

СЕРИЯ «ПРАВОСЛАВИЕ В ЖИЗНИ»

КАЖДОМУ  
ЧЕЛОВЕКУ  
НАСТАВЛЕНИЯ  
И ЗАВЕТЫ  
ПРЕПОДОБНОГО  
СЕРАФИМА  
САРОВСКОГО



Издательство  
Московской Патриархии  
Русской Православной Церкви  
Москва • 2014

Рекомендовано к публикации  
Издательским Советом  
Русской Православной Церкви  
ИС–14–402–0227

**К 139** **Каждому человеку. Наставления и заветы преподобного Серафима Саровского.** — М.: Издательство Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2014. — 80 с. — (Православие в жизни).

Значение поучений великого старца, чудотворца и молитвенника, их роль в формировании духовного облика современного человека на сегодняшний день огромны. Не к внешним аскетическим подвигам, не к строгому посту, молчаливости и ношению вериг призывает нас преподобный Серафим, а, в первую очередь, к любви к Богу и ближнему, к неосуждению и прощению обид. Именно сердцу, преисполненному любви к Богу и ближнему, обильно подается благодать Святого Духа, в стяжании которой, как известно, и состоит цель христианской жизни.

© Издательство Московской  
Патриархии Русской  
Православной Церкви, 2014

ISBN 978-5-88017-214-6

---

---

## ***СВЕТИЛЬНИК ВЕРЫ***

*Имя* преподобного Серафима, великого светильника земли Русской, близко и дорого каждому христианину, оно почитается во всем христианском мире и произносится с особенно трогательной любовью и умилением. Духовный облик этого святого не перестает удивлять величием и глубиной, яркостью и многогранностью своих дарований. Живший в сравнительно недалекое от нас время (вершина подвижнического служения приходится на 1-ю треть XIX в.), преподобный Серафим не только напомнил, но, возможно, и превзошел подвигами древних монахов-аскетов, соединив в своем духовном пути разные виды подвижничества и в каждом из них явив образец святости: в пустынножительстве, затворе, молчаливности, постничестве, столпничестве, старчестве... Не потому ли образ угодника Божьего обладает для многих из нас особой притягательной силой, что в нем как будто скрывается некая тайна святости, которую Господь промыслительно явил Русской земле почти за столетие до начала страшных событий XX века? Словно Святая Русь, перед тем как окончательно перестать быть «святой», «зажгла» в образе преподобного Серафима один из самых ярких своих «светильников веры», воплотила в нем веками взращивавшийся и лелеявшийся идеал святости. В наши

дни с возвращением после десятилетий безбожной власти, к православно-христианским традициям и ценностям, именно имя преподобного Серафима стало для многих символом духовного возрождения России. Неожиданное обретение считавшихся утерянными святых мощей угодника в 1991 году, торжества в честь 100-летия прославления (2003 г.), на котором, как и сто лет назад, присутствовали глава церкви и глава государства, и празднование 250-летия со дня рождения (2004 г.) святого становились событиями всероссийского масштаба, приковывали к себе внимание всего православного мира и сопровождались небывалым стечением паломников со всех уголков страны в Серафимо-Дивеевский монастырь, к месту последнего упокоения отца Серафима, где находятся сейчас его мощи. Может быть, именно к нашему времени относятся слова Преподобного о том, что «он откроет в Дивееве проповедь всемирного покаяния»? И одной из возможностей услышать и глубоко воспринять эту проповедь для нас, людей XXI века, является изучение и запечатление в уме и сердце слов духовных наставлений отца Серафима, великого старца, чудотворца и прозорливца.

