они будут такими, как я»...

Теперь старость для нас уже не проблема. Закончены уже шведские массажи, дорогие кремы, «мыла молодости» и другие «секреты красоты»... Мы поняли и убедились, что нельзя уйти от старости или бороться с нею выщипыванием седых волос и разными способами самоомолаживания. Мы как бы прозрели и воочию узрели существование красоты не внешней, а красоты внутренней, красоты характера, душевной простоты и сердечной очаровательности. Миновала всякая надобность выдавать себя на 10 или 20 лет моложе своего возраста, ибо настоящий свой возраст нельзя уже скрыть или взвалить вину на весы и зеркало. Что же еще можно сделать, кроме как покорно приветствовать: «Здравствуй, старость!»

Те, кто еще не состарились, обычно полагают, что наступившая старость и приближение смерти — вот что больше всего беспокоит нас, стариков, и заставляет нас думать об этом день и ночь. Мы же, стареющие люди, не всегда так себя чувствуем и вовсе не так на все это смотрим и обо все этом думаем. Многие из нас живут и действуют так, как если бы все шло нормально и благополучно, даже за несколько минут до смерти. Мы не озабочены нашей старостью и не боимся смерти, ибо научились жить не внешними впечатлениями, а внутренней духовной жизнью. Вверяя себя ежедневно и ежечасно Богу, мы знаем, что «любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу»... В свое время мы наслаждались юностью и зрелым возрастом, почему же теперь, вступая в новую для нас жизненную фазу, не сказать нам: «Здравствуй, старость!»

Единственный для нас путь смотреть на старость здраво и жить разумно, счастливо и плодотворно, это — осознать, прежде всего, что мы не будем жить здесь, на земле, 2000 лет и больше, а что мы пришли в этот «мир тления» на весьма короткий срок. Бог ввел нас сюда и Бог выведет нас отсюда.

Мы должны сказать себе: я родился однажды и мне положено прожить здесь одну только жизнь. Буду же помнить, что жизнь моя — «ускользающая тень», «травка засыхающая», «пар, появляющийся на малое время, а потом исчезающий». Буду постоянно помнить, что наше тело — не весь человек, а только частица человека, только временное обиталище его бессмертного духа. Выполнив возложенные на тело функции, оно умрет, истлеет, обратится в прах, а «дух. возвратится к Богу»... Поэтому, если я использовал мою жизнь для того, чтобы познать самого себя и увидеть мою собственную испорченность и греховность, познать Бога и примириться с Ним, покаяться и принять спасение, приобретенное Голгофской жертвой Сына Божия, Иисуса Христа, — конец моего земного пути будет только началом жизни бессмертия и вечного блаженства. Так что, фактически, мы не умираем, а только вступаем в жизнь загробную, где «отрет Бог всякую слезу с очей наших, и смерти не будет уже, ни плача, ни вопля, ни болезни уже не будет»...

Кто-то сказал: «Нет для человека большего счастья на земле, как творить благо и верить в загробную жизнь». Этот взгляд вполне совпадает с тягой нашей бессмертной души и проверен жизнью и смертью миллионов и миллионов верующих в Бога, возрожденных душ.

«По природе мы хотим жить всегда, но закон земной природы не дает нам вечной жизни», — сказал Владимир Соловьев. Дар «вечной жизни» Бог предлагает всякому кающемуся грешнику. Приняв для себя такую философию

жизни, почему бы не сказать: «Здравствуй, старость!»
Почему бы не вспомнить слова того же Вл. Соловьева,
обращенные к «плачущим теням»:

*Тайною тропинкою Скорбною и милою Вы к душе
пробрались И спасибо вам!*

*Сладко мне приблизиться Памятью унылою К
смертью занавешенным Тихим берегам...*

ПЕРСПЕКТИВЫ СТАРОСТИ

«Старые, а не молодые по-прежнему управляют миром»...

За 600 лет до Р.Х. жил восточный царевич, Сакия Муни. По строгим придворным традициям царствовавшей тогда династии, наследный принц, с детства и до совершеннолетия, должен был вести полузатворнический образ жизни, не видя зла и ничего не зная о нем. Только достигнув положенного возраста, принц имел право покинуть дворец и знакомиться с реальной жизнью.

Первый торжественный выезд Сакия Муни, выезд, о котором он так долго мечтал, был испорчен печальным случаем. Проезжая, принц впервые увидел лежавшего у дороги человека, который вопил и корчился от боли. На вопрос принца: «Что с ним?» — придворные рассказали ему о существующих в мире ужасных болезнях и страданиях. Узнав об этом, царевич воскликнул: «Возвратите во дворец колесницу!» Принц был настолько потрясен небывалым зрелищем, что оставался в безмолвии и размышлениях многие дни.

Вторичный выезд царевича омрачен был встречей с человеком, у которого тряслась голова, дрожали руки и подкашивались ноги... Опираясь на посох, этот несчастный едва передвигался. На вопрос изумленного принца: «Что случилось с прохожим?» — придворные рассказали ему все, что знали о старости. «Возвратите колесницу!» — вскричал принц и долгие месяцы не мог прийти в себя.

Выехав из дворца в третий раз, царевич встретился на дороге с погребальной процессией и, узнав от придворных о

существовании смерти, приказал: «Возвратить колесницу!»

Встреча с болезнью, старостью и смертью выбила Сакия Муни из обычной придворной колеи и вскрыла перед ним всю суетность жизни, славы, богатства и власти. В результате, царевич отрекся от престола, отказался от мирских благ и провел остальные годы жизни в самоуничижении и самоотречении, отказываясь от всех своих желаний и подавляя в самом себе возникающие душевные порывы и стремления. Сакия Муни основал свою религию и вошел в историю под именем Будды, что на санскритском языке означает — «просвещенный»...

К сожалению, просвещенность Будды не препятствовала ему отрицать Бога как Личность и Верховное Божество. Как и все «пантеисты», Будда верил, что Бог разлит в природе, что Бог — душа созданной Им вселенной, а вселенная — тело этого Создателя. Позже учение это разработали Спиноза, Шеллинг и Гегель, сделав его замаскированным под пантеизм атеизмом.

Будда во многом заблуждался, и миллионы душ следуют его заблуждениям, но пустоту, бессмысленность и бесцельность жизни людей, не знающих Бога, он воспринял правильно. Зачем и к чему вся сладость земной жизни, когда она бывает постоянно омрачаема болезнями, старостью и неизбежной смертью?

Горе, болезнь, страдание, старость и смерть — неразлучные спутники всего человечества. Каждому известно, что как бы счастливо ни слагалась наша жизнь, страданий, горя и неприятностей всегда окажется больше, чем наслаждений и радостей.

Наши жизненные запросы весьма велики. Мы жаждем жизни, не омраченной угрозами смерти; здоровья, не сменяющегося болезнями; добра, не погибающего под мощными, неотразимыми ударами зла; юности, не заканчивающейся старостью и смертью... Не является ли

такая наша требовательность неким воспоминанием души об утерянном рае и ее стремлении к нему?

В окружающем нас мире — обман, призрачность, пустота, тление, а мы «алчем» полной правды, «жаждем» абсолютной любви и преданной дружбы, «ищем» подлинной свободы и безграничного блаженства. Мы устремляем наш духовный взор ко всему беспредельному, совершенному, а неумолимый закон греха и тления безжалостно отказывает нам во всем этом. Взамен он рекомендует нам свои блага, прелести и удовольствия — предлагает «камень вместо хлеба»... Но тщетны мирские усилия. По своей духовной природе мы все же остаемся вечны, и поэтому земное благоустройство никогда не способно будет удовлетворить нашей бессмертной души.

Кто может вскрыть и разрешить все эти внутренние противоречия, терзающие душу человека? Конечно, не Будда, Магомет или Конфуций.

Из всех религиозных и философских вождей мира только Христос и никто другой отвечает на все наши недоуменные вопросы и указывает, где мы найдем удовлетворение всех неземных запросов и чаяний души. Только Христос один осмысливает нашу земную жизнь. Только Он один открывает нам тайну греха, болезни, старости и смерти и дает нам духовную победу над ними. Вот почему, в противовес учению Будды, мы можем с уверенностью сказать: «Знаем, что когда земной наш дом эта хижина, разрушится, мы имеем от Бога жилище на небесах дом нерукотворенный, вечный»... «Ибо думаю, что нынешние временные страдания ничего не стоят в сравнении с тою славою, которая откроется в нас»...

Будда пытался осмыслить жизнь отречением от самого себя и жизни, ничего не получая взамен, кроме тупого и бессмысленного безразличия ко всему окружающему, Христос «пришел для того, чтобы имели жизнь и жизнь с

избытком», с обилием духовных сил, мира и радости.

Все вышесказанное не имело бы отношения к настоящему труду, если бы не было так тесно связано с двумя словами: перспективы старости.

Сакия Муни не только не видел перспектив старости, но он отрицал какие бы то ни было перспективы жизни вообще.

С первого взгляда мысль о каких-то перспективах старости может показаться даже вам, читатель, нелепой, но по некотором размышлении она становится вполне приемлемой.

Для многих слова «старость» и «перспективы» — взаимоисключающие. Какие могут быть перспективы у старости? Какие у нее могут быть возможности, силы и планы впереди? — так рассуждают обычно люди. Один из психологов находил дьявольское удовольствие рисовать в воображении своих пациентов мрачные картины безотрадной старости: дряблое тело, морщинистая кожа, потеря волос, зубов, слуха, зрения, расшатанная нервная система, деформированные конечности, дрожащие руки и ноги, трясущаяся голова, костыль или палочка, забывчивость и слабоумие... Он утверждал, что с момента наступления старости мы входим в темный, безвыходный туннель и бродим в нем ощупью до самой смерти.

К сожалению, такой превратный взгляд разделяется многими людьми, которые смотрят на старость как на бесконечную цепь страданий, разочарований и самооплакивания. Старость для них — это пытки в камерах смертников, а старики — не погребенные еще мертвецы, у которых нет никаких жизненных перспектив. Но так ли это?

Говоря о старости, мы должны иметь в виду не так стареющих людей, как их стареющие способности. Старость не есть вопрос количества прожитых лет или перемены во внешнем облике человека. Седые волосы,

например, не всегда являются доказательством мудрости, равно как и не служат подтверждением старости. Старость — не только прожитые годы, но и те идеалы, которыми человек жил и живет, те убеждения и отношения, какие были сформированы им в течение прожитой жизни. Наше тело может быть одного возраста или физического состояния, а наш дух, наши настроения, мышление и воображение — совершенно другого. Есть старики, никогда не стареющие, и есть юноши, которые никогда не были и никогда не будут уже молодыми. Выглядеть молодо еще не значит быть молодым, и старо выглядеть еще не значит быть действительно старым.

Знаменитый римский деятель, писатель и оратор Марк Цицерон сказал: «Так же как я люблю юношу, в котором вижу нечто старческое, так точно люблю я и старца, в котором замечаю нечто юношеское». Тот из нас, кто знает, как сохранить этого рода равновесие в жизни, может состариться телесно, но он всегда останется молодым душой. Человек настолько стар, насколько устарели его идеи, одряхла его душа. На обычное замечание: «Вы слишком стары»... мы отвечаем: «Слишком стар для чего?» Стар для того, чтобы быть кому-то полезным, выражать свои возвышенные идеи или творить что-нибудь ценное и благотворное?

Познакомьтесь со стариками поближе и вы убедитесь в том, что старики имеют более верные взгляды на многие вещи, более разумные суждения, более зрелый жизненный опыт, более надежные и положительные решения. Более глубокое чувство ответственности. Присмотритесь к современным государственным деятелям, вершителям мировых судеб, и вы легко обнаружите, что старые, а не молодые по-прежнему управляют миром.

Если мы дожили до старости и сохранили свою душевную молодость, наша старость имеет пред собою

блестящие перспективы и возможности. На пессимистическое: «Уже поздно»... мы отвечаем: «Никогда не поздно!» Поздно будет только тогда, когда наше усталое сердце откажется биться.

Достигнув старости, мы не имеем права жить «самотеком»; жить так, как если бы жизнь старости была «без руля и без ветрил»... Мы должны, в первую очередь, разрешить вопрос нашего вечного спасения и быть готовыми отойти во всякое время, в «вечные обители», но при всей этой готовности нам надлежит планировать остаток нашей жизни. Наша старость, если мы верим в ее перспективы, не должна проходить у нас неорганизованно. Вся наша жизнь и каждый наш новый день должны быть распланированы с точностью до одного часа. У нас время ограниченное и мы не имеем права расходовать его на лень, скуку и бессодержательность.

Рассказывают про английского писателя Бернарда Шоу, который в 88 лет все еще работал над своим очередным произведением. Он дорожил каждым моментом своей жизни и задержавшемуся в его кабинете случайному высокопоставленному посетителю бесцеремонно сказал: «Простите меня, сударь, но я на два года позади со своей работой и не могу уделить вам больше ни одной минуты»...

Кто-то дал такой совет старику: «Будь всегда готов к смерти, но при этом, будь также занят настолько, чтобы тебе некогда было умирать»...

Исходя из того, как мудрые люди пользовались старостью, можно с уверенностью сказать, что перспективы правильной, нормальной, разумной старости — обширны, надо только увидеть их вовремя, достойно оценить и умело использовать.

Всем известно, что большинство выдающихся людей продолжали пользоваться своими талантами в старости и притом еще с большими результатами, чем в молодости. Из

подходящих сюда иллюстраций возьмем следующих лиц:

Л.Н. Толстой писал свои произведения до конца своей жизни, которая закончилась у него на 82-м году.

Софокл — знаменитый греческий трагик, написавший более 100 трагедий и умерший в 406 году до Р.Х., прожил 91 год. Одну из своих знаменитых книг Софокл написал в возрасте 75 лет, а другую — в 89 лет.

Знаменитый итальянский живописец Тициан, умерший на 99 году жизни, нарисовал картину «Битва у Лепанто», когда ему было 95 лет, а картину «Снятие Тела со креста» начал писать в 97 лет.

Итальянский композитор Джузеппе Верди прожил 88 лет. В возрасте 74 лет он написал свой музыкальный шедевр «Отелло», в 80 лет — «Фальстаф», в 85 лет — всемирно известное произведение «Авва Мария» и другие.

Римлянин Гато в 80 лет начал изучать греческий язык.

Гениальный мастер скрипок Антонио Страдивариус умер на 92-м году жизни и, хотя был человеком богатым, продолжал делать скрипки до самой смерти.

Французский натуралист Жан Б. Ламарк на 85-м году жизни закончил свой труд по зоологии.

Кант, Лонгфелло, Ламартин, Ньютон, Буффон, Гендель, Мейербер — написали лучшие свои произведения после 70 лет.

Гете, проживший 83 года, на 80-м году закончил величайшее литературное произведение «Фауст».

Академик Павлов прожил 86 лет и работал до самой смерти.

Всемирно известный основатель Бристольских сиротских домов Джордж Мюлер в возрасте между 70 и 87 годами совершил 8 кругосветных путешествий с проповедью Евангелия и до 92-х лет продолжал управлять основанными им приютами. Секрет своего долголетия и неослабевающей энергии Мюлер приписывал трем вещам:

он всегда старался иметь перед Богом и людьми чистую совесть; любил читать регулярно Библию и находил в ней неиссякаемый источник духовных сил; любил молиться и в этом личном общении с Богом обретал высшую отраду для души.

Известный американский изобретатель телефона, микрофона, мегафона, фонографа, лампочки накаливания Томас Эдисон и автомобильный король Генри Форд, оба творили чудеса техники после 80 лет.

Первый президент Польши и знаменитый пианист-композитор Игнатий Падаревский давал концерты после 80 лет.

Чехословацкий философ и государственный деятель Томас Массарик в 65 лет стал президентом республики и умер, когда ему было 80 лет. Он сказал, между прочим: «Без интереса и любви нет жизни»...

Известный американский финансист Комодор Вандербилт добавил к своим огромным богатствам 100 миллионов долларов между 70 и 83 годами жизни.

Ученый Вениамин Франклин прожил 84 года. Он изобрел очки (бифокальные), когда ему было уже 78 лет.

Уинстон Черчилль в 87 лет регулярно заседал в парламенте.

Знаменитый капельмейстер Тосканини управлял симфоническим оркестром до 80-летнего возраста.

Знаменитый французский писатель Виктор Гюго, проживший до 89 лет, писал: «Зима на моей голове, но вечная весна в душе. Я вдыхаю сейчас аромат сирени, фиалок и роз так же, как и тогда, когда мне было 20 лет»...

Американский философ и поэт Ральф Эмерсон, проживший около 80 лет, советовал «не считать лет человека до тех пор, пока у него больше ничего не осталось для подсчета, кроме прожитых лет»...

«Я знаю, что вы сочтете мои слова за шутку, но я ска-

жу вам: хотя мне сегодня 101 год, жизнь для меня такая же сладостная, как и для всех вас, и я хочу еще жить так долго, как только Бог будет продлевать мои земные дни», — сказала счастливица в день своего рождения.

Доктор Александр Богомолец утверждал, что человек в 60 и 70 лет — все еще молод.

Эта длинная галерея портретов, или перечисление выдающихся «старожилов», далеко не исчерпывает всего списка людей, которые имели пред собою замечательные перспективы старости, но для нашей теперешней цели — вполне достаточно.

Из всего сказанного явствует, что старость не лишает нас будущности. Поэтому никто не смущайся быть стариком, не чувствуй себя виновным в том, что ты состарился, и не извиняйся за свой преклонный возраст. Помни, что человек должен, иногда, прожить до 90 лет, чтобы духовно прозреть, обратиться ко Христу, увидеть, насколько окружающий нас мир чудесен и прекрасен, и уразуметь «как благ Господь!»

Один из таких прозевших духовно писал своему другу: «Тени вечерние спускаются надо мною, но утренний рассвет уже наступил в моей душе. Я убеждаюсь в том, что лучшее в жизни всегда впереди и что самое дивное ожидает меня за холмом времени»...

Две страшных трагедии мы наблюдаем в мире: первая — когда молодой человек умирает, не успев осуществить своего жизненного назначения, и вторая — когда в старческом возрасте человек не знает: зачем он прожил жизнь? Куда и на что ушли его драгоценные 60 или 70 лет? В подобных случаях человеку не на что оглянуться, нет у него ничего достойного вспомнить сейчас, и не предвидит он никаких отрадных перспектив в будущем. Для такого человека не так ужасна смерть, как безотрадно бессмысленное продление жизни.

Старость — осень нашей жизни. С ранней весны юности и во все последующие годы мы ревностно сеяли. И вот, теперь, в старости, мы приблизились к сезону жатвы. Наша старость всегда будет такой, какой мы сами ее смастерили. Старость может быть цепью великих и незабвенных благословений для себя и для других, но она может также оказаться и подлинным проклятием, если вместо чистого зерна мы засеяли наше жизненное поле сорняками. «Что посеет человек, то и пожнет»... В этих словах Св. Писания выражена истина, которой не могут отрицать даже безбожники. Легче снять солнце с небосвода, чем удалить эту истину из Библии. Она подтверждена жизнью отдельных людей и правдивой историей многих империй. Жатва многих исторических посевов была ужасна: «сеяли ветер и пожали бурю»... Жатва многих стариков полна горечи.

Всем нам приходилось в жизни встречать людей, которые не привыкли смазывать чужих ран целительным бальзамом, но зато они рассматривают своим неперменным долгом заливать эти раны уксусом. Эти люди не скрывают постоянной своей горечи и недовольства. Они всегда носят свои шипы, иглы и тернии снаружи и держат их остро заточенными. Такими они были всю жизнь и с этим их духовным арсеналом вступили в старость. Можно ли удивляться тому, что «никто их не любит», если все избегают их и не желают иметь с ними никакого дела? Мы не прижимаем к нашей груди колючего ежа и не пользуемся рестораном, в котором не один раз уже нас отравили.

С грустью мы должны признать, что есть старики (и таких в наш век немало), у которых старость позорна, постыдна и унижительна. Прожив всю свою жизнь невежественно, гнусно и пошло, они заражают своей проказой нравственно здоровых людей и особенно юношество. Такой вид старости заслуживает не сожаления,

а самого грубого порицания. Не думаю, чтобы кто-нибудь из здравомыслящих людей избрал для себя такой род старости.

Итак, счастливая пора старости, как и всякая плодотворная будущность, вообще, принадлежит тем, кто к ней подготовлен. Каждый человек живет той жизнью, какую сам для себя создал, и не имеет права на кого-то сетовать. «Какая грязная, душная нора, какая глупая жизнь», — сказал впотьмах проснувшийся утром крот. «Какое чудесное утро! Какой свежий воздух! Какой кристальный ручей! Какой аромат цветов! Какие необъятные просторы небосвода!» — пел в безоблачном голубом небе жаворонок в это же самое утро.

В заключение не мешает упомянуть еще о том, что в нашей жизни, склоняющейся к «осени», есть, так называемое, «бабье лето». В этот короткий сезон многое еще можно осуществить, много можно при желании достигнуть. Многие старики прошли в детстве воскресную школу, юношеские кружки, были захвачены духовными истинами, но в процессе жизни ушли от Церкви и от Бога. В этот сезон они могут обратиться ко Христу и обновить свои взаимоотношения с Церковью, памятуя о том, что Бог по-прежнему их любит и что Церковь широко открыта для их покаяния, общения и посильного в ней служения.

«Праведник цветет как пальма, возвышается подобно кедрю на Ливане. Насажденные в доме Господнем, они цветут во дворах Бога нашего. Они и в старости плодовиты, сочны и свежи, чтобы возвещать, что праведен Господь, твердыня моя, и нет неправды в Нем»... Таковы перспективы благословенной старости.

ПРОБЛЕМЫ СТАРОСТИ

«Большая часть людей употребляет половину своей жизни на то, чтобы сделать несчастной остальную ее половину»...

Несомненно, что старость наступает у каждого человека в разное время и по-разному. Здесь многое зависит от того, какова была у стареющего наследственность и какой он вел образ жизни? Каждый человек приходит к своей старости с разными остатками жизненной энергии и здоровья. К примеру говоря — человек, достигший 50 лет, может иметь в груди сердце 65-летнего, легкие — 40-летнего, почки 55-летнего; а человек — в 70 лет может оказаться с отлично сохранившимся организмом; может чувствовать себя вполне здоровым и выглядеть моложе своих лет. Одним словом — старость календарная может иногда не совпадать и не соответствовать старости физиологической, психической и душевной.

Нужно сказать, что эта «неувязка» разных областей старения в человеке часто бывает предательской, так как годы календарные могут показывать нам одно, а истрепанное здоровье — совершенно другое. Нам известно множество печальных случаев, когда человек всю свою жизнь тяжело, не покладая рук, работал, стараясь обеспечить материально свои годы старости. В достижении этой цели он вертелся, как белка в колесе, «во все дни свои, он ел впотьмах, в большом раздражении, в огорчении и досаде»... Он постоянно создавал, приобретал, копил и все это делал в надежде когда-то «пожить во свое

удовольствие», но увы! Он не дожил до старости... Увы! он успел еще выкрасить свой недавно приобретенный четвертый домик и умер прежде, чем краска на доме высохла.

«Кто любит серебро, тот не насытится серебром, и кто любит богатство, тому нет пользы от него»... «Какая же польза ему, что он трудился на ветер?» — спрашивает Соломон. (Добавочной иллюстрацией к этому может служить рассказ Ивана Бунина «Господин из Сан-Франциско».)

Многие люди мечтали выйти на пенсию в 65 лет и отдохнуть, но дожив до этого возраста, они вдруг решили не снимать с шеи своего «хомута» и, продолжая работать, вскоре пали под его непосильной тяжестью. Многие вышли на пенсию слишком поздно, начали получать пособие, но к удивлению всех, они воспользовались только четвертым или пятым чеком.

«Есть зло, которое видел я под солнцем, и оно часто бывает между людьми: Бог дает человеку богатство и имущество и славу, и нет для души его недостатка ни в чем, чего не пожелал бы он; но не дает ему Бог пользоваться этим, а пользуется тем чужой человек: это — суета и тяжкий недуг», — говорит Соломон.

Да, это — «зло великое» и «тяжкий недуг»... Но нет, по-моему, большего несчастья в жизни человека, вышедшего на пенсию, как то, которое постигает его, когда он, освободившись от «хомута», не знает, что делать со своим временем и с самим собою? Ему кажется, что жизнь прожита и все для него, лично, кончено... жизнь прожита и он уже ни на что не способен и никому не нужен. Ему думается, что с потерей работы он потерял все. Хотя его выход на пенсию вовсе не означал, что он вдруг очутится на улице и будет голодать. О, нет, материально он был обеспечен до смерти.

Так в чем же дело? Где причина?

— Скука! Скука от безделья.

Нет пытки более жестокой и мучительной, как бессмысленное и бесцельное прозябание, лень, безделье и праздность. Историки говорят, что президент США Кальвин Кулидж, выйдя в отставку, страдал этим тяжким недугом. Он уходил к себе в контору и не мог ни за что взяться, потому что — «нечего» было делать и «не для чего» было что-то делать. Он возвращался из конторы домой, бродил по комнатам и томился от нечего делать. Чтобы скрасить чем-нибудь день, бывший глава государства спускался в подвал своего дома и там наблюдал, как рабочий выгребал из печи центрального отопления золу и подбрасывал новые запасы угля. И, на самом деле, какие же еще амбиции могли быть у бывшего президента? К чему еще надо было стремиться и чего достигать тому, кто побывал уже на президентском «троне» и для кого «трон» этот оказался «суетой сует и всяческой суетой»?

Президент Кулидж умер, когда ему было всего 60 лет; умер, надо сказать, не от старости, а от неспособности к ней. Всю свою жизнь он был занят решением государственных и международных проблем, а проблемами собственной своей старости Кулидж, как видно, не занимался и ни одной из этих проблем не решил, кроме проблемы материальной, конечно. Кулидж, вероятно, забыл, что по установленным Богом законам природы, если человек перестает пользоваться жизнью конструктивно, жизнь отказывается пользоваться этим человеком.

Говоря о проблемах старости, необходимо отметить, что каждый возраст нашей жизни имеет соответствующие проблемы и кризисы. В раннем детстве наступает время, когда надо оторваться «от юбки матери» и проводить целые дни в школе; в ранней молодости — избрать тот или иной род занятия или профессию; в зрелости — жениться; в

возмужалости — семья, положение в обществе, ответственности... Таковы проблемы этих возрастов.

У старости тоже есть свои кризисы и проблемы. Среди их множества мы встречаем прежде всего физиологическую проблему.

ПРОБЛЕМА ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ

От того или иного решения этой проблемы зависит наша физическая жизнь. Казалось бы — что в жизни более всего существенно, как не сама жизнь? Ведь если нет жизни, значит — ничего нет! А между тем, как мало мы об этом думаем. Житейский опыт подтверждает, что тот, кто следит за своим здоровьем, гораздо разумнее того, кто не ценит жизни и не заботится о здоровье.

К сожалению, многие из нас начинают ухаживать за своим здоровьем и тревожиться о его состоянии только тогда, когда смерть уже не за горами и даже не за углом, а у возглавия постели.

Вступая в старость, мы должны знать свои физические силы и в наших занятиях или труде никогда не переваливать за их запретную черту. В жизни каждого человека наступает время, когда он вынужден отказаться быть атлетом или играть какую-то важную роль в тех или иных физических состязаниях. Хотя не всем это нравится и не все на такой отказ согласны. Колумбу трудно было доказать, что земля круглая, но еще труднее доказать некоторым старикам, что они уже давно вычеркнуты из списка атлетов и вундеркиндов.

Вступая в старость, полезно помнить, что жизнь — это энергия, которую следует расходовать разумно на пользу ближним и во славу Божию. Наша земная жизнь не повторяется, значит щадить ее нужно. Поэтому никогда не старайтесь кому-то доказать, что вы сильнее и выносливее,

чем это на самом деле.

Вступая в старость, нам надлежало бы знать, когда остановиться с нашей обычной активностью и переключиться на новый для нас жизненный темп и образ жизни: ограничить свои потребности, отказаться от некоторых любимых, но вредных для нашего возраста, напитков и блюд и т.п.

«Я слишком стар для того, чтобы меняться самому и менять мои устои, убеждения и привычки» — ложный девиз! Ведь мы так или иначе постоянно меняемся. Наше тело и ум меняются, до известной степени, каждую минуту. Каждое новое утро немножко другое, каждый новый день не тот же самый, какой был вчера. В разных возрастах, в разное время, в каждой «новой десятилетке» природа предъявляет к нашему телу новые требования, и нам не избежать горьких последствий, если мы не признаем этих требований и отвергаем их. Запомним, раз и навсегда, что нам выгоднее подчиниться требованиям старости, чем «идти против рожна»...

