

ДУХОВНІ ВПРАВИ СВЯТОГО ІГНАТІЯ ЛОЙОЛИ

<http://www.s.oleh-sj.com/>

[1] ВСТУПНІ ЗАУВАГИ, які сприяють кращому розумінню викладених нижче духовних вправ і допоможуть як тому, хто їх подає, так і тому, хто їх приймає

Заувага перша. Під назвою духовних вправ маємо на увазі кожен спосіб виконання іспиту совісті, розважання, споглядання, словесної чи мисленної молитви та інших духовних дій, про які піде мова нижче. Оскільки, як гуляння, ходіння та бігання є вправами тілесними, так вправами духовними зветься і будь-який спосіб, за допомогою якого душа готується і налаштовується на те, аби позбутися всіляких непорядкованих схильностей, а щойно їх усунуто, шукає та осягає Божу волю стосовно такого устрою нашого життя, який сприяв би спасінню душі.

[2] *Заувага друга.* Той, хто викладає іншому спосіб і порядок розважання чи споглядання, має точно передати історію цього споглядання чи розважання, стисло пояснюючи та підсумовуючи пункт за пунктом. Позаяк той, хто споглядає, узявши собі цю історію за автентичну основу, роздумуючи над нею і роблячи висновки, може відтак відкрити для себе те, що дозволить краще її зрозуміти або відчувати, чи то за допомогою власних роздумів, чи теж завдяки Божій ласці, що осягає його розум. Це принесе більше користі та духовного плоду, ніж якби той, хто викладає вправи, детально пояснював та розширював сенс цієї історії. Адже душу живить та задовольняє не обсяг знань, а глибоке розуміння певної дійсності і здатність відчувати внутрішню насолоду нею.

[3] *Заувага третя.* Повсюди у поданих нижче "Духовних вправах" ми послуговуємось розумом, коли розмірковуємо, і волею, коли виражаємо почуття. Відтак варто зауважити, що в останньому випадку, коли вголос чи подумки розмовляємо з Господом Богом чи з Його святими, то мусимо виявляти більшу пошану, ніж коли користуємося розумом, аби щось зрозуміти.

[4] *Заувага четверта.* Подальші вправи виконуються упродовж чотирьох Тижнів, відповідно до чотирьох частин, на які їх розділено. А саме: Перший тиждень присвячено розважанням над гріхами та спогляданню їх; Другий тиждень – життю Господа нашого Ісуса Христа до Вербної Неділі включно; третій – Страстям Христовим; четвертий же – Воскресінню і Вознесінню; до цього останнього Тижня долучено також три способи здійснення молитви. Втім це не означає, що кожен Тиждень має обов'язково тривати сім чи вісім днів. Бо ж може трапитися, що хтось у Перший тиждень виявиться повільнішим у віднайденні того, що шукає, себто розкаяння, скрухи серця і гірких сліз над своїми гріхами. Інші ж бувають сумліннішими, сильніше зворушуються та піддаються випробуванням, завданним різними духами; відтак у деяких випадках постає потреба скоротити тиждень чи, навпаки, продовжити його. Подібним чином слід діяти і стосовно подальших тижнів, сприяючи тому, хто приймає вправи, в осягненні всього, що відповідає їхньому змісту. Однак всі вправи потрібно так чи інакше завершити впродовж приблизно тридцяти днів.

[5] *Заувага п'ята.* Тим, хто приймає вправи, вельми корисно приступити до них з великодушністю і щедрістю стосовно Творця і Господа свого, приносячи Йому у жертву всі свої воління і свободу, щоби Його Божа Велич послуговувалася згідно зі своєю найсвятішою волею як ним самим, так і всім, чим він володіє.

[6] *Заувага шоста.* Коли керівник зауважить, що той, хто приймає вправи, не досвідчує у своїй душі особливих духовних порухів, як-от втіхи чи спустошення, і не зазнає впливу різних духів, то має його докладно розпитати про вправи: чи виконує їх у визначений час і як це робить; чи належним чином дотримується додаткових вказівок. Потрібно вимагати детального звіту по кожному з цих пунктів. Про втіху і скорботу мова піде нижче [316-324], як і про Додаткові вказівки [73-90].

[7] *Заувага сьома.* Якщо керівник зауважить, що той, хто виконує вправи, відчуває спустошення і зазнає спокус, то має поставитися до нього не суворо й жорстко, а лагідно і привітно, підбадьорюючи його і додаючи йому сил для поступу в майбутньому, розвінчуючи лукаві підступи ворога людської природи і готуючи до втіхи, якої він невдовзі зазнає.

[8] *Заувага восьма.* Той, хто подає вправи, може, відповідно до потреб того, хто ці вправи приймає, розповісти останньому про почуття спустошення та підступи ворога, а також про втіху, ознайомивши з правилами розпізнавання духів, що пов'язані з Першим чи Другим тижнем [313-336].

[9] *Заувага дев'ята.* Слід зауважити, що коли вправи Першого тижня виконує особа, яка не надто досвідчена в духовних справах, то вона може зазнавати спокус вельми грубих і відвертих, як-от у випадку, коли перешкоди для поступу у служінні Господу Богові нашому постають перед нею у вигляді труднощів, сорому, страху за своє становище у світі і т.д.; за таких обставин керівник не повинен пояснювати їй правила розпізнавання духів Другого тижня, позаяк наскільки правила Першого тижня будуть для неї корисні, настільки правила Другого тижня завдадуть їй шкоди, адже їхній зміст надто тонкий та піднесений, щоб така особа могла його досягнути.

[10] *Заувага десята.* Коли керівник помітить, що той, хто виконує вправи, пригнічений і зазнає спокус під виглядом добра, то настав час пояснити йому правила Другого тижня, про які щойно йшла мова. Бо ж зазвичай ворог людського роду спокушає добром під час виконання вправ Другого тижня, властивих *життю просвітлення*, а не під час *життя очищення*, пов'язаного з вправами Першого тижня.

[11] *Заувага одинадцята.* Під час вправ Першого тижня тому, хто їх виконує, краще нічого не знати про те, що він робитиме впродовж Другого тижня; нехай зосередиться на сумлінній праці задля досягнення плодів Першого тижня, наче й не сподівається щось здобути у другому.

[12] *Заувага дванадцята.* Той, хто подає вправи, має наполягати, щоби той, хто їх виконує, присвячував не менше години кожній із щоденних вправ чи розважань; слід відчувати задоволення з того, що певна вправа виконувалася не менше години – що більше, то краще. Адже ж ворог роду людського звично використовує різні хитрощі, аби спонукати нас скоротити час, відведений на споглядання, розважання чи молитву.

[13] *Заувага тринадцята.* Варто зауважити ще й таке: наскільки легко і приємно цілу годину віддаватися розважанню, зазнаючи втіхи, настільки важко це зробити, відчуваючи смуток. Отож для того, щоби протидіяти спустошенню та долати спокуси, слід завжди відводити для вправи часу трохи більше, ніж рівно годину, звикаючи у такий спосіб не тільки чинити опір ворогові, але й перемагати його.

[14] *Заувага чотирнадцята.* Коли керівник помітить, що той, хто виконує вправи, зазнає втіхи і діє з неабияким запалом, то має застерегти його, щоб не дав покvapно та необдуманно якоїсь обіцянки чи не склав якогось обіту. Чим більше керівник пересвідчуватиметься, що його підопічний відзначається непостійним характером, тим більше має його стримувати й

остерігати. Бо хоч цілком похвально схилити когось до монашого життя, яке передбачає складання обітів послуху, вбогости та чистоти, і рівно ж кожна добра справа, зроблена згідно з обітом, є похвальнішою, ніж зроблена без обіту, та все ж потрібно звертати неабияку увагу на умови життя та якості, властиві кожному, а також на сприятливі та несприятливі обставини, які стануть на шляху до виконання обіцяного чи передбаченого обітом.

[15] *Заувага п'ятнадцята.* Той, хто подає вправи, не повинен спонукати того, хто їх виконує, до вбогости чи до якогось іншого обіту або ж до певного способу чи стану життя як кращого за інші. Поза Духовними вправами цілком припустимо і вельми похвально наставляти тих, хто виявляє схильність до поміркованости, дівицтва, богопосвяченого життя та дотримання всіляких євангельських чеснот, однаке під час Духовних вправ для того, хто шукає Божу волю, набагато доцільніше, щоб Творець і Господь сам являв себе відданій душі, огортаючи її любов'ю і славою та вказуючи той шлях, на якому вона в майбутньому зможе служити Йому найкраще. Відтак керівникові не слід схилитися ні в той бік, ні в інший; навпаки, нехай перебуває у рівновазі, наче стрілка ваги, дозволивши безпосередньо спілкуватися і діяти Творцеві зі створінням і створінню з Його Творцем і Господом.

[16] *Заувага шістнадцята.* З цією метою – а саме, щоб Творець і Господь ефективніше діяв у своєму створінні, – потрібно, аби той, хто виконує вправи, якщо відчуває невпорядковану схильність чи потяг до чогось, з усіх сил намагався сягнути протилежного такій схильності. Так, якщо хтось, приміром, відчуває прагнення здобути та утримувати певну посаду або сан, використовуючи їх не задля Божої слави чи духовного добра душ, а лишень заради своєї власної дочасної вигоди та мирських інтересів, то має намагатися подолати в собі це бажання за допомогою бажання протилежного; треба ревно молитися та виконувати інші духовні вправи, просячи у Господа Бога протилежного, себто щоби не прагнути цієї посади чи сану, аж доки Божа Велич не зволить впорядкувати ці бажання належним чином і у цей спосіб змінити їх так, що єдиною спонукою до посідання тієї чи іншої речі буде виключно служіння Божій Величі та її честь і слава.

[17] *Заувага сімнадцята.* Вельми корисно, коли керівник, хоч би й не бажаючи дізнатися про особисті думки та гріхи того, хто виконує вправи, все ж був добре обізнаний із переживаннями та думками, що їх породжують в останнього різні духи, аби в залежності від більшого чи меншого поступу з його боку мати змогу давати йому ті духовні вправи, які найбільше відповідають потребам душі, зворохобленої різними помислами.

[18] *Заувага вісімнадцята.* Духовні вправи потрібно пристосовувати до особливостей осіб, які хочуть їх виконати, себто до їхнього віку, освіти та можливостей. Тому неосвіченим чи слабким людям не слід давати завдання, з якими вони не в стані впоратися належним чином, а відтак і сягнути користі для себе. Також треба діяти у відповідності до того, що хоче здобути людина, яка приходить, аби прийняти Духовні вправи, і на що вона себе налаштує. Відтак тому, хто хоче отримати лишень якісь настанови та сягнути певного рівня душевного спокою, можна запропонувати частковий іспит сумління [24-31], а далі – загальний іспит [32-43]; поза тим, слід навчити його щоранку присвячувати півгодини способові молитви, роздумуючи про заповіді [238-243] та головні гріхи [244-245], а також інші подібні речі [238; 246-260]. Можна також порадити йому щотижня приступати до сповіді і, якщо це можливо, причащатися що два тижні, або й щотижня, якщо відчуватиме таке бажання. Такий спосіб найкраще підходить людям простим і неосвіченим; їм слід пояснити окремо кожен Божу заповідь, сім головних гріхів, церковні заповіді, п'ять чуттів і справи милосердя. Так само, якщо керівник побачить, що той, хто виконує вправи, – людина від природи не надто обдарована, від якої не варто очікувати великих успіхів, то краще дати йому кілька легких вправ, доки він не приступить до сповіді, а тоді навчити його кількома способам здійснення іспиту сумління і порадити сповідатися частіше, ніж доти, щоб зберегти здобуте. Не слід,

одначе, торкатися питання вибору та інших вправ, що виходять за межі Першого тижня, особливо якщо можна в цей час сягнути більшого поступу, займаючись з іншими; охопити все не вистарчить часу.

[19] *Заувага дев'ятнадцята.* Тому, хто заклопотаний громадськими справами чи іншими нагальними заняттями і відзначається доброю освітою або здібностями, можна давати Духовні вправи так, щоб він присвячував їм півтора години на день. Насамперед керівник може пояснити йому, для чого створено людину, далі протягом півгодини розтлумачити суть часткового, а тоді й загального іспиту сумління, та викласти спосіб здійснення сповіді і прийняття причастя. Упродовж трьох днів він має по годині роздумувати над першим, другим і третім гріхом [45-54]; потім, знову впродовж трьох днів у той же час нехай розмірковує про власні гріхи [55-64]; наступні три дні слід присвятити роздумам про покарання за гріхи [65-72]. Після всіх цих роздумів треба дати йому десять Додаткових вказівок [73-90]. Далі потрібно перейти до тайн життя Господа нашого Ісуса Христа, викладаючи їх у спосіб і в порядку, що їх пояснено нижче у самих Духовних вправах.

[20] *Заувага двадцята.* Тому, хто вільний від справ і хоче сягнути якомога більшого поступу, слід подати всі Духовні вправи у тій послідовності, в якій їх викладено нижче. Назагал, він зможе досягнути тим більшого успіху, чим більше віддалиться від своїх друзів та знайомих і від усіляких земних турбот, перейшовши, наприклад, з дому, де живе, до іншого дому чи кімнати, аби якомога більше бути на самоті і відтак мати змогу щодня ходити на літургію і на вечірню, не остерігаючись, що хтось його потривожить чи стане на перешкоді. Таке усамітнення має поряд з багатьма іншими такі три головні переваги: По-перше, віддаляючись від друзів і знайомих та від поточних не надто впорядкованих занять, щоб служити Господу Богові і славити Його, ми здобуємо чималу заслугу в очах Його Божої Величі. По-друге, перебуваючи у такому усамітненні і не розпорошуючи увагу на багато різних питань, а натомість зосереджуючись на одному, а саме на служінні нашому Творцеві і на духовному поступі, ми можемо вільніше спрямовувати свої природні здібності на досягнення такої бажаної мети. По-третє, чим більше ми усамітнюємось та відокремлюємось, тим більше можемо зближуватися і поєднуватися з нашим Творцем і Господом, а чим більше ми у такий спосіб з Ним поєднуємось, тим більшою є наша здатність сприймати дари та ласки від щонайвищої Божої доброти.

[21] ДУХОВНІ ВПРАВИ, ПРИЗНАЧЕНІ ДЛЯ ТОГО ЩОБ ЗУМІТИ ПЕРЕМОГТИ САМОГО СЕБЕ Й УПОРЯДКУВАТИ СВОЄ ЖИТТЯ, НЕ ПОСЛУГОВУЮЧИСЬ РІШЕННЯМИ, ПРИЙНЯТИМИ ПІД ВПЛИВОМ НЕВПОРЯДКОВАНИХ СХИЛЬНОСТЕЙ

ПОПЕРЕДНЯ ЗАУВАГА

[22] Щоб як той, хто подає Духовні вправи, так і той, хто їх виконує, взаємно сприяли один одному у поступі, слід заздалегідь обумовити, що кожен добрий християнин має намагатися вкладати у слова свого ближнього радше добрий сенс, аніж їх засуджувати. Якщо ж витлумачити їх прихильно неможливо, то треба перепитати, що саме малося на увазі, і якщо в судження ближнього закралася помилка, то слід з любов'ю його виправити. Якщо навіть цього виявиться не достатньо, то варто скористатися всіма відповідними засобами, щоб, витлумачивши такі слова у належний спосіб, вказати своєму ближньому шлях до спасіння.

