

УДК 271.2  
ББК 86.372  
Д85

Д85      **Духовная трапеза.** Душеполезное чтение на каждый день. — Москва : Эксмо, 2025. — 416 с. — (Сокровища Православия. Библиотека всемирной классики).

ISBN 978-5-04-170521-3

«Духовная трапеза» — сборник мудрых мыслей святых отцов, великих людей о вере, духовной жизни и насущных делах. Верить, молиться и не отречься от любви — вот главная тема книги. Каждому в жизни нужны маяки, чтобы не поддаться страху и не потеряться во тьме. В «Духовной трапезе» собраны высказывания и цитаты, которые помогают обрести веру, любовь, душевный покой и найти опору в жизни.

УДК 271.2  
ББК 86.372

ISBN 978-5-04-170521-3

© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2025

## СОДЕРЖАНИЕ

Вступление .....	7
Живая вера — путь в мир духовный.....	9
«Да любите друг друга, как Я возлюбил вас» .....	50
Возложи на Господа печаль твою .....	83
Блажен, кто многим делает добро .....	110
Милосердие и милостыня — величайшее благо .....	130
Не гонись за многим, но за малое будь благодарен: о богатстве .....	155
Услышь, Господи, молитву мою .....	181
Как преодолеть житейские трудности: о смирении и терпении .....	227



«Прощайте, и прощены будете».....	263
При дверях у мудрых стой неотступно .....	273
Духовная жизнь — путь к Богу .....	316
За все Тебя, Господь, благодарю .....	371
Река жизни человеческой: о спасении.....	392
Авторы изречений.....	401

## ВСТУПЛЕНИЕ

Всем нам нужна опора в жизни. И все мы стремимся ее найти — а иногда, если будет на то воля Божья, даже находим. И считаем ее вечной и неизменной. Но мир меняется, не спрашивая нас, и порой это происходит так стремительно и так неожиданно, что вся наша жизнь, все наши надежды, все, что мы считали непоколебимым, рушится в мгновение ока, — и что же нам делать тогда?

Ответ, казалось бы, прост и очевиден — выдержать, не сломаться, перенести скорби и выйти на правильный путь. Верить, молиться и не отречься от любви. На словах все несложно, только в жизни всегда чуть труднее — и нам очень нужны маяки, чтобы не поддаться страху и не потеряться во тьме.

Все слова, что вошли в эту книгу, станут этими маяками. Они собраны здесь с одной только целью — помочь нам обрести веру, любовь и душевный покой, который приходит вместе с ними.



А это возможно, только когда нашей опорой становится Бог. Те, кто обрел в Нем опору, смогли пережить и боль, и нищету, и утраты. И когда мы обратимся к Нему и будем любить Его, верить Ему, молиться Ему и уповать на Него не только в дни бед и скорбей, но и в дни мирного счастья, тогда душа наша обратится в тот самый дом, о котором сказано в Евангелии: «...и пошел дождь, и разлились реки, и подули ветры, и устремились на дом тот, и он не упал, потому что основан был на камне» (Мф 7:24–25).

# ЖИВАЯ ВЕРА — ПУТЬ В МИР ДУХОВНЫЙ



Христос часто приходит и стучит в вашу дверь, и вы приглашаете его посидеть в прихожей вашей души. Затем погружаетесь в свои дела, за которыми забываете о Великом Госте. Он ждет вашего появления, а когда вы слишком долго не возвращаетесь, Он встает и уходит. В других случаях вы столь заняты, что отвечаете Ему из окна. У вас даже не находится времени, чтобы открыть дверь.

*Преподобный Амфилохий (Макрис)*

\*\*\*

Правая вера при порочной жизни не приносит никакой пользы.

*Святитель Иоанн Златоуст*



\*\*\*

Вера — душа народа. Когда гаснет вера в народе, то он превращается в безжизненный труп, быстро разлагающийся, предающийся тлению.