Наше тело должно получить соответствующую его силам ежедневную нагрузку. Здесь и там приходится встречаться с такими рассуждениями: «Мы уже достаточно потрудились, пусть теперь другие поработают, а наше дело маленькое: лежать на полке, куда нас положили»...

— Позвольте, — ответим мы, — никто вас на полку не укладывал. Вы сами себя туда уложили; тот образ жизни, который вы решили вести, выйдя на пенсию, он отвел вам эту полку. Место на полке — не особенно удобное и не особенно почетное для вас, но все же быть на полке лучше, чем лежать в темном подвале или где-то на свалке. Обычно мы кладем на полку не то, что надо выбросить, а то, что можно еще починить, исправить и вновь пользоваться.

Выйдя на пенсию, мы хотели бы ничего уже не делать, но мы забываем о том, что наше тело не создано для

подобного рода лени и бездействия. В силу этого нам следует избегать праздности, инертности и лени больше, чем сладкого сна на морозе, больше, чем смерти.

«Будем вместе сидеть и ждать смерти!» — сказал один старец другому. Но тот вполголоса ответил: «В ожидании смерти ты, голубчик, посиди здесь, а я пока возьму свой посох и котомку да пойду подышать воздухом соседних гор и лугов»...

В решении нашей физиологической проблемы последуем примеру второго старца. Быстро едешь — беду нагонишь, медленно едешь — беда тебя нагонит. Будем избегать крайностей в езде, сохраняя между бедой и нами должную дистанцию.

ПРОБЛЕМА МАТЕРИАЛЬНАЯ

Мы говорили о проблеме физиологической, но не менее серьезна для нас и проблема нашего материального благополучия. Кто-то сказал: «Дайте человеку три вещи: материальную обеспеченность, удовлетворительное здоровье и увлекательное занятие, и все его годы, после 60-ти, будут самыми лучшими в его жизни».

К сожалению, вопрос материальный часто выступает на первый план и служит в ущерб другим более важным вопросам. Многие люди копят деньги и так этим увлекаются, что даже и в годы старости не могут остановиться. Конечно, их старость материально обеспечена и может даже вызывать у бедных людей чувство зависти, хотя сам обеспеченный иногда может чувствовать себя в тысячу раз несчастнее самого последнего бедняка, ибо не все — в материальной обеспеченности. Соломон был обеспеченнейшим человеком и, однако, он сказал: «Умножается имущество — умножаются и потребляющие его; и какое благо для владеющего им: разве только

смотреть на него своими глазами? Сладок сон трудящегося, мало ли много ли он съест; но пресыщение богатого не дает ему уснуть. Есть мучительный недуг, который видел я под солнцем: богатство, сберегаемое владельцем его во вред ему»... Кто не умеет быть бедным, тот не сумеет быть и богатым. Обеспеченность, удобства, роскошь, изобилие могут превратиться в своего рода ловушку для всех увлекающихся ими. Не многие старики знают об этом и легко попадают в этот старческий капкан. Сперва обстановка пресыщения и бездействия очень приятна и привлекательна, но вскоре обнаруживается, что их назначение в том, чтобы расслабить наши мускулы, притупить мозги, парализовать волю, размягчить чувства и «выбить нас из строя жизни»... Богатство человека во вред ему, если он не знает, как им пользоваться.

Христос учит, чтобы материальная обеспеченность никогда не занимала первого места в нашей жизни. Ибо «не хлебом одним будет жив человек»... К тому же: «Как вышел человек нагим из утробы матери своей, таким и отходит, каким пришел, и ничего не возьмет от труда своего, что мог бы он понести в руке своей»...

Алексей Толстой так писал об усопших богатых скопидомах:

***Все, что они желали и любили,
Все, что к земле притягиваю их,
Все на земле осталось горстью пыли...***

Слава Богу за то, что мы живем в такой век, когда ребенок перестал быть игрушкой для окружающих, а старик — бременем для своих детей и родственников и паразитом для общества, так как со дня его отставки и до конца его жизни прожиточный минимум обеспечен государством. Большинство людей, вышедших на пенсию, должно усвоить два важных жизненных урока: ограничение и довольство.

Первый урок старости — ограничение. Если мы

вынуждены ограничивать наш бюджет, мы должны одновременно сократить и наши потребности и, вместо прежней бесконтрольной, может быть, траты денег, ввести в действие режим экономии и бережливости. Урок этот облегчается уже тем, что пожиравшие раньше так много денег и времени наши выезды и развлечения, капризы и мода утратили для нас свою былую прелесть. Вместо них вошли в наш обиход простота и скромность. Прежде мы руководились в пище чувством вкуса, а теперь мы убедились уже, что не все то, что вкусно, бывает полезно для нашего стареющего организма. Тот же самый практичный подход применяется нами при покупке одежды, обуви и др. Раньше мы учились искусству копить деньги «про черный день», теперь же начинаем учиться «жить под карандаш», «протягивать ножки по одежке»... «Не доходом дом обилен, а где умеренный расход», — сказал Г.Р. Державин.

Ограничение и умеренность приносят нам больше пользы, чем разнузданность и бесконтрольность. Долголетие принадлежит не тем, кто ест «до сыта, до отвала», а кто отказывает себе в излишках, в пресыщениях. Не тот здоров и долговечен, кто много имеет, а тот, кто во многом отказать себе может. В этом наш первый урок и первая наша потребность.

Второй урок старости, урок еще более жизненный и необходимый — довольство. Нам нужно научиться довольствоваться малым. Все мы нуждаемся в этом, но какой это трудный для нас урок!

Что же мешает нам удовлетворяться малым?

— Не что иное, как наша людская ненасытимость, жадность и зависть. Человека, подверженного этим трем тяжким недугам души, удовлетворить невозможно. Если он был всегда недоволен при своем прежнем изобилии, то как сможет он сейчас довольствоваться малым?

Удовлетворяться малым способен только тот, кто обладает внутренним довольством души; у кого при любой материальной скудости всегда имеется избыток духовных сил и небесных сокровищ. Одной из этих духовных жемчужин в характере христианина является «кротость». Христос сказал: «Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю». Кроткие наследуют землю и наслаются ее лесами, полями, лугами, солнышком, ароматом цветов, пением птиц, порханьем мотыльков... Какие это бесценные дары! Но спросим себя: кто из людей пользуется ныне этими дарами Божьими? Тот, кто поглощен жаждой к наживе, кто с головой зарылся в землю, зарыл в земное все свои таланты и способности, тот не видит и даже не замечает красот земли. Он мыслит о другом. Он может быть обеспеченным человеком, но видя, что у соседа «больше», он чувствует себя несчастным. Зависть, как капля дегтя, отравляет все радости его жизни. «Завистливый по чужому счастью сохнет», — говорит народная мудрость.

Не так смотрит и живет «кроткий». Пока ненасытный человек изнуряет себя в погоне за «большим», кроткий наслаждается малым, принимая это малое, как особую милость из рук Божиих. Пока у недовольного богача — терзания души, кроткий наслаждается сердечным покоем. У недовольного взор его омрачен, лицо кислое и весь он печален, уныл, замкнут, а у кроткого — приятная улыбка, лицо сияющее, песнопение на устах и пасхальный перезвон в душе. Кроткий не закрывает глаз на окружающий его мир, он понимает, что у него несравненно меньше земных благ, чем у других, но тут же он глубоко сознает, что он не заслуживает даже этого малого и что в мире есть миллионы таких же людей, как он, у которых нет ни большого, ни малого.

Где же, у кого и как научиться быть довольным тем, «что Бог послал»?

— В светских и даже духовных учебных заведениях этот предмет не преподается. За этими уроками мы должны обратиться к Великому Учителю, Который приглашает всех в Свою духовную академию, говоря: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас! Возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, ибо Я КРОТОК и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим; ибо иго мое благо и бремя Мое легко»...

Довольство малым и внутренний душевный покой настолько высоко расценивались апостолом Павлом, что ради них он «от всего отказался и все почел за сор»... Заканчивая свою жизнь в римской тюрьме, апостол писал: «Я научился быть довольным тем, что у меня есть: я умею жить в скудости, умею жить и в изобилии; научился всему и во всем, насыщаться и терпеть голод, быть в обилии и в недостатке. Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе»... Научившись от Христа такому важному искусству жизни, апостол дает совет нам, христианам: «Кротость ваша да будет известна всем человекам. Господь близко! Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве и прошении с благодарением открывайте свои желания перед Богом, — и мир Божий, который превыше всякого ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе. Наконец, братья мои, что только истинно, что честно, что справедливо, что чисто, что любезно, что достославно, что только добродетель и похвала, о том помышляйте... и Бог мира будет с вами»... Христос сказал: «Отец ваш небесный знает, что вы имеете нужду во всем этом. Ищите прежде Царства Божия и правды Его, и все приложится вам!» Другими словами — в первую очередь старайтесь разрешить главную проблему вашей бессмертной души, а проблемы физиологические и материальные разрешатся сами собою. «Малое у праведника — лучше богатства многих нечестивых... Я был

молод и состарился, и не видел праведника оставленным и потомков его просящими хлеба», — свидетельствует царь Давид.

ПРОБЛЕМА ДУХОВНАЯ

Рассматривая проблемы старости, мы уже отмечали, что духовная проблема является первой и заслуживает того, чтобы стоять во главе всех других жизненных проблем.

Древний греческий мудрец, живший около 2500 лет тому назад, сказал: «Судьба человека зависит от его характера». Он был прав. От нашего характера, если он добр, зависит не только наше счастье, благополучие, здоровье и долголетие, но и наша вечная жизнь, вечное блаженство.

Человек — кузнец своего характера. Он создает и формирует тот или иной характер в течение всей своей жизни. Врачи определяют болезнь по одному какому-нибудь симптому, а психологи определяют наш характер по одной произнесенной нами фразе, поступку или подбору наших друзей. Они говорят: «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу тебе, кто ты».

Ничто так не обнаруживает и не обнажает скрытого в нашем теле, нашего «я», как наш характер. О людях с плохим характером обычно говорят: «Каков в колыбельку, таков и в могилку»...

В молодости мы думали, что когда мы станем старыми — мы будем совершенно другими; но увы! Мы и в старости остаемся, по своей духовной сущности, теми же, какими были в молодости. Вдумчивый человек, наблюдающий за жизнью своей души, часто сам поражается своей неизменной индивидуальности. Ему кажется даже, что он точно застыл на известном возрасте, что он не стареет и вовсе не приближается к могиле.

Наша невозрожденная старая натура, со старым сердцем и старым греховным характером, делают нашу старость кошмарной. «Ибо лукаво сердце человеческое более всего и крайне испорчено; кто узнает его? — Я, Господь, проникаю сердца и испытываю внутренности, чтобы воздать каждому по путям его и по плодам дел его»...

Наша падшая, порочная природа — рассадник всех отрицательных черт нашего характера. Это — источник всех видов беззакония и нечестия. Слово Божие говорит, что эту плотскую нашу природу мы унаследовали от наших прародителей, Адама и Евы. Конечно, те ученые, которые ищут своих прародителей не в саду Эдемском, а в зоологическом саду, могут отрицать эту истину, но мы считаемся не с человеческими вымыслами, а с неопровержимыми фактами.

Библия содержит в себе не сказки, как некоторые безумцы думают, а факты мирового значения, подлежащие безоговорочному признанию, принятию и применению их. Факты бессмысленно отрицать. Факты остаются фактами независимо от того, признаем ли мы их или отрицаем.

Одним из таких неопровержимых фактов, упоминаемых в Св. Писании, является факт наличия зла в мире: «Мы знаем... что весь мир лежит во зле»... Люди могут расходиться в своих мнениях о происхождении зла: откуда зло появилось, кто виновник появления зла? Но все они единодушны в признании очевидного для всех факта, что зло в мире существует. Мы можем ошибаться в своих мнениях, но мы не имеем права ошибаться в фактах. Признавая наличие зла, мы не совершаем никакой ошибки. Можно также иметь разное представление о степени зла в мире. Одни находят, что «зла в мире не так уж много», другие утверждают, что «в мире только одно зло и никакого добра», но все единодушны в преобладании зла, что в мире «больше зла, чем добра». И не только — в мире, но что зло

преобладает в каждом, самом лучшем человеке.

Это преобладание зла в мире служило темой для многих древних и современных писателей, но нигде во всей мировой литературе степень зла в мире не была так точно определена, как определяет ее Св. Писание, которое говорит: «Весь мир лежит во зле»... Зло — это природа и духовная сущность мира. Это его стихия. Как для птицы воздух, для рыбы вода или для свиньи грязь, так зло — для мира. Удалите все зло из мира, зло, которым мир «живет, движется и существует», и что останется от его великих деяний, развлечений и удовольствий?

Обратите ваше внимание на слово «лежит», которым Св. Писание пользуется, как сравнением, выражая преобладание зла в мире. Представьте себе, что «весь мир лежит во зле», как лежит тяжело страдающий, смертельно больной, паралитик или подстреленный, лежит и не имеет силы подняться.

Заметьте также в приведенном стихе Св. Писания слово «весь».

Современный мир, разделившийся на восточный и западный, на два взаимоисключающих политических блока, склонен отнести зло с его растрепанностью и порочностью, насилием и несправедливостью к одной только его половине, а Св. Писание говорит: «весь мир», пусть он будет коммунистическим, капиталистическим, монархическим или папским... «Потому что все согрешили и лишены славы Божией... так что заграждаются всякие уста, и весь мир становится виновен перед Богом»...

«Весь мир» заражен одной и той же проказой греха, и нет в мире ни одного человека духовно здорового или безгрешного, совершенного. Мы все унаследовали эту греховную проказу от прародителей, и, в силу этого, каждый из нас обязан признать эту печальную наследственность и вместе с царем Давидом сказать: «Вот я

в беззаконии зачат, и во грехе родила меня мать моя»...

Между проказой и грехом есть много аналогичного, сходного.

Грех так же, как и проказа, нелицеприятен и беспощаден. Проказа поражает священнослужителя Геезия, военачальника Неемана, царя Озию и др. Проказа не смотрит ни на наше положение и образование, ни на происхождение, воспитание, красоту и богатства.

Грех, как и проказа, должен был бы наводить на нас ужас, но, к сожалению, ужас наводят на нас не грехи, а только последствия грехов.

Вот вам пример: дама начала чувствовать в груди какую-то ноющую боль и обратилась к доктору. В результате проделанных анализов у дамы обнаружили рак груди. Когда ей сообщили об этом, она упала в обморок... Рак тела наводит на нас ужас. Но ведь рак греха поражает не только наше тело, но и душу и, тем не менее, ни на кого ужаса не наводит. Когда Бог указывает на нас Своим Божественным перстом и говорит: грех в тебе и весь ты во грехе! — Никто из нас не падает в обморок.

Другой случай: студент убил девушку, и, когда суд вынес ему смертный приговор, он упал в обморок, а его мать, присутствовавшая на суде, рвала себе волосы на голове и билась в истерике. Люди не гнушаются убийства, прелюбодеяния, обмана, разврата и множества других жутких грехов, но они боятся попасть на скамью подсудимых, в тюрьму, на электрический стул, виселицу или — только в госпиталь для венерических больных. Люди любят грех, ищут греха, платят за грех и наслаждаются грехом. Такова обольстительная сила греха.

Грех, как проказа, начинается в нас с ничтожно малого. Говорят, что первые симптомы проказы настолько незначительны, что даже специалисты затрудняются определить эту страшную болезнь прежде, чем появится

маленькое беленькое пятнышко с подозрительно белым волоском в центре. Те, кто не обратят внимания на появившееся пятнышко, узнают о своей про- каженности только тогда, когда начинают слезиться глаза, выпадать волосы и зубы, отваливаться ногти и целые конечности. Когда же у больного начинает сохнуть язык, смерть медленно, но верно вступает в свои права. Грех тоже начинается с ничтожно малого, но развиваясь в нашем сердце и характере, неуклонно приводит к вечной гибели. «Похоть зачавши раждает грех, а сделанный грех раждает смерть»...

Грех, однажды содеянный, навеки разобщает нас с Богом. Грех оскверняет нас и делает негодными для общения со Святым Богом. Однажды согрешивший подчиняется закону греха и уже не может остановиться на этом пути; грех формирует в нем греховную привычку. Грех, допущенный и многократно повторенный нами, лишает нас способности противостоять, сопротивляться греху. Как мощный борец, грех укладывает грешника «на обе лопатки» и не позволяет ему подняться.

Допущенный грех, обычно, стараются скрыть от других, но если скрыть уже поздно и невозможно — пытаются всячески оправдать его: «Ну, какой в этом грех, — говорят они, — другие не то еще делают»...

Греха нельзя скрыть. Таков закон греха: однажды соделанный грех должен повториться и повторяется до бесконечности, поэтому, рано или поздно, тайный грех обнаруживается и делается явным. «Нет ничего тайного, что не сделалось бы явным; и ничего не бывает потаенного, что не вышло бы наружу»... Об этом свидетельствуют бесчисленные литературные произведения: «Братья Карамазовы», «Воскресение», «Анна Каренина», «Фауст» и многие другие.

«Глухие смеются над грехом», — говорит Соломон.

Но хорошо смеется тот, кто смеется последним. Поэтому — не играй с грехом! Зажжешь огонь — не погасишь. Ты можешь грешить и смеяться над грехом, но ты не уйдешь от его последствий. Грех отразится на твоём здоровье и на твоём разуме. Грех разрушит твоё тело и создаст преждевременный ад для твоей порочной совести. Плоды твоих грехов ты будешь пожинать в твоей старости, в твоих детях и внуках. Если не обратишься к Спасителю грешников и не оставишь греха, ты пожнешь плоды греха в вечности.

Из всего сказанного мы видим, что грех является главной проблемой не только старости, но и проблемой всех возрастов и каждого человека.

Проблема духовная — это проблема греха, из которой все остальные проблемы проистекают. Умалять этот факт или отрицать его может только тот, кто настолько стар, что потерял уже способность логично мыслить, или настолько молод, упрям, невежествен и оболещен грехом, что, закрыв свои глаза, идет сознательно в погибель. «Ибо слово о кресте для погибающих юродство есть, а для нас спасаемых сила Божия»...

Бог открывает нам сущность греха, силу греха, нашу порабощенность греху, наше бессилие пред грехом, искупление греха Голгофской смертью Христа, возможность нашего прощения и избавления от греха. Христос призывает нас к покаянию и возрождению свыше. И к этому мы должны прийти, если желаем правильно разрешить нашу главную проблему старости — проблему греха, если желаем наследовать жизнь вечную.

«Почему наша бабушка так часто и так долго читает Библию?» — спросил один внук другого. «Не знаю», — ответил тот и, подумав немного, добавил: «Вероятно, она готовится к последним, выпускным экзаменам»... Готовы ли мы?

«Испытай меня, Боже, и узнай сердце мое; испытай меня и узнай помышления мои; и зри, не на опасном ли я пути, и направь меня на путь вечный!»...

«Испытывайте самих себя, в вере ли вы? Самох себя исследывайте. Или вы не знаете самох себя, что Иисус Христос в вас? Разве только вы не то, чем должны быть»...

Таковы проблемы старости.

ПРАВА СТАРОСТИ

«Всем на добро одни права даны»...

В.А. Жуковский

С тех пор, как существует человечество, одно поколение сменяется другим, кончается одна историческая эпоха и начинается другая, новая. С уходом старого поколения и с приходом нового происходит немало коренных перемен к лучшему или к худшему, которые для многих заметны. Но никто так не замечает происшедших перемен, как те, кто вошли уже в такой возраст, когда волей-неволей должны сказать своей смене, своим наследникам:

Мне время тлеть, тебе — цвести. Тебе я место уступаю...

Старики наблюдают за окружающей их жизнью и удивляются, что мир, в котором живет новое поколение, стал как бы совершенно иным. Не тем, каким он был, когда они в него вступали. Новый мир смотрит, думает и живет не той жизнью, какой они, старики, когда-то жили. У нового мира свой стандарт жизни, свой уровень морали, свои взгляды и отношения к старому быту, к прежним порядкам. Старики видят перемену и говорят: «Это не наш мир... мы предпочитаем доживать свой век с нашими взглядами на вещи, по нашим стандартам морали, придерживаясь наших мировоззрений, защищая старые идеалы и духовные ценности; те ценности, которые не подвержены тлетворному влиянию времени и в веках не меняются». Старики видят свое бессилие и безысходность борьбы с

людьми, только что вступающими в жизнь, и говорят с грустью:

***Где ты? Приди — свои права
Передаю тебе с поклоном...***

В наш атомный век подобная разница во взглядах и отношениях ощущается стариками особенно остро, потому что новое поколение находит какое-то ненормальное удовлетворение не в созидании, а в разрушении. На все старое, доброе, правильное они огульно ставят печати: «устарело», «отжило свой век», «вышло из моды», «не отвечает времени или запросам современной молодежи»...

Мы, старики, не согласны с этим. Тот, кто способен читать древнюю классическую литературу, появившуюся 2500 лет тому назад, по-прежнему восхищается ее истинами и мудростью. И никто не убедит нас в том, что солнце, вода и воздух устарели, потому что появились электричество, цистерны с кислородом и газированная вода в бутылках.

В силу такой разницы во взглядах новое поколение и поколение старое живут каждый «по-своему». Таков закон возрастов и социальный закон. Они неумолимы, как неумолимы законы природы. Люди преклонных лет нежелательны в обществе молодежи. Мы, старики, чувствуем это, видим и удивляемся, что мир «новый» проходит мимо нас, сознательно нас не замечая. Все это нам не нравится, но что можно возразить? Справедливость требует вспомнить, что в свое время, вступая в жизнь, мы тоже старались держать своих дедушек и бабушек в стороне от нашей бурливой активности, а теперь пришел их черед. Мы съели уже свой жизненный пирог, а они только начинают браться за вилки. Пусть же и это новое поколение «попрыгает», как прыгала «попрыгунья стрекоза», но при этом не забывает, что и для нее лето жизни быстро пройдет и она должна будет уступить место своим детям. Тем временем мы, старики, просили бы молодежь не нарушать наших

старческих прав.

Мы советовали бы вступающему в жизнь новому поколению смотреть на нас, стариков, не как на людей, «выживших из ума», «впавших в детство», «оказавшихся за бортом жизни», «не котирующихся больше на бирже труда», а по-прежнему рассматривать нас полноправными гражданами нашей скорбной планеты.

Мы ожидаем от молодежи применения к нам золотого правила: «Сам живи и дай другому право жить... Не перевоспитывай нас, но оставь за нами право жить так, как нам нравится, как мы привыкли жить.

Мы просим молодежь запомнить, что имеем полное право быть стариками. Мы не стыдимся старости и не думаем извиняться за нее. Напротив, мы счастливы, что могли дожить до таких лет, и объясняем свой возраст особой к нам милостью Божьей.

Многие люди усматривают в словах «старик», «старуха» некоторый элемент неуважения и пользуются другими, более мягкими терминами: «пожилые люди», «люди преклонного возраста», «старшие граждане», «люди, вошедшие в лета» и т.п. Но вряд ли имена и названия меняют суть дела. Были времена, когда старики пользовались почетом и уважением у своих сограждан. В прежнем Китае, если человек достигал 90-летнего возраста, он становился в глазах людей знаменитостью, и каждый, кто знал его, рассматривал великой для себя честью присутствовать на его похоронах. Но времена меняются. Поэтому мы не требуем ни от кого уважения и особого внимания к нам на том лишь основании, что мы прожили больше зим и лет, чем другие. В глубокой древности «седина старца» была символом знания и всесторонней опытности, но не сейчас. Бог заповедал: «Пред л идем седого вставай и почитай лице старца»... Но что значит заповеди Божии в очах «поколения беззаконников»?

Человек достоин нашего уважения, — учат сейчас, — не за его старость, а за его особые подвиги, услуги, оказанные родине, способности, здравые суждения и выдающуюся мудрость. Конечно, такое отношение к нам будет нормальным явлением со стороны чужих нам людей, но ни в коем случае не от наших детей и внуков, от младших членов нашей христианской семьи, управляющейся взаимной любовью.

Любовь — великий учитель. Ее проявления чувствуют и понимают даже домашние животные. Любовь укажет и научит юношу, как подойти к душе старца, заканчивающего свою жизнь. Любовь будет обходиться с нами деликатно и с нежностью, не только как с родным человеком, бабушкой или дедушкой, а как с ценным, но хрупким человеком. При такой христианской атмосфере молодые чувствуют, что они уделяют недостаточно любви к старикам, а сами старики умиляются, глубоко сознавая, что молодые относятся к ним гораздо лучше, чем они того заслуживают.

Старики ценят, когда с ними обращаются как с нормальными, взрослыми людьми, и просят молодежь оставить за ними это право. Обычно такие старики говорят молодежи: «Пока мы не потеряли рассудка, нам не нужны няньки, мы не желаем, чтобы нас водили под руку или кормили с ложечки, когда мы можем еще сами за собой поухаживать и быть полезными людям»...

У людей, проживших жизнь, есть многое о чем вспомнить и рассказать... Пожалуйста, не лишайте их этого права. Вы можете двусмысленно ухмыляться, когда они вступают в общую беседу и начинают ее привычной для них фразой: «Когда я был молод»... или «Мне вспоминается интереснейший анекдот»... или «Был у меня такой случай»... Не прерывайте их и не говорите: «Да мы слышим это уже в сотый раз»...

Поймите, что среди присутствующих находится новый

человек, который не слышал еще дедушкиного анекдота, и из любви к дедушке вооружитесь трехминутным терпением.

Мы, старики, прошли и оставили позади себя длинный жизненный путь, но мы все еще продолжаем жить... Бог не лишил нас этого права — не лишайте нас этого права и вы, вступающие в жизнь. Поверьте, что для нас право жить так же важно, дорого и священно, как и для вас.

По благодати Божией, мы желаем держать наши головы высоко, смотреть вверх, а не вниз, вперед, а не назад, жить будущим, а не прошлым. Мы желаем пользоваться надеждой и упованием так, как чайка пользуется воздухом. Она тяжелее воздуха, но парит в выси, потому что крыльями своими врезывается в воздух. Вот так точно и мы желаем врезываться крыльями Божьей веры в грядущее бессмертие и вечное блаженство со Христом. Не лишайте нас этого права.

Мы знаем, что в будущем мы встретим не одну еще битву, не одно духовное сражение, но мы уверены, что конечная победа за нами. Вскоре мы уйдем из мира, отступим и займем позицию, недостижимую для нашего противника. Зная это, мы не боимся ни жизни, ни смерти. То, чего нельзя уже в жизни изменить, мы готовы терпеливо перенести. То, что можно еще сделать для Бога и людей, мы готовы делать, не щадя наших слабых сил, не дорожа огарком нашей земной жизни.

Какой-то неустршимый командир, находясь в тылу, поучал солдат: «Не сдаваться, братцы, противнику... отбиваться до последнего патрона... если даже ноги снарядом оторвет, — отстреливайся сидя!» А не успев попасть на фронт и залезть в окопы, командир кричал: «Что же вы, братцы, сто лет на фронте собираетесь жить? — Вперед! В атаку!» Великий духовный воитель, апостол Павел, окруженный духовным неприятелем, писал из римской тюрьмы: «Ибо знаю... что я ни в чем посрамлен не

буду, но при всяком дерзновении, и ныне, как и всегда, возвеличится Христос в теле моем, жизнью ли то, или смертью... Ибо для меня жизнь — Христос, и смерть — приобретение!»

Таковы права старости.

ОТРАДЫ СТАРОСТИ

**«Не жди особых отрад; Что Бог послал,
Тому будь рад!»**

Н.А. Некрасов

На всех ступенях земной жизни и во всех возрастах человек имеет соответствующие его летам отрады. Отсюда, все то, что радовало нас в детстве, отрочестве и юности, не интересует нас в зрелом и возмужалом возрастах, а то, без чего весь мир казался бы пустым в молодости, не возбуждает никакого абсолютно интереса на старости лет. Апостол Павел говорит: «Когда я был младенцем, то по-младенчески рассуждал; а как стал мужем, то оставил младенческое»...

Нам скажут: о каких отрадах и радостях старости можно говорить? Что отрадного можно найти в этом безотрадном возрасте?

Мы ответим: нужно прежде всего дожить до старости, чтобы иметь право судить об этом.

Многие люди не допускают мысли, чтобы можно было примириться со старостью или полюбить старость. Им кажется, что вся старость состоит из недомоганий, печали и уныния. Рассуждающие так отказываются понять, что стареет ведь только наше тело, а не душа, источник наших переживаний и чувств. Душа, если она возрождена и живет духовной жизнью, для нее нет ни старости, ни смерти. Душа эта не лишается духовных радостей, никогда не устает любить и, движимая любовью, не перестает умножать

объекты своей любви. Для души телесная наша старость не конец всему, а только вестибюль к вечной нашей юности.