[23] ЗАСАДИ Й ОСНОВИ

Людину створено для того, щоб хвалити Господа Бога свого, поклонятися і служити Йому, спасаючи у такий спосіб свою душу. Все інше суще на землі створено для людини, щоб допомагати їй у досягненні мети, задля якої її створено. З цього випливає, що людина має користуватися ним настільки, наскільки воно допомагає їй сягати мети, і відмовлятися від нього тією мірою, якою воно стає їй на перешкоді. Відтак потрібно виробити у собі байдужість до створеного, наскільки це дозволено нашій вільній волі і не заборонено, щоб ми не бажали здоров'я радше, ніж недуги; багатства радше, ніж убогости; почесней радше, ніж безчестя; життя довгого радше, ніж короткого, і так далі в усіх інших справах, прагнучи лишень того, що краще сприятиме нам у досягненні мети, задля якої нас створено.

[24] ЩОДЕННИЙ ЧАСТКОВИЙ ІСПИТ СУМЛІННЯ

ОХОПЛЮЄ ТРИ ПЕРІОДИ І ЗДІЙСНЮЄТЬСЯ ДВІЧІ НА ДЕНЬ

Час перший – зранку; прокинувшись, людина, яка виконує Вправи, має постановити собі пильно остерігатися певного гріха чи вади, яких хоче позбутися.

[25] *Час другий* – пополудні. Людина має в цей час просити Господа Бога нашого про те, чого прагне, а саме – про ласку пригадати, скільки разів вона впала у певний гріх чи ваду, і виправитися в майбутньому. Далі треба здійснити перший іспит сумління, складаючи звіт стосовно тієї вади, яку вирішено виправити. Таким чином слід переглянути, година за годиною чи період за періодом, цілий день, починаючи з тієї хвилини, коли прокинувся, і до моменту поточного іспиту. Опісля нехай той, хто виконує Вправи, поставить у верхній графі g стільки крапок, скільки разів скоїв певний гріх, а тоді знову рішуче постановить виправитися до наступного іспиту сумління.

[26] *Час третій* – після вечері. Той, хто здійснює Вправи, має виконати другий іспит сумління, так само година за годиною від моменту попереднього іспиту до поточного. Потому треба поставити у нижній графі g стільки крапок, скільки разів було скоєно певний гріх чи помилку.

[27] ЧОТИРИ ДОДАТКОВІ НАСТАНОВИ, ШО ДОПОМАГАЮТЬ ШВИДШЕ ПОЗБУТИСЯ ПЕВНОГО ГРІХА ЧИ ВАДИ

Настанова перша: Щоразу, скоївши певний гріх чи піддавшись певній ваді, треба прикласти руку до грудей, виявляючи жаль з приводу свого падіння. Так можна робити навіть на людях, не привертаючи нічийої уваги.

[28] *Настанова друга:* Оскільки перша графа g призначена для першого іспиту сумління, а друга – для наступного, то перед сном слід порівняти їх і подивитися, чи досягнуто виправлення між цими двома іспитами.

[29] *Настанова третя:* Потрібно другий день порівняти з першим, тобто два іспити сумління першого дня – з двома іспитами другого дня, щоб побачити, чи є поступ у виправленні.

[30] *Настанова четверта:* Кожен тиждень треба порівнювати з попереднім, аби побачити, чи є поступ між ними.

[31] Слід зазначити, що перше велике G згори означає неділю, друге мале g – понеділок, третє – вівторок, і т.д.

G _____
 g _____
 g _____
 g _____
 g _____
 g _____
 g _____

[32] ЗАГАЛЬНИЙ ІСПИТ СУМЛІННЯ,
ЯКИЙ ДОПОМАГАЄ ОЧИСТИТИСЯ І КРАЩЕ ВИСПОВІДАТИСЯ

Припускаємо, що в нас живуть три різновиди думок, а саме: перший – думки, породжені суто нашою волею та бажанням; два ж інші приходять до нас ззовні, один – від доброго духа, другий – від злого.

[33] Думки

Існують два способи сподобитися ласки, пов'язані зі злими думками, що приходять ззовні. По-перше, коли до нас приходять думка скоїти головний гріх, а ми негайно її відкидаємо, цю думку відразу подолано.

[34] По-друге, коли у нас з'являється та ж погана думка, ми опираємося їй, проте вона приходиться знову і знову, та ми постійно поборюємо її, аж доки не візьмемо над нею гору. Це другий спосіб, гідний ще більшої ласки.

[35] Чинимо легкий гріх, коли думка про те, щоб скоїти головний гріх, приходиться до нас, а ми прислухаємося до неї, якийсь час приділяємо їй увагу чи черпаємо з неї якусь чуттєве задоволення, або ж не надто поспішаємо її відкинути.

[36] Є два способи скоїти головний гріх. Перший: погоджуємося зі злою думкою, маючи намір здійснити задумане відразу або щойно це буде можливо.

[37] Другий: справді здійснюємо те, до чого спонукає зла думка; такий гріх ще важчий за попередній з трьох причин: по-перше, тому, що довше перебуваємо під впливом зла; по-друге, грішимо інтенсивніше; по-третє, завдаємо більшої шкоди і собі, й іншим.

[38] Слова

Не слід присягатися ні Творцем, ні створінням, хіба лишень це потрібно для підтвердження істини, з необхідності чи з благоговінням. Під необхідністю маємо на увазі ті випадки, коли присяга підтверджує не будь-яку істину, а тільки ту, що має вагомий значення для добра чи то душі, чи тіла, чи теж для дочасних благ. Благоговіння ж вимагає, щоб ім'я Творця нашого і Господа вимовлялося з належним піднесенням та пошануванням.

[39] Варто відзначити, що хоч у випадку легковажної присяги грішимо більше, присягаючись Творцем, а не створінням, однак ж, з іншого боку, дотримуючись викладених вище умов стосовно істини, необхідності та благоговіння, присягатися створінням важче, ніж Творцем; це пояснюється такими причинами:

По-перше, коли присягатися створінням, то вже саме йменування створіння при засвідченні істини не викликає у нас ні тієї уваги, ні обачності, які зазвичай властиві присязі в ім'я Господа і Творця всього суцього.

По-друге, присягаючись в ім'я створіння, важче віддати шану Творцеві, ніж присягаючись іменем самого Творця і Господа, позаяк проголошення імени Господа Бога нашого спонукає до благоговіння і пошанування більше, ніж проголошення імени створіння. Відтак присягатися створінням бажано радше особам досконалішим у духовному сенсі, ніж тим, хто ще не сягнув відчутного поступу на цьому поприщі, оскільки досконаліші завдяки постійному спогляданню та просвітленню розуму більше звикли помічати, вшановувати і споглядати Бога, присутнього у кожному створінні своєю сутністю, присутністю та силою.

Тому, присягаючись створінням, вони більше здатні і підготовані віддати у присязі шану Богові, ніж люди недосконалі.

По-третьє, постійні присяги в ім'я створіння приводять недосконалих до небезпеки ідолопоклонства швидше, ніж досконалих.

[40] Не слід марнословити, себто говорити слова, які нікому – ні тому, хто їх говорить, ні іншим – не приносять користі й узагалі такої користі не передбачають. Відповідно, слова, які приносять користь або, на думку того, хто ці слова говорить, мають її приносити, чи то душі, чи тілу, чи дочасним добрам співрозмовників, не є марними, хоч би навіть мова йшла про речі, безпосередньо з їхнім становищем у житті не пов'язані, коли, наприклад, монах говорить про війну чи торгівлю. Проте в усьому цьому є заслуга, якщо слова спрямовано на добро, і гріх – якщо їх говорять зі злого метою або ж узагалі безцільно.

[41] Не можна наговорювати на інших, завдаючи шкоди їхній репутації. Якщо привселюдно оголошуємо про головний гріх іншої людини, не відомий загалу, то самі чинимо головний гріх; якщо розповідаємо про чийсь легкий гріх, то самі такого гріха припускаємося; якщо ж розкриваємо чийсь ваду, то у такий спосіб виставляємо напоказ ваду власну. Якщо ж маємо добрі наміри, то можна говорити про гріхи чи вади іншого у двох випадках.

По-перше, якщо йдеться про гріх, відомий широкому загалу, як-от про гріх відомої повії; про гріх, доведений у суді; або ж про громадську хибу, що отруєє душі тих, хто живе поряд із нами.

По-друге, коли таємний гріх виявляється особі, яка може допомогти тому, хто згрішив, виправитися. Однак у цьому випадку треба мати певність або вагомі підстави сподіватися, що така допомога принесе користь грішникові.

[42] Вчинки

Тут треба скористатися десятьма Божими заповідями, церковними заповідями та офіційними вказівками наших зверхників. Будь-що, вчинене всупереч цим трьом різновидам зобов'язань, є гріхом важчим чи легшим, залежно від суті скоєного. Під офіційними вказівками зверхників маються на увазі, приміром, булли про хрестові походи та інші відпустові грамоти, як-от ті, що даруються “заради примирення” за умови сповіді та причастя. Неабиякий гріх чинить той, хто виступає чи спонукає інших виступати проти цих благочесних повчань та вказівок наших зверхників.

[43] СПОСІБ ЗДІЙСНЕННЯ ЗАГАЛЬНОГО ІСПИТУ СУМЛІННЯ, ЩО СКЛАДАЄТЬСЯ З П'ЯТИ ПУНКТІВ

Пункт перший. Подякувати Господу Богу за всі отримані ласки.

Пункт другий. Попросити про ласку розпізнати свої гріхи і позбутися їх.

Пункт третій. Вимагати від своєї душі звіту насамперед про думки, потім про слова, а тоді про вчинки, подумки переглядаючи годину за годиною або одну пору дня за іншою, від моменту пробудження до хвилини поточного іспиту, у тому ж порядку, що й під час часткового іспиту [25].

Пункт четвертий. Попросити у Господа Бога прощення за свої провини.

Пункт п'ятий. Постановити собі, з Його ласки, виправитися. Насамкінець промовити “Отче наш”.

[44] ЗАГАЛЬНА СПОВІДЬ І ПРИЧАСТЯ

Той, хто хоче під час здійснення Духовних вправ скласти загальну сповідь, поміж іншими плодами здобуде від неї і такі три:

По-перше, хоч особа, яка сповідається щороку, не зобов'язана складати загальну сповідь, проте отримає більшу користь, якщо все ж зробить це, бо відчуває сильніший жаль через всі гріхи та погані вчинки, скоєні протягом цілого життя.

По-друге, оскільки під час Духовних вправ людина глибше пізнає свої гріхи і краще усвідомлює всю їхню огидність, аніж в інший час, коли вона не так переймається духовними справами, така сповідь, здійснена з більшим розумінням і більшою скрухою, принесе їй більшу користь та заслугу, ніж попередні сповіді.

По-третє, внаслідок такої кращої сповіді людина краще підготується до того, щоби гідно прийняти таїнство Євхаристії, яке не тільки допомагає нам уникати гріха, але й сприяє зростанню благодати. Загальну сповідь найкраще складати безпосередньо після вправ Першого тижня.

[45] ВПРАВА ПЕРША

РОЗВАЖАННЯ ЗА ДОПОМОГОЮ ТРЬОХ СИЛ ДУШІ НАД ПЕРШИМ, ДРУГИМ І ТРЕТИМ ГРІХОМ КРІМ МОЛИТВИ ПРИГОТУВАННЯ ТА ДВОХ ВПРОВАДЖЕНЬ МІСТИТЬ ТРИ ГОЛОВНІ ПУНКТИ І БЕСІДУ

[46] У *Молитві приготування* просимо у Господа Бога ласки скерувати всі наші наміри, вчинки і діяння виключно на служіння Його Божій Величі та її прославу.

[47] *Впровадження перше* – це витворення в уяві певного місця. Тут треба зазначити таке: якщо споглядання чи розважання стосується чогось видимого, наприклад, подій із життя Господа нашого Ісуса Христа, то таке витворення полягатиме у тому, що ясно і чітко уявимо собі місце, де відбулася подія, яку хочемо споглядати, приміром, храм або гору, де перебуває Ісус Христос чи Пресвята Діва, відповідно до теми розважання. Якщо ж споглядання чи розважання торкається речей абстрактних і невидимих, як-от, у даному випадку, гріхів, то витворення місця полягатиме у наступному: уявляємо свою душу, ув'язнену у тлінному тілі, а ціле своє єство, складене з душі й тіла, – вигнанцем у цій долині сліз серед лютих звірів.

[48] У *другому впровадженні* просимо у Господа Бога того, чого хочемо і бажаємо, відповідно до теми. Приміром, споглядаючи Воскресіння, треба просити радості у єдності з Христом, що в радості перебуває; споглядаючи Страсті Христові, просимо болю, сліз і страждань разом із стражденним Христом. У цьому ж випадку слід просити, щоб нас пройняло замішання і сором за себе, коли бачимо, скільки людей було осуджено всього лишень через один головний гріх, і скільки разів ми самі заслужили вічного осуду через свої головні гріхи.

[49] *Примітка*. Перед кожним спогляданням чи розважанням треба промовити ту ж молитву приготування, яка ніколи не змінюється, а також провести обидва згадані вище впровадження, часом змінюючи їх залежно від теми розважання чи споглядання.

[50] *Пункт перший*. Відновити собі у пам'яті перший гріх, себто гріх ангелів; далі скористатися розумом, аби обміркувати його; а тоді, врешті-решт, застосувати свою волю, щоб усе це запам'ятати й осягнути, а відтак викликати у себе ще більший сором та замішання, порівнюючи всі свої гріхи з одним-єдиним гріхом ангелів; якщо тільки за один гріх їх запроторено до пекла, то скільки ж разів ми заслужили цього за всі свої гріхи! Інакше кажучи, пригадати собі гріх ангелів: як їх було створено в Божій благодаті, та вони, не бажаючи скористатися властивою їм свободою, щоб поклонятися та коритися своєму Творцеві і Господу, впали в гординю, змінили благодать на злобу й були звергнуті до пекла. Далі треба, послуговуючись розумом, детальніше над цим розміркувати, а тоді за допомогою волі викликати у себе глибші почуття.

[51] *Пункт другий*. Робити те саме, тобто застосовувати три сили душі для розважання над гріхом Адама і Єви. Треба пригадати, яку довгу покуту за свій гріх вони відбули, і якої величезної шкоди завдав цей гріх людському родові, і скільки людей пішло до пекла. Знову ж таки, іншими словами: згадати другий гріх, скоєний нашими прабатьками: як у Дамаській долині було створено Адама, а тоді поселено у земнім раю; як із його ребра створено Єву; як їм було заборонено їсти плоди з дерева пізнання добра і зла та як вони їли їх і згрішили; як потому, зодягнуті у шкури й вигнані з раю, ціле життя прожили у важкій праці та постійному покаянні, позбавлені первісної справедливості, що її втратили. Далі потрібно детальніше над цим розважити, скориставшись розумом, а тоді застосувати волю, як уже було сказано вище.

