

# ТИХОЕ ПРИСТАНИЩЕ ТВОЕ

---

Как обрести  
спокойствие души  
и мир сердца



Москва  
2024

# ТИХОЕ ПРИСТАНИЩЕ ТВОЕ

---

Как обрести  
спокойствие души  
и мир сердца



Москва

УДК 271.2  
ББК 86.372  
Т46

Рекомендовано к публикации  
Издательским советом  
Русской Православной Церкви

ИС P25-424-0555

**Т46** **Тихое** пристанище Твое. Как обрести покойствие души и мир сердца. — Москва : Эксмо, 2026. — 416 с. — (Сокровища Православия. Библиотека всемирной классики).

ISBN 978-5-04-191636-7

Сборник вдохновляющих наставлений из Священных Писаний и святых отцов Церкви, предназначенный для ежедневного молитвенного чтения и умиротворения. «Тихое пристанище Твое» станет незаменимым руководством для всех, кто ищет духовного роста и обогащения своей веры через мудрость христианства. В книгу включены цитаты из Евангелий и Апостольских посланий, а также откровения великих святителей и богословов неразделенной и Русской Православной Церкви, включая Иоанна Златоуста, Паисия Святогорца, Макария Великого, Луки (Войно-Ясенецкого), Исаака Сирина, Иринея Лионского, Иоанна Лествичника, Иоанна Кронштадтского и Игнатия (Брянчанинова).

УДК 271.2  
ББК 86.372

ISBN 978-5-04-191636-7

© ИП Измайлов, текст, 2023  
© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2026

# Содержание

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| «Я — свет миру».....                                 | 9   |
| Пресвятая Богородица<br>и святые угодники Божии..... | 47  |
| Мудрость христианства .....                          | 61  |
| Нам Бог заповедал любовь .....                       | 71  |
| «Возложи на Господа<br>печаль твою».....             | 99  |
| Смиренной душе Господь дает мир.....                 | 141 |
| Добро непобедимо .....                               | 203 |
| Пост смиряет тело<br>и окрыляет душу.....            | 249 |

## Содержание



|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| Жить по правде<br>и справедливости .....    | 273 |
| «Помилуй меня<br>и услышь молитву мою»..... | 325 |
| Благодать спасающая<br>милующая .....       | 355 |
| За все Тебя, Господь, благодарю .....       | 373 |
| Авторы изречений.....                       | 395 |

«Ищи мира и стремись к нему» (Пс. 33:15). Об этом мире сказал Господь: «Мир оставляю вам, мир Мой даю вам; не так, как мир дает, Я даю вам» (Ин. 14:27). Потому ищи мира и стремись к нему. А достигнешь его не иначе, как стремясь к цели, к почести высшего звания (Флп. 3:14). Ибо истинный мир — горе; а доколе мы связаны с плотью, неразлучно с нами многое, что нас возмущает. Потому ищи мира, то есть освобождения от мятежей мира сего, приобрети безмятежный ум, невзволнованное, невозмущенное состояние души, не колеблемое страстями, не увлекаемое ложными учениями, которые своим правдоподобием склоняют к согласию, чтобы через это приобрести тебе мир Божий, который превыше всякого ума (Флп. 4:7) и охраняющий твое сердце. Кто ищет мира, тот ищет Христа; потому что Он есть мир наш, соделавший из обоих одно... одного нового человека, устроив мир (Еф. 2:14, 15).

*Святитель Василий Великий*



*В. П. Гурьянов. Господь Вседержитель. Икона. 1910.  
Собрание В. А. Бондаренко*

## «Я — свет миру»



**Р**адуйтесь всегда в Господе; и еще говорю: радуйтесь.

Кротость ваша да будет известна всем чело-  
векам. Господь близко.

Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве  
и прошении с благодарением открывайте свои  
желания пред Богом,

и мир Божий, который превыше всякого  
ума, соблюдет сердца ваши и помышления ва-  
ши во Христе Иисусе.

Наконец, братия мои, что́ только истинно,  
что́ честно, что́ справедливо, что́ чисто, что́ лю-  
безно, что́ достойно, что́ только добродетель  
и похвала, о том помышляйте.

Чему вы научились, что́ приняли и слышали  
и видели во мне, то́ исполняйте, — и Бог мира  
будет с вами.

*Флп. 4:4–9*

**«Кто хочет идти за Мною,  
возьми крест свой и иди...»**

**П**уть в Царствие Небесное есть Сам Иисус Христос; только тот идет по сему пути, кто идет за Иисусом Христом. Но как надобно идти по нему? Послушайте, что говорит Сам Иисус Христос: «Кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, возьми крест свой и иди за Мною».

Иисус Христос сказал: кто хочет идти за Мною. Слова эти значат, что Иисус Христос никого не приневоливает и не принуждает идти за Ним. Он не хочет иметь Своими учениками невольников или не имеющих собственного желания, но хочет, чтобы человек сам, охотно и без всякого принуждения предал всего себя Ему; и, следовательно, в Царствие Небесное входят только те, которые сами желают войти. <...>

Идти за Иисусом Христом — значит во всех делах и поступках своих подражать делам поступкам Иисуса Христа. Как жил и поступал Иисус Христос на земле, так точно должны и мы жить и поступать. <...>

Идти за Иисусом Христом значит еще то, чтобы повиноваться Слову Иисуса Христа; и по-

тому мы должны слушать, верить и исполнять все, что сказал Иисус Христос в Евангелии и через апостолов Своих и все это делать без мудрования и в простоте сердца. <...>

Конечно, путь этот негладок, узок и колюч, но зато он прямо и верно ведет в рай, в Царствие Небесное, в вечное блаженство, к Богу — Источнику всякого блаженства. Скорбен путь этот, но можно сказать, что за каждый шаг по нему предстоят тысячи наград. Страдания на сем пути не вечны, и даже, можно сказать, мимолетны, а награда за них нескончаема и вечна, как Сам Бог. Страдания день ото дня будут становиться меньше и легче, а награда час от часа будет увеличиваться более и более, во всю бесконечную будущую жизнь. Итак, не страшиться этого пути; ибо гладкий и ровный путь ведет в ад, а колючий и неровный на небо.