О тех же, кто в это не верят и этого не ожидают, мы возносим к Богу нашему смиренную молитву. Подобно пророку Елисею, молившемуся о слуге, мы тоже просим: «Господи! открой им очи, чтобы они увидели!»

Не требуется особой проницательности, чтобы понять, что старость вводит нашу утлую жизненную ладью в тихую пристань. Разве в этом мало отрады? Находясь в длительном плавании по бурным волнам океана, мы всю жизнь устремляли свой духовный взор к этому именно успокоению. И вот, теперь, наша давнишняя мечта сбылась. Настал час, когда мы можем, наконец, «бросить якорь безопасный и воспеть: конец скорбям!»

Мы имеем теперь право отпустить наши вечно натянутые струны жизни и уgomониться, обрести долгожданное физическое успокоение; освободиться от власти времени, от диктатуры будильника и непрерывного труда.

С выходом на пенсию мы можем получить для себя умственное успокоение, быть свободными от преследования мелких и порой ненужных, временных целей, избавиться от беспокоящих жизненных проблем, навязчивых проектов, эгоизма и ненасытимости.

Мы можем, наконец, обрести мир для своей мятущейся души, мир, который приходит к нам свыше, от Бога. Ибо «только в Боге успокоивается душа моя: от Него спасение мое: не поколеблюсь более»... — Таков религиозный опыт царя и псалмопевца Давида. Таков опыт и всех подлинно верующих людей, когда-либо живших на земле. Обладая таким драгоценным миром, верующий старец готов во всякое время сказать Богу: «Ныне отпускаешь раба Твоего с миром»... Земная кончина такого человека, как похоронный марш Шопена, готова завершиться торжественно-победными аккордами однажды

грядущего воскресения. Воистину, как отрадно прожить жизнь довольным, состариться радостным и умереть блаженным!

Что делает старость нашу печальной?

— Вовсе не то, что наши радости прекратились, иссякли, а то, что наша вера в загробную жизнь оскудела и надежда бессмертия погасла. В результате, мы оказались в духовном мраке, и душа скучает по Солнцу Правды. Наука и техника способны иллюминировать наше жилище, но озарить пребывающую во тьме греха и неверия душу может только Тот, Кто сказал: «Я свет миру, кто последует за мною, тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни»...

Отрада, которой жаждет и наслаждается наша душа, находится не где-то вне нас, снаружи, но внутри нас. «Царство Божие (царствование Бога) внутрь вас есть», — сказал Христос. Отрада старости — жизнь Божия в душе, жизнь мира, утешения и радости обитающего в сердце Святого Духа. Тот, кто живет той духовной отрадой, чем дольше живет он и стареет, тем становится все более и более счастливым.

Люди, путешествующие в поезде с занавешенными окнами, ничего не видят ни направо, ни налево. Так не видят ничего отрадного в жизни и те, кто проводят свои земные дни без Бога в душе и без любви в сердце.

***Одинок я — нет отрады,
Стены голые кругом.***

Лермонтов

Напротив, путешествующие в открытом экипаже дышат свежим воздухом, пользуются лучами солнца, созерцают глубокое небо, высокие горы и луга, усеянные цветами. Они наслаждаются трелями жаворонка, журчанием ручья, восхищаются красотами природы и непрестанно восторгаются ее Творцом.

Кроме того, старость как бы уводит нас от жизненной сутолоки и суеты, переселяет нас в какой-то новый для нас мир. Нам даже чудится иногда, что мы на летнем отдыхе, который не ограничен больше никакими сроками. При этом сознании душа торжествует и мы невольно восклицаем:

Наконец-то я на воле!

Душный город далеко;

Мне отрадно в чистом поле,

Дышит грудь моя легко...

Что может сравниться с этой отрадой, свободой и успокоением? Наша прошлая кипучая жизнь? — Не думаю! «И оглянулся я на все дела мои, которые сделали руки мои, и на труд, которым трудился я, делая их: и вот, все — суета и томление духа, и нет от них пользы под солнцем», — сказал Соломон.

Большой отрадой и утешением могут служить в старости наши дети, внуки и правнуки. «Венец стариков — сыновья сыновей, и слава детей — родители их»... Какое глубокое удовлетворение испытывают родители, видя, как дети их вышли замуж, женились, следуют за Господом и детей своих воспитывают в Духе Христовом. С другой стороны, какое горе и какой тяжкий жизненный крест для родителей, у которых дети не знают Бога! Они способны ускорить процесс их старения и, как говорят, «загнать отца и мать в преждевременную могилу»...

На закате дней мы можем испытывать большую отраду и в том еще, что свободны распределять все время по нашему усмотрению, заниматься тем, чем в молодости желали бы заняться, да не могли. Теперь мы вправе увеличить свой интерес к музыке, литературе, искусству художественному или прикладному. Мы можем заняться цветоводством, садоводством, огородничеством, пчеловодством и множеством других интересных занятий.

Благотворно проведенная жизнь может служить нам отрадой в старости. Располагая известными талантами и способностями, здравым суждением, многолетним опытом, острой проникновенностью и широким духовным кругозором, которые послужили его жизненному успеху, человек не может не радоваться тому, что жизнь его не была прожита напрасно.

В заключение упомянем еще об одном источнике отрады — отраде служения Богу и ближнему в нашей старости. Мы способны не только получать, но и быть полезными другим, нашими услугами. Мы можем радоваться с радующимися и плакать с плачущими. Мы можем помогать нуждающимся: материально, физически и духовно и тем вызвать к себе доверие, любовь и уважение. Екатерина II давала своим помощникам такой совет: «Живите и поступайте так, чтобы добрые люди вас любили, злые боялись и все остальные вас уважали». Этим советом не поздно воспользоваться даже в старости.

Можно с уверенностью сказать, что подлинная доброта человека всегда выражается в деятельном отношении к жизни, в искреннем интересе к людям, в практической любви ко всем. Любовь зорка и проницательна и не способна смотреть безучастно на людские горести, проходить мимо нужды, громко вопиющей о немедленной помощи. Одна дама — христианка, проводившая свою жизнь в ежедневных поисках «быть кому-то полезной», в день своего рождения сказала: «Друзья! Сегодня мне исполнилось 83 года, но я нахожу жизнь еще более интересной, привлекательной и захватывающей»... И, действительно, если мы имеем любовь «не на словах, а на деле», ища счастья других, мы непременно найдем свое собственное...

Старость для нас — не вопрос количества прожитых лет, а вопрос отношений, привязанностей, взглядов, целей и

активности. Мы стары настолько, насколько мы старыми себя чувствуем. Мы уже говорили, что человек может состариться еще в молодости и может чувствовать себя молодым даже в старости. Итак, прав был тот, кто сказал: «Остерегайтесь молодого человека, который не способен по-старчески плакать, и старика, который перестал уже по-юношески смеяться»...

Душа нелюбящая и нелюбимая — это душа больная, одинокая, несчастная. Мало отрады в жизни такой души. «У кого желчь во рту, тому все горько». Когда человек, достигший старости, заявляет, что он никогда раньше не был так счастлив, как сейчас, то это означает, что он сумел дожить до старости без ядовитой старческой горечи в душе. Если мы встречаем старика с молодой душой, то это не значит, что он на старости лет стал «снова молодым», а это значит, что он всю жизнь оставался молодым, любящим всех и любимым всеми. Весна жизни — юность — как будто бы никогда их не покидала. На могильной плите такого человека можно выгравировать: «Здесь покоится счастливый человек. Он знал, как жить и для чего жить, и так именно жизнь свою и прожил»... Такой человек не потеряет вечной своей награды.

***О, братья, взоры — к небесам! Там жизни сей награда, Оттоль Отец, Незримый нам, Гласит:
«Мужайтесь чада!»***

В.А. Жуковский

ИСКУШЕНИЯ СТАРОСТИ

**«Погода к осени дождливей,
А люди к старости болтливей»...**

И.А. Крылов

Было бы ошибочно думать, что искушения приходят к нам только в молодости. Факты подтверждают, что искушения постигают нас и в старости. Стрелы лукавого впиваются не только в молодые, но и в старческие сердца. Спешу, впрочем, заявить, что искушения старости иного рода, чем искушения юности.

Мы знакомы с «грехами молодости», но мало что знаем о грехах старости. Остерегайтесь и берегитесь впасть в безрассудные искушения и грехи старости. Если вы не победите этих искушений, они сделают вашу старость не человеческой, а полуживотной, полу- звериной. Вы попадете в капкан, и ваша жизнь станет в тягость себе и другим. Коснемся вкратце некоторых из этих искушений.

ИСКУШЕНИЕ ПРЕНЕБРЕЧЬ СВОЕЙ ВНЕШНОСТЬЮ

Общественное мнение понуждает человека быть выбритым, подстриженным, причесанным и хорошо одетым. Поэтому многие люди играют роль «джентльменов», стараются придерживаться «хорошего тона» и соблюдать чистоплотность скорее по расчету, чем по своему внутреннему тяготению ко всем этим правилам этикета.

Достигнув старческого возраста, эти люди перестают считаться с общественным мнением и прежними своими

расчетами, постепенно прекращают заботиться о своем внешнем и внутреннем облике, делаются неопрятными, неряшливыми и не в меру ленивыми. Пока они были на службе, они находили время для бритья, мытья, причесывания, а как только вышли на пенсию — перестали, поддались этому повальному искушению старости.

Кто из нас не встречал в жизни таких «бывших джентльменов» ?

— Удручающий портрет, возмутительное зрелище! Лицо небритое, волосы растрепаны, тело немытое, рубаха грязная, брюки неглаженные, пиджак бесформенный с оторванной пуговицей, туфли нечищенные со стертymi каблуками, пропотевшие дырявые носки, серый от долгого употребления носовой платок, засаленная и помятая шляпа...

Если вы пришли к нему с визитом — не дышите затхлым воздухом его жилища, в котором окна не открываются для проветривания. Не смотрите на его медвежью берлогу, которая когда-то называлась постелью. Не замечайте многомесячной пыли по углам, которая успела уже превратиться в хлопья отвратительной серой ваты. Не заглядывайте под кровать и не подходите слишком близко к тому месту, где он приготавливает себе пищу, где стоят давно немытые кастрюльки, сковородки, тарелки, чашки, вилки, ложки и ножи... Не вздыхайте тяжело, не закрывайте ваших глаз и не говорите себе: «Какая отвратительная старость!» Не спрашивайте: что случилось с человеком? — Ничего особенного! Это общая участь всех лентяев... Человек заболел, но не физически, а душевно; опустился, сделался мизантропом, нелюдимым, оторванным от жизни, от общества... стал жертвой искушения старости.

На старости лет мы должны бояться сильнее всего неряшливости и лени. Они удручают дух, притупляют восприимчивость, расслабляют нашу волю. Мы не имеем

права быть расхристанными и неопрятными и оправдывать все это нашей старостью.

Наша старость будет всегда такой, какой мы ее сами сколотим.

Едва ли нужно здесь говорить о том, что одежда, опрятность и чистота имеют в нашей жизни серьезное значение. Они часто свидетельствуют о внутреннем состоянии нашей души. Ибо так же, как вы выглядите внешне, так вы чувствуете себя и внутренне. Приличная одежда способствует человеку ценить себя и чувствовать известное свое достоинство. Наоборот, грязные лохмотья действуют на нас угнетающе и унижающе.

Мы не имеем никакого права и никакого основания опускаться и вести жизнь пещерного человека. Мы должны служить добрым примером для наших внуков, не позорить и не смущать наших детей и, конечно, считаться с окружающими нас людьми. Св. Писание учит, «чтобы старцы были бдительны, степенны, целомудренны, здоровы в вере, в любви, в терпении; чтобы старицы также одевались, как прилично святым»...

«Старицы» не обязаны одеваться так, как если бы они только час назад вышли из Ноева ковчега, но и не должны подражать в одежде «голливудским» героям.

«Старицы» не должны носить одежду столетней давности, но они не должны идти нога в ногу с модницами и этим своим неразумием вызывать смех у публики, сожаление и конфуз у родственников. Одним словом, мы не смеем впадать в крайности, но должны одеваться и вести себя соответственно своему возрасту.

К сожалению, многие старицы забывают о своем возрасте и мало думают о смерти и вечности. Жаловалась богачка-модница преклонных лет: «Все, что глаз видит, могу за деньги купить и сделать: зубы вставить, волосы выкрасить, лицо подтянуть... вот только горба не могу

выпрямить»...

Таковы искушения, относящиеся к нашей внешности.

ИСКУШЕНИЕ СТАТЬ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫМ

Говорят, что свойство состарившегося человека таково, что он бывает подозрителен к тем, кто его любит, и податлив и снисходителен к тем, которые его обманывают.

Нередко слышишь: «Мы живем в такой век, когда надо быть сугубо осторожным и осмотрительным»...

Это верно! Мы должны быть предусмотрительны и там, где нужно, обезопасить себя от людей, не внушающих к себе доверия, но эта осмотрительность не должна переходить в подозрительность, особенно в тех случаях, где для подозрительности нет никакого основания. Нельзя видеть в каждом человеке преступника и в каждом родственнике и знакомом — врага. Нельзя жить в атмосфере вечной недоверчивости и подозрительности.

Есть старики, которые живут этими болезненными подозрениями. Они заранее уже сомневаются в честности тех, с кем они встречаются. Они убеждены, что такие вещи, как благонадежность, добропорядочность, честность — были когда-то, но теперь их не может быть. Им кажется даже, что их собственная жена их обкрадывает, торговцы обчитывают, друзья обманывают, родственники ждут не дождутся их смерти, хотят от них избавиться... Правду сказал Достоевский: «Видеть одно худое хуже, чем ничего не видеть»...

«Я слишком стар, мне 70 лет, не хочу быть в тягость детям, перееду в другой город», — рассуждает человек, заболевший подозрением. Он убегает от детей, как дети иногда убегают от родителей, и, поступая так, он уверен, что действует в интересах детей, а в действительности дети любят его и такое бегство приносит им большое огорчение

и беспокойство. Отсюда старость, которая могла бы быть счастливой для старика и для всех любящих его, становится горестной, тягостной и несчастной.

С точки зрения Св. Писания, безосновательная подозрительность у человека свидетельствует о поврежденности его ума. Апостол Павел говорит, что «лукавые подозрения и пустые споры — между людьми поврежденного ума, чуждыми истины»...

Итак, никогда ни в чем не подозревайте без основательной причины, но и не доверяйтесь тем, кого не знаете.

ИСКУШЕНИЕ СТАТЬ НЕ В МЕРУ ТРЕБОВАТЕЛЬНЫМ

Прежде чем излагать этот предмет, приходится искренно пожалеть тех, к кому эта старческая требовательность направлена. Обычными жертвами старика-тирана являются родные и близкие ему лица. Старик не выражает той или иной просьбы и желания иначе, как в виде команды; он отдает приказ и, притом, в самой категорической форме. Строгий, взыскательный, вспыльчивый и капризный, он говорит властно и настойчиво, говорит не как милому человеку, а как безвольному рабу, бесправной прислуге.

Эти требовательные старики обычно крикливы в голосе, надменны во взгляде, саркастичны в замечаниях, грубы в обхождении, настойчивы, нетерпимы и замкнуты. Судя по их выражениям, они лучше всех людей, когда-либо живших на земле. Они разбираются во всем лучше всех и больше всех знают. По их убеждению, все люди, кроме них, — глупцы, профаны, невежды и пешки... Что лежит в основе такого дерзкого отношения к окружающим?

— Духовная слепота и гордость.

Прожив жизнь, эти люди ничему решительно не научились. Они никогда еще не прозрели духовно и

поэтому не видят еще ни самих себя, ни лиц, с которыми им приходится иметь дело. Они не понимают и не считаются с теми естественными переменами, которые произошли в их семье за прошлые годы. В женатом сыне они все еще склонны видеть непослушного мальчишку, а в замужней дочери — девчонку. Они никогда еще не начинали уважать права и взгляды других и никогда не заглядывали в свою мрачную и обозленную душу.

Как помочь этим несчастным?

— Поздно уже перевоспитывать их или производить в их злобном сердце какую-то человеческую реформу. Но никогда не поздно начать читать Евангелие, обратиться ко Христу и стать возрожденным свыше человеком. Молитвы окружающих его верующих людей могут способствовать его глубокому покаянию и обновлению.

ИСКУШЕНИЕ ДЕРЖАТЬСЯ ПОДАЛЬШЕ ОТ ЛЮДЕЙ

Многие люди впали в это искушение старости. С одной стороны, они прячутся, избегают встречи с людьми и предпочитают замкнутость, а с другой — жалуются на свое одиночество.

Но одиночество и обособленность — разные вещи. Мы можем, в силу сложившихся обстоятельств, оказаться одинокими, тогда как обособленность зависит не от обстоятельств, а от нас самих.

Пусть никто не строит себе иллюзий — старые люди обречены, в той или иной степени, на изоляцию. Для стариков это понятно: многие их друзья переехали в другой город или как улитка вошли с головой в собственную, старческую скорлупу и не хотят ни с кем иметь дела. Иногда, надо сказать, люди пожинаят на старости лет то,

что усердно сеяли в годы возмужалости: тогда они убегали от людей, а теперь люди убегают от них.

Конечно, проблема одиночества может быть разрешена. Можно связаться лично или письменно с теми, кого мы когда-то знали, и наладить с ними прежние приятельские отношения. Можно взамен старых приобрести себе новых друзей. Проблему эту можно легко разрешить нашим покаянием, обращением ко Христу и присоединением к Его церкви. Христос имеет особую заботу об одиноких людях. Возрожденных свыше верующих христиан Христос называет «Своими друзьями». Христос желает и может быть нашим неизменным Спутником и другом. При желании проблема одиночества легко разрешима. Мы интересуемся теми, кто нами интересуется...

Зато проблема обособленности — куда труднее. Этот вид преднамеренной изолированности и разрыва с окружающей средой связан, во многих случаях, с горечью, затаенной обидой, разочарованием и озлобленностью. Если бы такой мизантроп мог выразить вслух свое внутреннее настроение, он должен был бы сказать приблизительно следующее: «Я хотел бы, чтобы вы меня любили, но вы не можете меня любить, так как я вашей любви не заслуживаю, а поэтому и я вас не люблю, да и весь окружающий мир мне ненавистен»...» Как и чем помочь такому ненавистнику всех?

Тот, кто чувствует, что пред ним весь мир виновен, и ожидает, что все люди придут к его дверям с покаянием, может быть заранее уверен в том, что он не дожидется ни одного посетителя.

Мы любим иногда уединиться, отдохнуть от толпы и дел, провести несколько летних дней на лоне природы, но сознательно убежать в дебри эгоизма, стать затворником в своем доме и оставаться наедине с собой — значит избрать

пожизненное заключение.

Нет надобности поселиться непременно в Сахаре, чтобы чувствовать себя одиноким, так как мы можем переживать наше одиночество даже в большой толпе.

В действительности, для общения нам нужна не толпа, а люди, с которыми мы могли бы иметь нечто общее и делиться с ними нашим духовным, душевным или умственным багажом. Но, к великому сожалению, замкнувшиеся в самих себе, обособленные люди избегают и боятся такого именно «дележа» и общения. Им кажется, вероятно, что кто-то ворвется в их темную душу и зажжет в ней яркий свет, от которого они давно отвыкли. Христос сказал: «Свет пришел в мир; но люди более возлюбили тьму, нежели свет, потому что дела их были злы»...

Обособленность ненормальна и несвойственна нашей человеческой натуре. Общинная жизнь воспринята нами с молоком матери. Она стала нашей естественной потребностью, требующей своего удовлетворения. Поэтому всякая длительная самоизолированность обычно сопровождается тяжелыми чувствами неудачи, удрученности, бесполезности и даже обреченности.

Нарушая мир с людьми, мы лишаемся нашего собственного мира. Создавая целый ряд конфликтов в собственной своей душе, мы враждуем не только с собою, но и с другими. Переживая разлад в самом себе, нам трудно и даже невыносимо жить и ладить с людьми, нас окружающими.

Обособленные люди — люди, обычно несговорчивые, тяжелые и крайне упрямые. Они помнят только самих себя и преследуют только свои цели, забывая, что на пути в вечность с ними вынуждены идти их мужья или жены, дети, внуки и родственники, и что все они должны нести, в их лице, непосильный для них жизненный крест.

Как же предохранить себя от такого ужасного ду-

шевного недуга — от обособленности?

— Выйдя на пенсию, посмотрите список ваших верных и преданных друзей и ни в коем случае не прывайте с ними общения. Как после длительного сражения, оглянитесь вокруг и посмотрите, кто из соратников ваших остался в живых?

Тогда считать мы стали раны, Товарищей считать...

Проверяя список друзей, вы будете поражены происшедшими за это время переменами в ваших дружеских взаимоотношениях. Некто дал своему другу такой совет: если друзья забыли тебя, пожелай им всякого успеха и постарайся забыть об их существовании. Старайся обновить и поддерживать хорошие отношения с теми, кто еще помнит тебя, и, наконец, займись приобретением новых друзей. Старайся быть полезным твоим друзьям. Сделай для них что-нибудь приятное, но не ожидай от них медали за это. Не будь слишком строг к их недостаткам и не думай избежать разногласий с ними по разным вопросам. Оставь за каждым из твоих друзей право быть при своем мнении.

Любой глупец способен требовать, осуждать и критиковать, и многие глупцы этим занимаются, но требуется много любви, мудрости и такта для того, чтобы понимать наших друзей и прощать им «их частые прегрешения». Скажем самим себе: если Сам Бог отложил Свой справедливый суд над человечеством на «конец веков», то почему бы и нам не помедлить с нашим беспощадным и безапелляционным вердиктом, который мы готовы вынести каждому, с кем встречаемся?

Итак, для нас же самих гораздо выгоднее и полезнее избегать обособленности и, во что бы то ни стало, держаться поближе к людям.

ИСКУШЕНИЕ ВМЕШИВАТЬСЯ «НЕ В СВОЕ ДЕЛО»

«Обжигается тот, кто поспешно сует свой указательный палец в чужой пирог», — гласит поговорка. В старости вы можете обладать многолетним опытом и высокой мудростью, но до тех пор, пока у вас не просят совета, не вмешивайтесь в чужие дела; не учите ваших соседей, взрослых своих детей или пресвитера вашей церкви, как вести их дела. Во избежание неприятных стычек с людьми воздержитесь от подобного удовольствия.

Вмешиваясь не в свое дело, мы напрасно портим себе кровь, зря сгущаем тучи, безрассудно разрушаем дружеские взаимоотношения.

Напрасно давать мудрые советы людям, заведомо неспособным принимать положительные советы. У царя Ровоама, сына Соломонова, вступившего на престол, не было недостатка в советниках, но о нем сказано, что он «советовался с молодыми людьми, которые выросли вместе с ним, и пренебрег совет старцев, которые предстояли пред Соломоном, при жизни его»... В результате такого незрелого решения царство Рово-амово разделилось...

Ко всему сказанному можно еще присоветовать следующий совет: если у вас просили совета, и вы, действительно, посоветовали, никогда не настаивайте на том, чтобы просивший вашего совета непременно поступил по вашему совету. Не думайте, что здравомыслящими могут быть только те, которые разделяют ваше мнение.

Правду кто-то изрек: «Ничего не может быть позорнее для человека, чем браться не за свое дело или вмешиваться в чужие дела».

*Что пользы от его труда,
Когда невежда не в свои дела влетится И
поправлять труды ученого возьметса?*

И.А. Крылов

ИСКУШЕНИЕ ПРЕДАТЬСЯ УНЫНИЮ

Что есть самого худшего в старости? — спрашивают люди.

Одни отвечают — болезни; другие — бедность; третьи — грех и т.п. Но болезни, бедность и грех — вещи поправимые: больной может выздороветь, бедный — разбогатеть, погибший грешник — спастись Христовой благодатью. Если душа здорова, мы можем одержать победу над любыми невзгодами жизни и сохранять внутреннее счастье. Но есть одно ужасное зло, которое, захватив нашу душу, удручает нас, окутывает нас мрачной непроглядной тучей, поражает физическое здоровье, разрушает наше счастье, изгоняет из души нашей последний луч радости и даже способно отнять у человека его желание жить.

Что же это? — спросите вы.

— Это уныние.

Уныние преувеличивает все наши страдания, опасности и затруднения. Чем больше мы всматриваемся в них, тем больше они кажутся нам непосильными, непреодолимыми и безнадежными. Такое состояние духа может привести нас к отчаянию и сумасшествию.

Естественно, что там, где недуги духовные и физические, где отсутствует сочувствие друзей и присутствует злорадство недоброжелателей, где обособленность и одиночество, там сердце человека легко поддается упадку духа. Такая подавленность духа иногда может прийти к нам как результат напряженных занятий или труда, или

недостатка в отдыхе и сне.

Целый ряд обрушившихся на нас испытаний также может привести нас к печали и унынию. Когда болезни, заботы и обескураживающие события приходят к нам, одно за другим, как вестники многострадального Иова, тогда уныние способно овладеть нашим сердцем и лишить нас внутреннего мира.

Можно привести много других причин постигающего нас уныния, но нас должен больше интересовать вопрос: как избавиться от уныния. Мудрость учит нас не смущаться рассматривать их неизбежными спутниками каждого человека. Полезно иной раз вспомнить о том, как много было в нашей жизни таких же безвыходных тупиков и отчаянных положений, но Бог помог нам пережить их и одержать над ними победу. Вспомнить об этом и вновь возложить на Бога все свое упование.

В подобных случаях нам следует жить каждым новым днем и часом, не стараясь расшифровать сокрытое для нас будущее. Не обращать особого внимания на наши чувства и настроения, так как чувства быстро меняются и, поэтому, весьма ненадежны. Не удивляться и не возмущаться чрезмерно, если друзья окажутся неверными — вспомнить, что мы живем в неверном и ненадежном мире, среди ненадежных людей. Помнить это людское несовершенство — значит никогда не испытывать горьких разочарований. Надо знать, что наши друзья не были для нас абсолютно всем, когда они были с нами, так что и с их уходом не все ушло от нас, не все потеряно. До тех пор, пока свеча нашей жизни продолжает еще гореть, будем продолжать служить Богу и людям. «Плохую душу беда сушит, а добрую смягчает», — гласит народная мудрость. На пути «в страну вожделенную» нам могут встретиться еще не такие ураганы, но мы должны утешаться сознанием, что и это предусмотрено Господом, а поэтому, пребывая в Нем,

всцело положиться на Его святую волю. Ибо «живущий под кровом Всевышнего, под кровом Всемогущего покоится, говорит Господу: прибежище мое и защита моя, Бог мой, на которого я уповаю»...

ИСКУШЕНИЕ ЖИТЬ ВОСПОМИНАНИЯМИ ПРОШЛОГО

Каждого человека окружает присущая его личности духовная атмосфера: добрая или злая, счастливая или несчастная, свободная или гнетущая, жизнерадостная или угрюмая, кладбищенская. Наша старость тоже может протекать в атмосфере положительной или отрицательной, позитивной или негативной.

Всем давно известно, что жизнь человека состоит из длинного ряда успехов и неудач, побед и поражений, взлетов и падений, «дней добрых» и «дней злых». Из этого доброго или плохого материала мы формируем себе настроения старости. И нет большего несчастья для человека преклонных лет, как поддаться величайшему и опаснейшему искушению старости — начать жить воспоминаниями одной только отрицательной стороны прожитой жизни, заняться осуждением тех людей, которые были причиной наших многих бед, и оплакиванием самих себя.

Конечно, обладая памятью, мы можем, время от времени, посещать сокровенные подвалы нашего прошлого, чтобы взять там кое-какие материалы для предохранения себя в будущем от старых ошибок, но основаться там, жить и дышать смрадной атмосферой этого подвала памяти — значит сознательно отравлять свою душу, стать как бы «заживо погребенным».

К сожалению, многие люди создают на старости лет

свой собственный «мирок» и в нем доживают свои земные дни. В молодости они усердно воздвигали «воздушные замки», которые ко времени их старости все до единого разрушились, а теперь они решили построить себе музей, выставив в нем свои жуткие переживания прошлого. Солнце жизни никогда не заглядывает в закопченные окна этого музея. Двери своего музея они держат постоянно закрытыми, потому что кроме них самих никто им не интересуется и не посещает. Разводить огонь или возжигать свет в этом музее строго запрещено, а поэтому внутри музея всегда темно, сыро и холодно. Год за годом эти «любители прошлого» живут в музее печали, горя, грусти, страданий и озлобленности. Они не позволяют Богу приблизиться к ним и озарить их музей Божественным Светом Евангелия, рассеять мрак и ввести их в царство Света, «в Царство возлюбленного Сына Его», Иисуса Христа.