[52] *Пункт третій.* Зробити те саме стосовно третього гріха, тобто певного гріха будь-якої людини, яка через один головний гріх пішла до пекла, а також безлічі інших людей, які пішли туди за гріхи менші, ніж скоєні нами. Себто, стосовно цього третього певного гріха треба зробити те саме: пригадати собі вагомість і зло, властиве гріхові, вчиненому супроти свого Творця і Господа; скориставшись розумом, розважити, що того, хто згрішив і діяв всупереч нескінченній доброті, справедливо засуджено на вічну кару. Насамкінець треба застосувати волю, про що вже мовилося раніше.

[53] *Бесіда.* Потрібно, уявивши собі Христа, Господа нашого, розп'ятого на хресті, вступити з Ним у бесіду й запитати, як Він, Творець, зійшов до того, що став людиною і заради наших гріхів від вічного життя перейшов до земної смерті, яку прийняв таким чином. Подібно, звертаючись до себе самого, треба запитати: Що я зробив для Христа? Що роблю для Нього? Що маю для Нього зробити? І так, дивлячись, як Він страждає, розп'ятий на хресті, слід розважити над усім, що спаде нам на думку.

[54] Бесіду, власне, потрібно провадити так, як один приятель говорить до іншого або як слуга говорить до свого пана – то прохаючи про якусь ласку, то звинувачуючи себе у якомусь поганому вчинку, то звіряючи свої турботи і запитуючи поради. Насамкінець слід промовити “Отче наш”.

[55] ВПРАВА ДРУГА

РОЗВАЖАННЯ ПРО СВОЇ ГРІХИ ПІСЛЯ МОЛИТВИ ПРИГОТУВАННЯ І ДВОХ ВПРОВАДЖЕНЬ МІСТИТЬ П'ЯТЬ ПУНКТИВ І БЕСІДУ

Молитва приготування та сама.

Впровадження перше полягає у такому ж мисленному витворенні місця.

Впровадження друге. Просимо про те, чого хочемо; тут потрібно просити великого та глибокого душевного болю та сліз за свої гріхи.

[56] *Пункт перший.* Укласти звіт про свої гріхи. Треба пригадати собі всі гріхи, скоєні впродовж цілого життя, переглядаючи їх рік за роком або період за періодом. Тут стануть у пригоді три речі: по-перше, варто уявити собі місцевість чи дім, де ми жили; по-друге, відносини, що їх підтримували з іншими; по-третє, працю, якою займались.

[57] *Пункт другий.* Зважити ці гріхи, вдивляючись у гидоту та злобу, які несе в собі кожен головний гріх, хоч би й не був заборонений.

[58] *Пункт третій.* Замислитися над собою, вибираючи порівняння, які спонукатимуть нас до упокорення:

По-перше, хто я такий у порівнянні з іншими людьми?

По-друге, хто вони такі у порівнянні з усіма ангелами і святими на небі?

По-третє, що таке все суще створіння у порівнянні з Богом і ким у порівнянні з Ним буду я?

По-четверте, слід поглянути на зіпсованість та огидність власної плоті.

По-п'яте – уявити себе раною та виразкою, з якої виплило стільки важких гріхів, злих учинків та мерзотної отрути.

[59] *Пункт четвертий.* Розважити, ким є Бог, супроти якого ми згрішили, міркуючи про притаманні Йому досконалі якості і порівнюючи їх із протилежними якостями, властивими нам: Його мудрість – з нашим невіглаством; Його всемогутність – з нашою слабкістю; Його справедливість – з нашою підлістю; Його доброту – з нашою злобою.

[60] *Пункт п'ятий.* Вигук зачудування, породжений глибокими почуттями. Розмірковуємо про всі створіння і дивуємось, як вони залишили нам життя та ще й оберігали його; про ангелів, які, хоч і є мечем Божої справедливості, терпіли нас, обороняли і молилися за нас; про святих, які заступалися за нас у своїх молитвах; про небо, сонце, місяць, зорі, стихії; про плоди, птахів, риб і тварин; про землю, яка чомусь не розступилася і не поглинула нас, створивши нове пекло, де ми були б приречені на вічні страждання.

[61] Завершити вправу треба *бесідою* про милосердя, розмовляючи з Господом Богом, дякуючи Йому за те, що зберіг мені життя аж до цього часу, та постановляючи з допомогою Його благодаті виправитися у майбутньому. В кінці промовляємо “Отче наш”.

[62] ВПРАВА ТРЕТЯ

ПОВТОРЕННЯ ПЕРШОЇ І ДРУГОЇ ВПРАВ З ТРЬОМА БЕСІДАМИ

Після молитви приготування і двох впроваджень треба повторити першу і другу вправи, зупиняючись і затримуючись на тих пунктах, у яких відчуваємо більшу втіху, спустошеність чи взагалі сильні духовні переживання. Потому слід в описаний нижче спосіб здійснити три бесіди.

[63] *Бесіда перша* – з Пресвятою Дівою, благаючи її випросити для нас у свого Сина ласку стосовно таких трьох речей: По-перше, щоб ми отримали здатність до внутрішнього пізнання своїх гріхів і відчули відразу до них; По-друге, щоб ми осягнули безладність своїх вчинків і, прикро вражені нею, змінилися й виправилися; По-третє, щоб ми пізнали світ і, відчувши відразу до нього, відкинули все світське та суетне. Потому промовляємо “Богородице Діво”.

Бесіда друга – з Сином Божим, прохаючи Його здобути для нас зазначені вище три речі у Бога Отця. Закінчуємо молитвою “Душе Христова”.

Бесіда третя – з Богом Отцем, прохаючи Його самого зіслати нам ті ж три дари. Насамкінець промовляємо “Отче наш”.

[64] ВПРАВА ЧЕТВЕРТА

ПОВТОРЕННЯ ТРЕТЬОЇ

Повторювати треба, щоб розум, не відволікаючись від теми й опираючись на пам'ять, розмірковував про все те, що розважалося у попередніх вправах. Завершити цю вправу слід тими ж трьома бесідами.

[65] ВПРАВА П'ЯТА

РОЗВАЖАННЯ ПРО ПЕКЛО

ПІСЛЯ МОЛИТВИ ПРИГОТУВАННЯ І ДВОХ ВПРОВАДЖЕНЬ МІСТИТЬ П'ЯТЬ ПУНКТИВ І БЕСІДУ

Молитва приготування та сама.

Перше впровадження полягає у витворенні місця. Тут уявляємо собі довжину, ширину і глибину пекла.

Впровадження друге. Просимо про те, чого хочемо; тут потрібно просити внутрішнього осягнення страждань, що їх зазнають засуджені, щоби принаймні страх перед покаранням утримував нас від гріха, якщо вже ми, з огляду на свої провини, забули про любов до Господа Бога.

[66] *Пункт перший.* Уявити собі велетенські язика полум'я і душі, які, так би мовити, ув'язнені в охоплених вогнем тілах.

[67] *Пункт другий.* За допомогою уяви почути лемент, стогін, крики і богохульства супроти нашого Господа і Його святих.

[68] *Пункт третій.* Відчути запах диму, сірки, розкладу і гнилизни.

[69] *Пункт четвертий.* Відчути смак гіркоти пекла – сліз, скорботи та докорів сумління.

[70] *Пункт п'ятий.* Відчути на дотик, як полум'я охоплює душі і спалює їх.

[71] *Бесіда з Христом, Господом нашим:* Пригадуємо собі душі, що перебувають у пеклі; одні тому, що не вірили у пришествя Христа, інші через те, що, хоч і вірили, та не дотримувалися Його заповідей. Ці душі розділяємо на три групи:
Перша – ті, що загинули перед пришествям Христа;
Друга – ті, що загинули під час Його земного життя;
Третя – ті, що загинули після Його перебування у цьому світі. Тут таки треба дякувати Христові за те, що Він не допустив, аби ми, закінчивши своє життя, потрапили до якоїсь із цих груп. Також дякуємо Йому за те, що Він аж до цього дня ставився до нас із такою великою добротою та милосердям. На завершення бесіди промовляємо “Отче наш”.

[72] *Заувага.* Перша вправа виконується опівночі; друга – вранці, після того, як прокинемось; третя – перед Літургією або після неї, але завжди перед обідом; четверта – під час Вечірні; п'ята – за годину перед вечерею. Такого розпорядку потрібно більш чи менш точно дотримуватися впродовж усіх чотирьох тижнів, оскільки той, хто виконує вправи, може витримати не більше п'яти вправ чи й менше, з огляду на свій вік, здоров'я, силу та налаштування душі.

[73] **ДОДАТКОВІ ВКАЗІВКИ СПРИЯЮТЬ КРАЩОМУ ВИКОНАННЮ ВПРАВ І УСПІШНІШОМУ ВІДНАЙДЕННЮ ТОГО, ЧОГО ПРАГНЕМО**

Вказівка перша. Перед тим, як заснути, вклавшись до ліжка, потрібно протягом часу, достатнього, щоб один раз промовити “Богородице Діво”, поміркувати про те, о котрій годині маємо піднятися і для чого; також перегляньмо подумки ту вправу, яку виконуватимемо.

[74] *Вказівка друга.* Прокинувшись, слід відкинути сторонні думки й одразу скерувати свою увагу на те, про що розважатимемо опівночі під час першої вправи, пробуджуючи в собі сором за численні гріхи і наводячи такі приклади: ось лицар стоїть перед королем та всім його почтом, засоромлений і збентежений, адже тяжко завинив перед своїм володарем, від якого отримав було стільки дарів та ласк... Подібним чином під час другої вправи треба уявити себе великим грішником, закованим у кайдани, якого ось-ось поставлять перед щонайвищим вічним Суддею; для порівняння можна пригадати в'язнів, що заслуговують

смертної кари і стоять в кайданах перед земним суддею. Одягаючись, займатиму свій розум такими-ото думками або й іншими, залежно від теми розважання чи споглядання.

[75] *Вказівка третя.* Перед тим, як розпочати споглядання чи розважання, потрібно на кілька хвилин, достатніх, аби промовити “Отче наш”, зупинитися неподалік від визначеного для цієї вправи місця і підвестися розумом та подумати про те, що Господь Бог стежить за кожним моїм кроком, а тоді поклонитися чи виразити своє смирення у якийсь інший спосіб.

[76] *Вказівка четверта.* Розпочинати споглядання треба чи то навколішки, чи розпростершись долі, чи лежачи горілиць, чи сидячи, чи стоячи, а проте завше спрямовуючи свої думки на пошуки того, що прагну осягнути. При цьому варто звернути увагу на дві речі: по-перше, якщо знайдемо те, що шукаємо, стоячи навколішки або лежачи, то не слід змінювати позу. По-друге, якщо у якійсь частині вправи знайдемо те, що шукаємо, то треба затриматися у цьому місці, аж доки не сягнемо повного вдоволення, анітрохи не переймаючись тим, щоб рухатися далі.

[77] *Вказівка п'ята.* Закінчивши вправу, потрібно протягом чверті години, сидячи або ходячи туди й сюди, розібрати щойно здійснене споглядання чи розважання. Якщо воно було невдалим, то слід шукати причини цього, а знайшовши їх – виявити жаль, аби виправитися у майбутньому; якщо ж воно пройшло вдало, то треба подякувати Господу Богові і наступного разу дотримуватися того ж способу.

[78] *Вказівка шоста.* Не слід думати про приємне та радісне, як-от про небесну славу, Воскресіння і таке інше, адже, якщо хочемо відчувати біль, скруху та сльози з приводу своїх гріхів, то кожна радісна думка перешкоджатиме цьому. Натомість треба зосередити увагу на відчутті жалю та скорботи, думаючи радше про смерть і суд.

[79] *Вказівка сьома.* З цією ж метою треба позбутися денного світла, позачинявши вікна та двері, коли перебуваємо в кімнаті, за винятком тих моментів, коли читаємо молитви або їмо.

[80] *Вказівка восьма.* Не слід ані сміятися, ані говорити речей, що викликають сміх.

[81] *Вказівка дев'ята.* Погляд треба тримати опущеним, хіба що з кимось зустрічаємось чи прощаємось зі співрозмовником.

[82] *Вказівка десята.* Тут ідеться про покаяння, яке ділиться на внутрішнє і зовнішнє. Внутрішнє покаяння – це щирий жаль з приводу своїх гріхів і тверда постанова більше не грішити ні в цей, ні у будь-який інший спосіб. Зовнішнє покаяння є плодом внутрішнього і полягає у покаранні чи то пак покуті за скоєні гріхи; здійснюється воно головно трьома способами, описаними нижче.

[83] Перший спосіб стосується їжі. Варто зазначити, що, відмовляючись від надмірностей, ми, властиво, практикуємо не покаяння, а помірність. Спокутуючи гріхи, варто відмовлятися від того, що зазвичай надмірним не вважається; і чим більше так чинитимемо, тим кращою буде наша покута, за умови, що це не завдасть шкоди нашому організмові, спричинивши надмірну слабкість чи хворобу.

[84] Другий спосіб пов'язаний зі сном. Знову ж таки, відмова від зайвих зручностей ще не означає покаяння. Та якщо позбавлятимемо себе звичайного сну, і що більше, то краще, це вже буде покутою, якщо лишень при цьому не завдаємо собі шкоди і не призводимо до ослаблення організму. Відтак не можна позбавляти себе необхідного сну, хіба що для того,

аби поступово звикнути до відповідної міри, якщо хтось має погану звичку спати надто довго.

[85] Третій спосіб торкається тіла, якому треба завдавати болю, носячи волосяницю, мотузки або залізні ланцюги, бичуючи себе, завдаючи собі ран чи умертвляючи своє тіло у якийсь інший спосіб.

[86] *Примітка.* Найбільш відповідними та безпечними видаються ті способи покутування, які завдають болю плоті, а не костям, спричиняючи таким чином страждання, та не хворобу. Тому найкраще використовувати тонкі мотузки, які викликають тільки зовнішній біль, аніж інші способи, котрі можуть призвести до серйозної внутрішньої хвороби.

[87] *Заувага перша.* Слід зазначити, що зовнішнє покаяння здійснюється головню для того, аби досягнути такої потрібної мети: по-перше, аби спокутувати гріхи, скоєні в минулому; по-друге, щоб перемогти самих себе; себто, щоб чуттєва частина нашої природи підкорилася розуму, а всі тілесні чуття – чуттям вищим; По-третє, щоби випросити й отримати бажану ласку чи дар, як-от скорботу і скруху через свої гріхи або ж щедрі сльози через них; чи через страждання, що їх Господь наш Ісус Христос зазнав під час своїх Страстей; чи також заради того, щоби вирішити якісь сумніви, які відчуваємо.

[88] *Заувага друга.* Перша й друга додаткові вказівки стосуються тільки тих вправ, які виконуються опівночі й рано-вранці четверту ж вказівку ніколи не слід застосовувати в церкві у присутності інших, а лишень на самоті, у себе вдома тощо.