*Святитель Филарет, архиепископ Черниговский*

\*\*\*

Вера должна быть внутренним открытием. Да, вера никогда не может быть чем-то принятым только извне. Никогда она не может быть просто заимствована; ее нельзя надеть на себя, как мы надеваем чужую одежду. Человек всегда должен находить ее внутри. В нем открывается то духовное зрение, которое созерцает мир по-иному и видит иной мир...

Одна из предпосылок начала подлинно христианского пути — это нравственная внутренняя честность. Апостол Павел показал это блестяще. Он сказал: «То, что ненавижу, то люблю. Горе мне, два человека живут во мне». И мы все это знаем. И к этому он добавил другое: если мы не можем самосовершенствоваться, то мы можем быть открыты тому движению, которое к нам идет сверху; сила благодати может действо-



вать так, что человек, не способный к победе, побеждает. Человек, от которого нельзя было ожидать чуда, — вдруг совершает чудо. Вера предполагает возможность чуда, то есть нарушение естественного порядка вещей в любое время и в любом месте.

*Протоиерей Александр Мень*

\*\*\*

Равнодушие верующих — вещь гораздо более ужасная, чем тот факт, что существуют неверующие.

*Священник Александр Ельчанинов*

\*\*\*

Обрати все свое внимание на стяжание веры: она — спокойствие, блаженство твоего сердца и твоей жизни. Ты мучаешься сомнением или неверием: оно убивает тебя, лишает иногда плодов молитвы и причащения Святых Таин, вместо мира и радости в сердце поражая его смертельною тяжестью. Стяжи веру — и будешь счастлив.



*Аще имате веру и не усумнитесь (Мф 21:21), —* говорит Господь, — то и горы можете переставлять. Смотри же: крепись, верный, и бойся единого мгновения сомнения; за мгновение сомнения будешь платиться многими часами сердечного мучения.

*Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

\*\*\*

**Я** помню одного «культурного» человека, который очень простому священнику объяснял, что он, конечно, не может верить, потому что чего только не изучал: и богословие, и философию, и историю изучал... Священник был простенький, бывший деревенский священник, попавший за границу. Он на него посмотрел и говорит: «А разве важно, что ты в Бога не веришь? Какой Ему вред от этого? А вот замечательно то, что Бог в тебя верит...» Вот наше положение: Бог в нас верит, и, значит, мы можем быть спокойны; только отзовись на эту веру послушанием, то есть слушанием всем существом того, что Он имеет сказать, — и это исполнится.

*Антоний, митрополит Сурожский*



\*\*\*

**В** вере должны быть все равны, потому что вера одна, а в делах жизни не все одинаковы. Вера не бывает ни хуже, ни лучше, но одинакова у всех истинно верующих, а в жизни одни ревностнее, другие беспечнее, одни исправнее, другие небрежнее, одни делают больше, другие меньше, одни грешат тяжелее, другие легче. <...> А смысл слов следующий: кто при правой вере ведет худую жизнь, того вера не защитит от наказания, когда дело будет гореть.

*Святитель Иоанн Златоуст*

\*\*\*

**О**ставаясь наедине с собой, человек часто испытывает необъяснимую тоску. Он чувствует, что жизнь его должна быть другой, что душе его не хватает чего-то важного, ценного, основного. В этот момент к человеку и подходит милосердный Спаситель и говорит: «Впусти Меня, Я успокою твою мятущуюся душу и наполню ее непреходящей радостью и миром».

Господь стучит к нам через недуги и неудачи. Когда болезнь приковывает нас к постели, Бог



дает возможность подумать о бренности жизни. Он разбивает кумиры, которые владеют нашим сердцем без всякого на то права, и открывает истинный смысл жизни.

Бог говорит через мировые события, катастрофы, перемены в обществе. Все это свидетельствует о том, что человечество приближается к своему концу и близок день, когда каждый предстанет перед судом Божиим, если не покается в своих грехах. <...>

Это верно, что все люди — грешники, что нет праведного ни одного и никто не достоин Господа. Но Бог не гнушается нами такими, какие мы есть. Он хочет всех нас сделать новыми людьми, ведь Он «пришел взыскать и спасти погибшее». По Его словам, *не здоровые имеют нужду во враче, но больные* (Мф 9:12).