Кто-то сказал: «Если хотите быстро состариться и преждевременно умереть, начните жить прошлыми вашими неудачами и потерями»... Бодрость духа, как «ясная погода» души, дает нашему организму возможность обновлять свои силы, а вечный туман ропота, недовольства и тоски подтачивает наш организм и низвергает нашу душу в бездну отчаяния.

Первое и самое полезное назначение всемирной и священной истории заключается в том, чтобы показать, каких духовных вершин достигали великие люди. Они вынуждены были жить в тяжелые времена, но несмотря на это были способны совершать великие дела, обогатить ими человечество. Где бы ни встречали мы этих людей, будь это на страницах Библии или во всемирной истории, мы поражаемся тому, как они жили и как они умирали — смело, свято, с чувством выполненной ими исторической и жизненной задачи.

С другой стороны, мы встречаем людей, которые

могут говорить часами о своих мелких заботах, ничтожных затруднениях, о незначительных недомоганиях, злобных отношениях к людям и ежедневных дрязгах жизни, вспоминать тягостные случаи прошлого и говорить о них так, как если бы за всю их долгую земную жизнь у них не было ни одного счастливого момента.

Почему все их существо сконцентрировано только на отрицательных и тяжелых случаях жизни? Потому что они душевно больны; у них нарушены мыслительные центры. Не осуждайте их; они достойны вашего искреннего сожаления. Здоровый мозг обычно реагирует лишь на то, что есть перед ним в данную минуту. Здоровый мозг как бы не помнит ничего другого, кроме того, что в действительности существует. Больной же мозг, ненормальный, напротив, все время и без перерыва чем-то захвачен, что-то такое помнит и только этим занят и об этом думает. Эта навязчивая идея или «мания» никогда не покидает его больного мозга. Такой больной мозг как бы не помнит и не воспринимает ничего другого, кроме какого-то печального события или случая. Больной мозг не реагирует на окружающее, и он всецело занят и погружен в свои воспоминания прошлого. Он постоянно чем-то мучается, что-то решает и никак не может прийти к ясному и окончательному выводу. Такой своей безысходностью больной заставляет свой мозг непрестанно работать и, этим путем, все больше и больше развивает свое душевное заболевание.

К самым замечательным и в то же время характерным явлениям следует отнести жизнь и деятельность подлинных людей во всех эпохах истории. Какою жизнерадостностью и свободой дышат творения так называемых святых людей: апостолов, мучеников, реформаторов... Большинство из них подвержены были гонениям, всю жизнь терпели нужду, несправедливость и бесконечные беды, но бодрость духа не покидала их ни на минуту. Послушайте, что говорит один

из таких героев: «Во всем являем себя, как служители Божии: в великом терпении, в бедствиях, в нуждах, в тесных обстоятельствах, под ударами, в темнице, в изгнаниях, в трудах, в бдениях, в постах... в чести и бесчестии, при порицаниях и похвалах: нас почитают обманщиками, но мы верны; мы неизвестны, но нас узнают; нас почитают умершими, но вот, мы живы; нас наказывают, но мы не умираем; нас огорчают, а мы всегда радуемся; мы нищи, но многих обогащаем; мы ничего не имеем, но всем обладаем... мы отовсюду притесняемы, но не стеснены; мы в отчаянных обстоятельствах, но не отчаиваемся; мы гонимы, но не оставлены; низлагаемы, но не погибаем... в труде и в изнурении, часто в бдении, в голоде и жажде, часто в посте, на стуже и в наготе... злословят нас, мы благословляем; гонят нас, мы терпим; хулят нас, мы молим; мы как сор для мира, как прах всеми попираемый донныне»... «Но благодарение Богу, Который всегда дает нам торжествовать во Христе и благоухание познания о Себе распространяет нами во всяком месте»... (ап. Павел).

Апостол Павел изредка вспоминал прошлое, но не жил прошлым. Его девизом было: «забывая заднее и простираясь вперед, стремиться к цели, к почести высшего звания Божия во Христе Иисусе», Который лично встретил Павла у ворот Дамаска.

«Великая наука жить счастливо состоит в том, чтобы жить только будущим», — сказал Пифагор. Великая наука жить счастливо, — добавим мы, — устремлять свой духовный взор в вечность и жить не для себя, а для Бога и ближнего. «Кто живет только для себя, тот недостоин жизни», — гласит французская поговорка.

Мы должны «забывать заднее», особенно в тех случаях, когда, просматривая свое прошлое, мы не находим ничего отрадного, о чем нужно было бы вспоминать. Не подлежит сомнению, что среди всех наших тягостных

переживаний прошлого есть множество вещей светлых, положительных и благословенных, но, к сожалению, став на путь самооплакивания, мы о них забываем, тогда как об этом-то светлом и надо было бы вспоминать, размышлять и говорить. Люди всегда рады выслушать наше воспоминание о былых подвигах, достижениях и победах. Особенно этим интересуется подрастающее поколение, желающее у кого-то учиться, кому-то подражать. Рассказы о храбрости, сообразительности, находчивости, слышанные в молодости, остаются в памяти на всю жизнь.

Вот о чем еще полезно было бы вспомнить всем оплакивающим свое безотрадное прошлое, — что

Минувшего нельзя нам возвратить.

Грядущему нельзя не доверяться:

Хоть смерть в виду, а все же нужно жить...

А.А. Фет

«Нужно жить», не расходуя напрасно времени на воспоминания неисправимого прошлого. Нужно перестать думать о себе самом и начать интересоваться, чем живут другие люди, те, которые находятся в действительной беде. «Ворчал бедняк, что нет сапог, пока не встретился с тем, кто вовсе без ног»...

«Нужно жить», благодаря Бога за каждый новый день жизни, за Христа Спасителя грешников, за Духа Святого утешителя скорбящих, за спасение, за Церковь, родственников и друзей, за зрение, слух, речь, разум, руки и ноги... Пока вы на ногах и можете сами себя обслуживать, не причисляйте себя к старикам.

Человек живет устремлениями в будущее, и тот, кто теряет это устремление, перестает жить. Тот, кто живет прошлым, тот навеки утратил молодость своей души.

Примкнем же к тем, кто все еще молод душою; кто забыл о ранах прошлого, наслаждается жизнью сегод-

нышнего дня и предвкушает день завтрашний. Будем любить Бога, любить людей, любить природу, любить жизнь...

Живя, умей все пережить:

Печаль, и радость, и тревогу.

Чего желать? О чем тужить?

День пережил и «слава Богу»...

Ф.И. Тютчев

Таковы искушения старости.

ШКОЛА СТАРОСТИ

Древнегреческий трагик Эсхил верил, что познавательные способности человека нельзя ограничить самой глубокой старостью. Он сказал, что учиться никогда не поздно, но забыл добавить: «если старики желают учиться»...

К сожалению, для некоторых лиц ученье бывает неприемлемо даже в годы их молодости и еще более нежелательно на старости лет. Научить чему-либо таких стариков почти невозможно. Недаром ведь говорится: «Старого учить, что мертвого лечить»... К имеющемуся уже физическому атеросклерозу (затвердению артерий) у них в старости прибавляется еще «склероз мышления». Кто-то сказал, что некоторые люди давно умерли, только никто еще не сказал им об этом. Их ум, их интерес к возвышенным вещам, к окружающей их жизни давно умерли, хотя физиологически они все еще продолжают существовать. Подобная преждевременная бесчувственность обычно бывает у тех, кто были когда-то здоровы, красивы, популярны в обществе, незаменимы на службе, любимы в семье и т.д. О старости они мало думали и еще меньше к ней готовились. Быстрокрылое время унесло их красоту и молодость. Разлучило с родными и знакомыми, лишило радостей жизни и сделало их пессимистами. Одним словом, старость погладила их против шерсти, и они, в опрометчивости, подумали: «Зачем нам такие скучные годы старости?»

— Для того, — ответим мы, — чтобы дать вам лишнюю возможность всем сердцем потянуться к Богу, познать Его и приготовить вашу бессмертную душу к вечности.

Возможно, что вы прожили вашу жизнь беззаботно и счастливо, но как часто вы задумались над главной целью вашей земной жизни? Как долго пренебрегали духовной жизнью, равнодушно относясь к Богу и к печальному состоянию своей собственной души? Старость дана вам для того, чтобы обо всем этом серьезно подумать.

Старость нам дана для того, чтобы как блудный сын «прийти в себя», духовно прозреть и увидеть, что все радости жизни и тернии нашего пути точно распределены Богом для врачевания нашей души.

Смысл нашей жизни, по христианскому мировоззрению, состоит в том, чтобы познать волю Того, от кого мы пришли в этот мир и к Кому мы возвращаемся, закончив нашу земную жизнь. Цель жизни в том, чтобы познать Бога и передавать это познание о Нем другим людям.

Старость дана нам для того, чтобы, как сказал поэт:

***Забыв о разуме и немощном и строгом,
С одной лишь верою повергнуться пред Богом.***

А.С. Пушкин

«Как хорошо бывает человеку, когда он истомится в мирской жизни в напрасных поисках истинного блага и протянет усталые свои руки ко Христу», — сказал Паскаль.

Читатель! Если вы настолько молоды и настолько неразумны, что не способны еще видеть себя через 30 — 40 лет, видеть себя стариком, бессмысленно и бесцельно доживающим жизнь на этой планете, закройте книгу, отложите ее в сторону и не читайте ни одной фразы дальше. Эта глава не для вас. Эта глава Для людей более серьезных и вдумчивых. С другой стороны, если вы, читатель, настолько состарились телесно и окаменели душою, что вас

уже ничто не интересует, не захватывает и вам уже трудно сосредоточиваться и чему-нибудь учиться, передайте книгу кому-нибудь другому. Григорий Сковорода сказал: «Не тот глуп, кто не знает, а тот, кто знать не хочет». Тот, кто никогда уже не ошибается, ничему не учится, никого не любит и ничем не интересуется, тот вряд ли питает какое-то влечение к книгам, вообще. Таков уж закон природы: чем голова у человека пустее, тем менее он испытывает потребность в том, чтобы заполнить эту пустоту. Это же самое можно отнести и к пустоте нашей души. «Ибо кто имеет, тому дано будет и приумножится; а кто не имеет, у того отнимется и то, что имеет»...

ЭТАПЫ СТАРОСТИ

Быть стариком и только стареть, как обычно стареют все другие земные существа, недостойно человека. Надо быть не просто стариком, а духовно зрячим стариком. Надо жить физически, интеллектуально и духовно. Для такой полноценной и осмысленной жизни старость открывает пред нами широкие возможности.

Мудрые люди различают в самой старости четыре этапа:

Первый этап: от 60 до 70 — «розовая старость» или «весна старости».

Второй: от 70 до 75 — «зеленая старость» или «лето старости».

Третий: от 75 до 80 — «настоящая старость» или «осень старости».

Четвертый: от 80 до 90 — «предельная старость» или «зима старости».

Чем дольше человек живет, тем больше у него времени для размышлений над своим прошедшим, настоящим и будущим. Размышлять — значит жить, а жить — значит

возрастать, созревать телесно, умственно и духовно. Мы жили и состарились, но мы все еще живем и продолжаем стареть и, таким образом, переходим от одного этапа старости к другому.

Главная задача стареющих, конечно, не в том, чтобы продлить свою жизнь или побить все рекорды долголетия, а в том, чтобы прожить заключительные годы жизни жизнью достойной разумного и духовного существа; существа, которое проникло в тайну жизни, уразумело ее смысл, цель и назначение. Подобное сознательное старение может рассматриваться нами как одно из самых важных достижений нашей жизни. Оно — венец, завершающий жизнь и исключаяющий всякую надобность ее повторения.

Некто сказал: «Если бы мне, вдруг, предложили возвратиться от моей старости к младенчеству и начать жить по второму кругу, я запротестовал бы»... И на самом деле, кому нужно напрасное и томительное «повторение пройденного»? Зачем вновь переживать пору детства, отрочества, юности и по-прежнему устремлять свой взор к неизбежному концу пути?

Часто люди говорят: «Если бы можно было начать жить сначала, я прожил бы жизнь иначе»... Но, так ли это? Может быть — да, и может быть — нет! Человек серьезный, способный находить полезные и необходимые для себя уроки в юности, найдет их и во всех других возрастах, включая старость, но тот, кто жил безрассудно в других возрастах, вряд ли будет жить разумно и на старости лет.

Достигнув старости, мы, как никогда раньше, должны были бы смотреть на жизнь реально и здраво. В старости у нас должно быть больше интереса, знания, опыта и практического подхода к таким, например, вопросам, как здравоохранение, гигиена тела, ума и души. Кто, как не мы сами, должны были бы определить свои старческие права, обязанности, ответственности и т.п. Кому, как не нам

самим, предостеречь себя от искушений и соблазнов старости, защитить себя от многих опасностей, глупостей и роковых ошибок, которым подвержены бывают люди преклонных лет.

Рассмотрим вкратце некоторые из этих предметов и начнем с обязанностей старости.

ОБЯЗАННОСТИ СТАРОСТИ

Исследуя предмет внимательнее и ближе, мы обнаруживаем, что обязанности старости, как и обязанности детства, — незначительны, но тем не менее, они должны быть своевременно и аккуратно выполнены. Трудность обязанностей заключается в их регулярности и постоянстве. Поэтому, как сказал Ж.Ж. Руссо: «Для исполнения незначительных обязанностей требуется столько же сил, как и для геройства»...

Мы обязаны ухаживать за нашим здоровьем — вот та первая ежедневная, ежечасная и ежеминутная обязанность, которую мы не можем поручить никому другому, потому что никто другой, кроме нас, не может с нею справиться.

Все люди хотят обычно жить долго, но ни один из них не желает стареть. Все желают постоянно наслаждаться отличным здоровьем, но не все согласны и способны о нем заботиться. Все хотят дожить до глубокой старости, до ста лет, но немногие знают, что старость дается только тем, кто за нею может ухаживать.

Здоровье — это состояние тела, при котором нормально и правильно действуют все органы тела. Тургенев сказал: «Не чувствовать своего организма — признак полного здоровья». Для того, чтобы не чувствовать своего тела, мы должны всегда поддерживать его тем или иным путем. Если мы уклоняемся от своевременного выполнения наших обязанностей, по отношению к телу, мы неизбежно

наказываемся.

Здоровье — чудеснейший дар Божий, величайшее благо жизни. Мы говорим: «здоровый румянец», «здоровый вид», «здоровый организм», а на прощанье желаем друг другу «доброе здоровья»... Но, одно сказать: «будьте здоровы» и совершенно другое — жить так, чтобы не враждовать, а ладить с нашим организмом и считаться с его законными требованиями.

Остановимся на некоторых из этих требований.

КЛИМАТ

Наше здоровье часто зависит от климата, в котором мы живем. Для одного организма благотворным климатом может оказаться морской, а для другого — только горный, умеренный или континентальный. Один климат может быть идеальным для человека средних лет и может оказаться губительным для старика.

Поэтому, с наступлением старости, свободные и обеспеченные люди меняют климат: оставляют снега и морозы и переезжают в более умеренный климат, в теплые края. Одни предпринимают такие переезды по прихоти своего сердца, а другие — по совету врача.

ЖИЛИЩЕ

Едва ли следует говорить о том, чтобы жилище наше было основано не на земле, а на фундаменте, с жилыми комнатами, расположенными не на северной, а на солнечной стороне, с комнатами, всегда проветренными и в меру отопленными зимой.

Опытные люди знают, как много происходит несчастных случаев с людьми пожилого возраста; происходит не на улицах, а у себя дома: в ванне, на лестнице, на коврикe, на пороге и т.д. Не забудем, что в молодости мы спотыкаемся через ноги других людей, а в старости — через свои собственные. Наша мудрость должна выразиться не только в знании всех этих опасностей, но и в своевременном

их устранении. Опытные люди кладут на дно ванны резиновые подстилки, чтобы не поскользнуться; они не пользуются скользящими ковриками; они строят перила вдоль лестниц и зорко следят за огнем, газовыми рожками и т.д. Все это лежит на нашей обязанности. До тех пор, пока мы еще не беспомощные инвалиды, будем придерживаться ценного правила: «Не заставляй делать другого то, что можешь сделать сам»...

ТРУД И ОТДЫХ

«Праздность есть образ смерти. А труд — страж добродетели», — сказал Иоанн Златоуст. Праздность — ржавчина души, мать всех пороков, неутомимая гробокопательница. Жизнь дана человеку для плодотворного труда, а не для праздности и лени. Тот, кто решил стареть праздно, долго не проживет. «Дни праздных людей длинны, а жизнь коротка», — гласит народная мудрость. Замечено, что большинство людей, достигших старости, умирают не от рака, а от ничегонеделания; умирают от скуки и отсутствия всякого интереса к окружающей их жизни. Многие лишаются рассудка и попадают в психиатрические больницы по этим же причинам.

Выйдя на пенсию, мы обязаны не отставать от жизни и твердо помнить, что мы только вышли в отставку, но никак не ушли окончательно из жизни. Мы не должны порывать наших прежних связей с людской массой, из которой вышли.

Говорят: «Будущее принадлежит молодежи!» — Это правда, но только в некотором смысле. В общем же смысле, будущее принадлежит всем и каждому в свою меру. Пусть мы, старики, будем выглядеть старыми червонцами, изрядно потертыми, но это не мешает нам чувствовать свою удельную ценность, «имея хождение наравне с другими монетами», вплоть до медяков последней чеканки.

Мы состарились, но мы имеем не только наше прошлое, но и настоящее и будущее. От нас зависит, как мы распорядимся и как израсходуем эти бесценные сокровища.

Мы уже говорили о том, что единственный путь разумно использовать наше будущее, остаток жизни, — это распланировать свое время с Божьей помощью. К сожалению, мы составляем себе жизненные планы только в молодости, а потом все идет «самотеком»... Здесь же необходимо добавить еще, что некоторые рассматривают даже грехом говорить: «Сегодня или завтра отправимся в такой-то город и проживем там один год и будем торговать и получать прибыль»... Но Св. Писание не запрещает нам жить надеждой и смотреть в будущее. Оно только запрещает «заботиться о завтрашнем дне». Св. Писание не запрещает нам распределять и планировать ожидающую нас завтра работу или поездку. Ап. Павел составлял программу своих миссионерских путешествий. К церкви в Коринфе он пишет: «Я приду к вам, когда пройду Македонию... У вас же, может быть, поживу или и перезимую... В Ефесе же я пробуду до Пятидесятницы»...

Из всего этого явствует, что грех, усматриваемый ап. Иаковом, заключается не в распределении нашего времени, а в отсутствии чувства нашей зависимости от Бога. Он говорит: мы не уверены в том, что доживем до завтрашнего дня, и еще меньше уверены в том, что мы проживем «в таком-то городе один год», поэтому наши планы на будущее мы должны приносить к ногам Христа, смиренно добавляя: «Если угодно будет Господу и живы будем»... Ап. Павел строго придерживался этого принципа. Уходя из Ефеса, он сказал: «Мне нужно непременно провести ближайшие праздники в Иерусалиме; к вам же возвращусь опять, если будет угодно Богу»...

Если мы не распределим времени и начнем жить без должной дисциплины, праздно, сатана непременно найдет

для нашего праздного ума и ленивых рук «его дело»...

Один старик «от нечего делать» занялся ежедневным **осмотром** самого себя. Он ставил градусник, считал пульс, смотрел на язык, прислушивался к ударам сердца, дыханию легких, бурчанию в животе... Он нагрузил все полки таблетками, пилюлями, порошками, каплями, пульверизаторами для рта, носа, ушей... Будучи совершенно здоров, он показывался врачу дважды в месяц, пока тот не устыдил его (что, в наше время, случается с врачами очень редко). К счастью, пришел давнишний друг старика и, узнав в чем дело, спас ему жизнь, определив его на работу.

Мы должны на старости лет понять неумолимый закон — закон полезности и **строго** придерживаться этого закона. Всегда планировать, предпринимать, действовать, принося ту или иную пользу людям до самой смерти.

Если же мы остановимся и застынем на мертвой точке, мы подчиним себя еще более неумолимому закону — закону атрофии, утраты тех наших способностей и органов, которыми не пользуемся. В вопросе всякого развития, мы всегда стоим пред дилеммой: употреблять свои способности или ослаблять их бездействием, пользоваться ими или совершенно лишиться их. Мы вышли на пенсию, но мы не лишились окончательно трудоспособности.

Допустим, что ссылаясь на старость, вы решили валяться по целым дням в постели и ничего не делать. Что случится с вами?

— Мускулы перестанут нормально работать, а вместе с ними нарушится и нормальная работа сердца. Сердце, не приспособленное для того, чтобы обходиться без участия мускулов и нести всю нагрузку самому, начнет функционировать слабее, что будет способствовать его изнашиванию и появлению разных сердечных болезней. Благодаря такой слабой работе сердца, которая была вызвана пассивностью мускулов, кровь в организме

задерживается, застаивается, густеет, портится, начинает формировать кровяные комки сперва микроскопической величины, а потом увеличивающиеся до больших пробок, которые застревают в мозговых кровеносных сосудах, прилипают к стенкам вен и артерий, приводят к сердечным припадками и смерти.

Этот пример убеждает нас в том, что старость и долголетие не для праздных и ленивых людей. Если мы решили, ничего не делая, «убивать время» — время нас убьет. Такой поединок с временем непременно закончится для нас поражением.

Во избежание рокового для нас поединка мы должны дать правильную нагрузку нашим мускулам и способностям. Мускулы нашего организма обязаны принимать в процессе кровообращения посильное участие. Только этим путем мы избежим застоя крови, благодаря которому вырабатываются яды, задерживающие и нарушающие все другие жизненные процессы в организме.

Всякая тенденция больше лежать и меньше двигаться весьма опасна. Лежание в постели, да еще на спине, самый скверный вид покоя. Можно отдохнуть 10 — 15 минут после одного часа физической работы, но отдых, длящийся сверх этого времени не пойдет нам впрок.

До тех пор, пока мы живы, мы обязаны двигаться; двигаться даже ночью. Заметили ли вы, как дети беспокійны по ночам, переворачиваясь каждые 10 минут и принимая самые причудливые положения тела? Учитесь у них!

Никогда не отдыхайте «от нечего делать». Никогда не зачитывайтесь, лежа в постели, если не желаете развивать в себе малокровия и лени, если не хотите состариться преждевременно.

Для многих выход на пенсию — не что иное, как получение аттестата на право прозябания, на малосо-

держательную безотрадную жизнь. Но немало людей впадает и в другую крайность. Свой выход в отставку они рассматривают как право на бестолковую, изнуряющую суетливость. Почувствовав себя свободным, человек способен так осуетиться в своих развлечениях, путешествиях и в других видах активности, что может попасть в могилу быстрее, чем от самого тяжелого труда.

Поэтому весьма важно распределить разумно время для активности и отдыха, для прогулок и сна. Никто иной, как сам стареющий, должен определить свои, пониженные возрастом, способности и силы. Он сам должен ясно видеть и знать, насколько он годен к труду и когда ему нужен отдых. Мудрый Аристотель имел своим девизом слово «умеренность». Старая поговорка гласит: «Лучше изнашиваться, чем заржаветь»... Нашим же девизом должно быть — не заржаветь от нечего делать, но и не так уж быстро изнашиваться. Индейцы говорили: «идти лучше, чем бежать, сидеть лучше, чем стоять, лежать лучше, чем сидеть». Черчилль всю свою жизнь придерживался этого принципа.

Мы можем не работать так долго и не делать так много, как мы делали в молодости, но мы имеем еще много энергии и, если хотим жить нормально, должны использовать ее ежедневно и полностью. Занятие и труд — лучший врач, лучшее лекарство, лучшая гарантия здоровья. Оставаться в старости молодым — значит пребыть активным, но активным в меру отпущенных Богом сил. Запомним, что одна и та же как будто бы активность для одного будет здоровьем, а для другого — погребением. Один старик может в 75 лет кататься на коньках и «рисовать на льду фигуры», но горе вам, если вы вздумаете подражать ему в том же возрасте.

Некоторые достигли старости и вышли на пенсию. Они свободны, здоровы и богаты, но несчастны. Они

проклинают восход и заход солнца, тяготятся самими собою, и только потому, что не подготовили своего ума для нормального старения и руководятся ложными взглядами. Любой бродяга, если он знает, как стареть, чувствует себя гораздо счастливее такого богача.

Многие умерли, «зарубив дерево не по плечу», взявшись за то, что в их возрасте невозможно и неосуществимо. Ответственная работа, на старости лет, может принести нам удовлетворение, но только при условии, если мы еще можем нести взятое на себя бремя, не надрываясь и не беспокоясь о нем чрезмерно. Не беритесь за то, что вам не под силу, или за что, чего вы не любите. Делайте то, к чему лежит ваше сердце, в чем вы находите удовольствие. Когда мы делаем то, что нам нравится, мы не чувствуем усталости и, напротив, быстро устаем, когда встречаемся с невозможностью достичь желанных результатов. Когда наша усталость бывает вызвана болезнью, внутренней борьбой или разочарованностью в работе, нам трудно Дальше работать, трудно ладить с людьми, трудно решать важные и неотложные вопросы. Вспомним в подобных случаях, что единственное средство против усталости — не какой-то новый вид аспирина, а самый обыкновенный отдых. Нерадение об отдыхе и откладывание отдыха на потом — вот те два лезвия ножниц, которые урезают длительность любого нашего возраста.

Говорят, что секрет счастливого и плодотворного труда не в том, чтобы делать то, что ты любишь, а любить то, что ты делаешь, но такая высокая философу хороша, пожалуй, для молодых, а не для стариков. Говорят также: не ищите удовольствия, но будьте готовы находить удовольствие во всем, что вы делаете. Но и эта способность не всем доступна, не всем дана. Поэтому будем избегать крайностей и держаться, во всяком случае, золотой середины: делать что-то приятное и неприятное, отводя

всему время и место, «мешая дело с безделием».

Труд отвлекает человека не только от забот, уныния и горя, но и от других душевных и телесных болезней. У занятых людей нет времени прислушиваться к мелочным недомоганиям или предаваться мрачным мыслям и гнетущим настроениям. Хандра, тоска и грусть свивают себе гнездо у людей безответственных и праздных. Это они, в первую очередь, начинают безжалостно терзать себя раздражительностью, недовольством, ропотом и отравлять жизнь себе и другим. Мудрые же люди знают, что в нашем возрасте «маленькое дельце лучше большого безделья»...

Ни один человек не должен дойти до того, что его уже ничто не волнует и не тревожит. Мы должны держать наш ум активным так долго, как только возможно. Мы должны иметь созидательную старость. Многое зависит от нас самих. Мы можем жить продуктивно, конструктивно и радостно участвовать в общей задаче, и мы можем стать посторонним наблюдателем окружающей и уходящей от нас подлинной жизни.

Сколько бы вы ни прожили лет, никогда не спешите записываться в разряд «бывших людей», но продолжайте жить полной жизнью, уделяя должное время и силы многим вещам. Однообразие быстро надоедает и наш интерес к однообразной работе ослабевает. Следовательно, будем пользоваться известным разнообразием. Если вы раньше мало читали, начните читать что-нибудь полезное сейчас. Если у вас раньше не было времени для серьезного исследования Библии, начните изучать ее теперь. Дайте выход вашему творческому импульсу. Это было необходимо в юности, оно не менее необходимо всем нам и в старости.

Прожить день правильно — значит успешно распределить время между трудом и отдыхом, упражнениями и развлечениями, памятуя, что день сегодняшней дорожке

двух дней завтрашних.

При всем этом, каждому стареющему подобает обладать ровным, спокойным, выдержанным характером. Если раньше мы жили сенсациями, то теперь мы должны перейти на более спокойный образ жизни. Если в молодости мы, как арабская лошадь, должны были, время от времени, пробежаться на скачках, то теперь мы должны научиться медлительной верблюжьей походке и выносливости. Если мы забудем о том, что нам уже не шестнадцать лет, и станем поднимать и переносить тяжести, мы наживем себе грыжу, ослабим сердце или получим кровоизлияние в мозг. Тысячи и тысячи людей закончили преждевременно, похвалившись пред кем-то своей старческой силой. Если мы желаем избежать этого, мы должны выработать в себе особую привычку быть бережливыми и осторожными со своим здоровьем.

Пока мы располагаем здоровьем, мы не только способны обслужить самих себя, но и быть полезны окружающим людям. Наш земной путь мы проходим только один раз, и то доброе, которое могли бы сделать, ту любовь, какую могли бы проявить к людям, мы не должны откладывать на завтрашний день. Пусть ничто не помешает нам, не отвлечет нас от этих приходящих и уходящих возможностей жизни, ибо все мы идем «в путь невозвратный», который никогда больше **не** повторится. «Все, что может рука твоя делать делай, по силам делай; потому что в могиле, куда ты пойдешь, нет ни работы, ни размышления, ни знания, ни мудрости»... Пусть же никто не скажет нам:

Вы еще не в могиле, вы живы,

Но для дела вы мертвы давно...