[89] *Заувага третя.* Коли той, хто виконує вправи, не може здобути того, чого прагне, як-от сліз, втіхи чи чогось іншого, то варто внести якісь зміни у спосіб приймання їжі чи сну або в тому, що стосується покаяння; наприклад, здійснювати покуту протягом двох-трьох днів, а в наступні два чи три дні відпочивати. Поза тим, одним людям корисніше каятися більше, тоді як іншим – менше. Також часто трапляється, що ми ухиляємося від покути через любов до свого тіла і хибно вважаємо, що людина не може витримати таку покуту без значної шкоди для свого здоров'я. Часом же, навпаки, завдаємо собі надмірної покути, гадаючи, що тіло все знесе. Тому Господь Бог, який знає наше єство безконечно краще, ніж ми самі, через такі зміни часто дає нам зрозуміти, що найкраще для нас підходить.

[90] *Заувага четверта.* Частковий іспит сумління потрібно здійснити для того, щоб уникнути помилок та недбалости у вправах та у використанні додаткових вказівок. Так слід чинити і під час Другого, Третього і Четвертого тижня.

ТИЖДЕНЬ ДРУГИЙ

[СПОГЛЯДАННЯ ЦАРСТВА ІСУСА ХРИСТА]

[91] ЗАКЛИК ЦАРЯ ЗЕМНОГО, ЩО СПРИЯЄ СПОГЛЯДАННЮ ЖИТТЯ ЦАРЯ ПЕРЕДВІЧНОГО

Молитва приготування – та ж, що й звичайно [46].

Перше впровадження – це витворення в уяві місця. Тут перед нашим мисленним поглядом мають постати ті синагоги, селища та фортеці, які минав, проповідуючи, Ісус Христос.

Впровадження друге. Просимо тієї ласки, якої бажаємо. Тут слід просити у Господа ласки, щоб ми не залишалися глухими до Його заклику, а були натомість готовими й охочими виконувати Його найсвятішу волю.

[92] *Пункт перший.* Уявити собі якогось земного царя, вибраного самим Господом Богом, що його мають шанувати і слухатися всі християнські князі й увесь християнський люд.

[93] *Пункт другий.* Спостерігати, як цей цар промовляє до своїх підданих такими словами: “Ось моя воля – здобути всі землі невірних. Отож, тому, хто захоче піти зі мною, доведеться вдовольнитися тією ж їжею, тим же питтям і тим же одягом, що й мені. Рівно ж він повинен буде працювати зі мною вдень і чувати вночі, та й у інших справах зі мною перебувати, щоб потім розділити мою звитягу, як ділив було труди”.

[94] *Пункт третій.* Подумати, як мали б відповісти вірні піддані такому щедрому і доброму цареві; той же, хто не відгукнувся б на його заклик, заслужив би на загальний осуд і вважався б негідним лицарем.

[95] ДРУГА ЧАСТИНА ВПРАВИ

ПОЛЯГАЄ У ЗАСТОСУВАННІ НАВЕДЕНОГО ВИЩЕ ПРИКЛАДУ ЗЕМНОГО ЦАРЯ ДО ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА ВІДПОВІДНО ДО ЩОЙНО ЗГАДАНИХ ПУНКТІВ

Пункт перший. Якщо заклик земного царя до своїх підданих вартий неабиякої уваги, то наскільки ж глибокої уваги заслуговує Господь наш Ісус Христос, Цар Предвічний, який закликає увесь світ, що зібрався перед Ним, і кожного зокрема такими словами: “Воля Моя – покорити цілий світ і всіх Моїх ворогів, і так увійти у славу Отця Мого. Тож той, хто побажає йти за Мною, має зі Мною трудитися, щоб, розділивши Мої страждання, розділити і Мою славу.”

[96] *Пункт другий.* Розважити про те, що всі, кому властиві розсудливість і розум, повністю віддадуться такій праці.

[97] *Пункт третій.* Ті ж, хто забажає виявити ще більшу відданість і відзначитися в усілякому служінні Предвічному Цареві та Володарю всесвіту, не тільки цілковито віддатуться праці, але й підуть ще далі і, виступивши супроти своєї людської чуттєвості та плотської любови до себе і до світу, принесуть жертву ще ціннішу та вагомішу, промовивши:

[98] “Предвічний Володарю всього суцього, ось я, з ласки Твоєї і з поміччю Твоюю, складаю жертву перед лицем Твоєї безконечної Доброти, і перед преславною Твоюю Матір’ю, і перед небесним сонмом усіх Твоїх святих. Хочу і бажаю – таке моє добре обдумане рішення, якщо лишень це сприятиме примноженню Твоєї слави та кращому служінню Тобі, – наслідувати Тебе у тому, щоби зносити всі кривди, й усю зневагу, й усіляку вбогість, як дійсну, так і

духовну, якщо Твоя Найсвятіша Велич зволить обрати мене та долучити до такого способу життя та стану.”

[99] *Примітка перша.* Вправу слід виконати двічі, зранку, прокинувшись, і перед обідом або вечерею.

[100] *Примітка друга.* Під час другого і наступних тижнів вельми корисно читати “Наслідування Христа”, Євангелія або житія святих.

[101] ДЕНЬ ПЕРШИЙ СПОГЛЯДАННЯ ПЕРШЕ ПРО ВОПЛОЧЕННЯ ПІСЛЯ МОЛИТВИ ПРИГОТУВАННЯ МІСТИТЬ ТРИ ВПРОВАДЖЕННЯ, ТРИ ПУНКТИ ТА БЕСІДУ

Молитва приготування – звичайна.

[102] Під час *першого впровадження* переглядаємо історію того, що споглядатимемо; в цьому випадку слід уявити собі, як три Божі Особи спозирали простори цілого світу, переповнені людьми, і, побачивши, що всі ці люди прямують до пекла, постановили у своїй вічності, що Друга Особа стане людиною, аби спасти людський рід. І так, коли настала повнота часів, послали архангела Гавриїла до Пресвятої Діви [262].

[103] *Друге впровадження* полягає у витворенні в уяві місця. Тут маємо спершу уявити собі велетенський обшир світу, заселеного численними і різноманітними народами, а тоді перед нашим мисленним поглядом повинен постати дім і світлиця Пресвятої Діви у місті Назареті, що в Галилеї.

[104] *Впровадження третє.* Просимо про те, чого хочемо. Тут треба просити глибокого пізнання нашого Господа, який задля нас став людиною, щоб іще сильніше Його полюбити і точніше наслідувати.

[105] *Примітка.* Варто зазначити, що таку ж молитву приготування і такі ж три впровадження потрібно здійснювати протягом цього і наступних тижнів, як було сказано на початку, змінюючи тільки форму впроваджень відповідно до змісту споглядання.

[106] *Пункт перший.* Окремо розглянути різних людей. По-перше, слід побачити тих, що населяють земний обшир та вельми різняться між собою і одягом, і способом життя: одні – білі, інші – чорні; одні перебувають у мирі, інші – у війнах; одні плачуть, інші сміються; одні – здорові, інші – хворі; одні народжуються, інші вмирають тощо.

По-друге, треба уявити собі і поміркувати про те, як ото три Божі Особи сидять, так би мовити, на престолі своєї Божої Величі та споглядають увесь обшир світу й усі народи, що перебувають у великому засліпленні, і бачать, як люди помирають і прямують до пекла. По-третє, маємо побачити Пресвяту Діву й ангела, який її вітає, а тоді віддатися розважанню, аби почерпнути користь із побаченого.

[107] *Пункт другий.* Вслухатися у те, що говорять люди, які населяють земний обшир, себто послухати, як вони розмовляють, проклинають та богохульствують. Подібним чином почути, як Божі Особи кажуть: “Здійснимо викуплення роду людського”, і так далі. Тоді послухати, про що говорять ангел і Пресвята Діва, і насамкінець віддатися роздумам, аби почерпнути користь із їхніх слів.

[108] *Пункт третій.* Спостерігати за вчинками людей, що живуть на земних просторах: як вони ворогують між собою, убивають, йдуть до пекла тощо. Також і за діяннями Божих Осіб, які звершують пресвяте Воплочення і так далі, а тоді – за тим, що роблять ангел і Пресвята

Діва: як ангел виконує обов'язки посланця, а Пресвята Діва смиренно дякує Божій Величі. Потому віддатися роздумам, щоби почерпнути користь із кожної їхньої дії.

[109] *Бесіда*. В кінці провести бесіду; поміркувати про те, що маємо сказати трьом Божим Особам, чи Предвічному Слову, що стало плоттю, чи Пресвятій Діві, нашій Владарці.

проситимемо ласки відповідно до того, що відчуваємо у своєму серці, аби краще наслідувати воплощеного Господа нашого і йти за Ним. Наприкінці промовляємо “Отче наш”.

[110] СПОГЛЯДАННЯ ДРУГЕ ПРО РІЗДВО ХРИСТОВЕ

Молитва приготування – звичайна.

[111] *Впровадження перше*. Історія. Тут слід побожно розважити про те, як Пресвята Діва на дев'ятому місяці вагітності виїхала з Назарета і верхи на ослиці, в супроводі Йосифа та служниці, яка гнала вола, вирушила до Вифлеєма, щоб заплатити данину, накладену кесарем на всі ті землі [264].

[112] *Впровадження друге*. Витворення в уяві місця. Тут треба виобразити собі шлях від Назарета до Вифлеєма, уявляючи його довжину та ширину, рівний він був чи йшов долинами й узгір'ями. Так само потрібно оглянути в уяві те місце чи то печеру, де народився Ісус; простора вона чи маленька, низька чи висока, як її споряджено.

[113] *Впровадження третє*. Таке ж, як і у попередньому спогляданні; здійснюється у той же спосіб.

[114] *Пункт перший*. Побачити осіб, себто побачити Пресвяту Діву, Йосифа, служницю та немовля Ісуса, який щойно народився, себе уявляючи вбогим та негідним слугою; дивитися на них, споглядати їх і з усією можливою пошаною та благоговінням прислуговувати їм у їхніх потребах, так, наче ми там справді присутні. Опісля ж заглибитися у роздуми, щоби почерпнути з цього якусь користь.

[115] *Пункт другий*. Спостерігати, уважно прислухаючись до того, що вони говорять, а потім віддатися розважанню, аби почерпнути з цього користь.

[116] *Пункт третій*. Уважно дивитися, що вони роблять; споглядати, приміром, як мандрують та працюють, щоби в такій-ото крайній нужді з'явився на світ Господь, а потім, після стількох трудів, зазнавши голоду й спраги, спеки й холоду, кривди і зневаги, помер на хресті, й усе це – заради нас! Потому слід порозважати, щоб почерпнути користь для себе.

[117] *Бесіда*. Закінчити треба бесідою, як у попередньому спогляданні, а насамкінець промовити “Отче наш”.

[118] СПОГЛЯДАННЯ ТРЕТЄ ПОВТОРЕННЯ ПЕРШОГО І ДРУГОГО

Після молитви приготування і трьох впроваджень слід повторити першу і другу вправи, звертаючи увагу на певні важливіші пункти, під час яких той, хто виконує вправи, відчув якесь просвітлення, зазнав втіхи чи спустошення. Наприкінці треба так само провести бесіду та промовити “Отче наш”.

[119] *Примітка.* У цьому і в усіх подальших повтореннях слід дотримуватися того ж порядку, що й у повтореннях Першого тижня [62-64], змінюючи тільки зміст, та зберігаючи форму.

[120] СПОГЛЯДАННЯ ЧЕТВЕРТЕ

ПОВТОРЕННЯ ПЕРШОГО І ДРУГОГО У ТОЙ ЖЕ СПОСІБ, ЩО Й У ПОПЕРЕДНЬОМУ ПОВТОРЕННІ

[121] СПОГЛЯДАННЯ П'ЯТЕ

ЗАСТОСУВАННЯ П'ЯТИ ЧУТТІВ ДО ЗМІСТУ ПЕРШОГО ТА ДРУГОГО СПОГЛЯДАННЯ

Після *молитви приготування і трьох впроваджень* вельми корисно скористатися уявою і спрямувати п'ять своїх чуттів на зміст першого та другого споглядань у спосіб, викладений нижче.

[122] *Пункт перший.* У своїй уяві вдивлятися в осіб, споглядаючи й розважаючи над усіма обставинами, в яких вони перебувають; треба постаратися почерпнути з побаченого користь для себе.

[123] *Пункт другий.* Прислухатися до того, що говорять чи могли б говорити ці особи; опісля ж заглибитися у роздуми, щоби почерпнути з цього якусь користь.

[124] *Пункт третій.* Відчути запах і смак нескінченно солодкої та приємної божественности душі, її чеснот та всього іншого, відповідно до того, яку особу споглядаємо. Потім поміркувати, заглибившись у себе, щоби почерпнути користь із цього.

[125] *Пункт четвертий.* Подумки торкатися, приміром, обіймати та цілувати місця, де перебували ці особи, повсякчас намагаючись отримати з цього якусь користь для себе.

[126] *Бесіда.* Завершити бесідою, як у першому та другому спогляданні [101, 110], і промовити "Отче наш".

[ПРИМІТКИ ДО ДРУГОГО ТИЖНЯ]

[127] *Примітка перша.* Стосовно цього та наступних тижнів треба зауважити, що читати маємо тільки про ті тайни, які безпосередньо споглядатимемо. Тож не варто читати про тайни, що не стосуються споглядання, яке здійснюватимемо того дня і тієї години, щоб роздуми про одну тайну не перешкоджали роздумам про іншу.

[128] *Примітка друга.* Першу вправу [про Воплочення] треба виконувати опівночі; другу – рано вранці, після пробудження; третю – під час Літургії; четверту – під час Вечірні; п'яту – перед вечерею. Кожна з цих п'яти вправ має тривати годину. Такого порядку потрібно дотримуватися і надалі.

[129] *Примітка третя.* Слід зазначити і таке: якщо той, хто виконує вправи, сягнув похилого віку чи відзначається хворобливістю, або ще міцний, але трохи підупав силою після Першого тижня, то впродовж Другого тижня, принаймні, час від часу, йому краще не вставати опівночі, а натомість перше споглядання здійснювати вранці, друге – під час Літургії, третє – перед обідом, повторення – під час Вечірні, а застосування чуттів – перед вечерею.

[130] *Примітка четверта.* Під час Другого тижня з десяти додаткових вказівок, про які йшла мова у Першому тижні, треба внести зміни до другої, шостої, сьомої і почасти десятої. Другу додаткову вказівку [74] змінюємо так: відразу після пробудження подумати про споглядання, яка здійснюватимемо, прагнучи краще пізнати предвічне воплочене Слово, щоб краще Йому служити і йти за Ним.

Шосту [78] – так: часто пригадувати собі життя і тайни Господа нашого Ісуса Христа, починаючи від Воплочення і до того місця чи тайни, що їх споглядаємо у цей час.

Сьому [79] – так: користуватися світлом чи темрявою, гарною погодою чи поганою тією мірою, якою вважаємо це корисним для себе і помічним для віднайдення того, чого прагнемо.

Десяту [82] – так: у тому, що стосується покутування, потрібно діяти залежно від тайни, яку споглядаємо, позаяк деякі з цих тайн вимагають покути, а деякі – ні.