Изначально духовные наставления преподобного Серафима были собраны, записаны и переданы для публикации постриженником Саровской пустыни иеромонахом Сергием (Васильевым), первым автором-составителем как жизнеописания, так и наставлений святого старца. Современник Преподобного, его самовидец, иеромонах Сергей вскоре после кончины отца Серафима в 1833 году вышел из Саровской обители (свои дни он окончил в числе братства

Троице-Сергиевой лавры), но еще будучи в Сарове в течение нескольких лет он собирал и записывал сведения о жизни, подвигах и чудотворениях Саровских подвижников, старцев Серафима и Марка. Духовные наставления преподобного отца Серафима мирянам и инокам впервые были изданы, как ни странно, раньше, чем его житие, отдельно от него. Они увидели свет в 1839 году, спустя шесть лет после кончины подвижника, причем не как самостоятельное издание, а как дополнение к житию Саровского старца Марка, в составе книги «Краткое начертание жизни старца Саровской пустыни, схимонаха и пустынника Марка» (М., 1839). Первые же «Сказания о жизни и подвигах отца Серафима» появились только в 1841 году, причем без его наставлений. Подобная отдельная публикация наставлений и жизнеописания была связана с невероятными трудностями прохождения первого жития преподобного Серафима через духовную цензуру. Издание постоянно откладывалось из-за сомнений в истинности представленных в нем случаев чудесных видений и исцелений, явленных угоднику Божьему свыше. Поэтому, желая как можно скорее предоставить православному читателю возможность получать духовное утешение от слов великого старца, усердный почитатель памяти преподобного Серафима митрополит Московский Филарет (Дроздов) предложил издать духовные наставления отдельно от жития, что, не встретив препятствий со стороны цензуры, было осуществлено довольно быстро.

Такова краткая предыстория первой публикации «духовных наставлений» преподобного Серафима.

Впоследствии они выходили уже в составе жития святого старца, были расширены и дополнены другими биографами отца Серафима, также выходцами из Саровской обители. В настоящем издании вниманию читателя предлагается достаточно полный вариант наставлений преподобного Серафима, по книге дореволюционного автора-составителя Н. Левитского, переизданной в наше время (см.: *Н. Левитский. Житие, подвиги, чудеса и прославление преподобного Серафима, Саровского чудотворца. Дивеево: Свято-Троицкий Серафимо-Дивеевский монастырь; М.: Отчий дом, 2007. С. 505–536*).

Значение поучений великого старца, чудотворца и молитвенника, их роль в формировании духовного облика современного человека на сегодняшний день огромны. Святой, дни памяти которого объединяют в едином молитвенном порыве всю Россию, чье имя стало символом духовного возрождения России, единением Церкви и государства, в своих наставлениях раскрывает тот единственно верный путь, к которому мы призваны. Идя по этому многотрудному пути борьбы со страстями, совершенствуясь в любви к Богу и ближнему каждый из нас может достичь той или иной степени духовного совершенства. Об извечном призвании человека к Богу, о его предназначении для Царства Небесного говорит, явно или прикровенно, каждая строчка наставлений преподобного Серафима. Особенный акцент делается святым старцем на необходимости приобретения любви к Богу и ближнему. «С ближними надобно обходиться ласково, не деля даже и видом оскорбления», «мы в отношении к ближним должны быть как словом,

так и мыслию чисты и ко всем равны, **иначе жизнь нашу сделаем бесполезною**», — говорит батюшка Серафим в своих поучениях. В настоящее время, когда наблюдается некая неопределенность, «размытость» духовных ориентиров даже для желающих идти путем внутреннего совершенствования, эти слова особенно актуальны. Не к внешним аскетическим подвигам, не к строгому посту, молчаливости и ношению вериг призывает нас преподобный Серафим, а, в первую очередь, к любви к Богу и ближнему, к неосуждению и прощению обид (этим темам посвящены целые отдельные главы его духовных наставлений). Из жития Преподобного известно, что когда к нему пришел один Саровский инок за благословением на ношение вериг, мудрый старец ответил, что для нас, не умеющих и замечания от ближнего безболезненно перенести, «вериги» должны заключаться в неосуждении ближнего, в благодушном терпении обид и укушений.