Н.А. Некрасов

УХОД ЗА ЗДОРОВЬЕМ

В жизни каждого человека есть два величайших блага: хорошее здоровье и счастливое расположение духа. Все люди имеют право на обладание этими двумя благами, но далеко не все знают: где получить эти блага и еще меньше — как сохранять их? Не все знают, что наше счастье и несчастье зависит от нашего отношения к Богу и ко греху, так как от этих отношений зависит наш характер: злой или добрый, счастливый или несчастный, с хорошим расположением духа или с плохим. Люди, имеющие отрицательный характер, — всегда несчастны. Один из них сказал: «**Я** плакал в момент моего рождения и, только прожив жизнь, уразумел: почему»...

В жизни нас постигают многие несчастья и беды, но надо признаться, что некоторые из них мы навлекаем на себя сами. Мы могли бы избежать многих болезней и страданий, если бы не злоупотребляли нашим здоровьем, нашим временем и силами. Некто сказал: «Человек всю жизнь безрассудно тратит здоровье, чтобы приобрести деньги, а на старости лет — тратит деньги, чтобы приобрести здоровье»...

Состояние нашего здоровья и наши возможности достичь старости идут параллельно со знанием своего организма и тех бесконечных и постоянных опасностей, которым организм подвержен. Как часто мы вместо того, чтобы обратиться за помощью к врачу, изучившему человеческий организм, лечимся сами или пользуемся директивами и способами какого-нибудь невежды. Был такой характерный случай: дама шла к доктору с мозолями, которые ее очень беспокоили. На улице она встретила свою приятельницу. Узнав о причине визита к врачу, приятельница рассмеялась и сказала: «С таким пустяком и к врачу? Или тебе некуда денег девать? Я дам тебе вернейшее

средство, которым я, лично, освободилась от моих мозолей. Простое средство: ляпис, карболка и другая смесь»... Дама согласилась с заманчивым предложением, начала выжигать свои мозоли «проверенным» средством, не зная о том, что у нее был уже диабет, при котором образовавшиеся после выжигания раны обычно не заживают. В результате, отняли сперва одну ногу, а вскоре и другую. Жизнь едва спасли, а ноги потеряла. Вот какому риску мы подвергаем себя, когда применяем в лечении болезней наши весьма жиденькие знания организма и лекарства.

Маленькое знание болезни может оказаться иной раз спасительным, но может также быть и губительным.

Люди умирают от переутомления, объедения, чрезмерной озабоченности и волнения; умирают от болезни легких, сердца, мозгов, почек, рака, но очень много умирает также тех, кто лечились собственными средствами или пользовались советами своих друзей.

Тысячи безнадежно больных лежат сегодня в госпиталях, потому только, что поверили обещаниям ловких жуликов, рекламировавших свои новоизобретенные препараты по радио, телевизору и в журналах.

Нельзя отрицать того, что для лечения незначительных болезней есть очень много полезных домашних средств, но верно и то, что существует бесчисленное множество самых невероятных, невежественных, смешных и трагических способов лечения, источником которых являются: людская глупость, суеверие и знахарство. В отношении многих таких «средств» правдивы слова поэта:

*Предел есть хитрости, уму,
Лишь нету глупости предела...*

Секрет успеха в медицине и хирургии в том, что врачи ловят болезнь в самом ее начале, в зародыше. Болезнь

питается временем и если болезнь уже перешагнула предельный срок, она становится непобедимой. Лечения домашними средствами, наугад, часто дают болезни нужное ей время для того, чтобы перешагнуть черту спасения, позволяют огню охватить загоревшийся дом со всех сторон. «У вас головные боли? Пустяки! Вот вам верное средство! Принимайте и все пройдет!»... А позже выясняется, что головная боль была вызвана высоким давлением крови, наростом в мозгу или другими более серьезными причинами.

Поэтому возьмем за правило — не проглатывать никакой медицины без предписания врача, и не спросив у врача его мнения о медицине, которую посоветовали друзья.

Возьмем также за правило — не давать больным наших советов, прежде чем они не побывали у врача и не узнали, в чем заключается их болезнь; и никогда не отзываться пренебрежительно о врачах, посвятивших свою жизнь для борьбы с болезнями.

Как важно в нашем возрасте проявить некую осторожность или предосторожность в вопросах лечения, гигиены, диеты и т.п. Как важно своевременно обратиться к врачу, применить нужное лекарство или отдых и быть снова в рядах.

Превентивная медицина должна играть большую роль в жизни всех людей, вообще, и в особенности — людей преклонного возраста.

Подумайте только о том бесчисленном множестве болезней, которыми располагает смерть, болезней, которым мы подвержены, и от каких есть все же верное избавление или своевременное предотвращение. Поэтому и говорится: «Лучше дешевая изгородь с плакатом: “ОПАСНОСТЬ”, стоящая у пропасти, чем две кареты скорой помощи, ожидающие жертву на дне пропасти».

Мы ответственны, если мы равнодушны к состоянию нашего здоровья, не учимся, как за ним ухаживать, не знаем хотя бы самых элементарных его законов, свойств и требований. Зачатие, формирование, развитие и старение человеческого организма — одно из бесчисленных чудес Божиих. Наше тело, само по себе самая совершенная и бесподобная структура, созданная не только для обитания в теле нашей бессмертной души, но для пребывания в нем самого Бога, который сказал: «Вселюсь в них и буду ходить в них»... Мы ответственны за наше тело пред его Создателем.

Люди знают, что здоровье — это самое бесценное сокровище в мире; без него все наши успехи и достижения — ничто. Они знают это, но, как ни странно, меньше всего его ценят и обращают на него внимание.

Интересуйтесь отделом медицины в солидных журналах, берите из библиотеки книги по изучению разных органов, систем и болезней человеческого организма. Чем больше вы будете знать о своем теле, тем успешнее сможете бороться или предупредить его заболевания.

Самая дорогая машина, вдруг, начинает где-то постукивать или издавать какие-то неведомые нам звуки. Возможно, какая-нибудь гайка отвинтилась или пружина ослабела... Если не обратить на это должного внимания и продолжать пользоваться машиной, последствия нерадения могут быть фатальны. Наше тело — машина, нуждающаяся в осмотре механика, — врача.

Приведем здесь такой факт. Если бы все, достигшие 50 лет, показывались врачу регулярно дважды в год и следовали строго его указаниям о том, как вести себя в этом возрасте, миллионы людей продлили бы свою жизнь на 10 — 20 лет. В течение этих «дополнительных» 10 — 20 лет поэты получили бы возможность написать много стихов, художники — картин, композиторы — музыкальных

произведений и т.д. Но люди теряют эти 10 — 20 лет только потому, что «им некогда» посещать врачей и заниматься анализами и осмотрами, когда они и без этого чувствуют себя «превосходно»...

Одним из доказательств отсутствия ума у человека средних лет является увлечение атлетизмом. «Я становлюсь каким-то вялым, — говорит он, — мне надо серьезно взяться за гимнастику и развитие мускулов»... Тогда как здравый смысл должен был бы подсказать ему, что было бы гораздо полезнее для него сохранять свою энергию на потом, а не расточать ее впустую, приберечь порох на день сражения, а не расходовать его на холостые выстрелы. В средние годы мускулы и нервы нуждаются не в их чрезмерном напряжении, а — в ослаблении и отдыхе. Увлечение спортом в такие годы никогда к добру не приводило. Даже профессиональные спортсмены: футболисты, пловцы, борцы, боксеры — ограничены известными сроками, достигнув которых, они выбывают из строя.

Можно и нужно заниматься гимнастикой, но гимнастика — понятие весьма растяжимое, и на старости лет лучше заняться ею с ведома врача. Запомним, что обилие физических упражнений приносит для стариков больше зла, чем полное их отсутствие. Самым лучшим способом гимнастики и упражнений в наши годы считается прогулка. Располагая всевозможными способами передвижения, большинство людей совершенно разучились ходить. Никакой вид спорта и никакая гимнастика не сможет заменить самой обыкновенной прогулки. При ходьбе мы пользуемся наибольшим количеством наших мускулов, чем при любом ином упражнении. Но, ходить следует не вразвалку, покачиваясь с ноги на ногу, а так, как если бы вы торопились к трамваю или поезду. Подобные прогулки лучше всего делать не каждый день, а через день, но не

меньше одного раза в неделю. Этот секрет чудодейственного «интервала» был открыт одной из команд, участвовавших в Олимпийских состязаниях. Установлено, что команды, тренировавшиеся ежедневно, оказались менее подготовленными, чем те, которые упражнялись через день.

Продолжительность прогулки зависит полностью от состояния здоровья прогуливающегося. Можно начать 20 минутами и постепенно довести до часа и больше. Важно при этом помнить, что в нашем возрасте двигаться полезно, но всякое физическое или умственное переутомление вредно. Поэтому никто, кроме нас самих, не может определить: где кончается полезность прогулки и где начинается ее вред.

Двигаться полезно! Одним из величайших медицинских открытий последнего времени является способ лечения только что прооперированных больных. Раньше полагали, что оперированный должен лежать неподвижно, сохраняя одну и ту же позу, а теперь ему приказывают двигаться, потому что при движении раны получают приток свежей крови и заживают быстрее и лучше. Само собою разумеется, что некоторые болезни и операции являются исключением из этого правила, но в большинстве случаев остается все тот же Евангельский принцип: «Встань, возьми постель твою и ходи»...

Многие из нас не знают, что такое ноги, до тех пор, пока не достигнут глубокой старости и потеряют способность ходить. У многих старость начинается с ног. Разгадать причину этого не так уж трудно. Ноги — наш транспорт. Вспомним, сколько лет ноги носили нас, исполняя нашу волю, часто глупую и бессмысленную. Ноги могли бы поведать и открыть нам многие секреты: где и куда только они нас ни носили и в каких местах ни побывали за всю свою многолетнюю верную службу. И вот, теперь, наши ноги просто устали. Нужно ли после этого

удивляться тому, как мало врачи могут помочь нам в деле восстановления утраченных ногами сил? Мы способны в таких случаях негодовать на ноги и на врачей, вместо того, чтобы поблагодарить наши ноги за то, что даже ослабев, они не покидают нас внезапно, без предупреждения. О, нет, они дают сперва предупредительные сигналы. Даже и тогда, когда для них не под силу уже носить наше тело (часто разжиревшее), ноги согласны все же носить нас в течение долгого времени, при содействии нового нашего спутника — палочки, с резиновым наконечником, — выполняющего свои функции плавно, без стука.

Здесь надо отметить, что ноги находятся в тесном союзе с нашим желудком, сердцем, легкими и всеми другими органами тела. Если мы прислушаемся к голосу ног, они скажут нам о многом и, в первую очередь, вероятно, о диете и необходимости похудения. Вспухающие ноги, вероятно, предъявят нам такой ультиматум: «Если ты не можешь отказаться от излишества в еде, я с завтрашнего дня отказываюсь носить тебя даже с палочкой или костылями»...

Постарайтесь побольше узнать о вашем сердце. Такое знание вам вскоре пригодится. Сердце служит вам от рождения и до смерти, работая день и ночь непрерывно и без малейшей остановки. Почти каждый член тела мы можем остановить и дать ему отдых, передышку, кроме сердца. Можно отказаться от пищи и дать отдых желудку и всей пищеварительной системе. Можно закрыть глаза на ночь и утром снова пользоваться ими, задержать дыхание легких на несколько секунд и снова возобновить его... Но если сердце остановить, нам грозит смерть. С остановкой сердца все в организме навсегда останавливается. Бывают, конечно, чудеса, когда остановившееся сердце начинает снова биться, как это бывает с утопленниками, вовремя извлеченными из воды, но такие случаи редки.

Сердце — самый неутомимый автоматический механизм, какой когда-либо был создан. Люди науки и техники пытаются изобрести непрерывное движение? — Вот оно, в вашей груди, прислушайтесь к нему. За 70 лет нашей жизни сердце делает более трех миллиардов ударов и еще один добавочный миллиард, если достигаем столетнего возраста. Человек, который не интересуется таким чудом, такой «своей» машиной, таким механизмом, — странный человек.

Сердечные болезни и смертность от этих болезней стоят, по статистике, на первом месте. И, тем не менее, многие из сердечных болезней излечимы. Главным лечением для сердца служит наш образ жизни. Если мы, вступая в старость, не способны переключиться на новый образ жизни и отказываемся выполнять указания врача, никакие лекарства нам не помогут.

Если вы наблюдаете в себе одышку, головокружение, опухающие лодыжки, трепетание сердца, усиленный пульс, повышенную температуру, боль в груди, неспособность лежать на спине, поспешите к врачу и узнайте: в чем дело? Возможно, что это сердце стучит в двери вашего разума и ближайшие «сердечные» друзья ему помогают?

Если бы ваше сердце способно было говорить, оно удивило бы вас своими здравыми рассуждениями и законными к вам требованиями. Вот что оно бы вам сказало: «Я небольшой, но самый прочный мешочек мускулов, самая выносливая машина в мире. Поверьте мне, я не хвалюсь собою, но констатирую общеизвестный факт. Я ничего не прошу от вас, но мне хотелось, чтобы вы поняли следующее: после того, как я в течение всей вашей жизни качало кровь день и ночь, без отдыха, теперь, на старости ваших лет, я нуждаюсь в большем количестве отдыха, чем в то время, когда вы были еще мальчишкой. Вы должны были бы давно уразуметь, что и у вас, и у меня не

те уже силы и сопротивляемость, какие были во дни вашей юности. Не думаете ли вы, что лучше было бы для вас, если бы вы снизили ваши обычные темпы хотя бы немножко? Конечно, наслаждайтесь жизнью, но не особенно увлекайтесь быстротой и скоростью. Чем меньше будете переутомляться, тем дольше проживете. Не забывайте, что скорость убивает. Итак, я, сердце — в ваших руках, а вместе со мною в ваших руках и ваша жизнь, и преждевременная старость, и преждевременная смерть. Вы и никто другой — страж вашего здоровья и долголетия. Еще раз, прошу вас, проявите ко мне бедному хотя бы немножко жалости и снисхождения»...

Полезно знать, что кашель может быть вызван отказывающимся работать сердцем; пересыхающее горло — ревматической лихорадкой; чрезмерная моче-гонность — не почками, а диабетом; постоянная усталость и нервность — щитовидной железой.

Вряд ли кого удивит, если я скажу, что среди нас, стариков, много так называемых ипохондриков, людей болезненно мнительных, любящих хандрить. Нам трудно сознаться в этой «болезни», но чем скорее мы признаем за собой нашу мнительность, тем скорее будем чувствовать себя нормально, тем дольше проживем. Необходимо добавить, что есть разные виды ипохондрии. Есть особый вид ипохондриков, которые принимают кажущиеся, мнимые симптомы болезни за настоящие, действуя и чувствуя себя соответственно этим кажущимся болезням. Они то и дело смотрят на веки, язык, цвет лица и т.д. Таких надо пожалеть как несчастных больных людей. Но они опасны только для самих себя, потому что ведут себя подобно мальчику, который кричал: «волки! волки!», когда волков не было, а когда волки появились, и он оказался в настоящей опасности, никто его крику о помощи не поверил. Такие симулянты, притворяющиеся больными и

создающие у окружающих ложное представление о себе, способны вводить в заблуждение самых опытных врачей и успевают в этом вплоть до самой смерти. Рассказывают про старшую сестру милосердия, дежурившую ночью в госпитале, которая в своем утреннем докладе врачу сказала: «Слава Богу, все наши оперированные и критически больные живы!» Сделав длительную паузу, сестра, как бы вспомнив, добавила: «Доктор! А ведь симулянт-то наш... прошлую ночь умер!»...

Страх — основной импульс самосохранения, и «честные» ипохондрики имеют именно этот страх, который заставляет их иногда обращаться к врачу с обычным вступлением: «Мне смешно, доктор, затруднять вас такими мелочами... возможно, что здесь, собственно, ничего серьезного нет, но»... Бывают случаи, что такой неуверенный в своем заболевании пациент принес как раз вовремя начало своей болезни врачу, и хорошо сделал. Лучше придти к врачу раньше времени, чем слишком поздно. Врачи говорят, что тот, кто легче пугается болезнью, дольше живет. Лучше быть мнительным и дожить до 90 лет, чем быть псевдогероем и «не дожить и до половины дней своих».

Будем «нормальными» ипохондриками. Мы можем иногда впасть в ипохондрию и переживать угнетенное состояние духа, но нельзя же при этом чувствовать себя так, как если бы мы на самом деле были наполовину мертвы, не побывав сперва у доктора. Но если мы не хандрим, а действительно больны, то лучше пойти к врачу ногами, чем быть отнесенным к нему на носилках.

Крайне тупы и невежественны те люди, которые отрицают врачей и медицину, и таких, к сожалению, мы встречаем немало. Если бы эти люди были более развиты, они, конечно, вспомнили бы, как миллионы людей тысячелетиями погибали от малярии, пока врачи не

открыли, что микробы этой губительной болезни переносятся и распространяются москитами, и стали бороться с ними и предохраняться от них. Миллионы людей гибли от бешенства, прежде чем была открыта сыворотка, предохраняющая от этого ужасного недуга, считавшегося неизлечимым. То же самое нужно сказать и о многих повальных болезнях, таких как тиф, холера, столбняк и других эпидемиях. Бог дал врачам способность обуздать и подчинить контролю многие бесконтрольные раньше болезни.

Если бы «отрицатели» подумали о первом хирурге, который разрезал больному живот и, вырезав первый в мире аппендицит, вновь зашил его; вспомнили о первом случае удаления одной почки, одного легкого, нароста в мозгу, и так вплоть до пересаживания сердца. Все эти герои своими открытиями облагодетельствовали человечество и спасли миллионы и миллионы больных, потерявших надежду на выздоровление. Все они осушили море слез, уменьшили страдания несчастных и прибавили выздоровевшим людям десятки лет для плодотворной жизни.

И вот, приходит какой-то «умник» и авторитетно заявляет: «**Я** врачей не признаю и в лекарства их не верю!» С глубокой скорбью приходится слышать иногда, как подобные «умники» пытаются обосновать свое отрицание врачей даже стихами Св. Писания. Какое жуткое заблуждение!

Мы верим, что честные врачи и полезные лекарства — от Бога.

Сам Господь сказал: «**Я** Бог — Целитель твой!» Но Бог, сказавший это, не ограничил Себя одним только видом исцеления — исцелением чудесным, сверхъестественным. Мы верим, что восстанавливая наше физическое здоровье, Бог может и часто пользуется многоразличными видами исцеления: переменой климата или квартиры, переменой

работы или условий жизни, переменной питания и т.п. Бог может исцелить больных по молитве верующих, но Он может также исцелить нас травами и кореньями, аптекарскими лекарствами, через врачей и хирургов.

Поэтому, обращаясь к Богу с молитвой об исцелении или восстановлении утраченного здоровья, не будем ограничивать Его Божественных действий нашими человеческими требованиями и ультиматумами, не будем указывать Богу, каким путем и способом Он обязан это сделать.

*На Божию благодать свое упование Возложим с
спокойной душою во всем,*

*Тогда и все тайные сердца желанья Господь
увенчает отрадным концом...*

СОН

На нашей обязанности лежит также следить за своим сном, так как от него зависит во многом нормальное состояние нашего здоровья. У людей старых должно быть меньше активности, чем у человека во цвете лет, а посему и сон наш не должен быть слишком продолжительным. Чем старше мы становимся, тем раньше просыпаемся и, возможно, раньше идем в постель. Чем реже мы будем засиживаться до полуночи, тем сон наше будет более крепким и благотворным. Достаточный сон обновляет и укрепляет наш организм. Слишком продолжительный сон, наоборот, расслабляет организм и старит его. Постоянная же недостача сна способна быстро расшатать все наше здоровье.

Что делать? Как поступать? Как пользоваться сном?

Нет правил для сна. Сон — проблема индивидуальная, и мы должны сами ежедневно разрешать эту проблему. Если мы провели прошлую ночь без сна, мы должны

наверстать потерю сна в течение дня или в последующие ночи. Одним словом, мы обязаны сводить баланс сна, насколько это возможно.

Врачи говорят, что лучше для нас недосыпать, чем пересыпать. Чрезмерный сон притупляет наше сознание, и при возрастающей привычке к излишеству сна можно легко прийти до расслабленности мозгов, слабоумия и даже полного идиотизма.

Для того чтобы хорошо спать ночью, надо проводить дни активно и не наедаться на ночь. Соломон говорит: «Сладок сон трудящегося, мало ли, много ли он съест, но пресыщение богатого не дает ему уснуть»... Ужин полезнее всего иметь за 4 часа до сна.

Чтобы спокойно спать ночью, надо проводить дни и вечера духовно. Отправляясь на сон грядущий, надо научиться «все наши заботы возлагать на Него, ибо Он печется о нас» и, ни в коем случае, не брать с собою в постель наших дневных проблем, волнений и беспокойств. Правде чем пойти спать, мы должны принести в молитве к Богу всю нашу «толпу тревог и тяжких дум» и сказать: «День закончен! Контора закрыта до утра!»

К большому сожалению, есть люди, которые не знают покоя ни днем ни ночью. Эти люди не знают Бога. Они в постоянной вражде с Богом и людьми. Они проводят бессонные ночи, усиленно решая не только свои собственные проблемы и дела, но и дела и даже судьбу других людей, судьбы отдельных народов... и всего мира.

Есть и такие, о которых пророк говорит: «Они не заснут, если не сделают зла; пропадает сон у них, если они не доведут кого-то до падения»... О человеке, любящем Бога, сказано: «когда ляжет спать, — не будет бояться; и когда уснет — сон его приятен будет»... Наше тело располагает весьма деликатными системами и органами. Система пищеварения и ее нормальный процесс зависят

главным образом от того, что пошлем мы в желудок в виде пищи и в каком количестве. Во всех случаях желудочного заболевания виновниками являемся мы сами, отправив в желудок то, для чего он не создан и не приспособлен. Овощи и разные растительные продукты, какими их Бог создал, — совершенны, однако, та комбинация их или смесь, в которой мы их иногда принимаем, может быть не вполне одобрена нашим желудком. Если мы, например, питаемся только вареной или только сырой пищей, нам не избежать желудочных и других недугов. Понятно, что большинство наших болезней и наше питание тесно связаны друг с другом.

Некоторые врачи, например, утверждают, что обычный запор, со всеми его отрицательными воздействиями на организм, является одной из главных причин нашего преждевременного старения, а главную причину запора усматривают в пище, которая не соответствует требованиям пищеварительных органов. Врачи говорят, что запор всегда приходит к нам в маске, которую надо снять, если мы желаем видеть истинную причину его появления. Поэтому не думайте разрешить проблему запора разными слабительными пилюлями. Пользуйтесь ими, но только с ведома врача, знающего вашу проблему.

Если бы мы правильно питались и побольше дышали свежим воздухом, пользуясь прогулками, необходимыми для хорошей циркуляции крови, мы могли бы задержать процесс нашего старения на 10 — 15 лет, — говорят врачи.

Если мы желаем предохранить наш организм от преждевременного старения, мы должны обратить весьма серьезное внимание на наше питание. Полезно

соблюдать в питании должное разнообразие: фрукты, овощи, корнеплоды, орехи, рыба, мясо, рис, гречневая крупа, овсянка, молочные продукты и т.д. Овощи и фрукты должны рассматриваться нами не только как пища, но и как

своеобразное лекарство, очищающее кровь и уничтожающее множество «токсинов» или отбросов, отравляющих наш организм.

Фрукты содержат в себе не только витамины, но и минералы большой важности для организма. Фрукты полезно есть натощак. Специалисты по вопросам питания советуют не есть яблок, апельсин и других сочных фруктов на полный желудок, так как в этом случае они будут способствовать выработке мочевой кислоты, отравляющей нашу кровь. Фруктовые соки могут способствовать пищеварению, если приняты отдельно от другой пищи. Фруктовые соки имеют благотворное действие на печень. Лимонный сок очень полезен при простуде и кашле и применяется как дезинфицирующее средство при многих болезнях. Но нет ничего лучшего для нашей крови, как апельсиновый сок. Почти все виды фруктов содержат в себе железо, весьма необходимое для крови, снабжающей все части тела кислородом. Ананас — отличное слабительное средство, если съесть его перед сном или на пустой желудок. Никогда не присахаривайте фруктов. Никогда не ешьте вместе с фруктами ничего крахмального, мучного.

Врачи советуют лучше не есть сырого, полусырого и копченого мяса, сосисок, колбас, крутых яиц, острых сыров... Полезно также помнить, что поджаренное мясо переваривается в желудке один час, а тушенное до развала — четыре или пять часов. Ничего не следует есть с мясом, кроме зеленых овощей.

Многие врачи советуют старикам не пить ни чая, ни кофе. Ни чай, ни кофе не имеют никаких питательных свойств и не должны рассматриваться пищей. Напротив, это медленное самоубийство для людей со слабым сердцем. Чай, говорят они, — отравя. Он изнашивает нервную систему, действует отрицательно на пищеварение и отражается на нашей памяти.

Миллионы людей в Америке умирают преждевременно, потому только, что всю жизнь не имел никакого понятия о том, как надо питаться. Миллиарды долларов тратятся в Америке на покупку того, «что не насыщает», что фабрикуется пищевыми заводами и предлагается потребителю в виде пищи, но что пищей не является. Нельзя регулярно и безнаказанно закладывать в желудок все это разнообразие суррогатов и не расплатиться за них своим здоровьем.

Доказано, что если кормить животное только белым хлебом, оно способно будет жить не дольше 6 — 8 недель. Если сделать такой же эксперимент с человеком, он тоже долго не протянет. Белый хлеб — одна из причин запора, а запор, как мы уже упоминали, — источник многих болезней. Перемените белый хлеб на темный с раздавленными зернами ржи или пшеницы, и вы вскоре почувствуете большую перемену во всем вашем организме.

Ученые говорят, что наше тело составлено из 16 основных элементов, а поэтому и наше правильное питание зависит от 16 элементов, которые должны проникнуть в тело вместе с принимаемой пищей. Если эти элементы не поступают в организм, мы расплачиваемся за это болезнями.

Что же это за элементы?

Вот их список: кислород, углерод, содий, сера, силикаты (соли), водород, железо, калий, фосфор, йод, кальций, фтор, азот, магний, марганец и фтор. Все эти вещества находятся в том или ином количестве в овощах, фруктах, зернах, орехах и в других плодах, извлекающих своими корнями нужные соки их недр земли.

Если по утрам вы просыпаетесь уже уставшим, это может служить иногда признаком того, что вы не едите достаточно той пищи, которая содержит в себе железо. Если врач обнаружит отсутствие железа в вашей крови, он

посоветует вам прибегнуть к помощи капель, пилюль и таблеток.

Если железо отсутствует в нашей диете — кровь ослабевает.

Недостача силикатов в организме отразится на нервной системе. Здоровье наших зубов зависит от фтора. Для наших костей нужны: кальций, фосфор, магний, фтор и силикат. Для системы пищеварения — содий; без него немисливо пищеварение. Для мозгов и нервов нужен калий. Калий необходим для слабо функционирующего сердца, для предохранения мускулов, суставов и артерий от затвердения (склероза). Для наших мозгов необходим фосфор. Немецкий физиолог сказал: «Нет фосфорной кислоты, нет мозгов»...

Чрезвычайно важно упомянуть о том, что наше тело состоит из трех четвертей жидкости, и если мы не восполняем ежедневно нужное для организма количество воды, мы вряд ли долго будем чувствовать себя здоровыми. Наш организм ежедневно вырабатывает 25 фунтов слюны, желудочных соков и других жидких элементов, и мы должны восполнять это расход жидкостей достаточным количеством принимаемой нами воды. Недостаточное потребление нами самой обыкновенной воды способствует отравлению организма мочевой кислотой, артериосклерозу и т.п. Мы должны знать, что вода не утучняет человека, но промывает, очищает и освобождает организм от многих вредных вещей. Врачи говорят, что мы должны были бы выпивать не меньше 6 стаканов воды в сутки. Это заявление врачей не ново, все об этом знают, но кто этому совету следует?

Добавим, что пить воду нужно не во время еды, потому что она будет разжижать соки принимаемой пищи, но — до еды и между едой.

Пища, богатая органическими жирами и сахаром, — причина многих сердечных болезней. Часто спрашивают:

почему японцы питаются хорошо, но не страдают сердечными болезнями так, как в Европейских странах и в Америке? В чем секрет? — В том, что японцы почти не употребляют органических жиров, которые остаются твердыми, застывшими при комнатной температуре, заменяя их растительными жирами. Японцы также очень мало употребляют те продукты, из которых, как из сырья, организм вырабатывает в себе «холестерин». Таким сырьем являются жиры животных, яичные желтки, устрицы, моллюски и все другие раковидные животные.