У такий спосіб слід із неабиякою старанністю дотримуватися всіх десяти додаткових вказівок.

[131] *Примітка п'ята.* В усіх вправах, крім тих, що виконуються опівночі і зранку, потрібно робити щось відповідне другій вказівці [74], а саме: коли зауважимо, що вже настав час для цієї вправи, то перед тим, як її розпочати, подумаймо про те, куди підемо та перед ким постанемо, і коротко перегляньмо її зміст. Потому треба, виконавши третю додаткову вказівку [75], приступити до вправи.

[132] ДЕНЬ ДРУГИЙ

На другий день за тему першого споглядання потрібно взяти Стрітєння Господнє [268], а другого – втечу у вигнання до Єгипту [269]. Стосовно двох зазначених споглядань слід виконати два повторення, а тоді – застосування до них чуттів; все це здійснюється у той же спосіб, що й попереднього дня [101-126].

[133] *Примітка.* Навіть якщо той, хто виконує вправи, почувається у силі і добре налаштований, часом корисно від другого і до четвертого дня включно змінити порядок виконання і кількість вправ; відтак одне споглядання можна виконувати на світанку, друге – під час Літургії, повторення – під час Вечірні, а застосування чуттів – перед вечерею.

[134] ДЕНЬ ТРЕТІЙ

У третій день потрібно споглядати, як дитя Ісус слухався своїх батьків у Назареті [271], а далі – як вони знайшли Його у храмі [272]. Після цього слід здійснити два повторення і застосування чуттів.

[ВИБІР]

[135] ВСТУП ДО РОЗВАЖАННЯ ПРО СТАНИ ЖИТТЯ

Ми вже розглянули приклад, що його подає нам Господь наш Ісус Христос, слухаючись своїх батьків, тобто приклад першого стану життя, який полягає у дотриманні заповідей. Також ми розглянули поданий Ним приклад другого стану, себто приклад євангельської досконалості, коли Він ото зостався у храмі, покинувши свого названого батька і рідну матір, аби повністю віддатися служінню своєму предвічному Отцеві. Продовжуючи споглядати Його життєвий шлях, почнемо тепер разом із цим ще й просити про пізнання: у якому стані чи способі життя маємо служити Божій Величі згідно з її волею? Отож, аби підготуватися до цього, в наступній вправі розглянемо як намірення Ісуса Христа, так і, на противагу їм, задуми ворога людського роду. Слід також подумати про те, як нам сягнути досконалості на тому шляху чи у тому стані, що його зволить нам вибрати Господь Бог.

[136] ДЕНЬ ЧЕТВЕРТИЙ

РОЗВАЖАННЯ ПРО ДВА СТЯГИ, один – ІСУСА ХРИСТА, найвищого Владаря нашого і Господа, а другий – Люцифера, смертельного ворога роду людського

Молитва приготування – як звичайно.

[137] *Впровадження перше.* Історія. Тут потрібно розважити про те, як Господь наш Ісус Христос скликає і хоче зібрати всіх під свій стяг, а Люцифер – під свій.

[138] *Впровадження друге.* Витворення в уяві місця. Тут слід уявити собі широченну рівнину в околицях Єрусалима, де перебуває найвищий Владар усього праведного люду, Господь наш Ісус Христос; а також іншу рівнину, в околицях Вавилона, де ворога очолює Люцифер.

[139] *Впровадження третє.* Просимо про те, чого хочемо. Тут треба просити пізнання підступних умислів провідці зла і допомоги, щоб від них уберегтися, а також внутрішнього пізнання життя праведного, яке вказує нам найвищий та істинний Владар, та ласки наслідувати Його.

[ЧАСТИНА ПЕРША – СТЯГ САТАНИ]

[140] *Пункт перший.* Уявити собі на цій вавилонській рівнині провідцю всіх ворогів, страхітливого на вигляд, який буцім сидить на престолі з вогню й диму, навіюючи жах.

[141] *Пункт другий.* Спостерігати, як він скликає незліченних злих духів та розсилає їх одних до одного міста, інших – до іншого, і так по цілому світі, не пропускаючи жодного краю, жодної місцевости, жодної людини.

[142] *Пункт третій.* Замислитися над словами, з якими він до них звертається. Велить їм накидати на всіх сіті та окуви; спершу мають спокушати людей багатством, як ото переважно й трапляється, щоби ті тим легше сягнули марної світської слави та почетей, а тоді й безмірної гордовитости. Отож, перший східець – це багатство, другий – почесні, третій – гордість; і такими ото східцями сатана приводить до всіх інших вад.

[ЧАСТИНА ДРУГА – СТЯГ ХРИСТА]

[143] Подібним чином потрібно, на противагу, вималювати собі в уяві найвищого й істинного Владаря – Господа нашого Ісуса Христа.

[144] *Пункт перший.* Побачити, як Ісус Христос, наш Господь, стоїть на величезній рівнині біля Єрусалима у скромній, проте прегарній та приємній місцині.

[145] *Пункт другий.* Спостерігати, як Господь усесвіту вибирає багатьох осіб, апостолів, учнів тощо, і розсилає їх по цілому світу сіяти зерна свого святого вчення серед усіх людей, до якого стану вони не належали б і яке становище у суспільстві не посідали б.

[146] *Пункт третій.* Порозважати над словами, з якими Господь наш Ісус Христос звертається до всіх своїх слуг і друзів, що їх посилає на це завдання, радячи їм намагатися всім допомагати, закликаючи насамперед до найдосконалішої убогости духа, а якщо це сприятиме служінню Божій Величі, яка оберє для них такий шлях, то й до не меншого ступеня вбогости зовнішньої; також до прагнення бути осудженими та зневаженими, позаяк саме це призводить до смирення. І тут теж будуть три східці: перший – убогість на противагу багатству; другий – осуд та зневага на противагу світським почесням; третій – смирення на

противагу гордості. Цими трьома східцями провадитимуть слуги Христові людей до всіх інших чеснот.

[147] *Бесіда перша* – з Пресвятою Дівою, яку благаємо випросити для нас у Сина свого і Господа ласку бути прийнятим під Його стяг, спершу в найдосконалішій убогості духа, далі ж, якщо це сприятиме служінню Божій Величі, яка обере для нас такий шлях, то й до не меншого ступеня вбогости зовнішньої; а також зносячи зневагу й образи, щоб краще Його в цьому наслідувати, якщо лишень зуміємо чинити так, не призводячи когось до гріха й утримуючись від учинків, неприємних Божій Величі. На завершення промовити “Богородице Діво”.

Бесіда друга – із Сином, благаючи Його вимолити нам цю ж таки ласку в Отця. Опісля прочитати “Душе Христова”.

Бесіда третя – вимолювати згадану ласку в самого Отця. Насамкінець промовити “Отче наш”.

[148] *Примітка*. Ця вправа виконується спершу опівночі, а потім – рано-вранці; також її слід двічі повторити, один раз під час Літургії і другий – під час Вечірні, щоразу закінчуючи трьома вказаними вище розмовами: однією з Пресвятою Дівою, другою – із Сином і третьою – з Отцем. Наступна вправа – “Про три різновиди людей” – виконується перед вечерею.

[149] **ТОГО Ж ТАКИ ЧЕТВЕРТОГО ДНЯ**

ВИКОНУЄТЬСЯ РОЗВАЖАННЯ ПРО ТРИ КЛАСИ ЛЮДЕЙ, ЩОБ ВИБРАТИ НАЙКРАЩЕ ДЛЯ СЕБЕ

Молитва приготування – як звичайно.

[150] *Впровадження перше*. Історія, тут про трьох чоловіків, типових для свого різновиду. Вони роздобули по десять тисяч дукатів, проте кожен зробив це або у нечистий спосіб, або ж не заради любови до Бога. Кожен із них прагне спасти свою душу і знайти у мирі Господа Бога, скинувши з себе тягар і позбувшись перепони, яку становить прив’язаність до набутого багатства.

[151] *Впровадження друге*. Витворення в уяві місця. Тут потрібно уявити, що стоїмо перед Господом Богом і всіма Його святими, для того, аби довідатися, що буде для Божої Доброти найприємнішим, і цього забажати.

[152] *Впровадження третє*. Просити про те, чого хочемо. Тут треба просити про ласку обрати те, що найбільше послужить славі Божої Величі та спасінню нашої душі.

[153] *Чоловік, типовий для першого різновиду*, хотів би позбутися прив’язаности до здобутих грошей, щоб у мирі знайти Бога і спастися, проте не докладає для цього зусиль навіть у годину своєї смерті.

[154] *Чоловік, типовий для другого різновиду*, також хоче позбутися такої прив’язаности, але так, щоб зберегти здобуті гроші для себе, себто прагне, аби Бог зробив так, як хоче він, не наважуючись позбутися грошей, щоб іти до Бога, хоч саме це було б для нього найкраще.

[155] *Чоловік, типовий для третього різновиду*, хоче позбутися згаданої прив’язаности так, щоб залишатися цілковито байдужим до здобутих грошей; натомість він прагне чинити з цими грішми лишень у той спосіб, до якого схилить його Господь, а також сам він вважатиме за краще для служіння Божій Величі та її прослави. Поки що ж він воліє зректися будь-якої

прив'язаности, щиро намагаючись не прагнути ані згаданих грошей, ані будь-чого іншого, якщо лишень це не пов'язано зі служінням Господу Богу, так, щоб тільки бажання краще служити Богові спонукало його взяти певну річ чи відкинути.

[156] *Бесіда*. Слід провести ті ж три бесіди, що й у попередньому спогляданні про два стяги [147].

[157] *Примітка*. Треба зазначити, що коли відчуваємо небажання та відразу до властивої убогости, або ж не байдужі до вбогости чи багатства, то подоланню такої невпорядкованої прив'язаности може неабияк допомогти прохання про це під час бесіди, хоч би й усупереч схильності нашої природи; треба, отже, просити, щоби Бог обрав нас для властивої убогости, прагнути цього, благодати і молити, але тільки якщо це сприятиме служінню Божій Величі та її прославі.

[158] ДЕНЬ П'ЯТИЙ

СПОГЛЯДАННЯ ТОГО, ЯК ГОСПОДЬ НАШ ІСУС ХРИСТОС ПОКИНУВ НАЗАРЕТ І ВИРУШИВ ДО РІЧКИ ЙОРДАН, ДЕ БУВ ОХРЕЩЕНИЙ [273]

[159] *Примітка перша*. Це споглядання виконується один раз опівночі і другий – рановранці. Поза тим його треба двічі повторити, спершу під час Літургії, а потім – під час Вечірні, а також перед вечерею провести застосування п'яти чуттів. Перед кожною з цих п'яти вправ читається звичайна молитва приготування і здійснюються три впровадження, як ото у спогляданні Воплочення [102] і Різдва [111]. Закінчити потрібно трьома бесідами, як у розважанні про три різновиди людей [147], або відповідно до примітки, поданої після зазначеного розважання [157].

[160] *Примітка друга*. Після обіду і після вечері слід проводити частковий іспит сумління стосовно помилок та недбалости у вправах та додаткових вказівках, виконаних того дня; так треба чинити й у наступні дні.

[161] ДЕНЬ ШОСТИЙ

СПОГЛЯДАННЯ ХРИСТА, ГОСПОДА НАШОГО, В ПУСТИНІ ЗА ЙОРДАНОМ, ДЕ ЙОГО СПОКУШАВ ДИЯВОЛ [274] Виконується у той же спосіб, що й вправи п'ятого дня.

ДЕНЬ СЬОМИЙ

Як святий Андрій та інші пішли за Христом, Господом нашим [275]

ДЕНЬ ВОСЬМИЙ

ПРО НАГІРНУ ПРОПОВІДЬ, ПІД ЧАС ЯКОЇ ХРИСТОС, НАШ ГОСПОДЬ, НАВЧАВ ПРО ВІСІМ БЛАЖЕНСТВ [278]

ДЕНЬ ДЕВ'ЯТИЙ

Як Христос, наш Господь, явився перед своїми учнями, ступаючи по морських хвилях [280]

ДЕНЬ ДЕСЯТИЙ

Як Христос, наш Господь, навчав у храмі [288]

ДЕНЬ ОДИНАДЦЯТИЙ

Про воскресіння Лазаря [285]

ДЕНЬ ДВАНАДЦЯТИЙ

Про Вербну неділю [287]

[162] *Примітка перша.* Відповідно до того, скільки днів той, хто виконує вправи, хоче присвятити Другому тижневі, або залежно від його поступу, споглядання цього тижня можна продовжити або скоротити в часі. Якщо споглядання продовжено, то можна долучити такі тайни: відвідання Пресвятою Дівою Єлисавети, поклоніння пастухів, обрізання Господа нашого Ісуса Христа, поклоніння трьох царів та інші. Якщо ж Тиждень скорочено, то навіть деякі тайни із визначених вище можна пропустити, оскільки, подаючи їх тут, ми наче робимо вступ і засвоюємо спосіб розважання та споглядання, щоб мати змогу пізніше розважати та споглядати краще і повніше.

[163] *Примітка друга.* Вибір потрібно розпочати зі споглядання того, як Господь виїхав із Назарета до Йордану, себто з п'ятого дня; спосіб здійснення вибору пояснено нижче [169-189].

[164] *Примітка третя.* Якщо щиро бажаємо долучитися до істинного вчення Христа, Господа нашого, то перед тим, як приступити до здійснення вибору, буде вельми корисно розглянути й обміркувати три ступені смирення, описані нижче. Над ними потрібно замислюватися час від часу впродовж цілого дня, проводячи бесіди згідно з поданими далі поясненнями [168].

[ТРИ СТУПЕНІ СМИРЕННЯ]

[165] *Перший ступінь смирення*, необхідний для вічного спасіння, полягає у тому, щоби принизитися й упокоритися якомога більше та в усьому дотримуватися Божого закону. Відтак, хоч би нас хотіли зробити володарями всього, що створено у світі, або ж ішлося про те, аби зберегти своє земне життя, то й тоді ми жодної думки не допускали б про порушення заповіді – чи то Божої, чи людської, – яка зобов'язує нас під загрозою головного гріха.

[166] *Другий ступінь смирення* є досконалішим за перший. Він зводиться до наступного: перебуваємо у такому стані духа, що вже не прагнемо до багатства радше, ніж до вбогости; до почесей радше, ніж до зневаги; до життя довгого радше, ніж до короткого, тільки б усе це однаково сприяло служінню Господу Богові і спасінню нашої душі. Щобільше, нам навіть на думку не спадає скоїти якийсь повсякденний гріх ні заради оволодіння всім створеним на землі, ні задля порятунку свого життя.

[167] *Третій ступінь смирення* – найдосконаліший; він полягає у поєднанні першого і другого ступенів; також, якщо обставини однаково сприятимуть хвалі і славі Божій, то, щоби краще наслідувати Господа нашого Ісуса Христа й більше уподібнюватися до Нього тут і тепер, прагнемо й обираємо вбогість із Христом убогим радше, ніж багатство; зневагу з Христом зневаженим радше, ніж почесі; воліємо видаватися нікчемними безумцями заради

Христа, якого вважали таким перед нами, радше, ніж славитися у світі мудрістю та проникливістю.