Эту же мысль подчеркивают слова, сказанные батюшкой Серафимом своему сотаиннику и ученику Н. А. Мотовилову в своей знаменитой «Беседе о цели христианской жизни»: «Господь ищет сердца, преисполненного любви к Богу и ближнему, — вот престол, на котором Он любит восседать...», и что Он «равно слушает и монаха, и мирянина, простого христианина, лишь бы оба были православные и оба любили Бога из глубины душ своих...» (см.: *Вениамин (Федченков), митр. Житие преподобного Серафима, Саровского чудотворца. М., 2006. С. 79, 80*). Именно сердцу, преисполненному любви к Богу и ближнему, обильно подается благодать Святого

Духа, в стяжании которой, как известно, и состоит цель христианской жизни.

Преподобный Серафим, запечатлевший в своем кротком, любвеобильном облике сокровища даров Святого Духа, через свои наставления продолжает озарять и преображать и нас, современных людей, воздействуя на наши сердца благодатной силой своего боговдохновенного слова.

*Т. Москвина*

---

---

## ***НАСТАВЛЕНИЯ И ЗАВЕТЫ ПРЕПОДОБНОГО СЕРАФИМА САРОВСКОГО***

*Уста праведнаго каплют премуд-  
рость.* Притч. 10, 31

*Словеса уст премудраго благодать.*  
Еккл. 10, 12

**Ч**ему преподобный Серафим учил русский народ? Что служило предметом бесед святого старца с приходящими к нему? Прислушаемся же с благоговением к речам, к этим беседам дивного Саровского подвижника, воспроизведем, хотя и не во всей полноте, те наставления, которые он преподавал своим многочисленным посетителям. Это — мудрые советы, это — священные заветы богоносного старца, которым мы должны последовать, которые должны сохранить, если желаем пользы своей душе, которые обязаны исполнять, как свято и точно выполняем завещания дорогих и близких нам лиц, отошедших в вечность. А разве не близок русскому народу отец Серафим, которого знала

и знает вся Русская земля от царских палат до убогой хижины крестьянина, к которому при жизни приходили целые тысячи с самыми разнообразными нуждами и запросами и к многоцелебным мощам которого стекаются теперь бесчисленные массы народа?..

Дорогие наставления преподавал отец Серафим своим посетителям, дорогие заветы оставил он нам для исполнения! Касаются они не материальных благ, не тленных сокровищ, а того, что должно быть особенно дорого для каждого человека, — спасения души, такого сокровища, к которому должны стремиться все христиане.

«Человек по телу подобен зажженной свече, — говорил преподобный отец Серафим. — Свеча должна сгореть, и человек должен умереть. Но душа его бессмертна, потому и попечение наше должно относиться более к душе, нежели к телу: *Кая бо польза человеку, аще мир весь приобретает, душу же свою отщетит; или что даст человек измену за душу свою* (Мф. 16, 26), за которую ничто в мире не может быть выкупом? Если одна душа сама по себе драгоценнее всего мира и царства мирского, то несравненно дороже Царство Небесное».

«Наша жизнь — одна минута в сравнении с вечностью» — и потому «лучше для нас презирать временное и преходящее и желать нетления и бессмертия». Вот к вечности-то, к Царству Небесному, к бессмертию и подготовлял отец Серафим своих собеседников!.. Его мудрые советы да послужат руководством и для нас на пути ко спасению!..

В наставлениях святого Саровского старца нет чего-нибудь особенно трудного и неудобоисполнимого для обыкновенных смертных. Святой подвижник хорошо знал человеческие немощи и слабости и не хотел ни на кого возлагать непосильного бремени, чтобы не отнять и у людей слабых, обремененных грехами, обуреваемых житейскими заботами, надежд на спасение.