Вопрос правильного питания тесно связан с нашим весом. Быть в рамках нормального — для нашего роста — веса должно быть нашей неусыпной заботой и постоянной обязанностью. Мы уже говорили, насколько ожирение опасно. Первым шагом на пути к здоровью должно быть похудение. Мы должны сбросить с себя ненужный жир. Вторая, не менее важная обязанность — всегда держаться и пребывать в этом нормальном для нас весе. Средство это дешевое и для стариков общедоступное; средство избавления от ненужных заболеваний, преждевременной старости и смерти.

Присмотритесь на улицах к фигурам прохожих и скажите откровенно: много ли вы встречаете среди них ожиревших? — Очень мало! Люди, перевалившие за 70, — обычно тощие и худые. Вы желаете долголетия? — Переключитесь, пока не поздно, из армии тучных в ряды исхудалых, тощих.

Ожирение — болезнь сама по себе. Есть разные причины ожирения, но одна из самых распространенных — обжорство, объедение. Люди, любящие вкусно «покушать» и не знающие, где остановиться, не долго будут пользоваться этим «утробным» наслаждением. Ожиревшее сердце сперва переутомляется, потом работает ненормально, а позже и вовсе останавливается.

Прав был тот, кто сказал: «У кого голова пустая, у того желудок всегда до отказа полный». И еще: «Полный желудок любить лежать в полном и тяжелом гробу»...

Здоровье и долголетие — два дара свыше, которыми обычно пользуются не богатые, а бедные, не обжирющиеся, а полуголодные.

Американские страховые компании, получающие доступ к статистике, имеющей отношение к продолжительности жизни, к заболеваниям и смертности, говорят, что «толстяки» и «толстушки» сами на себя накликают ранние болезни и преждевременную смерть. Болезни сердца, высокое давление крови, кровоизлияние в мозг, болезни почек, желчного пузыря и пр. приходят к нам, когда мы выходим из нормальных берегов нашего веса и питания. Бесконтрольный аппетит и ненасытимость — первый признак диабета. Диабет любит людей толстых.

Если мы желаем похудеть, мы должны придерживаться строгой здоровой диеты, но даже при диете нужна умеренность. Есть люди, которые пытаются снизить свой вес тем, что принимают пищу только один или два раза в день, но и за эти два раза они умудряются набить свой желудок до отказа. Было бы куда полезнее съесть в три или четыре раза то, что человек съедает в один присест.

При диете старайтесь употреблять в пищу те продукты, которые больше всего содержат в себе протеина, фосфора, железа и калия. Творог — не только отличная пища, но и лекарство для укрепления нервной системы. Лук уничтожает кислоты и очищает кровь. Сельдерей, шпинат и другая овощная зелень должны всегда иметь место в нашей диете.

Старая народная мудрость гласит: «Хочешь быть здоровым? — держи ноги в тепле, голову в холоде, живот в голоде»...Теплота ног необходима для кровообращения; холод снижает повышенный жар головы; голод

освобождает кишечник, что весьма важно для всех систем нашего организма. Короткий отдых после еды снижает напряженную деятельность сердца и способствует работе органов пищеварения.

Бог мудро все предусмотрел и позаботился об удовлетворении нужд нашего тела. Он установил известные законы питания, но вместо того, чтобы нам подчиниться этим законам, мы не признаем их и грубо нарушаем. Мы сознательно засоряем наше тело всякого рода отравой. Бог дал нам специальные органы: легкие, печень, почки, кожу, которые заняты день и ночь исключительно тем, чтобы очищать организм и удалять из него «чуждое тело», суррогаты и смертоносные яды, а мы, то и дело, вводим в организм всю эту мертвечину, ошибочно называемую пищей. Эти органы освобождения не справляются со всеми поступающими в организм чуждыми веществами.

Наше здоровье зависит от четырех вещей: чем мы питаемся, чем мы дышим, как мы спим и о чем мы постоянно думаем? Немыслимо быть здоровыми, если мы питаемся не тем, в чем организм нуждается, постоянно дышим затхлым воздухом, заняты темными удручающими мыслями и страдаем бессонницей.

Приходится поражаться тому чудовищному невежеству, которое наблюдается между людьми даже образованными, когда затрагивается вопрос питания. Вступая в жизнь, мы учились... и чему только нас не учили... Но, вот заканчивая жизнь, мы убеждаемся, что самых серьезных жизненных предметов, от которых зависит наша жизнь, в программе нашего образования и в помине не было. Неудивительно, что вопросам питания мы не уделяли особого внимания и что главную роль в нашем питании всю жизнь играли только вкусовые ощущения и соображения. «Лучше кушать десерт, чем рыть канавы», — говорит еврейская поговорка. «Ах, как вкусно! Ах, как аппетитно!»

— восклицают обычно гости. Но не все вкусное полезно, особенно если оно приготовлено на пережаренных органических жирах и белом сахаре — этих двух укоротителях нашей жизни.

Почему бы нам и в самом деле не обойтись без сладких лакомств?

Бог дал нам поджелудочную железу, назначение которой в том, чтобы контролировать количество сахара, поступающего в нашу кровь, и не допускать его больше, чем полагается нашему организму. Трудно себе представить, насколько эта железа бывает перегружена работой у тех, кто увлекается сладостями, насколько сахар обременяет их печень, почки и разные железы. Неудивительно, если мы подвергаемся сахарной болезни. Тут следовало бы вспомнить, что наш организм сам вырабатывает нужное ему количество сахара из принимаемых желудком фруктов, овощей и неприсахаренной пищи. Зачем же вводить в организм вредный для нас избыток сахара? Надо было бы подумать и о том, что сахар разрушает кости, способствует ожирению, ревматизму и множеству других ненормальностей. Известно, что животные не едят нашего сахара и вполне без него обходятся. Почему бы и нам, разумным существам, раз и навсегда, не распрощаться с сахаром и тем избежать его губительного действия?

Вопрос питания — вопрос первостепенной важности и чрезвычайной сложности. Этому предмету посвящено множество полезных книг. Цель настоящей главы о питании не в том, чтобы преподнести читателю то или иное законченное руководство, а в том, чтобы расположить читателя к этому предмету, заинтересовать его этой отраслью науки и помочь ему «взяться наконец за ум», взяться за книги, взяться за самого себя и наладить свое питание.

СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ

«Долголетие без одухотворенности — большое несчастье»...

Желание жить — самый сильный из всех инстинктов человека. Каждый человек, независимо от его пола, расы и возраста, имеет инстинктивное желание жить и... пережить.

Несмотря на то, что людская жизнь — не что иное, как «кратковременное цветение», многие люди все же стремятся продлить это увядание до бесконечности. Жизнь человека обычно начинается криком и кончается вздохом, но этот последний вздох человек старается отодвинуть и оттянуть насколько только возможно.

Конечно, нет правила без исключения. Есть и такие люди, которые «не цепляются за жизнь» и полностью разделяют, в этом случае, взгляд Фомы Кемпийского, который сказал: «Если страшно умирать, то еще страшнее слишком долго жить»... Старость и болезни старости — необходимая принадлежность всех тех, кто стремится к долголетию. В сущности, люди боятся не долголетия и не старческих болезней, а боятся затяжной болезни и чрезвычайно медлительной смерти. Они боятся стать в тягость окружающим их родственникам и друзьям; боятся жить только «для украшения земли страданиями»...

Осмелимся ли мы осуждать их за такую боязнь и беспокойство?

— Конечно, нет! Здравый смысл приводит их к этим страхам. Человеческое существо неизбежно достигает

старости, но став старым, оно не перестает быть разумным существом. Человек невольно сознает, что углубляясь в процесс старения, он становится все более ограничен в своей трудоспособности, активности и полезности и часто попадает в полную зависимость от больничного персонала, родственников и Друзей.

Было бы крайне неразумно для человека поставить своей главной целью — долголетие, во что бы то ни стало. О таком бесцельном долголетии можно было бы сказать: «игра не стоит свеч»... Рассуждая о смысле жизни, Лев Толстой сказал: «Без знания того, что я такое и зачем я здесь — нельзя жить!» Не то ли самое нужно сказать и о долголетии?

Люди стремятся к долголетию, но не все ведь — в долголетьи. Слоны и черепахи живут до 200 лет; карпы и крокодилы (самые долговечные существа в животном мире) живут до 300 лет; змеи — 175 лет, а рыбы — 167 лет, но кто из нас хотел бы быть рыбой, змеей или крокодилом ради такого исключительного долголетия?

Калифорнийские секвойи и некоторые другие деревья живут тысячелетиями. Говорят, что некоторые оливы, растущие сегодня в Гефсиманском саду, были свидетелями агонии Христа. Но кто из разумных людей согласился бы променять свои 70 лет разумной жизни на «древесные» тысячелетия?

Бог определил для каждого созданного Им существа ту или иную длительность земной жизни, и мы должны смиренно согласиться с волей Всевышнего. Есть, например, насекомые, которые живут только один день. Ученые говорят, что блоха живет 30 дней; пчелиный трутень 5 месяцев; матка-пчела — 5 лет; зайцы и крысы 8 — 12 лет; леопарды и собаки — 14 — 18 лет; ослы, коровы и лошади — 20 — 35 лет; медведи — 35 — 40 лет; бурые медведи 40 — 50 лет; гип-попотамус — 60 лет.

Человек был создан Богом не для болезней, старости и смерти, но для вечной молодости, однако, грехопадение прародителей все это нарушило. В допотопный период человеческой истории Бог давал людям многие сотни лет жизни: Адам прожил 930 лет, Ной — 950, Мафусал — 969 и т.д. После потопа Бог значительно сократил годы человеческой жизни, сказав: «Не вечно Духу Моему быть пренебрегаемым человеками, потому что они плоть; пусть будут дни их сто двадцать лет»... Позже срок жизни человека сократился до «семидесяти лет, а при большей крепости — восемьдесят лет».

Возникает вопрос: разве мы не встречаем и сейчас тех, кто доживают до ста лет и больше? Почему же на них не распространяется ограничение Божие?

На это мы ответим: Господь, от Которого зависит наша жизнь, не связан установленными Им сроками и ограничениями и, конечно, абсолютно свободен в Своем решении добавить или убавить наши годы, продлить нам жизнь или внезапно пресечь ее. Он сказал: «Страх Господень прибавляет дней, лета же нечестивых сократятся»... О людях, угодных Богу, Он говорит: «Долготою дней насыщу его и явлю ему спасение Мое», а о нечестивцах: «Все дни несчастного печальны... а нечестивому не будет добра, и, подобно тени, недолго продержится тот, сто не благоговеет пред Богом... кровожадные и коварные не доживут и до половины дней своих»...

Мы говорим вновь о календарном долголетии. Но ведь подлинная жизнь измеряется не прожитыми годами, а принесенными жизненными плодами, полезными для ближних, для человечества. В этом отношении один человек, одаренный Богом, может сделать за пять лет жизни несравненно больше, чем другой, прожив круглую сотню лет. Мафусал считается самым долголетним человеком,

когда-либо жившим на земле. Он прожил 969 лет, но что сделал он за такой долгий период? Вся его биография выражена в Библии 32 словами: от кого родился, кого родил и когда умер. Его рождение, женитьба, жизнь и смерть со всеми его земными достижениями занимают в Библии всего 4 стиха. Мы привыкли смотреть на долголетие как на особое достижение, само по себе. Но, «не тот живет больше, кто живет дольше», — сказал Л. Толстой. Голова Иоанна Крестителя слетела с плеч, когда ему было всего 35 лет, однако, этот молодой муж Божий успел свершить больше, чем все его современники, и стать выше всех живших до него. «Истинно говорю вам: из рожденных женами не восставал больший Иоанна Крестителя», — сказал об Иоанне Христос.

На кладбищенских памятниках и могильных плитах обычно указаны даты рождения и смерти и мало что сказано о жизни и подвигах почившего. О чем говорят нам эти сухие даты? — Ни о чем, кроме печального факта, что люди умирают в разных возрастах. Долголетняя жизнь может оказаться пустой и бессмысленной, а короткая — не по летам плодотворной. Возьмем хотя бы такой пример: Надсон умер в 24 года, Лермонтов — 26, Пушкин — 37, Гоголь — 42, Чехов — 43, Фонвизин — 48 и др. Они мало жили, а много сделали.

Как рассказ, так и жизнь ценятся не за их длину, а за содержание.

Мы стремимся к долголетию, не задумываясь над тем, что собственно мы желаем за эти «добавочные» годы осуществить?

Допустим, что наука и в самом деле способна была бы продлить нашу жизнь до 150-летнего возраста, как мечтал Мечников, а наша активность и творческая способность, как мы наблюдаем ныне, прекращалась бы в 75 лет, то что должны бы мы делать в остальные 75 лет? Английский поэт

Вильям Вордсворт прожил 80 лет, но талант его иссяк уже в 40 лет, так что вторые 40 лет он повторял самого себя и ничего оригинального не создал. Михаил Иванович Глинка прожил 54 года. Этот знаменитый композитор, написавший «Жизнь за царя», «Руслан и Людмила» и др., лишился своей творческой способности уже в 38 лет. В остальные годы его жизни он писал только романсы и мелкие произведения. И таких случаев — множество.

Следовательно, будем жить так, чтобы наша жизнь, как драгоценная вещь, занимала немного места, но, в очах Божиих стоила бы очень дорого. Будем стремиться не только к долголетию, но и к тому, чтобы прожить жизнь чисто и свято. Слепший на старости поэт Мильтон писал: «Не важно, как долго я проживу, но важно, чтобы я был духовно подготовлен распрощаться с земной жизнью в любое время»...

Мы получили от Бога обетование долголетия — 70 и даже 80 лет! От кого же, как не от нас самих, зависит разумно распорядиться нашим здоровьем и нашим жизненным сроком? Те, кто проводят свою жизнь бес-толково, никогда не достигают упомянутого предельного возраста.

Мы говорим о секрете долголетия. В чем же он заключается?

Он заключается, главным образом, в том, чтобы получаемую от Бога жизнь не сокращать медленным самоубийством. Во множестве случаев люди собственно не умирают, а постепенно отравляют себя «пищей и питанием», расшатывают и губят свой организм бесчисленными грехами, страстями, пороками и разного рода безумием. Большинство так называемых пансионеров умирает год или полтора, после выхода в отставку; умирает не от заразы или рака, а от «нечего делать», скуки, лени, объедения, застоя крови и размягчения мозгов.

Наше долголетие имеет смысл только тогда, когда мы глубоко верим в загробную жизнь и, продолжая жить на земле, преследуем не земные, а Божьи цели. В старости мы можем быть ограничены в наших способностях и возможностях, но уподобляться Христу, молиться о людях, не знающих Бога и свидетельствовать им о Спасителе Христе мы можем до последнего нашего вздоха. Христос сказал: «Се **Я** с вами до скончания века», и это обещание Его относится, во все времена, к каждой любящей Его душе. Бог говорит: «И до старости вашей **Я** тот же буду, и до седины вашей **Я** буду носить, поддерживать и охранять вас»... Как мать, которая берет на руки уставшего от ходьбы ребенка, так Господь обещает «носить» нас на старости лет. Царь Давид, «умерший в доброй старости, насыщенный жизнью», молился: «Боже! Ты наставлял меня от юности моей, и донныне я возвещаю чудеса Твои. И до старости, и до седины не оставь меня, Боже, доколе не возведу силы Твоей роду сему и всем грядущим могущества Твоего»... Псалмопевец чувствовал нравственную ответственность пред своей «сменой», новым поколением, которое не знало еще Господа.

Секрет долголетия ученые видят в нашей наследственности. Долголетие приходит к тем, кто унаследовали свой организм от долголетних предков. Другими словами — кто избежал плохой, болезненной, отрицательной наследственности.

Секрет долголетия можно усмотреть также и в том, что люди избежали многих болезней в детстве, юности и зрелом возрасте, соблюдали требования гигиены, вели нравственный образ жизни, дорожили свежим воздухом, сформировали добрые навыки, правильно питались, правильно проводили дни и ночи, заботились не только о чистоте своего тела, но и о чистоте внутренней, о духовном преуспевании своей души. Ничто так не дезорганизует и не

расстраивает физического здоровья, как гнев, ярость, раздражительность, постоянные ссоры и недоразумения, скандалы, беспокойства, страхи, огорчения и бесконечные терзания сердца. Все это — не что иное, как болезни души, которые влекут за собой болезни физические — язву желудка, зуб, диабет, сердечные припадки, отравление крови выделениями желез внутренней секреции и многое другое. Человек, живущий постоянно в такой губительной атмосфере, может оставить всякую мысль о долголетьи. Как землетрясением разрушаются дома, так здоровье разрушается гневом. Во время гнева процесс пищеварения приостанавливается, нормальное кровообращение нарушается, лицо искажается и т.д. Все это отравляет гневливого быстрее всякого яда и неизбежно уносит его в преждевременную могилу. Св. Писание говорит: «Глупца убивает гневливость, и несмысленного губит раздражительность».

Секрет нашего долголетия заключается в том, как мы используем наши физические силы, таланты, способности и душевные настроения. Все эти дары, пусть даже ослабленные возрастом, должны найти себе должное выражение и полезное применение. В противном случае, наши способности заржавеют. Если мы ежедневно не учимся чему-нибудь новому, наш ум притупляется. Если наши мускулы не получают ежедневно должной нагрузки, они становятся дряблыми, теряют силу. Мы должны понять, что жизнь не терпит застоя; что соответствующая нашему возрасту и здоровью активность — это не просто развлечение от нечего делать, но жизненная необходимость. Жить — значит двигаться, трудиться, творить, любить, бороться, учиться, стремиться и надеяться.

Вот вам пример. Не так давно опросили в Америке 450 столетних граждан, и в результате оказалось, что все они имеют определенные планы на будущее, интересуются

современными событиями, у каждого из них

есть та или иная привязанность, чувство юмора, аппетит, сопротивляемость болезням, усталости и лени, здравый взгляд на жизнь и смерть, яркое проявление оптимизма и радушия и т.п.

Приведем здесь еще одну статистическую справку, относящуюся к факту, не требующему доказательства: женщины, по данным статистики, живут дольше, чем мужчины. Столетних женщин в пять раз больше, чем мужчин. Совсем недавно в Англии было установлено, что на 6 миллионов пенсионеров в стране — 4 миллиона женщин. Секрет этот усматривают в том, что у женщины больше жизненной энергии, выносливости и живучести, чем у мужчины. Женщина имеет сердце, легкие и другие органы, приспособленные для того, чтобы во время беременности отвечать не только своим личным нуждам, но и нуждам своего ребенка. Женщина легче приспосабливается к разным жизненным обстоятельствам и переменам. Эта последняя истина была проверена нами в годы революции и беженского мытарства.

Кроме того, женщина интересуется больше живыми людьми, чем отвлеченными идеями. Она имеет особую способность жить для других, жить интересами мужа, детей, внуков, родственников, церкви и разных миссионерских и благотворительных организаций, что, конечно, психологически правильнее и благотворнее, чем ненасытный эгоизм, самообожание или самопрезрение.

Доказано также, что в средних летах число смертности у женщин гораздо больше, чем у мужчин, зато в старости смерть уносит легче мужчин, чем женщин.

В чем секрет долголетия?

Долголетие любит людей спокойных, терпеливых, общительных. Человек живет дольше, если он живет с Богом, любит жизнь и не чуждается людей. Всякая са-

моизоляция — ненормальна. Установлено, что тот, кто совершает свое жизненное путешествие в одиночку, прибывает к могиле скорее всех других. Во избежание этого надо учиться ладить с людьми, уживаться с ними, понимать их, не быть к ним слишком требовательным.

Долголетие любит людей услужливых, полезных. Иногда думают, что человек, достигший старости, — бесполезен и никому не нужен. Вовсе нет! При желании, его ослабевшие силы способны еще сделать людям много добра. Принося пользу, удовольствие и счастье другим, мы часто находим наше собственное.

Долголетие любит людей уравновешенных, обладающих выдержанным характером. Вам, вероятно, приходилось встречать в жизни таких именно людей. Они невольно вызывают у нас доверие, уважение и даже некоторое удивление и зависть. Удивление — что есть еще на земле такие люди, и зависть — почему мы не располагаем их характером? Эти люди далеки от мысли казаться иными, чем они в действительности есть; ибо вы сами убеждаетесь, что в таком их напускном позировании нет никакой решительно надобности, так как они и без того обаятельны и неотразимы.

В заключение упомянем еще об одном секрете долголетия. В Св. Писании Ветхого и Нового заветов Бог говорит: «Почитай отца твоего и мать свою: да будет тебе благо, и будешь долголетен на земле»... Мало кто думает сейчас, что наше долголетие зависит не только от Бога, не только от нашей наследственности и других физических и духовных фактов жизни, но и от того, как мы относимся или относились к нашим родителям. Бог повелевает детям заботиться о родителях и почитать их и обещает им долголетие как награду за выполнение этого условия. Ап. Павел называет заповедь о почитании отца и матери «единственной заповедью с обетованием». Этим

обетованием награды Бог желал подчеркнуть, насколько Он ценит наше правильное отношение к родителям. «Сын мой! наставления моего не забывай, и заповеди мои да хранит сердце твое; ибо долготы дней, лет жизни и мира они приложат тебе»...

Но тут именно и возникает вопрос: «Не все те, кто исполняли заповедь о родителях, достигали долголетия и не все достигшие знали живого Бога». Чем объяснить подобное противоречие?

Отвечая на это, мы должны вспомнить другое обетование Божие, которое гласит: «Итак знай, что Господь, Бог верный, который хранит завет и милость к любящим Его и сохраняющим заповеди Его до тысячи родов»... Бог наказывает до четвертого поколения, но милует до тысячи родов; отсюда нам не уследить за Его действиями и не объяснить Его путей. «Пути Его неисследимы». Не поэтому ли «праведников постигает то, чего заслуживали бы дела нечестивых, а с нечестивыми бывает то, чего заслуживали бы дела праведников»?

С другой стороны, мы должны согласиться и с тем, что существует два вида долголетия: одно из них может быть воистину благословенным, а другое — невыразимо несчастным. Не все, достигающие ста лет, непременно счастливы. Для некоторых из них долголетие может оказаться настоящей карой Божией. Мы же говорим здесь о секрете благословенного долголетия. Такое долголетие всегда рассматривалось великой милостью Божией. «Долготою дней насыщу его», — обещает Господь всякому, кто «Всевышнего избрал прибежищем своим»...

Вот в чем истинный секрет долголетия.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СТАРОСТЬ И КАК ИЗБЕЖАТЬ ЕЕ?

«Старят нас не годы, а невзгоды»...

Каждый из нас вступает в жизнь молодым, полным энергии и здоровья, а потом весь наш багаж последовательно теряется. Наши силы постепенно уменьшаются, ослабевают и вовсе улечиваются.

В молодости — подготовка к жизни, занятия, экзамены, страхи, неуверенность, беспокойства...

В зрелом возрасте — женитьба, семья, работа трудная, бремя непосильное, ответственность великая, проблемы тяжелые, обязанности постоянные, затруднения бесконечные, горе неожиданное, нужда беспросветная, тоска безысходная, разочарования, болезни и страдания... Вот то, что старит нас! Старят нас не годы, а невзгоды!

Уточняя эту мысль, нужно сказать, что старят нас не так невзгоды, как наше безграмотное отношение к этим невздам. Бог говорит, что в каждом постигшем нас горе или испытании заложен незримый зародыш благословения, что «все содействует ко благу любящим Его», но кто из нас научился так смотреть и кто усвоил этот сложный и тяжелый для нас Божий урок? Мы говорим: «Нет худа без добра», но кто из нас привык усматривать добро в каждом постигающем нас худе? Посылая то или иное испытание, Бог желает иногда отвратить нас от чрезмерной привязанности к земному и устремить наш духовный взор к вечному, нетленному, небесному, но как редко Бог достигает Своей цели. Вместо того чтобы примириться с Богом, полюбить Его и возлагать на Него все наши

невзгоды жизни, мы обычно стараемся сами справиться с ними и таким путем обойтись без Его вмешательства. Мы предпочитаем быть независимыми даже от Бога и продолжаем тащить нашу жизненную телегу вверх колесами. Неудивительно поэтому, если мы с этим непосильным для нас грузом приходим к старости преждевременно.

Преждевременная старость — прямое следствие или физических ненормальностей, или неправильного мышления, или того и другого вместе.

Преждевременная старость и даже внезапная смерть могут быть вызваны сильными психическими, эмоциональными переживаниями, так как они тесно связаны не только с нашим телом, но и с нашим мышлением. Известны случаи, когда в течение одной ночи, проведенной в тюрьме, молодые люди покрывались сединой или, находясь в состоянии постоянной удрученности и озабоченности, начинали ходить сгорбившись и забывали о том, что значит улыбаться. Говорят, что президент Хардинг умер от беспокойства и переживаний, вызванных предательством своих друзей.

Все знают, что А.С. Пушкин погиб на дуэли, когда ему было всего 37 лет, но далеко не всем известно, что уже в этом возрасте он был душевно разбитым и преждевременно состарившимся человеком. Он был утомлен жизнью и страдал неврастенией в острой форме.

Николай Васильевич Гоголь прожил всего 43 года. Будучи всю жизнь холостяком, он уже в 30 лет чувствовал себя стариком и старался омолодить себя заграничными курортами, но курорты не помогли. У него не было никаких физических болей, но он страдал депрессией, развитием душевной болезни. Он нуждался не в курортах, не в перемене внешней обстановки, а в перемене мышления, в перемене сердца, в другом мировоззрении, в новом отношении к тем вопросам, которые непрестанно его

беспокоили.

Хорошо, конечно, быть вполне здоровым, материально обеспеченным, влиятельным, почетным, но еще важнее быть внутренне умиротворенным, счастливым. Счастливый человек забывает про свой возраст и количество прожитых лет, а поэтому и остается молодым душой до глубокой старости. Пессимизм ослабляет и старит человека, оптимизм — дает человеку силу, поддерживает в нем «вечную молодость»...

Следовательно, если такая возможность перемены действительно существует, то зачем тогда стареть и умирать нам преждевременно?

Но как придти к этому счастью? Как остаться молодым душой? Где та формула, которая избавляет нас от преждевременной старости? У кого этот всеми желанный эликсир вечной юности?

Всем известно, что мы подвержены закону тления, против которого нет и не может быть избавления, равно как не может быть и полного исцеления от старости. Но при всем этом есть все же известные принципы, придерживаясь которых можно замедлить наступление старости, а также облегчить естественный ее процесс.

Некто подразделил земную жизнь человека на три периода и сравнил их с огнем, энергией и светом: юность — огонь; возмужалость — энергия и, наконец, от 50 лет и выше — свет. Огонь нужен для романтики, энергия — для добывания средств к жизни, свет — Для того, чтобы увидеть жизнь в подлинном ее свете.

Чтобы избежать преждевременной старости, нужно прежде всего получить этот Свет и в этом Божественном свете начать жить и действовать. Прежде всего нужно узреть и признать тот неоспоримый факт, что есть в жизни вещи, которые несравненно важнее и существеннее, чем внешняя перестройка социальных, политических,

государственных и международных порядков; вещи, которые нужнее нам, чем наше собственное земное благополучие и материальная обеспеченность.

Что же это?

— Наша бессмертная душа, смысл жизни, Бог, возрождение, вечность...

В силу нашей греховной природы мы духовно слепы и блуждаем во тьме. Мы не ощущаем никакой потребности в духовном свете. «Свет пришел в мир, но люди более возлюбили тьму, нежели свет... делающий злое ненавидит свет и не идет к свету»... Вот почему нам свойственно избегать «проклятых вопросов», не заботиться о душе, не верить Св. Писанию и не думать о неизбежной смерти, суде и вечности.

Христос и только Он научает нас смотреть на жизнь очами вечности и видеть все в Его свете. Он сказал: «Я свет миру; кто последует за Мною, тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни»...

Чтобы избежать преждевременной старости, надо иметь этот «свет жизни», надо понять, что «правильная жизнь» — это «праведная жизнь»; жизнь, которая охватывает всего человека: его дух, душу и тело, и проявляется физически, интеллектуально и духовно. Всякая односторонность и узость в этом вопросе недостойна человека и всегда будет во вред ему. Поистине, человек становится животным с того момента, как только перестает ценить небесное и удовлетворяется временными, земными потребностями или начинает ставить материальную наживу выше и ценнее собственной души и спасающей любви Христовой. Немыслимо стать счастливым, не выдвинув на первый план удовлетворение запросов нашей бессмертной души, не занявшись разрешением основных проблем личной духовной жизни. Как писатель, пишущий книгу, то и дело сопоставляет заглавие книги с ее содержанием,

так и мы должны почаще оглядываться на прожитую нами жизнь и проверять: соответствует ли она своему назначению и отвечает ли она той главной цели, ради которой Бог создал нас и послал на землю?