[168] *Примітка.* Тому, хто хоче сягнути зазначеного третього ступеня смирення, дуже корисно буде провести три бесіди з розважання про три різновиди людей, описані вище [147, 156], благаючи Господа обрати його для цього третього та найвищого ступеня смирення, щоб краще Його наслідувати і Йому служити, тільки б це однаковою чи й кращою мірою сприяло служінню Божій Величі та її прославі.

[169] ВСТУП ДО ЗДІЙСНЕННЯ ВИБОРУ

У кожному доброму виборі, наскільки це від нас залежить, око наших намірів має бути чистим і спрямованим тільки на мету, задля якої нас створено, себто на прославу Господа Бога і спасіння нашої душі. Відтак будь-який вибір маємо здійснювати лишень з огляду на цю мету, не підпорядковуючи мету засобам, а навпаки, засоби – меті. Так, приміром, багато хто вирішує спершу вступити у шлюб, а потім уже служити Господеві у шлюбі, хоча нашою метою є власне служіння Богові. Подібно й інші спочатку домагаються церковних посад, щоб уже потім служити на цих посадах Богу. Такі люди, отже, не йдуть прямо до Бога, а хочуть натомість, аби Бог сам ішов до них, погоджуючись з їхніми непорядкованими прив'язаностями, і, як наслідок, перетворюють мету на засіб, а засіб – на мету, ставлячи на перше місце те, що мало б бути на другому. Бо насамперед ми повинні пробудити в собі бажання служити Богові, позаяк саме це є нашою метою, а тоді вже бажати посад чи шлюбу, якщо це нам більше підходить, оскільки все це є лишень засобами для досягнення мети. Отож тільки служіння Господу Богу, Його прослава та вічне спасіння нашої душі має спонукати нас до того, щоб обрати або відкинути ті чи інші засоби.

[170] [РОЗВАЖАННЯ]

ДОПОМАГАЄ РОЗІБРАТИСЯ У ТОМУ, ЩО МОЖЕ БУТИ ПРЕДМЕТОМ ВИБОРУ, І СКЛАДАЄТЬСЯ З ЧОТИРЬОХ ПУНКТИВ І ОДНІСІ ПРИМІТКИ

Пункт перший. Необхідно, щоб предмет, стосовно якого маємо зробити вибір, був нам байдужий або добрий сам по собі, узгоджувався з ученням ієрархічної Церкви, нашої святої Матері, та не був для неї поганим і їй не суперечив.

[171] *Пункт другий.* Існують певні речі, обравши які, вибір змінити вже не можна, як-от священство, шлюб тощо. Що ж стосується інших речей, то тут свій вибір можна змінити; наприклад, церковну посаду можна прийняти, а можна від неї відмовитися; так само й земні блага можна прийняти або відкинути.

[172] *Пункт третій.* У випадку незмінного, раз і назавжди зробленого вибору, вибирати далі вже нічого, оскільки змінити його вже не можна; мова про шлюб, священство та інші подібні речі. Якщо такий вибір не було зроблено належним чином, тобто він відбувся у невідповідний спосіб та під впливом непорядкованих почуттів, то залишається хіба покаятися і намагатися вести добре життя у межах, визначених зробленим вибором, хоч він і не був Божим покликанням, позаяк відбувся у неналежний та нерозважливий спосіб. Багато хто помиляється, вважаючи такий ото невдалий вибір Божим покликанням, тоді як кожне Боже покликання завжди чисте і ясне, позбавлене домішок плотської чи будь-якої іншої непорядкованої прив'язаності.

[173] *Пункт четвертий.* Що стосується вибору змінного, то якщо хтось зробив такий вибір у належний і добре впорядкований спосіб, не підпорядковуючись ні плоті, ні світу, то причин здійснювати новий вибір немає. Натомість слід якомога більше змагати до досконалости в межах того вибору.

[174] *Примітка.* Втім варто зазначити, що якщо вибір, який можна змінити, не було здійснено щиро й у впорядкований спосіб, то корисно знову провести його належним чином, якщо лишень хочемо принести визначні та милі Господеві Богу плоди.

[175] ТРИ ЧАСИ, ПРИДАТНІ ДЛЯ ЗДІЙСНЕННЯ РОЗВАЖЛИВОГО І ДОБРОГО ВИБОРУ

Час перший – коли Господь Бог так зворушує та приваблює нашу волю, що побожна особа, не вагаючись і не маючи змоги вагатися, виконує те, що їй вказує Господь; так ото вчинили святі Павло і Матей, коли пішли за Христом.

[176] *Час другий* – коли отримуємо достатньо світла та пізнання через досвідчення втіхи та покинутости, а також через досвід розпізнавання різних духів.

[177] *Час третій* – коли панує спокій; міркуємо насамперед про те, задля чого народилися, а саме – для прослави Господа Бога нашого та спасіння своєї душі; далі, бажаючи сягнути цієї мети, вибираємо як засіб її досягнення певний спосіб життя у встановлених Церквою межах, щоб він сприяв нам у справі служіння Господеві та спасіння душі. Під часом, коли панує спокій, мається на увазі пора, коли душу не тривожать різні духи, і вона використовує свої природні можливості вільно і спокійно.

[178] Якщо вибір не відбувся ні у перший, ні в другий час, то нижче подано два способи його здійснення у час третій.

ПЕРШИЙ СПОСІБ ЗДІЙСНЕННЯ РОЗВАЖЛИВОГО І ДОБРОГО ВИБОРУ МІСТИТЬ ШІСТЬ ПУНКТІВ

Пункт перший. Чітко окреслити собі те, стосовно чого маємо зробити вибір, наприклад, сан чи вигідну посаду, які можемо прийняти або відкинути, чи щось інше, що підпадає під змінний вибір.

[179] *Пункт другий.* Пам'ятати про мету, задля якої нас створено, – прославу Господа Бога та спасіння своєї душі. Поза тим, слід виробити в собі безпристрастність, тобто позбутися будь-яких невпорядкованих почуттів до такої міри, щоб не бути схильним чи чуттєво налаштованим радше прийняти певну річ, аніж її відкинути, чи, навпаки, радше відкинути, ніж прийняти. Натомість потрібно перебувати посередині, наче ото стрілка на вазі, щоби бути готовим вчинити так, як вважатимемо за краще для примноження Божої слави і хвали та спасіння своєї душі.

[180] *Пункт третій.* Просити Господа Бога, щоби Він зволив спонукати нашу волю і вкласти нам у душу те, що маємо зробити у пропонуваній справі, аби якнайбільше докластися до Його хвали та прослави. Молити також про те, щоб ми зуміли добре й непомильно розважити все це за допомогою свого розуму і здійснити вибір згідно з Його найсвятішою волею.

[181] *Пункт четвертий.* Обміркувати і зважити те, скільки користи чи переваг здобудемо, виключно задля примноження Господньої слави та спасіння своєї душі, якщо приймемо пропонуваній сан чи посаду; з іншого боку, розважити також і недоліки та небезпеки, які

можуть з'явитися внаслідок цього. У той же спосіб слід обдумати й інший бік, тобто скільки переваг та користи принесла б відмова від такої пропозиції і, навпаки, які недоліки та небезпеки пов'язані з цією відмовою.

[182] *Пункт п'ятий.* Після того, як справу розглянуто та зважено з усіх боків, подивитися, до чого радше схиляється розум. Саме у такий спосіб, тобто відповідно до більшої схильності розуму, а не певної схильності чутливої людської природи, треба здійснювати вибір у такій справі.

[183] *Пункт шостий.* Зробивши вибір чи прийнявши рішення, треба цілковито віддатися молитві до Господа Бога нашого і піднести Йому здійснений вибір, щоби Божа Велич зволила прийняти його та підтвердити, якщо лишень це сприятиме кращому служінню Богові та Його прославі.

[184] ДРУГИЙ СПОСІБ ЗДІЙСНЕННЯ РОЗВАЖЛИВОГО І ДОБРОГО ВИБОРУ
МІСТИТЬ ЧОТИРИ ПРАВИЛА І ПРИМІТКУ

Правило перше. Любов, яка керує нами і спонукає нас до вибору певної речі, має сходити згори, від любови Божої, так, щоб той, хто здійснює вибір, сам попередньо збагнув, що та більша чи менша любов, яку він відчуває до предмета вибору, є виключно любов'ю до свого Творця і Господа.

[185] *Правило друге.* Уявити собі особу, якої ніколи раніше не знали і не бачили, і, бажаючи їй повної досконалости, подумати, що б ми порадили їй учинити і вибрати задля примноження Божої слави та вдосконалення її душі. Застосувавши ці поради до себе, потрібно діяти так, як порадив би іншому.

[186] *Правило третє.* Уявити себе на порозі смерти, і той спосіб та міру, що їх ми побажали б мати тоді, застосувати до вибору, який потрібно здійснити тепер, а тоді прийняти відповідне рішення.

[187] *Правило четверте.* Уявити та обміркувати, в якому стані перебуватимемо в день Божого суду, і подумати, яким би ми хотіли мати тоді свій теперішній вибір, а відтак застосувати те правило, яке хотіли б побачити дотриманим тоді, щоб відчути повне вдоволення і радість.

[188] *Примітка.* Застосувавши наведені вище правила, укладені з метою забезпечити нам спасіння та вічне вдоволення, треба здійснити свій вибір і піднести його Господу Богові, відповідно до шостого пункту першого способу здійснення вибору [183].

[189] ЗАУВАГА

СПРИЯЄ ВИПРАВЛЕННЮ ТА ЗМІНІ СВОГО ЖИТТЯ ТА СТАНУ

Що стосується тих, хто займає якусь церковну посаду або перебуває у шлюбі, то, незалежно від того, посідають вони щедроту земних благ чи ні, варто зауважити, що якщо у них немає можливості або не вистарчає волі здійснити вибір стосовно речей, які підлягають змінному виборові, то вельми корисно запропонувати їм замість вибору певний спосіб і метод виправлення та зміни свого життя і стану, визначивши, що метою їхнього створення, життя і стану є прослава та хвала Господа Бога і спасіння їхньої душі. Щоб рухатися до цієї мети і сягнути її, потрібно під час Вправ та за допомогою наведених вище способів здійснення вибору [175-188] детально розглянути своє життя: який треба мати дім і скільки осіб у ньому; як керувати своїми домашніми та наставляти і навчати їх як словом, так і власним

прикладом. Подібним чином слід обміркувати своє майнове становище: яку частину майна виділити на дім та для своїх домашніх, а яку роздати вбогим та призначити для інших побожних цілей, не прагнучи в усьому цьому нічого, крім примноження честі та слави Господа Бога нашого. Кожен має подумати про те, що сягне поступу в усіх духовних справах настільки, наскільки позбудеться любови до себе самого, власної волі та вигоди.

ТИЖДЕНЬ ТРЕТІЙ

[190] ДЕНЬ ПЕРШИЙ СПОГЛЯДАННЯ ПЕРШЕ

здійснюється опівночі Як Христос, Господь наш, вирушив із Витанії до Єрусалима на Тайну вечерю [289] містить молитву приготування, три впровадження, шість пунктів та бесіду

Молитва приготування – як звичайно.

[191] *Впровадження перше.* Історія. Тут треба пригадати, як Господь наш Ісус Христос послав двох учнів із Витанії до Єрусалима приготувати пасхальну вечерю, а потім і сам прийшов туди з іншими учнями; як, споживши разом із ними пасхального Агнця, Він після Вечері обмив своїм учням ноги і дав їм своє Пресвяте Тіло та свою Дорогоцінну Кров; як опісля, коли Юда вже пішов, аби зрадити свого Господа, виголосив прощальну проповідь.

[192] *Впровадження друге.* Витворення в уяві місця. Тут потрібно уявити собі дорогу з Витанії до Єрусалима: широка вона чи вузька, рівна чи ні, і так далі. Так само треба уявити світлицю, де відбувалася Вечеря: простора вона чи не дуже, як опоряджена.

[193] *Впровадження третє.* Просимо про те, чого хочемо. Тут слід просити про печаль, скруху і сором, оскільки власне через наші гріхи Господь іде на муки.

[194] *Пункт перший.* Побачити учасників Вечері і, заглибившись у роздуми, постаратися почерпнути з цього якусь користь.

Пункт другий. Прислухатися до того, що вони говорять, так само намагаючись почерпнути з цього якусь користь.

Пункт третій. Дивитися на те, що вони роблять, і почернути з цього якусь користь.

[195] *Пункт четвертий.* Подумати про те, як Господь наш Ісус Христос страждає у своїй людській природі чи як хоче страждати, відповідно до моменту, який споглядаємо, а тоді з великим старанням спонукати себе до скорботи, скрухи серця і сліз; так само чинити і в наступних пунктах.

[196] *Пункт п'ятий.* Звернути увагу на те, як ховається Його Божество; себто, Він міг би знищити своїх ворогів, однак не робить цього, дозволяючи своїй людській природі так жахливо страждати.

[197] *Пункт шостий.* Усвідомити, що все це Господь терпить через наші гріхи і так далі, опісля ж запитати у себе: “Що я можу зробити і витерпіти заради Нього?”

[198] *Бесіда.* Завершити бесідою з Господом нашим Ісусом Христом і насамкінець промовити “Отче наш”.

[199] *Примітка.* Слід зазначити, що, як уже почасти пояснювалося вище [54], у бесідах треба розмовляти та просити відповідно до теми, над якою розважаємо, себто залежно від того, чи відчуваємо спокусу або втіху; чи хочемо оволодіти певною чеснотою; чи досвідчуємо печаль або радість стосовно того, що споглядаємо. Просити ж слід про те, чого найбільше прагнемо у певній конкретній справі. Таким чином, можна провести одну бесіду з Господом нашим Ісусом Христом або, якщо до цього схиляє нас предмет розважання чи побожність, три бесіди: одну з Матір'ю, другу з Сином і третю з Отцем, дотримуючись способу, вказаного у

Другому тижні в розважанні про три різновиди людей [156] та в примітці до цього розважання [157].

[200] СПОГЛЯДАННЯ ДРУГЕ

здійснюється на світанку Від Тайної вечери до Гетсиманського саду включно

Молитва приготування – як звичайно.

[201] *Впровадження перше*. Історія. Тут йдеться про те, як Господь наш Ісус Христос зійшов зі своїми одинадцятьма учнями з гори Сіон, де відбулася Вечера, і вирушив у долину Йосафата; як, залишивши восьмеро з учнів на одному боці долини і ще трьох – у саду, Ісус став молитися, обливаючись кривавим потом; як, тричі помолившись до Отця, Він розбудив своїх учнів, а вороги попадали ниць, зачувши Його голос; як Юда привітав Христа, поцілувавши, а Петро відтяв Малехові вухо, яке Господь тут же повернув на місце; як Ісуса схопили, буцім розбійника, і повели назад через долину й знову під гору до дому Анни.

[202] *Впровадження друге*. Витворення в уяві місця. Тут потрібно роздивитися дорогу, яка веде від гори Сіон в долину Йосафата і далі до Гетсиманського саду: широка вона чи вузька, той має вигляд чи інший.