*Святитель Иннокентий,  
митрополит Московский и Коломенский*

\*\*\*

Душа без веры — сосуд, закрытый для благодати, а душа верующая — открытый. Вера открывает душу для принятия благодати.

*Святитель Филарет, митрополит Московский*

## Найди дверь своего сердца

Евангелие говорит нам, что Царство Божие прежде всего внутри нас самих. Если мы не можем найти Царства Божия внутри себя, если мы не можем встретить Бога внутри, в своих глубинах, то очень маловероятно, чтобы мы Его встретили где-то вне себя.

Когда первый космонавт Гагарин возвратился из «космоса» и сделал свое знаменитое заявление, что Бога в небесах он не встретил, один московский священник заметил: «Если вы не встретили Его на земле, вы никогда не увидите Его на небесах». Если я не могу соприкоснуться с Богом, так сказать, под собственной кожей, в том маленьком мире, которым я являюсь, то очень маловероятно, что, даже встретив Его лицом к лицу, я Его узнаю.

Святой Иоанн Златоустый сказал: «Найди дверь своего сердца, и ты увидишь, что это дверь в Царство Божие». Поэтому обращаться надо внутрь себя, а не наружу, — но особым образом. Речь не о том, чтобы прибегнуть к самоанализу; я также не имею в виду, что внутрь надо идти приемами психоанализа или психологии. Это не путешествие в сущность моего

собственного «я»; это путь через, сквозь мое «я», чтобы из собственных глубин вынырнуть там, где Бог есть, где Бог и мы встретимся.

*Антоний, митрополит Сурожский*

\*\*\*

**Ч**тобы жить свято, нужно знать святую веру христианскую.

*Протоиерей Валентин Мордасов*

## **Ищите Царство Божие в своем сердце**

**О**днажды фарисеи спросили Иисуса Христа: «Когда придет Царствие Божие?» Спаситель ответил: «Не придет Царствие Божие приметным образом, и не скажут: вот, оно здесь, или: вот, там, ибо Царствие Божие внутри вас есть» (Лк. 17:20–21).

Это значит, что Царствие Божие не имеет границ, оно всюду безгранично. Поэтому для поисков Царства Божия нам не нужно ехать куда-то далеко, «за моря», в далекие страны, не требуется от нас для этого подниматься к облакам или спускаться в бездну, но нужно искать Царство Божие на том месте, где мы живем, то есть где поставлены Промыслом

Божиим. Потому что Царствие Божие развивается и созревает внутри человека, в сердце человека. ...Тогда все противное воле Божией становится человеку омерзительным. Видимым же осуществлением на земле Царства Божия есть Святая Церковь Христова: в ней все устроено по Закону Божию.

*Протоиерей Серафим Слободской*

### **Бог есть любовь**

**З**наю, что есть немало людей, которые совершенно неверно представляют себе Царство Небесное. Их представление очень близко к примитивному представлению о нем мусульман: они думают, что Царство Небесное — это радостная жизнь в роскошных райских садах, где будут их услаждать своим пением, танцами и музыкой прекрасные молодые женщины, где будут они наслаждаться роскошными яствами.

А святой апостол Павел сказал: «*Царство Божие не пища и питие, но праведность и мир и радость о Святом Духе*» (Рим. 14:17).

Знаете ли, что Царствие Небесное внутри вас?..

Как же возможно для нас познание Единого Великого Бога? Оно возможно только в любви, ибо знаем от великого апостола Иоанна Богослова, что Бог есть любовь, и общение с Ним возможно только в любви: *«Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог в нем»* (1 Ин. 4:16).

Напомню вам о ближайших к нам праведниках земли русской: Серафиме Саровском, Сергии Радонежском, Антонии и Феодосии Печерских. Что же, неужели будем удивляться тому, что в сердцах этих великих праведников уже при жизни их началось Царство Небесное?

*Священноисповедник архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий)*

\*\*\*

**Я** свет миру; кто последует за Мною, тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни.

*Ин. 8:12*

## Притча о Царстве Божиим

**О**н же сказал:

— Чему подобно Царство Божье? И чему уподоблю его? Оно подобно горчичному зерну, которое, взяв, человек посадил в своем саду;

и выросло, и стало большим деревом, и птицы небесные укрывались в его ветвях.

Еще сказал:

— Чему уподоблю Царство Божье? Оно подобно закваске, которую женщина, взяв, положила в три меры муки, пока не вскисло все.

*Лк. 13:18–21*

### **Кто обрел Царствие Божие, для тех будет Бог во всем**

**Ц**арство Божие изнутри простирается и вовне. Когда все сказанное совершится внутри нас, тогда и все внешнее перестраивается по тому же духу и направлению. По тому же духу начинают действовать и язык, и глаз, и слух, и все другие чувства. Тем же духом направляется тогда всякое движение и всякое действие вовне, наедине, в семействе, на службе, в обществе и во всех житейских отношениях — словом, тогда во всех проявлениях нашей внутренней жизни явным правителем бывает Бог.

В ком воцарился Бог внутри, того вы видите участвующим во всех делах, к каким обязывает его положение в обществе; но в них он только внешне, внутренне же весь в Боге, от Которого