Как избежать преждевременной старости?

— Очень просто! Надо только устранить причины, ускоряющие наше старение и сокращающие длительность жизни.

Если нас, например, старит неправильное отношение к постигающим нас невзгодам, нам нужно, следуя за Христом, научиться от Него, как использовать и употребить их для нашего духовного обогащения и опыта. Многие люди стали великими только потому, что прошли чрез великие испытания и восторжествовали над бедами и затруднениями.

Если нас старят заботы, страхи и беспокойства, то следуя за Христом, мы знаем, куда убежать от них и где можно обрести внутреннее равновесие и успокоиться. К сожалению, люди, не знающие, что такое молитвенное общение с Богом, ищут душевного мира и не находят.

В наш век неуверенности, неопределенности и вечных опасений у людей наблюдается особая тяга, небывалый позыв к изоляции, к обособленности, к бегству от реальной жизни. Вспоминается девушка — миллионерша, о которой в свое время писали газеты, как она оставила Америку, ушла от своего окружения и поселилась на каком-то полу обитаемом острове в Тихом океане. Не это ли самое чувство посещает и наше сердце? Не это ли желание захватило душу царя Давида, когда он воскликнул: «Кто дал бы мне крылья, как У голубя? я улетел бы и успокоился бы; далеко удалился бы я и оставался бы в пустыне; поспешил бы укрыться от вихря, от бури?»..

Давид был в молодости пастухом, но, промыслом

Божиим, победил Голиафа и стал национальным героем. Он достиг царственного трона, власти, богатства и славы, но готов был бежать от всего этого и вновь быть со стадом овец в пустыне. К счастью, Давид, находясь в испытаниях, познал Бога и в Нем нашел для себя надежное убежище. Он сказал Богу: «Будь мне твердым прибежищем, куда я всегда мог бы укрыться»... «Ибо на Тебя уповает душа моя, и в тени крыл Твоих я укроюсь, доколе не пройдут беды»...

Какое счастье знать, где укрыться и «найти покой душам нашим». Нет надобности бежать в пустыню, на необитаемый остров или искать Бога в неведомых и недостижимых сферах. Он таинственным образом присутствует там, где Его жаждут, ищут и любят, и еще таинственнее отсутствует там, где Его забывают, где сердца людей заняты чем-то другим. Христос сказал: «Приближаются ко Мне люди сии устами своими и чтут Меня языком; сердце же их далеко отстоит от Меня; но тщетно чтут Меня, уча учениям и заповедям человеческим».

Как избежать преждевременной старости?

— Начать и вести жизнь сердечного довольства и беззаботности. Жить просто, довольствоваться тем, что Бог послал, удовлетворяться тем, что есть — какое это великое приобретение! Заканчивая свое земное служение, ап. Павел делится своим жизненным опытом с учеником своим Тимофеем и говорит ему: «Великое приобретение — быть благочестивым и довольным. Ибо мы ничего не принесли в мир, явно, что ничего не можем и вынести из него. Имея пропитание и одежду, будем довольны тем. А желающие обогащаться впадают в искушение и в сеть, и во многие безрассудные похоти, которые погружают людей в бедствие и пагубу; ибо корень всех зол есть сребролюбие, которому предавшись некоторые уклонились от веры и сами себя подвергли многим скорбям»... Говоря о чрезмерной озабоченности, способствующей нашему быстрому

старению, ап. Павел пишет: «Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве и прощении с благодарением открывайте свои желания пред Богом, — и мир Божий, который превыше ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе»...

Как избежать преждевременной старости?

— Научитесь смотреть на все так, как Бог смотрит, и относиться ко всему так, как Бог к нему относится, сохраняя мудрость, здравомыслие и рассудительность. «Преимущество мудрости пред глупостью такое же, как преимущество света пред тьмою... Ибо человеку, который добр пред лицом Его, Бог дает мудрость и знание и радость... Мудрость дает жизнь владеющему ею... Мудрость человека просветляет лицо его, и суровость лица его изменяется... Мудрость лучше силы... Мудрость лучше воинских орудий», — говорит Соломон. Подлинная мудрость в том именно и заключается, чтобы смотреть на все с Божьей точки зрения, видеть все в разрезе вечности.

Как избежать преждевременной старости?

— Быть молодым душой, счастливым и благодарным за все Богу. Быть реалистом, а не мечтателем, иметь дело с фактами, а не предположениями, никогда не преуменьшать наших неудач, но и не преувеличивать своих успехов, — все, проникающее в нашу жизнь, принимать в его действительном виде.

Как избежать преждевременной старости?

— Избавиться с помощью Божией от своего дурного характера. Не быть чересчур мрачным и серьезным, ибо сказано: «не будь слишком строг, и не выставляй себя слишком мудрым; зачем тебе губить себя?» Контролируй свои эмоции, владей собою, избегай вспыльчивости, раздражения, гнева, ненависти, зависти и Других подобных им пагубных чувств. Зачем тебе иметь раньше времени язву

желудка, разрыв сердца или кровоизлияние в мозг? Дурной характер не утаишь; его видно как разбитое окно изнутри и снаружи. Люди с дурным характером не видят старости и редко когда доживают «до половины дней своих»...

Как избежать преждевременной старости?

— Всегда иметь оптимистическое отношение к жизни.

Не соглашаться с дьяволом, который говорит: «Ты — старик и должен всегда помнить об этом и вести себя соответственно твоему возрасту: носи постное лицо, чувствуй себя так, как если бы ты постоянно находился в похоронной процессии или в погребальной конторе. Помни, что старческий смех, веселое пение, музыка, юмор — не для тебя!» Нашим ответом должно быть: «Отойди от меня, сатана! Христос дал нам “новое сердце”» и «вложил в уста наши новую песнь, хвалу Богу». Он дал нам постоянную радость, святой смех и безобидный юмор, в которых мы нуждаемся на старости лет гораздо острее, чем нуждались в нашей молодости.

Как избежать преждевременной старости?

— Всегда старайтесь быть заняты полезным, благотворным трудом. Не переутомляйтесь, но и не идите на компромисс с ленью и праздностью. Помните, что полезный труд на старости лет отвлекает не только от жизненных забот и уныния, но и от многих болезней. У людей занятых нет времени предаваться мрачным мыслям и безотчетной тоске. Поэтому, пока у вас есть еще энергия и силы, постарайтесь дать им достойный выход. Здесь могут прийти на помощь садоводство, огородничество, рыбная ловля, пчеловодство, охота и многое другое, что соответствует нашим силам, вкусам и желаниям. Одним словом, нам нужна разнovidная и сильная заинтересованность, нам нужна осмысленная жизнь.

Начиная день, прочитайте хотя бы одну главу из

Библии, а молясь, возблагодарите Бога за то, что вы здоровы и в течение наступившего дня будете заняты чем-то дельным. Научитесь жить подобно Пушкинскому герою, о котором поэт говорит:

Проснувшись поутру, свой день

Он отдавал на волю Божью...

Как избежать преждевременной старости?

— Не работать во время болезни или недомогания... Не заниматься физическими упражнениями, когда организм изнурен и нуждается в отдыхе. Не отравляться затхлым, непроветренным воздухом. Следить за своим нормальным весом и диетой. Показываться врачу раз или два в год. Следить и вовремя принимать меры против высокого или низкого давления крови. Соблюдать строгую умеренность в еде, труде и отдыхе. Выпивать 6 стаканов свежей воды в сутки. Не пользоваться стимулирующими средствами. Воздерживаться от соленой, острой и сладкой пищи. Смотреть за чистотой тела и регулярным очищением кишечника. Не отравлять организма большими зубами, большими гландами, запорами и пр. Не употреблять органических жиров: сала, жирного мяса и жирной рыбы, всего испеченного или зажаренного на органических жирах. Не наедаться на ночь.

Многие беды постигают нас, включая преждевременную старость, по нашему же невежеству, небрежности и нерадению. Отсюда и поговорки: «Живи просто, проживешь лет со сто; а станешь лукавить — дьявол задавит»... «Как жить должно, всякий знает, да всяк по-старому жить продолжает»... «Мудр не тот, кто много знает, а кто знание свое на деле применяет»...

Как избежать преждевременной старости?

— Знать, где и как освежить, обновить наши увядающие силы. «Разве ты не знаешь? Разве ты не слышал, что вечный Господь Бог, сотворивший концы земли, не

утомляется и не изнемогает? Разум Его неисследим. Он дает утомленному силу, и изнемогшему дарует крепость. Утомляются и юноши и ослабевают, и молодые люди падают, а надеющиеся на Господа обновятся в силе; подымут крылья, как орлы, потекут, и не устанут, пойдут, и не утомятся»...

«Бог помощник мой; Господь подкрепляет душу мою»...

Муж Божий, живший в средние века, так молится: «Господи, Боже, имя Тебе — Любовь: не отвергни меня, погибшего грешника. Имя Тебе — сила: подкрепи меня, изнемогающего и падающего человека. Имя Твое — свет: просвети мою душу, омраченную житейскими заботами и суетой. Имя Тебе — милость: продли ко мне Твою милость и долготерпение».

ЗАКАТ ЖИЗНИ

«Цель, для которой мы вызваны из небытия к бытию, — не на земле, а на небе»...

В конце Второй мировой войны, которую я провел во Франции, мой организм, истощенный недоеданием, заболел белокровием. Врачи оказались бессильны спасти меня, потому что на аптечных полках вместо лекарств стояли пустые банки и коробки, а на рынке — привезенная немцами рутабага и брюква. Уповая на Божью милость и водительство, я уехал в ближайшие Альпы и поселился у лесника француза. Чудодейственный эликсир вдыхаемого горного воздуха, очаровательная природа, простое, но полезное для организма питание, «полудиккий» образ жизни и молитвы об исцелении восстановили мое здоровье.

Я вспомнил об этом случае в связи с темой нашей главы: «Закат жизни». Находясь в Альпах, я неоднократно наблюдал закат солнца. За час до заката я совершал свою вечернюю прогулку и, обычно, старался наблюдать закат с разных пунктов. Однажды я уселся на пенек у лесной опушки. Возле меня лежала большая куча щебня и камней, оставшихся, как видно, от ремонта невядалеке идущей горной дороги. Багровый солнечный диск медленню тонул за ближайшим лесистым хребтом. Был май. Весна была в полном разгаре, а я, приехавший в горы не для того, чтобы наслаждаться жизнью, а умирать от неизлечимой болезни, был захвачен размышлениями о закате моей жизни.

Но тут мои размышления были прерваны прилетевшим белоснежным мотыльком, который приземлился между пнем, на котором я сидел, и кучей щебня. Теперь мое внимание было занято больше мотыльком, чем заходом солнца. Время шло. Диск солнца окончательно скрылся, и

повеяло вечерней прохладой. Мотылек внезапно вспорхнул, но тут же вновь опустился. Посидев немного, мотылек сложил крылышки, уверенно подполз к куче щебня и скрылся между камнями. Возвращаясь в свою лесную берлогу, я подумал: вот она, жизнь... жизнь мотылька... При восходе солнца началась, а с заходом солнца закатилась... Закат жизни.

Земная жизнь человека, несомненно, имеет большую длительность, чем жизнь мотылька, но и она ограничена Богом установленным сроком. Она дана нам как бы взаймы. Причем, с более точным учетом дней, часов и минут, чем денежный заем, полученный полноценными червонцами. Приходит срок расплаты, и все, чем мы пользовались, надо возвратить обратно. Ибо «человек не властен над духом, чтобы удержать дух, и нет власти у него над днем смерти, и нет избавления в этой борьбе... ибо человек не знает своего времени... и не будет того вовек, чтобы остался кто жить навсегда, и не увидел могилы»...

Случается, что прихожане, числящиеся в церковных списках, бывают в церкви всего три раза в жизни: первый раз — их приносят туда младенцами для крещения; вторично — для бракосочетания и, наконец — для погребения. Один священнослужитель сказал такому жениху после бракосочетания: «Итак, Ваня, помни, что твое имя вторично уже зарегистрировано в наших церковных книгах»... Ваня понял, что жизнь ускользает, и что никогда не рано начать думать о вечности.

Нам надлежит всегда помнить о закате нашей жизни и, во что бы то ни стало, позаботиться о спасении нашей души. На вопрос: «Где буду вечность проводить?» — мы должны получить от Бога полный и ясный ответ.

На войне перед началом сражения солдат, видя своего друга, побледневшего от ужаса, спросил его:

«Ты что ж, смерти боишься?»

— Нет! — ответил тот, — меня страшит не смерть, а то, что ждет меня после смерти!

В книге Иова смерть названа «царем ужасов»... Из всех видов страха «страх смерти» всегда рассматривался универсальным и самым ужасным — «царем ужасов». Сатана сказал Богу, что «за жизнь свою отдаст человек все, что есть у него».

Смерть должна быть, воистину, ужасна для каждого, кто уходит в вечность без покаяния и примирения с Богом, без Христа в душе и без Духа Святого в жизни.

Иудейские священники, фарисеи, саддукеи и книжники были в таком именно состоянии души, когда Христос пояснил им: «Потому Я и сказал вам, что вы умрете во грехах ваших; ибо если не уверуете, что это Я, то умрете во грехах ваших»...

Многие находят, что страшно сгореть, умереть в море, в бою, в тюрьме и т.д., но Св. Писание учит нас, что еще страшнее «умереть во грехе», в скверне греха, в рабстве греха, под проклятием греха; умереть во грехе и подвергнуться Божьему наказанию за грех.

Умереть во грехе — это значит умереть духовным банкротом, с осуждающей нас совестью; умереть во мраке отчаяния, не зная, что ожидает нас в вечности. Такая смерть — кошмарна. Лучше умереть на костре, как Ян Гус, или быть побиту камнями, как Стефан, чем умирать так, как умирали Каин, Иуда, Анания и Сапфира или Вольтер и множество других подобных ему современных безбожников.

Виновник всех зверств Варфоломеевской ночи, король Франции Шарль IX, умирая «во грехе», вскрыл себе вены и, глядя на струившуюся кровь, сказал: «Что значит моя кровь... я погиб и в этом я абсолютно уверен»...

Смерть «во грехе» — неизбежная участь каждого, кто не принял Иисуса Христа своим личным Спасителем,

пострадавшим за всех нас на Голгофе, как сказано в Символе веры: «Нас ради человек и НАШЕГО РАДИ СПАСЕНИЯ спшедшего с небес и воплотившегося от Духа Святого и Марии Девы и вочеловеч- шася»...

Слова Спасителя: «Если не уверуете, что это Я, то умрете во грехах ваших» не были угрозой, но предупреждением. Мы свободны в своем выборе: мы можем отвергнуть предупреждение или принять его с глубокой верой, с сокрушением сердца и благодарностью души. Лично от нас зависит, как умереть: «во грехе» или «в Господе», «в вере» или «в неверии»...

Почему Бог ставит веру в Него условием нашего спасения? — Потому что «без веры невозможно угодить Богу». «Бога не видел никто никогда; Единородный Сын, сущий в недре Отчем, Он явил»... Христос явил нам Собою невидимого, сделав Его видимым, по вере. Христос сказал: «Видевший Меня, видел Отца»... Вот почему вера во Христа — вера спасающая. «Ибо надобно, чтобы приходящий к Богу веровал, что Бог есть и ищущим Его воздаст»... стучащему отворяет и просящему дает.

Человек, подлинно возрожденный свыше, верующий христианин не боится «царя ужасов», смерти. Для человека неверующего смерть — неопикуемый ужас, а для духовного верующего — «Ближе Господь к Тебе, ближе к Тебе». Слово Божие весьма ясно говорит, что «верующий в Сына Божия имеет жизнь вечную, а неверующий в Сына не увидит жизни, но гнев Божий пребывает на нем». «Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего единородного, дабы всякий верующий в Него не погиб, но имел жизнь вечную. Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасен был чрез Него». Поэтому «верующий в Него не судится, а неверующий уже осужден, потому что не уверовал во имя единородного Сына Божия».

Человек воистину верующий не боится смерти, по-

тому что Христос Спаситель «вкусил смерть за нас», «победил смерть», сверг с престола «царя ужасов», «отнял силы у начальств и властей, властно подверг их позору, восторжествовав над ними Собою»... Христос и никто другой «имеет ключи ада и смерти»... Вера в Спасителя грешников приводит нас к уверенности и радости спасения.

О, вера! Ты стоишь у двери гробовой!

Ты ночь могильную нам тихо освещаешь...

А.С. Пушкин

Мудрый Соломон, как никто другой, познал всю суетность земной жизни. В своей книге «Екклесиаст» он вскрывает парадоксальность многих вещей и дает нам ценные советы. Он говорит, например, что «лучше ходить в дом плача об умершем, нежели ходить в дом пира» и что «сетование лучше смеха»... Он дает такой совет: «Не предавайся греху и не будь безумен: зачем тебе умирать не в свое время?» Подводя итоги своей жизни, Соломон говорит: «И оглянулся я на все дела мои, которые сделали руки мои, и на труд, которым трудился я, делая их; и вот, все это — суета и томление духа, и нет от них пользы под солнцем»... «Всего насмотрелся я в суетные дни мои»... Зная всю суетность земной жизни и учитывая ее быстротечность, мудрые люди не особенно «прилипали» к земле, не особенно на ней устраивались.

Папа Лев IX (1054), умирая, пожелал видеть гроб, в котором он будет похоронен. Просьба папы была исполнена. Окруженный кардиналами, он приподнялся на своем смертельном одре и, указывая дрожащей костлявой рукой на гроб, сказал: «Посмотрите, братья мои, какая суетность и превратность человеческой жизни. В свое время моя монашеская келья расширилась до папских чертогов, а теперь мой папский дворец сузился до тесного гроба»...

«Вот, Ты дал мне дни, как пяди, и век мой, как ничто пред Тобою. Подлинно, совершенная суета — всякий человек живущий. Подлинно, человек ходит подобно призраку; напрасно он суетится, собирает и не знает, кому достанется то»...

В псалме 88-м Ефам Езрахит молится Богу и говорит: «Вспомни, какой мой век: на какую суету сотворил ты всех сынов человеческих? Кто из людей жил и не видел смерти, избавил душу свою от руки преисподней?» (ст. 48-49). Мы рождаемся на суету, неопределенность, превратность, с большим риском бесцельно прожитой жизни и вечной гибели. Не поэтому ли Соломон сказал: «день смерти лучше дня рождения»?

Умирая в Господе, человек уже не подлжит никакому риску, разочарованию и суете. «Блаженны мертвые, умирающие в Господе: ей, говорит Дух, они успокоятся от трудов своих». Этого ли успокоения нам, верующим, бояться? О, нет! Моряк, плывущий по бушующим волнам океана, с радостью устремляет свой взор к сигнальным огням маяка и вводит свою утлую ладью в тихую гавань. Рабочий с нетерпением ожидает конца изнурительного знойного дня. Воин с минуты на минуту ждет конца сражения. Христианин тоскует по Небесной отчизне и терпеливо ожидает, когда же он наконец сможет оставить свой пастушеский шатер и водвориться в «обители неветшающие», обители вечные, обители мира. Вместе с ап. Павлом христианин говорит: «Имею желание разрешиться и быть со Христом, потому что это несравненно лучше»...

Одна сестра милосердия сказала: «Я видела тех, которые, умирая, боялись смерти и трепетали пред нею, и я видела людей верующих, которые не боялись смерти и умирали с лицом, озаренным неземной, блаженной улыбкой»...

Духовная писательница, автор многих английских

гимнов, Фанни Кросби, умирая, сказала: «Как может кто-либо утверждать, что умирать — это значит проходить долиной смертной тени, когда я вижу вокруг себя свет небесный?» Это были ее последние слова.

Мы умрем, и о нашей смерти мировая пресса может не написать ни одной строки, а наши потомки — не поставят нам на площадях бронзовых памятников, но если мы были возрождены свыше и подобно Еноху «ходили с Богом», если всю жизнь провели в служении Богу и людям — исполняли Его волю, преследовали Его цели, защищали интересы Его дела, — жизнь прожита нами не напрасно. Такая жизнь — самая осмысленная, целесообразная и полноценная, какая только доступна человеку здесь на земле.

«Не спрашивайте об умершем, как он умирал и что сказал перед смертью, а спросите лучше, как он жил?» — сказал некто. Многие люди умирали «красиво», но жили отвратительно.

Цезарь Август спросил у стоявших вокруг смертного одра друзей и придворных вельмож: «Скажите, играл ли я свою жизненную роль хорошо или плохо?» И, получив всеобщий одобрительный ответ, цезарь добавил: «Тогда, друзья, разрешите мне сойти со сцены под ваши аплодисменты!» Цезарь умер, можно сказать, «красиво», но умер, к сожалению, «во грехе» и сошел в преисподнюю под гром аплодисментов своих живших «во грехе» друзей.

Совсем иначе умирали мужи Божии. Здесь можно было бы привести множество примеров, но мы ограничимся следующими:

Иоанн Златоуст, епископ Византийский (347 — 407), принадлежащий к числу так называемых «отцов церкви», подвергался многим гонениям. Он умер на пути из одной ссылки в другую, более ужасную. Последними его словами была фраза: «За все слава Богу»...

Апостол Павел, находясь в римской тюрьме, писал перед смертью ученику своему Тимофею: «Подвигом добрым я подвизался, течение совершил, веру сохранил; а теперь готовится мне венец правды, который даст мне Господь, праведный Судия, в день оный; и не только мне, но и всем возлюбившим явление его»...

Великий апостол язычников время от времени оглядывался на пройденный им жизненный путь, но никогда не жил прошлым. Его постоянным девизом было: «Забывать заднее, простираться вперед». Вот и здесь, на закате жизни, апостол снова бросил свой взор в прошлое и, с чувством благодарности Богу, свидетельствует: «Подвигом добрым я подвизался». Для ап. Павла, как видно, жизнь христианина — это жизнь постоянного духовного подвига или «продви-га», движения вперед. Истинная христианская жизнь начинается великим подвигом обращения ко Христу, продолжается — подвигом следования за Христом и подражания Христу и заканчивается — самоотверженным служением Христу.

«Течение совершил»... Не только подвизался, сражаясь «за веру Евангельскую» (Флп. 1:27), но и одержал в этом сражении окончательную триумфальную победу над миром, плотью и сатаной. Он счастлив, что он добился, достиг Богом намеченных для него целей... Вместе со Христом апостол мог сказать Отцу Небесному: «Я прославил тебя на земле, совершил дело, которое Ты поручил Мне исполнить!»

«Веру сохранил»... и вера сохранила апостола в верности своему призванию. Много пришлось видеть случаев, где люди, уверовавшие во Христа, но не хранившие веры в чистой совести, потерпели «кораблекрушение в вере», но не так было с ап. Павлом. Он сохранил веру свою в чистоте и неповрежденности.

«А теперь готовится мне венец правды»... Обозрев

прошлое и поразмыслив о настоящем, апостол устремляет свой духовный взор в будущее. Он ясно видит, что «время его отшествия настало», и покорно склоняется пред волей Всевышнего. Он привык жить по Божьим часам, не спрашивая Бога о «временах и сроках, которые Отец положил в Своей власти», он твердо верит Его непреложному обещанию дать «всем возлюбившим явление Его» «венец правды» и предвкушает эту небесную награду. «Праведный Судия» непременно выполнит Свое непреложное обещание, и Павел черпает свое утешение в этой верности Божией.

Не так ли чувствовал, думал и относился к смерти Христос? Он говорил: «Я исшел от Отца и пришел в мир; и опять оставляю мир, и иду к Отцу...» «Не Моя воля, но Твоя да будет!» Какой дивный пример для подражания!

На могиле поэта Е.А. Баратынского, современника и друга Пушкина, выгравированы его собственные слова:

В смиренности сердца надо верить И терпеливо ждать конца...

На могиле известного американского евангелиста Д.Л. Муди выгравирован следующий стих Св. Писания: «И мир проходит, и похоть его, а исполняющий волю Божию пребывает вовек»... Незадолго до своей смерти Муди, проповедуя пред громадной аудиторией, сказал: «Если вы когда-нибудь услышите, что Муди умер, — не верьте! В то время, когда будут предавать мое безжизненное тело земле, я буду жить духовно еще более полной жизнью, чем жил во плоти, на земле».

В заключение вспомним, как относились к смерти и как умирали христиане первых веков. У них не было никаких абсолютно сомнений относительно существования загробной жизни, а посему они имели дерзновение сказать: «Мы не унываем; но если внешний наш человек и тлеет, то внутренний со дня на день обновляется. Ибо

кратковременное легкое страдание наше производит в безмерном преизбытке вечную славу, когда мы смотрим не на видимое, но на невидимое: ибо видимое временно, а невидимое вечно. Ибо знаем, что, когда земной наш дом, эта хижина, разрушится, мы имеем жилище на небесах, дом нерукотворенный, вечный»...

«Живу **Я** и вы будете жить», — сказал Господь.

И сладко мне в часы страданья,

Припоминать, порой, в тиши,

Загробное существованье Неумирающей души...

И.С. Никитин

СВЕТЛАЯ НАДЕЖДА

«Без личного бессмертия духа жизнь — страшный призрак»...

В. Г. Белинский

Мысль о Боге и загробной жизни так очевидна и до того сродна нашему разуму и сердцу, настолько благотворна для воли и близка нашей бессмертной душе, что не нуждается ни в каких абсолютно доказательствах. Бог выше всех определений и доказательств, а душа — это то единое, что мы имеем. За проявлениями души мы наблюдаем постоянно, и в реальности которой нет никакого основания сомневаться.

«Не верит в бессмертие души лишь тот, — говорит Л.Н. Толстой, — кто никогда серьезно не думал о смерти»... «Если Бог есть, то и я бессмертен», — сказал Ф.М. Достоевский. Видимый нами мир является лишь частью иного духовного, невидимого мира, в котором мир видимый черпает свой главный смысл. Поэтому ближайшей целью нашей земной жизни должна быть гармония с этим незримым, высшим миром.

Ж.Ж. Руссо, атеист и «дитя природы», не верил в загробную жизнь, не видел смысла земной жизни и смотрел на свое прозябание на этой планете как на злостную насмешку судьбы. Он был одним из тех многих, которые обожествляют человеческий разум, окружающую природу и о которых Св. Писание говорит: «Называя себя мудрыми, обезумели»...

Авраам Линкольн, напротив, будучи человеком глубоко верующим, сказал: «Я допускаю, что человек

может быть атеистом, когда он все время смотрит в землю, но я не могу понять, как может он оставаться атеистом, подняв свою голову ввысь?» Лучшие умы человечества всегда верили, что

Жизнь земная — отраженье,

Полузвук и полусвет.

Смерть есть к жизни приближенье,

К жизни той, где смерти нет...

Вопрос существования загробной жизни — вопрос чрезвычайной важности, и я посвятил ему отдельную книгу: «Существует ли загробная жизнь?» Так что в этой главе мы будем говорить не о доказательствах существования загробной жизни, а о целесообразности нашего верования в нее.

Люди начали верить в загробную жизнь с незапамятных времен, задолго до появления на мировой сцене каких бы то ни было религиозных организаций. Едва ли мы ошибемся, если скажем, что погребение первого мертвеца на земле, праведного Авеля, положило начало светлой надежде воскресения из мертвых. Эта надежда загробной жизни проходила красной нитью от истоков человеческой истории до наших дней. Принося в жертву Богу Исаака, Авраам верил, что «Бог силен и из мертвых воскресить»... Многострадальный Иов восклицает: «А я знаю, Искупитель мой жив, и он в последний день восставит из праха распадающуюся кожу мою сию; и я во плоти моей узрю Бога. узрю Его сам; мои глаза, не глаза другого увидят Его...

За три тысячи лет до Р.Х. египтяне верили в воскресение из мертвых, бальзамируя умерших и создавая для их мумий величественные пирамиды. Евреи и язычники представляли себе потусторонний мир по-разному, но те и другие верили в него; верили настолько, насколько каждому из них было открыто.

Когда же на землю пришел Спаситель мира, Иисус

Христос, и принес нам «свет и разум», явил нам «жизнь и нетление», продемонстрировав ее Своим дивным торжественным воскресением из мертвых, Он навсегда лишил нас права сомневаться.

Христос подтвердил существование двух начал: духовного и материального. Он сказал: «рожденное от плоти есть плоть, рожденное от духа есть дух»... Плотское начало подвержено закону смерти и тления, духовное — не умирает и не подлежит закону тления, закону разложения на первичные элементы, ибо дух не подвержен законам естественной природы. Духовная сущность человека бессмертна, как бессмертен Сам Бог.