[203] *Впровадження третє*. Просити того, чого хочемо. Тут потрібно просити того, що пов'язане зі Страстями: скорботи разом із Христом у скорботі; скрухи серця разом із Христом стражденним; сліз та внутрішніх страждань через ті великі муки, що їх Христос прийняв заради нас.

[204] *Примітка перша*. У цьому другому спогляданні після молитви приготування та трьох вже поданих вище впроваджень потрібно дотримуватися тієї ж послідовності пунктів і бесід, що й у першому спогляданні Тайної вечери. Під час Літургії та Вечірні виконуються два повторення першого і другого споглядань, а перед вечерею – застосування до них чуттів. Розпочинати потрібно завжди з молитви приготування та трьох впроваджень, узгоджених з предметом споглядання, дотримуючись при цьому порядку, поданого і поясненого вище у Другому тижні [119, 152; див. також 72].

[205] *Примітка друга*. Залежно від віку, здоров'я та темпераменту того, хто робить вправи, потрібно щодня виконувати п'ять вправ або менше.

[206] *Примітка третя*. У цьому Третьому тижні слід частково змінити другу і шосту додаткові вказівки. Друга вказівка змінюється так: шойно прокинувшись, потрібно подумати про те, куди й навіщо йдемо, і коротко переглянути подумки споглядання, яке маємо намір здійснити, залежно від відповідної тайни; встаючи й одягаючись, треба постаратися спонукати себе до смутку та печалі з приводу великої скорботи і мук Господа нашого Ісуса Христа. Шосту вказівку потрібно змінити таким чином: не слід збуджувати у собі радісні думки, навіть добрі та святі, наприклад, про Воскресіння і небесну славу; натомість треба налаштовуватися на смуток, скорботу і скруху серця, часто пригадуючи собі Христові діяння і ті страждання та муки, що їх Він зносив від народження аж до тієї тайни Страстей, яку саме споглядаємо.

[207] *Примітка четверта*. Частковий іспит сумління стосовно вправ та вказівок, пов'язаних із цим Тижнем, слід виконувати у той же спосіб, що й у попередньому Тижні [160].

[208] ДЕНЬ ДРУГИЙ

Опівночі здійснюється споглядання подій, що відбулися від Гетсиманського саду до дому Анни включно [291]; вранці – подій від дому Анни до дому Каяфи включно [292]. Опісля потрібно провести два повторення та застосування чуттів у зазначений вище спосіб [204].

ДЕНЬ ТРЕТІЙ

Опівночі – від дому Каяфи до Пилата включно [293]; вранці – від Пилата до Ірода включно [294]; далі – два повторення і застосування чуттів у вже описаний спосіб [204].

ДЕНЬ ЧЕТВЕРТИЙ

Опівночі – від Ірода до Пилата [295], споглядаючи також половину тайн, що відбулися в домі Пилата; згодом, вранці – інші тайни, що сталися в цьому ж домі. Повторення і застосування чуттів – так, як вказано вище.

ДЕНЬ П'ЯТИЙ

Опівночі – від дому Пилата до розп'яття на хресті [296]; вранці – від підняття на хресті до смерти Господа нашого Ісуса Христа [297]; потому – два повторення та застосування чуттів, як звичайно.

ДЕНЬ ШОСТИЙ

Опівночі – від зняття з хреста до покладення до гробу включно; вранці – від поховання [298] до дому, куди пішла Пресвята Діва після похорону свого Сина.

ДЕНЬ СЬОМИЙ

СПОГЛЯДАННЯ ВСІХ СТРАСТЕЙ ГОСПОДНІХ ОПІВНОЧІ І НА СВІТАНКУ

Замість повторень і застосування чуттів слід упродовж цілого дня якомога частіше думати про те, як Пресвяте Тіло Господа нашого Ісуса Христа відділилося від душі і перебувало окремо від неї; де і як його було поховано. Також треба уявити собі, якою самотньою була у своєму горі та скорботі Пресвята Діва і, з іншого боку, учні Христа.

[209] *Примітка.* Варто зауважити, що у випадку, коли хтось забажає продовжити час, відведений для розважань над Страстями, то треба брати менше тайн для кожного споглядання. Наприклад, для першого споглядання [289] – тільки Тайну Вечерю [пункт 1]; для другого – омивання ніг [пункт 2]; для третього – дар Пресвятої Євхаристії [пункт 3]; для четвертого – прощальні слова Христа до учнів, і так далі стосовно інших споглядань і тайн. Опісля, закінчивши споглядання Страстей, слід присвятити цілий день першій їхній частині, наступний день – другій частині, а третій – перегляду всіх Страстей. Навпаки, якщо хтось захоче скоротити час, відведений для Страстей, то нехай візьме опівночі – Тайну Вечерю; на світанку – Гетсиманський сад; під час Літургії – дім Анни; під час Вечірні – дім Каяфи; перед вечерею – дім Пилата; так, щоби, пропускаючи повторення і застосування чуттів, виконувати щодня п'ять різних вправ, кожна з них поєднуючи з окремою тайною Господа нашого Ісуса Христа. Закінчивши у такий спосіб переглядати всі Страсті Господні, можна наступний день присвятити спогляданню їх у цілому, чи то в одній вправі, чи у кількох, залежно від того, що видаватиметься кориснішим.

[210] ПРАВИЛА, ЯКІ ДОПОМАГАЮТЬ ВПОРЯДКУВАТИ ПРИЙМАННЯ ЇЖІ

Правило перше. Немає особливої потреби утримуватися від хліба, позаяк ця їжа зазвичай не викликає у нас надмірної жадібності чи спокуси, на відміну від інших страв.

[211] *Правило друге.* Що стосується питва, то тут, вочевидь, слід дотримуватися більшої помірності, ніж у споживанні хліба. Тож треба уважніше обдумувати, що принесе нам користь, а що завдасть шкоди, аби, відповідно, погоджуватися на це чи відкидати.

[212] *Правило третє.* Стосовно інших страв треба притримуватися більшої та ціліснішої помірності, адже саме тут криється сильніша небезпека невпорядкованої прив'язаності до їжі та відповідних спокус. Щоб уникнути нестриманості у прийманні їжі, можна виховувати у собі помірність такими двома способами: по-перше, звикати до споживання простішої їжі, а по-друге, вживати вишуканіші страви у менших кількостях.

[213] *Правило четверте.* Чим більше обмежувати себе у прийманні звичайної їжі, остерігаючись, однаке, при цьому, щоб не занедужати, тим швидше знайдемо норму, якої слід притримуватися у їжі та питті. Так відбувається через дві причини: по-перше, тому, що той, хто у такий спосіб допомагає собі і так себе налаштовує, часто ясніше відчуває внутрішнє просвітлення, втіху та Боже натхнення, що вказують йому цю норму; а по-друге, якщо людина бачить, що внаслідок такої стриманості у неї не вистачає ні тілесної сили, ні настрою виконувати Духовні вправи, то легко визначить міру, необхідну їй для того, щоби підтримувати себе в належному стані.

[214] *Правило п'яте.* Споживаючи їжу, слід уявляти собі, як Господь наш Ісус Христос трапезує у товаристві своїх апостолів, як Він їсть, як п'є, як дивиться і як говорить, і намагатися Його наслідувати, щоб наш розум відтак зосереджувався головню на роздумах про Господа нашого і менше переймався підтриманням тіла. Так осягнемо кращий спосіб і порядок поведінки та керування собою.

[215] *Правило шосте.* Часом під час їди можна також заглибитися в інші роздуми, приміром, про життя святих, про якесь побожне споглядання чи певну духовну справу, яку треба здійснити; коли таким чином зосередитися на якійсь добрій думці, то робимося менш сприйнятливими до чуттєвого задоволення, яке приносить їжа.

[216] *Правило сьоме.* Понад усе слід остерігатися, щоб наш розум не був цілковито поглинутий їжею і щоби жадібність не перевищувала всі інші почуття. Потрібно панувати над собою як у способі споживання їжі, так і у тому, що стосується кількості спожитої страви.

[217] *Правило восьме.* Щоби позбутися невпорядкованості у споживанні їжі, вельми корисно після обіду чи вечері або у якийсь інший час, коли бажання їсти чи пити не таке сильне, встановлювати собі на найближчий обід або вечерю певну норму споживання страв, і так щодня. Яким би сильним не було бажання їсти чи спокуси, цю норму не слід перевищувати; навпаки, намагаючись подолати будь-який невпорядкований потяг до їжі та спокуси, що їх нам підсовує сатана, потрібно їсти тим менше, чим більшою є спокуси.

ТИЖДЕНЬ ЧЕТВЕРТИЙ

[218] СПОГЛЯДАННЯ ПЕРШЕ

Як Господь наш Ісус Христос з'явився перед Пресвятою Дівою [299]

Молитва приготування – як звичайно.

[219] *Впровадження перше.* Історія. Тут потрібно пригадати, як після смерти Христа на хресті Його тіло відділилося від душі, проте незмінно перебувало у єдності з Божеством; як Його благословенна душа, також з'єднана з Божеством, зійшла до пекла і, визволивши звідти душі праведників, повернулася до гробу; як відтак Христос, воскресши із мертвих, з'явився з душею і тілом перед своєю Благословенною Матір'ю.

[220] *Впровадження друге.* Витворення в уяві місця. Тут слід уявити собі святий гріб, а також місце, де стояв дім Пресвятої Діви, в тому числі окремі кімнати, молільню тощо.

[221] *Впровадження третє.* Просити про те, чого хочемо. Тут треба просити ласки радіти та веселитися з приводу такої великої слави та радості Господа нашого Ісуса Христа.

[222] *Перший, другий і третій пункти* – звичайні, такі ж, як у спогляданні Тайної Вечері Господа нашого Ісуса Христа.

[223] *Пункт четвертий.* Розважати про те, як Божество, що наче ховалося під час Страстей, тепер у такий дивовижний спосіб об'явилося у святому Воскресінні, у його істинних і пресвятих наслідках.

[224] *Пункт п'ятий.* Подумати про роль утішителя, що її бере на себе Господь наш Ісус Христос, і порівняти її з тим, як потішають одне одного друзі.

[225] *Бесіда.* Закінчити однією чи кількома бесідами, відповідно до предмета споглядання; насамкінець промовити “Отче наш”.

[226]. *Примітка перша.* У подальших спогляданнях треба пройти всі тайни Воскресіння аж до Вознесіння включно у вказаний нижче спосіб [227], зберігаючи у Тиждень, присвячений Воскресінню, ті ж форму і метод, що й у Тиждень, присвячений Страстям Господнім [204]. Отож перше споглядання – Воскресіння – має служити взірцем у тому, що стосується впроваджень, які змінюються відповідно до предмета споглядання, і п'яти пунктів, які залишаються такими ж, як щойно наведені [222-224], і додаткових вказівок, поданих нижче [229], які також не змінюються. В усьому іншому, як-от у повтореннях, застосуванні п'яти чуттів, продовженні чи скороченні споглядання тайн тощо, слід керуватися способом, що використовувався у Тижні, присвяченому Страстям.

[227] *Примітка друга.* Зазвичай у цей Четвертий тиждень корисніше, ніж у три попередні, виконувати не п'ять вправ, а чотири. Першу – зранку, невдовзі після пробудження; другу – під час Літургії або перед обідом, замість першого повторення; третю – під час Вечірні, замість другого повторення; четверту – перед вечерею, здійснюючи застосування чуттів до трьох вправ, виконаних раніше. Потрібно відзначати найважливіші місця, у яких досвідчуємо сильніше зворушення та духовну втіху, і затримуватися у них довше.

[228] *Примітка третя.* Хоч у всіх спогляданнях подано певну кількість пунктів – три, п'ять і так далі, проте той, хто здійснює споглядання, може збільшити цю кількість чи зменшити, залежно від того, що вважатиме за краще. Однак перед тим, як приступити до споглядання, надзвичайно корисно точно визначити бажану кількість пунктів, які у ньому використовуватимуться.

[229] *Примітка четверта.* У Четвертий тиждень потрібно внести зміни до другої, шостої, сьомої та десятої додаткових вказівок.

Другу додаткову вказівку змінюємо так: Щойно прокинувшись, обміркувати споглядання, яке виконуватимемо, прагнучи проїнятися веселощами і радістю з приводу Воскресіння Господа нашого Ісуса Христа [221].

Шосту – так: Пригадувати й обдумувати речі, які приносять втіху, щастя і духовну радість, як-от небесну славу.

Сьому – так: Розмірковувати про світло чи прекрасні особливості пір року, приміром, про прохолоду влітку і сонце чи тепло взимку, й усе це тією мірою, яка допоможе нам проїнятися радістю у Христі, нашому Творці та Іскупителі.

Десяту – так: Замість покаяння дотримуватися помірності та стриманості в усьому, якщо тільки в ці дні Церква не приписує піст та утримання, яких потрібно завжди придержуватися, коли немає вагомих перешкод.

[230] СПОГЛЯДАННЯ ДЛЯ ЗДОБУТТЯ ЛЮБОВИ

Примітка. Насамперед потрібно звернути увагу на дві обставини. По-перше, любов має виявлятися радше у справах, ніж у словах.

[231] По-друге, любов полягає у взаємному спілкуванні, себто той, хто любить, дає тому, кого любить, те, що має, або частину того, що має чи може мати; той же, кого люблять, у свою чергу дає те саме тому, хто любить. Так, якщо хтось володіє знаннями, то повинен ділитися ними з тими, хто їх не має; те саме стосується почестей та багатств – коли хтось ними володіє, то має ділитися з іншими.

Молитва приготування – як звичайно.

[232] *Впровадження перше.* Витворення в уяві місця. Тут треба уявити, що стоїмо перед Господом Богом і всіма ангелами і святими, які заступаються за нас.

[233] *Впровадження друге.* Просити про те, чого хочемо. Тут слід просити внутрішнього пізнання всіх великих благ, отриманих нами від Бога, щоби, проїнявшись вдячністю, мати змогу любити Його і в усьому служити Божій Величі.

[234] *Пункт перший.* Пригадати собі отримані блага – створення, викуплення та окремі дари. З глибокою любов'ю розважити, як багато зробив для нас Господь Бог і скільки дав нам усього, чим сам володіє, а поза тим, як той же Господь прагне дати нам себе самого, згідно зі своїм Божим задумом. Потому заглибитися в роздуми, розважаючи, що було б слушно і справедливо з нашого боку запропонувати і віддати Божій Величі, а саме: все, що маємо, разом із самим собою; а далі, як той, хто з великою любов'ю щось жертвує, сказати: “Господи, візьми і прийми всю мою свободу, пам'ять і розум, і всю мою волю – все, що маю і чим володію. Ти, Господи, все це дав мені – Тобі тепер повертаю: все Твоє. Розпоряджайся всім згідно з Твоєю волею; мені ж дай любов Твою і ласку, яких мені достатньо.”

[235] *Пункт другий.* Поміркувати про те, як Бог живе у створіннях: у стихіях, даруючи їм буття; у рослинах, даруючи їм життя; у тваринах, даруючи їм чуття; у людях, даруючи їм розум, і, зрештою, в нас самих, даруючи нам буття, життя, чуття і розум, щобільше, перетворюючи нас на свій храм, позаяк нас створено на образ і подобу Божої Величі. Опісля ж знову заглибитися в себе, як ото зазначено у першому пункті, чи у якийсь інший спосіб, котрий нам краще підходить.