«Чтобы получить спасение душам нашим, — учил преподобный Серафим, — мы должны жизнь свою проводить согласно Божественному учению Искупителя нашего Господа Иисуса Христа», как содержит такое учение Святая Православная Церковь, в которой одной только и можно спастись и к которой мы должны питать твердую преданность. «Возлюбим Церковь Святую и Православную, — говорил святой старец, — возлюбим веру как твердое и благодатное

ограждение». Оттого-то Преподобный, сам истинный сын Православной Церкви, и питал особенную любовь к тем святым отцам, которые были ревнителями Православия, как то: Василию Великому, Иоанну Златоусту, Григорию Богослову, Афанасию Александрийскому, Кириллу Иерусалимскому, Амвросию Медиоланскому и им подобным, и называл их столпами Церкви. По учению преподобного Серафима, Православие одно только содержит в себе истину Христовой веры в целостности и чистоте, и потому твердо нужно держаться его и «не водить дружбы с врагами Христовой Церкви, то есть еретиками и раскольниками». Вот почему на вопрос одного старообрядца: «Скажи, старец Божий, какая вера лучше: нынешняя церковная или старая?» Отец Серафим отвечал: «Оставь свои бредни; жизнь наша есть море, Святая Православная Церковь наша — корабль, а кормчий — Сам Спаситель. Если с таким Кормчим люди, по своей греховной слабости, с трудом переплывают житейское море и не все спасаются от потопления, то куда же стремишься ты с своим ботиком и на чем утверждаешь свою надежду спастись без Кормчего?»

Так как Православная Церковь содержит истинное учение во всей чистоте и целостности, то, по наставлению отца Серафима, христианину необходимо исполнять все, что принято ею. «Что Церковь положила на семи Вселенских Соборах, исполняй, — говорил святой одному из своих собеседников. — Горе тому, кто слово одно прибавит к сему или убавит». «Что приняла и облобызала Святая Церковь, все для сердца христианина должно быть любезно». И это нужно относить не к одним только догматам веры, которые, конечно, необходимо принимать и исповедовать во всей полноте, но и ко всем другим постановлениям Церкви и даже к разным церковным обычаям. Отсюда понятно, почему преподобный Серафим решительно настаивал на соблюдении постов, установленных Святою Церковью, между тем как «ныне христиане разрешают на мясо и во Святую Четыредесятницу, и во всякий пост; среды и пятницы не сохраняют». Таких Преподобный советовал даже избегать как ослушников Святой Церкви.

Понятно и то, почему преподобный отец Серафим считал правильным сложением перстов для крестного знамения именно

троеперстие, так как только его признает таковым Святая Православная Церковь. Всем колебавшимся в вопросе о перстосложении для крестного знамения великий Саровский старец неизменно завещал употребление троеперстия, приписывая ему особую великую силу.

Однажды к отцу Серафиму пришли четыре старообрядца из села Павлова, Горбатовского уезда, с вопросом о двуперстии. Едва только они переступили порог кельи, как Преподобный подошел к ним, взял руку у одного из них, сложил персты трехперстно по-православному и, крестя его, говорил: «Вот христианское сложение креста! Так молитесь и прочим скажите. Сие сложение предано от святых апостолов, а сложение двуперстное противно святым уставам. Прошу и молю вас, ходите в Церковь Греко-Российскую: она во всей славе и силе Божией. Как корабль, имеющий многие снасти, паруса и великое кормило, она управляется Святым Духом. Добрые кормчие ее — учителя Церкви, архипастыри суть преемники апостольские. А ваша часовня подобна маленькой лодке, не имеющей кормила и весел; она причалена вервием к кораблю нашей Церкви, плывет за

нею, заливаемая волнами, и непременно потонула бы, если бы не была привязана к кораблю».

Так для спасения души необходимо быть членом Святой Православной Церкви и во всем точно и строго следовать ее учению, исполнять все, предписанное ею. Конечно, преданность христианина Святой Церкви должна носить не внешний только характер. Всякий «должен проходить путь свой с благоговением ко всему священному, а не небрежно, — говорил преподобный Серафим, — должен развивать и укреплять в себе постоянную религиозную настроенность»; всякий должен иметь в виду «истинную цель жизни нашей христианской», которая «состоит в стяжании Духа Святого Божьего». Каким же путем можно и нужно достигать этого?

Прежде всего и больше всего всем и всегда следует памятовать о Боге, стремиться к Нему душою и умом в твердой уверенности, что «из любви к Нему все будем делать хорошо», а для сего непрестанно призывать в сердце имя Божие.