Знакомым заблуждением является учение о том, что воскреснут только те, которых Бог удостоит этой чести, судьба же недостойных грешников закончится тлением и небытием. Библия категорически отвергает этот превратный взгляд. Напротив, она неоднократно подчеркивает, что воскреснут не только праведники, но и грешники. Сам Христос учил о всеобщем воскресении мертвых, говоря: «Ибо наступает время, в которое все находящиеся в гробах услышат глас Сына Божия. И изыдут творившие добро в воскресение жизни, а творившие зло в воскресение осуждения»... И так как все люди умерли, так все люди и оживут. Никакие гробницы, саркофаги, склепы и усыпальницы не удержат мертвых, когда раздастся повеление Сына Божия. Могилу можно запечатать и скрыть от людей, но не от Бога.

Вестготский король Аларих I, живший в V веке по Р.Х., похоронен, по преданию, на дне реки в металлическом гробу. Этот опустошитель южной Европы и завоеватель Рима приказал скрыть место своего погребения. Для того, чтобы на дне реки вырыть могилу, пленные должны были отвести русло реки в сторону. Всех участников погребения умертвили.

Предводитель гуннов, Атилла, живший также в 5-м веке, основал государство, простиравшееся от Германии до Волги. Он держал в страхе Византию, Рим и всю Европу и был прозван «Бичом Божиим», потому что там, где Атилла проходил, «трава не росла»... Этот жестокий деспот похоронен был в степи в золотом гробу, который сперва положен был в гроб серебряный, а серебряный, в свою очередь, — в гроб железный. Чтобы сохранить в тайне место погребения, участники его были умерщвлены.

В день Страшного Суда Аларих и Атилла, «услышав глас Сына Божия», воскреснут и должны будут дать отчет Богу за свою безбожную жизнь и кровавые победы.

Мы ограничимся только этими двумя историческими персонажами, в надежде, что читатель сам умножит примеры, восстановив в своей памяти длинный список других исторических лиц от Каина до нашей эпохи. Многие из них ушли от суда людского, но они не спрячутся от Божьего суда. Ибо написано: «Тогда отдало море мертвых, бывших в нем, и смерть и ад отдали мертвых, которые были в них; и судим был каждый по делам своим... И увидел я великий белый престол и Сидящего на нем, от лица Которого бежало небо и земля, и не нашлось им места. И увидел я мертвых, малых и великих, стоящих перед Богом, и книги раскрыты были, и иная книга раскрыта, которая есть книга жизни; и судимы были мертвые по написанному в книгах, сообразно с делами своими... И кто не был записан в книге жизни, тот был брошен в озеро огненное»...

И беспрекословно, великое преимущество быть человеком верующим!

«За зло свое нечестивый будет отвергнут, а праведный и при смерти своей имеет надежду», — говорит Соломон. Верующий человек имеет «надежду благу», «блаженное упование», «лучшую надежду», «надежду вечной жизни, которую обещал неизменный в слове Бог прежде вековых

времен, а теперь явил свое слово в проповеди, вверенной мне по повелению Спасителя нашего Бога», — говорит ап. Павел. Этой «светлой надеждой» мы живем, «утешаемся» и «хвалимся». И надежда эта нас «не постыжает» и не постыдит никогда: ни в дни здоровья и благополучия, ни в дни старости, болезни и смерти. Этот факт проверен миллионами ушедших в вечность людей.

*Со смертью для нас кончается не все,
Могила чудное есть жизни продолженье:
Живя мы думаем, что падаем в нее, —
Умрем — возносимся на небо в изумленьи...*

Виктор Гюго

Знаменитый английский физик, Михаил Фарадей, умер на 77 году жизни. Когда он был уже при смерти, журналисты задали ученому вопрос: «Какие у вас представления или предположения о загробной жизни?» — Светило тогдашней науки ответил: «В этом вопросе я не имею ничего общего с предположениями и воображениями; я покоюсь на твердой и незыблемой уверенности и несомненности: “А я знаю, Искупитель мой жив”, а раз Он живет, то и я буду жить!»

В связи с этим вспоминается еще один любопытный случай из жизни Фарадея. Служащий в лаборатории ученого, проходя мимо серебряной чашки, нечаянно задел и столкнул ее в стоящий рядом таз с какой-то кислотой. К изумлению слуги, чашка моментально растворилась так, как если бы она была сахарной. Слуга смутился, но Фарадей успокоил его... Он бросил в таз с кислотой какой-то порошок, и серебро вновь появилось, осев слоем на дно таза. Ученый собрал серебро, отослал к плавильщику и через некоторое время получил обратно новую чашку, лучше прежней. При этом Фарадей сказал слуге: «Бог

может еще легче собрать и создать новые тела, для меня и тебя из нашего, распылившегося в природе, праха».

Из этого последнего случая можно заключить, что смерть, в некотором смысле, даже необходима для создания обещанного Богом «нового тела». Разложение тела на его первоначальные элементы не уничтожает этих элементов.

Не это ли имеет в виду апостол Павел, когда отвечает скептикам на их вопрос: «Но скажет кто-нибудь: как воскреснут мертвые? и в каком теле придут? — Безрассудный! То, что ты сеешь, не оживет, если не умрет». Сперва посев, а потом жатва. Сперва смерть, а позже воскресение. Без посева нет жатвы и без смерти нет воскресения. Поэтому «человеку положено однажды умереть».

Такой пример ап. Павла, взятый из природы, вряд ли был понятен скептикам. Лошадь в басне Крылова тоже не понимала мужика, видя, как тот весной разбрасывал овес по вспаханному полю. Лошадь была уверена в том, что было бы целесообразней отдать этот овес ей или хотя бы «гнедому». Но осенью лошадь осознала свою ошибку.

Христос пользуется этим же самым сравнением: «Если пшеничное зерно падши в землю не умрет, то останется одно; а если умрет, то принесет много плода». Новое зерно возникает из старого. Старое зерно умирает в земле, но имея в себе неумирающий зародыш жизни, дает новый росток.

«И когда ты сеешь, то сеешь не тело будущее, а голое зерно, какое случится, пшеничное, или другое какое; но Бог дает ему тело, как хочет, и каждому семени свое тело»...

Что такое тело?

— Это одежда жизни. Бог одевает жизнь в ту или иную одежду, в то или иное тело или плоть. «Не всякая плоть такая же плоть; но иная плоть у человека, иная плоть у скотов, иная у рыб, иная у птиц». Жизнь одевается на

земле в бесконечное разнообразие видов,

тел и форм. «Бог дает зерну его тело, как хочет», никого не спрашивая и не с кем не советуясь.

Многие склонны забыть, что мы — бесплотные духи, одетые Богом во временное, смертное тело; тело, которое имеет в себе душу — зародыш бессмертия. В момент воскресения из мертвых Бог даст каждому из нас «свое тело, как хочет»...

На вопрос: «в каком теле воскреснем?» — апостол отвечает: «не в том же самом теле, в каком погребены». «Плоть и кровь Царства Божия не наследуют»... Однако, новое тело будет иметь какую-то связь с телом погребенным. Могучий дуб, выросший из желудя, не похож на желудь, но органическая связь между ними не уничтожается.

Шелковичная бабочка не похожа на кокон или гусеницу, но все они имеют нечто органически общее.

Тело младенца и тело старика может оказаться одним и тем же телом, телом одного и того же лица в разных возрастах его жизни, несмотря на то, что тело это могло обновиться в течение жизни семь или восемь раз.

Зерно может быть погребено и храниться в египетских пирамидах тысячелетиями, но получив возможность войти в соприкосновение с землей, солнцем, водой и воздухом, может облечься в новое тело, возрасти и дать свой плод.

«Так и при воскресении мертвых: сеется в тлении, восстает в нетлении; сеется в унижении, восстает в славе; сеется в немощи, восстает в силе»... Наше старое тело охарактеризовано здесь тремя словами: «в тлении... в бесчестии... в слабости»... Тремя словами охарактеризовано и тело новое: «в нетлении... в славе... в силе»... Как поразительна разница между этими двумя телами!

Тела праведников и тела грешников «сеются в унижении», но только тела искупленных Христом

«восстают во славе», «в нетлении», «в силе», в торжествующей победе Христовой. Так апостол Павел описывает воскресение верующих, людей некогда погибших, но спасенных Кровию Искупления. Эти люди некогда были «сынами смерти», «сынами тления», но возродившись от Духа Святого, стали «детьми Божиими», «сынами воскресения», «сынами чертога брачного»...

К сожалению, Библия говорит только о том, в каких телах воскреснут праведники, но ничего не упоминает о телах грешников. Некоторые богословы полагают, что если верующие воскреснут из мертвых в теле «сообразном славному телу Христа», то грешники получают тела сообразные бесславному телу антихриста. Тела праведников будут приспособлены для восприятия вечного блаженства, а тела нечестивых — для ощущения страданий. Но как те, так и другие тела «облекутся в бессмертие» и будут Божественно точным отображением духовной сущности человека.

Рассуждая о новых телах, может возникнуть такой вопрос: если наше тело будет совершенно другим, а не тем, которое грешило, живя не земле, то справедливо ли будет наказывать новое тело за грехи тела старого?

На это мы ответим: наше физическое тело, принадлежа одной и той же личности, непрестанно меняется, и в течение каждых семи лет обновляется все совершенно. Допустим, что тридцатилетний молодой человек сошелся с чужой женой, убил ее мужа и т.д. Преступление это было случайно открыто, но только 40 или 50 лет спустя. Может ли этот преступник оправдаться тем, что в то время, когда он совершал злодеяние, у него было молодое тело, с присущими ему страстями и безумием, а теперь у него другое тело, освободившееся от всего этого? Может ли он сказать: я дряхлый старик и не ответствен за грехи моей молодости? Суд сочтет такие его доводы абсурдными.

Говоря о «светлой надежде» воскресения, мы вполне понимаем затруднения тех, кто отвергают Бога и не признают Его Божественного откровения. Некто сказал: «Если бы младенец в утробе матери мог мыслить, то разве можно было бы убедить его в том, что ему предстоит в будущем отделиться от корня, выйти и жить в другом мире, не прекратив существования?» Конечно, самый разумный младенец отказался бы верить этому. С такими же затруднениями встречаются и те, которые хотят во все проникнуть своим ограниченным человеческим разумом и не верят во всемогущество Божие.

Но есть ли что невозможное для Бога?

Мы верим, что так же, как человек утром пробуждается от сна, с такой же легкостью воскреснет он из мертвых в день всеобщего воскресения. Обладая такой верой, такой светлой надеждой и блаженным упованием, мы не унываем; нам не страшна старость, не страшна смерть. Сатана поставил свою печать на наше греховное тело, а Христос, запечатлевший нас Духом Своим Святым, поставил Свою печать на нашу бессмертную душу.

«Рожденный ползать летать не может»... Рожденный только от плоти, а не от духа, «летать» не может. Он, как шелковичный червь, пресмыкается. Он остается таким до тех пор, пока Христос не возродит его свыше и не произведет с ним той же чудесной метаморфозы, какую Он совершает с гусеницей. Только Христос дает нам «крылья веры» и делает нас способными «взлетать во области заочны», жить жизнью бессмертия. Слава Богу за дарованные нам крылья!

*Ты как птичка бодришь,
Что на ветке качаясь;*

*Звонко песни поет; не робеет; Хоть трещит под
ней сук — Все поет заливаясь,
Твердо помня,
Что крылья имеет...*

Виктор Гюго

БЛАГОСЛОВЕННАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ

Благословенная возможность? Что же это за возможность?

— Возможность нашего вечного спасения во Христе Иисусе.

Спасение является главной темой Св. Писания, главной целью Боговоплощения, основной нуждой всего человечества, драгоценной возможностью каждого «приходящего в мир» человека.

Мы уже говорили о том, как человек ушел от Бога, порвал все связи с Ним и живет без Бога. На словах он «не отрицает», «признает» Бога, но на деле живет для себя, живет для земных, мелких и временных целей. Грех завладел всем существом человека и ввергает его в преисподнюю ада. Поэтому человек нуждается в спасении.

Человек нуждается в спасении, потому что грех осквернил его душу, усыпил совесть, окаменил сердца, помрачил разум, поработил волю, извратил чувства, опошлил воображение, лишил его смысла жизни, свел его на уровень бессловесной твари; существа, которое не знает, для чего оно пришло на землю и что ожидает его после смерти.

Человек нуждается в спасении. Его душа бессмертна, но она — во власти греха, закреплена грехом и управляется его законом.

Человек нуждается в спасении, потому что он сам духовно бессилен и от власти греха никогда не сможет освободиться... Некто другой, более сильный, должен прийти к нему на помощь и спасти его от верной гибели.

Человек нуждается в спасении, потому что, закончив земную жизнь, он должен будет предстать пред Богом и дать Ему «отчет в своем управлении».

Человек нуждается в спасении, потому что благодаря своей греховной природе, унаследованной им от прародителей, он любит грех, ищет греха и наслаждается грехом; тогда как Бог ненавидит грех и карает его за это вечными мучениями.

Странное существо человек! Перед смертью страдает душой не только о том, что он в жизни сделал, но и о том, чего не сделал, хотя должен был бы сделать. Только человек думает о том, что он есть и чем должен быть. Только он знает, что Бог ненавидит грех.

Бог ненавидит грех, потому что он отнимает у нас внутренний мир, лишает нас радости и счастья, отравляет все прелести земной жизни.

Бог ненавидит грех, потому что он подвергает наше тело болезням и страданиям, уродует и разлагает нашу душу. Правдивых людей грех делает лжецами, честных — мошенниками, благородных — низменными, пошлыми; образованных — легкомысленными и безумными.

Бог ненавидит грех, потому что он делает людей злыми, жестокими, блудниками, убийцами, бродягами, людьми бессердечными, бесчувственными и бездушными. Грех кладет свою печать духовной проказы на совесть, оставляет глубокий след на лице, оказывает свое тлетворное влияние на нашу речь и поступки, отражается на всем нашем характере.

Бог ненавидит грех, потому что Бог — святой и праведный, а грех — отвратителен и мерзок. «Чистым очам Его несвойственно глядеть на беззакония и смотреть на притеснения Он не может»...

Бог ненавидит грех. вспомните только, что грех сделал с царствами природы. Как торжественно звучали

слова: «И увидел Бог все, что Он создал, и вот, хорошо весьма!» Бог был доволен Своим творением, и все живущее наслаждалось жизнью, управляясь законом добра, любви и мира. Прародители еще не вкусили плода от древа «познания добра и зла», и зла не было еще на земле. Волк жил вместе с ягненком, и барс лежал вместе с козленком, и теленок и молодой лев и вол были вместе... Земля еще не была проклята и не произращала еще «тернии и волчцы». Не было еще шипов на розах, ядовитых ягод и смертоносных грибов и растений. Все цвело и благоухало, все было «весьма хорошо»... И вот грех все извратил.

Чтобы понять, почему Бог ненавидит грех, взгляните, что грех сделал и продолжает делать с отдельными людьми и со всем человечеством. Прогуляйтесь, если не боитесь, по улицам больших городов; подсчитайте количество кабаков, аптек, больниц, тюрем и сумасшедших домов. Посмотрите на студентов, молодежь и поймите, во что грех превратил многих из них и в какое отвратительное русло он направил их умы, образование, силы, таланты и способности.

Как же Богу не ненавидеть грех, когда он ввергает в ад наших детей и внуков, знакомых и друзей. Если мы имеем «те же чувствования, что и во Христе Иисусе», мы тоже будем ненавидеть грех. Псалмопевец Давид говорит: «ненавижу ложь и гнушаюсь ею»...

Вспомним, что грех сделал с Единородным Сыном Божиим, Иисусом Христом. Как грех встретил явление Богочеловека в мир, как преследовал Его, а напоследок взял Его непорочного, невинного и безгрешного и руками грешников избил его, оскорбил, надругался, оплевал и пригвоздил ко кресту. Вот почему Бог ненавидит грех, но любит жертву греха, грешника, и жаждет спасти его, спасти каждого человека и все человечество. Спасение — вот в чем наша нужда!

Как же Бог отвечает на эту мировую нужду и что

предлагает Он для нашего спасения?

В лице тюремного стража в Филиппах, каждый из людей спрашивает: «Что мне делать, чтобы спастись?»

Божий ответ, как мы знаем, чрезвычайно прост, и путь спасения для всякого кающегося грешника весьма доступен. Однако, к величайшему сожалению, вожди религиозных течений, будучи сами погибшими, не принявшими благодатного Спасения Христова, усложнили, запутали путь Божьего спасения и завели бесчисленное множество людей в безвыходный тупик.

Вот почему сегодня на вопрос: «Что мне делать, чтобы спастись?» — вы получите множество разноречивых ответов.

Как ни странно, но самым популярным в наше время способом спасения является все тот же способ, который усердно проповедовали фарисеи. Они утверждали, что Бог дает спасение человеку как награду за соблюдение всего сказанного в законе Моисеевом: «не кради, не убивай, не прелюбодействуй», святи субботу, твори милостыню, соблюдай праздники, омой руки, одежду, чаши, блюда и т.п.

Христос нещадно порицал такую ложную надежду на внешнюю религиозность и предостерегал учеников, говоря: «Берегитесь закваски фарисейской, которая есть лицемерие». Он говорил ученикам: «если праведность ваша не превзойдет праведности книжников и фарисеев, то вы не войдете в Царство Небесное». Он говорил им, что внешнее формальное соблюдение отнюдь не является доказательством их внутренней чистоты и святости; что Бог смотрит не на внешнюю набожность человека, а на его сердце, из которого «исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления»... Это безнадежно испорченное сердце должно быть возрождено от Слова Божьего и Духа Святого и стать «новой тварью во

Христе Иисусе»...

На вопрос: «Что мне делать, чтобы спастись?» — нет более ясного ответа, чем тот, который дан был апостолом Павлом темничному стражу: «Веруй в Господа Иисуса Христа и спасешься!»

Спасение человечества — дело не человеческое, а Божие.

На вопрос учеников: «Кто может спастись?» Христос ответил: «Человекам это невозможно, но не Богу; ибо все возможно Богу»...

Дело спасения было начато, совершено и закончено Богом, чрез едиnorodного Сына Своего, Которого Он «предложил в жертву умилоствления в Крови» Его Голгофской. Наше спасение совершилось в тот самый момент, когда «Агнец Божий, взявший на Себя грехи мира», сказал на Голгофе: «Совершилось!»

Спасение, совершенное Христом, — спасение вечное, полное, законченное — абсолютное спасение. К нему можно отнести слова Соломона: «Познал я, что все, что делает Бог, пребывает вовек: к нему нечего прибавить и от него нечего убавить»...

На наш вопрос «Что мне делать?» — Бог отвечает: «Ничего! Все уже Мною сделано!» Спасение готово и предлагается всякому кающемуся грешнику совершенно даром, как дар благодати Христовой. То, чего мы не способны были осуществить, Он совершил. Единственное, что Бог ожидает от жаждущих спасения, — это принять дар Божьего спасения: взять его руками веры; получить и благодарить Бога «за Его неизреченный дар».

Бог говорит кающемуся грешнику: «Если устами твоими будешь исповедовать Иисуса Христа Господом, а сердцем твоим веровать, что Бог воскресил Его из мертвых, то спасешься, потому что сердцем веруют к праведности, а устами исповедуют ко спасению»...

Часто люди говорят: «Как все дороги ведут в Рим, так точно и к Богу можно прийти различными путями»... На это, логическое как будто бы утверждение, Христос категорически заявляет: «Я есмь путь... Я есмь дверь, кто войдет Мною, тот спасется»...

Говорят также: «К Богу можно прийти не только чрез Христа, но и чрез других лиц, чрез другие религии»... На это популярное в наши дни заблуждение Христос отвечает так: «Никто не приходит к Отцу, как только чрез Меня»... Апостол Петр поясняет, почему только чрез Иисуса Христа: «Потому что Христос, чтобы привести нас к Богу, однажды пострадал за грехи наши, праведник за неправедных»... Никто другой, кроме Христа, этого не сделал.

Что такое веровать в Господа Иисуса Христа?

Мы так уже привыкли к некоторым богословским словам и фразам, что мало задумываемся над тем, что собственно они означают? Миллионы людей убеждены, что слово «веровать» значит «признавать Бога»... «не отрицать Его», «не быть безбожником», но быть набожным, религиозным...

Приверженцев такого господствующего взгляда вероятно удивит то, что Бог называет подобную веру не только «мертвой верой», но даже «бесовской». Апостол Иаков пишет: «Ты веруешь, что Бог един: хорошо делаешь; и бесы веруют и трепещут»... «Ибо как тело без духа мертво, так и вера без дел мертва». Отсюда — два вида веры: мертвая и живая. Живая вера, вера Божия, приходит к нам непосредственно от Бога, чрез «слышание слова Божия», при содействии Духа Святого, а мертвая — передается по наследству от отцов к детям. Миллионы людей называют себя христианами на том только основании, что рождены были от христианских родителей. Они думают, что вера перешла к ним по плоти. К сожалению, по наследству можно получить ту или иную

предрасположенность, умственную или музыкальную способность, ту или иную болезнь, но, ни в коем случае, не христианскую живую веру Божию.

Вера «мертвая» и «бесовская» — это вера теоретического знания, вера катехизиса, оперирующая в уме, но не в сердце, вера на словах, а не на деле, вера догматическая, а не вера личного духовного опыта.

Разница между верой Божией и «верой бесовской» заключается в том, что подлинная вера в воскресшего Иисуса Христа приводит грешника к сокрушению сердца, к покаянию, возрождению, к «сотворению достойного плода покаяния» и к «обновленной жизни», тогда как «мертвая» вера никого к новой жизни не возрождает, никого не спасает «от суетной жизни, преданной нам от отцов», перешедшей к нам по наследству.

Христос учит нас определять людей, имеющих веру живую и веру мертвую «по плодам» или «по делам», говоря: «По плодам их узнаете их»...

Плоды, которые порождаются грехом в нашей невозрожденной природе, Св. Писание называет «делами плоти»: «дела плоти известны; они суть: прелюбодеяние, блуд, нечистота, непотребство, идолослужение, волшебство, вражда, ссоры, зависть, гнев, распри, разногласия, соблазны, ереси, ненависть, убийства, пьянство, бесчинство и тому подобное... поступающие так Царствия Божия не наследуют». Таковы плоды в жизни невозрожденного человека.

Не менее очевидны и плоды, которые наблюдаются в жизни человека возрожденного. Они суть: «любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание»...

«Добрые дела» истинного христианина — это ничто иное как проявление обитающего в его сердце Духа Святого. Христианин творит «добрые дела» не для того,

чтобы этими делами заслужить себе Царство Небесное, а потому что он получил от Бога новое сердце, расположенное к добрым делам. «Ибо благодатию вы спасены чрез веру, и сие не от вас, Божий дар: не от дел, чтобы никто не хвалился. Ибо мы — Его творение, созданы во Христе на добрые дела, которые Бог предназначил нам исполнять»...

Вот какой веры ожидает от нас Господь! Вот какая вера — вера подлинно спасающая! Вот какую веру имел в виду ап. Павел, когда он сказал темничному стражу: «Веруй в Господа Иисуса Христа и спасешься»...

«Испытаем же и исследуем пути свои, и обратимся к Господу. Вознесем сердце наше и руки к Богу сущему на небесах».

Оглядываясь на прожитые годы, у каждого из нас есть о чем вспомнить, есть о чем пожалеть, есть в чем каяться. В жизни каждого из нас было допущено немало ошибок, несправедливости, падений, греховных мыслей, чувств, слов, дел и преступлений воли Божией. Все это свежо в памяти, чувствительно для совести и заставляет краснеть от стыда и презирать самих себя; все это Бог помнит и, если мы еще не уверовали в Него, поставит нам в вину в день Суда. Глубокое сознание нашего собственного бессилия что-либо изменить, уничтожить или исправить должно располагать наше сердце к чистосердечному покаянию. Господь говорит: «Да оставит нечестивый путь свой и беззаконник — помыслы свои, и да обратится к Господу, и Он помирует его, и к Богу нашему, ибо Он многомилостив»...

«И да обратится к Господу!»

Но спросят некоторые: «Как обратиться?»

Слово Божие содержит в себе множество примеров обращения грешников к Богу. На вопрос: «как обратиться?» — мы может ответить:

Обратись так к Богу, как обратился блудный сын к

своему земному отцу.

Обратись так, как обратились апостолы, Мария Магдалина, мытарь Матфей, или Закхей — начальник мытарей.

Обратись так, как обратилась в Филиппах Лидия, «чтущая Бога», которая «слушала и Господь отверз сердце Лидии внимать тому, что говорил Павел».

В результате, Лидия обратилась, покаялась, крестилась и стала свидетельствовать о своей внутренней перемене сердца всем окружающим ее людям.

Всеобщая история христианской Церкви говорит о том, что с тех пор, как Христос повелел проповедовать Евангелие по всему миру, во свидетельство всем народам, миллиарды людей, воистину спасенных, прошли этим же самым путем сознательного уверования, покаяния и обращения. Все они были спасены и радовались, имея полную уверенность в своем личном спасении, от Духа Святого.

В заключение, мы счастливы засвидетельствовать также и о том, что дверь спасения, «врата правды», «тесные врата» все еще широко открыты для всякого грешника, искренно ищущего покаяния и обращения к Спасителю погибших грешников. Подобно евангельским «слугам, звавшим гостей на большой ужин», мы можем тоже вместе с ними сказать Господу: «Господин! исполнено, как приказал ты, и еще есть место!» Занять это вакантное место или отказаться от приглашения Господня — от вас зависит. Вы, и никто другой, должны решить этот вопрос, сделать тот или другой выбор. «Бог, который создал мир, может мир этот уничтожить и вместо него создать другой, новый, но Он не может спасти нас без нашей воли и согласия», — сказал Сенкевич. Бог ожидает вашего согласия!

Читатель!

Поздравляют вас! Вы прочитали еще одну книгу. На прощанье желаю напомнить только о том, что так же

незаметно, как вы подошли к концу этой книги, так незаметно подойдете вы и к концу земной жизни.

Все, что я намеревался сказать, все, как вы видите, уже сказано. Остается только один весьма важный и, притом, личный вопрос: «Где вы будете вечность проводить?»

Обратиться ко Христу и получить от Него радостную уверенность в вашем личном спасении — в этом ваша благословенная возможность. Поспешите воспользоваться этой возможностью!

«Се, грядет с облаками, и узрит Его всякое око, и те, которые пронзили его; и возрыдают пред Ним все племена земные!.. Ей, аминь».

Содержание

ДЛЯ КОГО НАПИСАНА КНИГА?	3
ПОЧЕМУ МЫ СТАРЕЕМ?	9
КОГДА СТАРОСТЬ НАЧИНАЕТСЯ?	17
ЗДРАВСТВУЙ, СТАРОСТЬ!	22
ПЕРСПЕКТИВЫ СТАРОСТИ.....	30
ПРОБЛЕМЫ СТАРОСТИ	41
ПРОБЛЕМА ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ	44
ПРОБЛЕМА МАТЕРИАЛЬНАЯ.....	46
ПРОБЛЕМА ДУХОВНАЯ	51
ПРАВА СТАРОСТИ.....	58
ОТРАДЫ СТАРОСТИ	64
ИСКУШЕНИЯ СТАРОСТИ	70
ИСКУШЕНИЕ ПРЕНЕБРЕЧЬ СВОЕЙ ВНЕШНОСТЬЮ.....	70
ИСКУШЕНИЕ СТАТЬ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫМ.....	73
ИСКУШЕНИЕ СТАТЬ НЕ В МЕРУ ТРЕБОВАТЕЛЬНЫМ	74
ИСКУШЕНИЕ ДЕРЖАТЬСЯ ПОДАЛЬШЕ ОТ ЛЮДЕЙ	75
ИСКУШЕНИЕ ВМЕШИВАТЬСЯ «НЕ В СВОЕ ДЕЛО»	79
ИСКУШЕНИЕ ПРЕДАТЬСЯ УНЫНИЮ	80
ИСКУШЕНИЕ ЖИТЬ ВОСПОМИНАНИЯМИ ПРОШЛОГО	82
ШКОЛА СТАРОСТИ	88
ЭТАПЫ СТАРОСТИ	90
ОБЯЗАННОСТИ СТАРОСТИ	92
КЛИМАТ 93	

ЖИЛИЩЕ	93
ТРУД И ОТДЫХ	94
УХОД ЗА ЗДОРОВЬЕМ	102
СОН	из
ПИТАНИЕ	П5
СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ	123
ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СТАРОСТЬ И КАК ИЗБЕЖАТЬ ЕЕ?	133
ЗАКАТ ЖИЗНИ	143
СВЕТЛАЯ НАДЕЖДА	153
БЛАГОСЛОВЕННАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ	163