*Протопресвитер Александр Шмеман*

\*\*\*

**И**сточник неверия есть гордость. Неверующий внутренне говорит: другие говорят так, а я не соглашаюсь с тем, что они говорят; я хочу верить и говорить иначе. Значит, неверие уничи-



жает слова других и свои мысли сердечные, свои слова поставляет выше мыслей и слов других. Потому, чтобы иметь искреннюю, сердечную веру, непременно нужно смириться сердцем. Господь Спаситель, по человечеству Своему, был кроток и смирен сердцем и нам показал пример величайшего смирения.

*Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

\*\*\*

Тебя, Господи, мы ищем в молитве, потому что в Тебе заключено все. Тобою да обогатимся, потому что Ты — Богатство, не изменяющееся от перемены времен.

Тебя, Господи, должны мы искать вместо всего иного и, кроме Тебя, не искать ничего. Ибо кто ищет Тебя, тот все находит в Тебе. В Тебе, Господи, богатство для нуждающихся, сердечная радость для скорбящих, исцеление для раненых, утешение для всех сетующих. Ты — мир на пределах царств и спокойствие внутри их. Ты — полная благословений нива; кто обладает Тобою, тот не страдает от голода.

*Преподобный Ефрем Сирин*



\*\*\*

Господь иногда попускает человеку быть как бы оставленным, но все же хранит и ведет душу ко спасению. Это попущение Божие может касаться целого общества верующих. Наше дело — смиренно хранить веру Христову. Если вера сохранена — есть и надежда спасения.

*Преподобный Никон Оптинский*

\*\*\*

Убедить кого-либо в существовании Бога совершенно невозможно, так как все, что можно словами сказать о вере, ни в какой степени не может передать того, что вообще не сказуемо и что в ней главное. Доводы веры не против разума, а помимо него. Только в свете любви разум принимает видимые абсурды веры.

*Священник Александр Ельчанинов*

\*\*\*

Отче наш, Иже еси на небесех! Какое высокое, трогательное, духовное зрелище, когда эти слова в многочисленном церковном собрании, или



в кругу членов семейства, или в собрании питомцев, или в собрании воинов произносятся от души, истинно единым сердцем и едиными усты! Какое высокое зрелище, когда видишь, что эти слова оправдываются и в самой жизни людей, когда все имеют друг к другу чувства братской любви, живут мирно, повинуясь младшие старшим, менее умные более умным, друг другу отдавая должное, друг друга уважая, *честью друг друга больша творяще* (Рим 12:10)! Какое поистине небесное зрелище, когда, сядя за стол многочисленной и разнородной семьей, все едиными устами и единым сердцем говорят: Отче наш! и исповедуют Единого Отца Небесного Всесвятым Царем, желая исполнения на земле воли Его Единого, исповедуя Его Единого питателем всех! Какое высокое зрелище, когда хозяин дома свои блага, пищу и питье восписует не себе, а Богу, почитая дары Его общими для всех; когда он сравнивает себя со всеми другими, как бы сам принимает угощение, а не угощает других! Но какое поразительное и утешительное зрелище было бы, если бы вся земля, все народы единими усты и единым сердцем возглашали на небо: Отче наш, Иже еси на небесех!



Да святится имя Твое — в нас всех! Да придет Царствие Твое, как вначале до грехопадения; да будет воля Твоя благая и совершенная, как на небе — вечно, так и на земле, и да не царствует своеволие! Хлеб наш насущный даждь нам днесь, и остави нам долги наша... Что, если бы такой образ мыслей и желаний имели все! Но когда-нибудь и будет это; ибо придет время, когда все живущие на земле будут единым стадом под единым Пастырем (Ин 10:16).

*Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

\*\*\*

Одна лишь вера укрепляет слабого, одна лишь вера постигает невидимое, одна лишь вера достигает того, что неприступно, — насколько ей возможно и насколько позволено.

*Святитель Григорий Нисский*

\*\*\*

Мы потому остро воспринимаем скорби, что почти не верим словам Евангелия. Готовы поверить всякому человеку, более или менее поря-