«Молитва — путь к Господу! Призовем имя Господа и спасемся. Когда у нас имя Божие будет в устах, мы спасены».

«Великое средство ко спасению — вера, особливо непрестанная сердечная молитва, — говорил преподобный Серафим генералу Куприянову. — Пример нам — святой Моисей пророк. Он, ходя по полкам, безмолвно молился сердцем, и Господь сказал Моисею: “Моисее, Моисее, что вопиеш ко Мне?” Когда же Моисей воздвигал руки свои на молитву, тогда побеждал Амалика... Вот что есть молитва! Это непобедимая победа! Святой пророк Даниил говорил: “Лучше мне умереть, нежели оставить молитву на мгновение ока”».

«Молитва» именно «более всего дает благодать Духа Святого, потому что она как бы всегда в руках наших, как орудие для стяжания благодати Духа; на нее всякому и всегда есть возможность: и богатому и бедному, и знатному и простому, и сильному и слабому, и здоровому и больному, и праведнику и грешнику». Особенно важно всегда держать в устах и в сердце молитву Иисусову: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго». «В этом да будет все твое внимание и обучение, — говорил отец Серафим. — Ходя и сидя, делая и в церкви до богослужения стоя, входя и исходя, сие непрестанно держи в устах и в сердце твоём.

С призыванием таким образом имени Божия ты найдешь покой, достигнешь чистоты духовной и телесной, и вселится в тебя Святой Дух, источник всех благ, и управит Он тебя во святине, во всяком благочестии и чистоте».

Постоянным упражнением в молитве, при охранении себя от рассеяния и при соблюдении мира совести, по наставлению отца Серафима, можно приблизиться к Богу и соединиться с Ним.

Конечно, очень важно и полезно для молитвы посещать храм Божий, куда следует входить и откуда следует «исходить со страхом и трепетом, и никогда непрестанною молитвою».

«Что краше, превыше и преслаше Церкви? И где же возрадуемся духом, сердцем и всем помышлением нашим, как не в ней, где Сам Владыко Господь наш с нами всегда сопresentsует?..»

Однако «требуется подвиг и великая бдительность, чтобы во время псалмопения ум наш согласовался с сердцем и устами, дабы в молитве нашей к фимиаму не примешивалось зловоние». Посему «мы должны стараться быть свободными от помыслов нечистых, когда приносим молитву Богу»,

и «не предавать себя рассеянию мыслей, ибо чрез сие уклоняется душа от памяти Божией и любви Его». «Если же в молитве случится плениться умом в расхищение мыслей, то должно смириться пред Господом Богом и просить прощения, говоря: согреших, Господи, словом, делом, помышлением и всеми моими чувствами».

Чтобы предохранить себя от рассеянности на молитве, особенно в церкви, отец Серафим советовал то стоять с закрытыми глазами, то обращать свои взоры на образ или на горящую свечу и, высказывая эту мысль, предлагал прекрасное сравнение человеческой жизни с восковой свечой. «На жизнь нашу, — говорил дивный старец, — смотреть надобно, как на свечу, делаемую обыкновенно из воска и светильни и горящую огнем. Воск — это наша вера, светильня — надежда, а огонь — любовь, которая все соединяет вместе, и веру, и надежду, подобно тому, как воск и светильня горят вместе при действии огня. Свеча дурного качества издает смрад при горении своем и угасая — так смрадна в духовном смысле и жизнь грешника пред Богом. А потому, глядя на горящую свечу, особенно когда стоим в Божием храме, да вспоминаем

начало, течение и конец нашей жизни, ибо как тает свеча, зажженная пред ликом Божиим, так с каждою минутою умалется и жизнь наша, приближая нас к концу. Эта мысль поможет нам менее развлекаться в храме, усерднее молиться и стараться, чтоб жизнь наша пред Богом похожа была на свечу из чистого воска, не издающего смрада».

Так как к отцу Серафиму приходили многие из простого народа, большею частью люди безграмотные, а также лица, часто не имеющие достаточно свободного времени для молитвы, о чем с прискорбием и заявляли Преподобному, то последний, снисходя к немощам и слабостям человеческим и не желая никого обременять непосильным молитвенным подвигом, преподавал таким лицам следующее очень несложное молитвенное правило.

«Вставши от сна, всякий христианин, став пред святыми иконами, пусть прочитает молитву Господню: “Отче наш” — трижды, в честь Пресвятой Троицы; потом песнь Богородице: “Богородице Дево, радуйся...” — также трижды и наконец Символ веры — единожды. Совершив это правило, всякий христианин пусть занимается своим делом,

на которое поставлен или призван. Во время же работы дома или в пути куда-нибудь, пусть тихо читает: “Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного (или грешную)”, а если окружают его другие, то, занимаясь делом, пусть говорит умом только: “Господи, помилуй” и продолжает до обеда.

Пред самым же обедом пусть совершает вышеуказанное утреннее правило.

После обеда, исполняя свое дело, всякий христианин пусть читает тихо: “Пресвятая Богородице, спаси мя грешного” или же: “Господи Иисусе Христе, Богородицею помилуй мя грешного (или грешную)”, и это пусть продолжает до самого сна.

Отходя ко сну, всякий христианин пусть снова прочитает вышеуказанное утреннее правило; после того пусть засыпает, оградив себя крестным знамением.

Держась этого правила, — говорил отец Серафим, — можно достигнуть меры христианского совершенства, ибо означенные три молитвы — основание христианства: первая как молитва, данная Самим Господом, есть образец всех молитв; вторая принесена с неба Архангелом в приветствие Деве Марии, Матери Господа. Символ же вкратце

содержит в себе все спасительные догматы христианской веры».

Тем, кому по разным обстоятельствам невозможно выполнять и этого малого правила, преподобный Серафим советовал читать его во всяком положении: и во время занятий, и на ходьбе, и даже в постели, представляя основанием для того слова Священного Писания: *всякий, кто призовет имя Господне, спасется* (Рим. 10, 13). А кто располагает временем больше, чем какое требуется на указанное правило, и вдобавок человек грамотный, тот, по словам преподобного Серафима, пусть присоединяет и другие душеполезные молитвословия и чтения канонов, акафистов, псалмов, Евангелия и Апостола.

Чтение Священного Писания преподобный Серафим считал не только полезным, но даже необходимым занятием для христианина. «Душу надобно снабдевать Словом Божиим, — говорил он, — ибо Слово Божие есть хлеб ангельский, имже питаются души, Бога алчущие».

«Человек имеет нужду в Божественных Писаниях, чтобы воспоминание о благах напечатлевалось в уме его и от непрестанного чтения обновлялось в нем стремление

---

---

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Т. Москвина. Святильник веры</i> .....	3
<i>Н. Левицкий. Наставления и заветы преподобного Серафима Саровского</i> .....	9
<i>Архимандрит Иоанн (Крестьянкин). О заветах преподобного Серафима</i> .....	65

### КАЖДОМУ ЧЕЛОВЕКУ

#### НАСТАВЛЕНИЯ И ЗАВЕТЫ ПРЕПОДОБНОГО СЕРАФИМА САРОВСКОГО

Серия «Православие в жизни»

*Религиозно-просветительское издание*

Заведующая редакцией *Т. Тарасова*. Редактор *О. Вилкова*. Технический редактор  
*З. Кондрашова*. Корректоры *Е. Рупс, О. Назаренко*. Верстка *И. Покидова*

Подписано в печать 13.02.2014. Формат 70×100/32. Объем 2,5 п. л. Печать офсетная.

Тираж 10 000 экз. Заказ № ..... Издательство Московской Патриархии  
Русской Православной Церкви. 119435, Москва, ул. Погодинская, д. 18

**Оптовый отдел реализации:** (499) 246-20-85, 246-52-08 **Магазин:** (499) 245-30-68

**E-mail:** books@rop.ru