[236] *Пункт третій.* Розважити, як Бог діє і працює задля нас в усьому створеному на землі; себто, наче робітник, працює у небі, у стихіях, у рослинах, у плодах, у стадах і в усьому решта, даруючи всьому буття, оберігаючи, спонукаючи до зростання та відчуттів тощо. Потому заглибитися у себе.

[237] *Пункт четвертий.* Поміркувати про те, як усі блага і дари сходять згори; приміром, наша обмежена сила походить від найвищої та безконечної Сили, що на небі; так само і справедливість, доброта, благочестя, милосердя та інше, як ото сонце породжує промені, а джерело – воду. Завершити, заглибившись у себе, як уже мовилося; насамкінець провести *бесіду* і прочитати “*Отче наш*”.

[ДОДАТКОВІ МАТЕРІЯЛИ]

[238] ТРИ СПОСОБИ ЗДІЙСНЕННЯ МОЛИТВИ ПЕРШИЙ СПОСІБ ЗДІЙСНЕННЯ МОЛИТВИ

Перший спосіб здійснення молитви стосується десяти заповідей, семи головних гріхів, трьох сил душі і п'яти чуттів тіла.

Цей спосіб молитви є радше формою, методом, певною вправою, яка допоможе душі зростати й отримувати користь від вправ і зробить її молитву приємною для Бога, ніж якимсь різновидом власне молитви.

[239] 1. Десять заповідей

Насамперед потрібно зробити щось рівноцінне тому, що вказано у п'ятій примітці до Другого тижня [131], а саме: перед молитвою віднайти спокій духа, чи то сидячи, чи походжаючи туди й сюди, як вважатиметься за краще, а також замислитися над тим, куди йдемо і навіщо; цієї ж вказівки [75, 131] треба дотримуватися перед застосуванням кожного із цих трьох способів молитви [250, 258].

[240] *Молитва приготування.* Слід, приміром, просити у Господа Бога ласки пізнати, у чому ми згрішили супроти десяти заповідей. Також треба просити ласки і допомоги, щоб виправитися у майбутньому, а поза тим – повного розуміння заповідей, аби краще їх дотримуватися задля примноження хвали і прослави Божої Величі.

[241] Відповідно до першого способу здійснення молитви, треба розважити й обміркувати, у чому ми дотримувалися першої заповіді, а в чому її порушували, вділивши на ці роздуми стільки часу, скільки достатньо для того, щоб тричі промовити “Отче наш” і тричі – “Богородице Діво”. Якщо впродовж цього часу виявимо якісь провини, то проситимемо прощення і відпущення цих гріхів та прочитаємо “Отче наш”. Такого ж способу потрібно придержуватися стосовно кожної з десяти заповідей.

[242] *Примітка перша.* Варто зазначити, що, дійшовши у своїх роздумах до заповіді, яку зазвичай не порушуємо, немає потреби затримуватися на ній надовго. Проте, розважаючи над заповіддю, яку нерідко – часом більше, часом менше – переступаємо, треба відповідно довше чи коротше на ній затриматися, щоб усе докладно обдумати. Так само чинимо і щодо головних гріхів.

[243] *Примітка друга.* Переглянувши у вказаний вище спосіб усі заповіді, слід покаятися і попросити у Господа Бога ласки і допомоги, щоб виправитися у майбутньому. Завершуємо бесідою, відповідно до змісту вправи.

[244] 2. Головні гріхи

Що стосується семи головних гріхів, то після застосування зазначеної додаткової вказівки [75, 239] слід у вже вказаний вище спосіб [240] здійснити молитву приготування. Єдина зміна пов'язана з тим, що там мова йшла про заповіді, яких треба дотримуватися, а тут йдеться про гріхи, яких треба уникати. Зберігаються ті ж, що й у попередньому випадку, порядок і правила стосовно часу, а також бесіда.

[245] Щоб краще пізнати свої провини, пов'язані з головними гріхами, потрібно порозважати над протилежними їм чеснотами, а щоби певніше цих гріхів уникати, слід собі постановити і постаратися за допомогою святих вправ набути чеснот, протилежних цим гріхам, і в них закріпитися.

[246] 3. Три сили душі

У розважаннях про три сили душі треба дотримуватися того ж порядку та правил щодо часу, що й у роздумах про заповіді, застосовуючи відповідну додаткову вказівку [239], здійснюючи молитву приготування і проводячи бесіду [240-243].

[247] 4. П'ять чуттів тіла

Що стосується п'яти чуттів тіла, то тут зберігається той же порядок, змінюється тільки тема.

[248] *Примітка.* Якщо прагнемо наслідувати Господа нашого Ісуса Христа у застосуванні своїх чуттів, слід у молитві приготування довіритися Божій Величі, а тоді розглянути кожне чуття, в кінці промовляючи “Богородице Діво” або “Отче наш”. Якщо ж хочемо у застосуванні чуттів наслідувати Пресвяту Діву, то треба довіритися їй у молитві приготування й опісля розглянути кожне чуття, промовляючи на завершення “Богородице Діво”.

[249] **ДРУГИЙ СПОСІБ ЗДІЙСНЕННЯ МОЛИТВИ**
ПОЛЯГАЄ У СПОГЛЯДАННІ СЕНСУ КОЖНОГО СЛОВА МОЛИТВИ

[250] *Додаткова вказівка,* застосована у першому способі [239], зберігається і в другому.

[251] *Молитва приготування* узгоджується з особою, до якої її звернено.

[252] *Другий спосіб здійснення молитви* полягає у наступному. Стоячи навколішки або сидячи, залежно від того, яке положення вважається зручнішим і побожнішим, та заплющивши очі або спрямувавши погляд в одну точку, промовити слово “Отче” і розмірковувати над цим словом стільки часу, скільки потрібно для того, щоб осягнути властиві йому значення та порівняння, відчуття та втіху. Так само слід чинити з кожним словом із “Отче наш” чи іншої молитви, для здійснення якої оберемо цей спосіб

[253] *Правило перше.* Протягом години пройти у зазначений спосіб цілу Господню молитву, а наприкінці промовити вголос чи подумки “Богородице Діво”, “Вірую”, “Душе Христова” та “Радуйся, Царице”.

[254] *Правило друге.* Якщо, споглядаючи Господню молитву, хтось знайде в одному чи двох словах матеріал для розважання, смак і втіху, то не варто намагатися йти далі, хоч би й цілу годину довелось присвятити цим словам; коли ж відведений на споглядання час добіжить кінця, треба прочитати решту молитви у звичайний спосіб.

[255] *Правило третє.* Якщо хтось, затримавшись на одному чи двох словах “Отче наш” на цілу годину, захоче повернутися до цієї молитви в інший день, то треба промовити вже обмірковане слово чи слова у звичайний спосіб, а тоді знову заглибитися у розважання, починаючи з наступного слова, у спосіб, поданий у другому правилі.

[256] *Примітка перша.* Треба зауважити, що, закінчивши Господню молитву протягом одного чи кількох днів, слід у той же спосіб розглянути “Богородице Діво” й інші молитви, щоби постійно впродовж певного часу займатися однією з них.

[257] *Примітка друга.* Закінчивши молитву, потрібно звернутися до особи, якій її адресовано, і попросити чеснот або ласк, у яких відчуваємо найбільшу потребу.

[258] ТРЕТІЙ СПОСІБ ЗДІЙСНЕННЯ МОЛИТВИ
ПОЛЯГАЄ У ПРОМОВЛАННІ МОЛИТВИ ВІДПОВІДНО ДО РИТМУ ДИХАННЯ

Слід дотримуватися тієї ж *додаткової вказівки*, яку застосовано у першому і другому способах [239, 250].

Молитва приготування – та ж, що й у другому способі [251].

Третій спосіб здійснення молитви полягає у наступному: молитися треба подумки відповідно до ритму дихання; слова “Отче наш” чи якоїсь іншої молитви промовляємо по одному між двома вдиханнями, особливу увагу звертаючи в цей час чи то на значення слова, чи на особу, до якої звертаємося, чи на свою нікчемність, чи на різницю між величчю тієї особи та власною нікчемністю. У такий спосіб і згідно з таким правилом слід прочитати “Отче наш”; інші ж молитви – “Богородице Діво”, “Душе Христова”, “Вірую”, “Радуйся, Царице” – промовити як звичайно.

[259] *Правило перше.* Коли в інший день чи в інший час [того ж дня] хтось забажає знову так помолитися, то слід промовити “Богородице Діво” у цей спосіб, решту ж молитов – у звичайний; поступово потрібно пройти таким чином і інші молитви.

[260] *Правило друге.* Якщо комусь захочеться молитися у викладений вище ритмічний спосіб [258] довше, то можна відповідно до нього прочитати всі згадані вище молитви або деякі з них.

[261] ТАЙНИ ЖИТТЯ ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА

Примітка. В усіх поданих нижче тайнах слова в лапках взяті з Євангелій; інших слів це не стосується. У кожній тайні переважно є три пункти, щоби полегшити розважання та споглядання.

[ДИТИНСТВО І НЕПУБЛІЧНЕ ЖИТТЯ]

[262] ПРО БЛАГОВІЩЕННЯ ПРЕСВЯТОЇ ДІВИ

ЛУКА 1, 26-38

Пункт перший. Ангел Гавриїл вітає Пресвяту Діву і звіщає їй зачаття Господа нашого Ісуса Христа: “Ввійшовши до неї, ангел сказав їй: “Радуйся, благодатна. Ось ти зачнеш у лоні і вродиш сина”.

Пункт другий. Ангел підтверджує сказане Пресвятій Діві, розповідаючи їй про зачаття святого Йоана Хрестителя такими словами: “Ось твоя родичка Єлисавета – вона також у своїй старості зачала сина”.

Пункт третій. Пресвята Діва відповіла ангелові: “Ось я Господня слугиня: нехай зо мною станеться по твоєму слову!”.

[263] ПРО ВІДВІДИНИ ПРЕСВЯТОЮ ДІВОЮ ЄЛИСАВЕТИ

ЛУКА 1, 39-56

Пункт перший. Коли Пресвята Діва відвідала Єлисавету, святий Йоан Хреститель, перебуваючи у лоні своєї матері, відчув присутність Пресвятої Діви: “І як почула Єлисавета привіт Марії, здригнулася дитина в її лоні, і Єлисавета сповнилася Святим Духом і викликувала голосом сильним: “Благословенна ти між жінками й благословен плід лона твого.”

Пункт другий. Пресвята Діва відповідає словами з гімну: “Величає душа моя Господа”.

Пункт третій. “Марія перебула в Єлисавети місяців зо три; потім повернулася до дому свого”.

[264] ПРО РІЗДВО ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА

ЛУКА 2, 1-14

Пункт перший. Пресвята Діва зі своїм обручником Йосифом їдуть з Назарета до Вифлеєма: “Пішов також і Йосиф з Галилеї... до Вифлеєма... щоб записатися з Марією, зарученою своєю, що була вагітна.”

Пункт другий. “І вона породила свого Сина первородного, сповила Його та поклала в ясла.”

Пункт третій. “І вмить пристала... велика сила небесного війська, що хвалила Бога й промовляла: “Слава на висотах Богу”.

[265] ПРО ПАСТУХІВ

ЛУКА 2, 8-20

Пункт перший. Ангел оголошує пастухам про народження Господа нашого Ісуса Христа: “Звіщаю вам велику радість: Сьогодні народився вам... Спаситель”.

Пункт другий. Пастухи йдуть до Вифлеєма: “І пішли вони притьмом і знайшли Марію, Йосифа й дитячко, що лежало в яслах”.

Пункт третій. “Пастухи повернулися, прославляючи й хвалячи Бога”.

[266] ПРО ОБРІЗАННЯ ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА

ЛУКА 2, 21

Пункт перший. Дитя Ісуса обрізали.

Пункт другий. “Назвали Його Ісус – ім'я, що надав був ангел, перше, ніж Він зачався в лоні”.

Пункт третій. Дитя повернули матері, яка страждала, побачивши кров, що текла з ран її Сина.

[267] ПРО ТРЬОХ ЦАРІВ

МАТЕЙ 2, 1-12

Пункт перший. Три царі, прямуючи за зорею, прийшли поклонитися Ісусові, кажучи: “Ми бачили Його зорю на сході й прийшли Йому поклонитись”.

Пункт другий. Вклонилися Йому і піднесли дари: “Впавши ниць, поклонились Йому... й піднесли Йому дари: золото, ладан і миро”.

Пункт третій. “І попереджені вві сні до Ірода не завертати, пустились іншою дорогою у край свій”.

[268] ПРО ОЧИЩЕННЯ ПРЕСВЯТОЇ ДІВИ І СТРИТЕННЯ НЕМОВЛЯТИ ІСУСА

ЛУКА 2, 22-39

Пункт перший. Немовля Ісуса приносять до храму, щоби посвятити Його Господу як первородного сина, і жертвують за Нього “пару горлиць і двох голубенят”.

Пункт другий. Симеон, прийшовши до храму, “взяв Його на руки... й мовив: "Нині, Владико, можеш відпустити слугу Твого за Твоїм словом у мирі”.

Пункт третій. Опісля Анна, надійшовши, “почала прославляти Бога та говорити про Нього всім, що чекали визволення Єрусалиму”.

[269] ПРО ВТЕЧУ ДО ЄГИПТУ

МАТЕЙ 2, 13-18

Пункт перший. Ірод хотів убити немовля Ісуса і повбивав багатьох невинних немовлят, проте ще перед тим ангел попередив Йосифа і звелів утікати до Єгипту: “Устань, візьми дитячко і його матір, і втікай в Єгипет”.

Пункт другий. Йосиф уночі вирушив до Єгипту.

Пункт третій. І залишався там до смерти Ірода.

[270] ПРО ТЕ, ЯК ГОСПОДЬ НАШ ІСУС ХРИСТОС ПОВЕРНУВСЯ З ЄГИПТУ
МАТЕЙ 2, 19-23

Пункт перший. Ангел велить Йосифові повертатися до Ізраїлю: “Встань, візьми дитятко та його матір і повернись в Ізраїльську землю.”

Пункт другий. Устав він... і прийшов в Ізраїльську землю.

Пункт третій. Та позаяк в Юдеї царював Архелай, син Ірода, Йосиф пішов у Назарет.

[271] ПРО ЖИТТЯ ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА ВІД ДВНАДЦЯТИ РОКІВ ДО
ТРИДЦЯТИ
ЛУКА 2, 51-52

Пункт перший. Був слухняний своїм батькам та “зростав мудрістю, літами й ласкою”.

Пункт другий. Здається, займався ремеслом теслі, про що згадує євангелист Марко [6, 3]:
“Хіба ж Він не тесля?”

[272] ПРО ВІДВІДАННЯ ДВНАДЦЯТИРІЧНИМ ІСУСОМ ХРАМУ
ЛУКА 2, 41-50

Пункт перший. У віці дванадцяти років Господь наш Ісус Христос подався з Назарета до Єрусалима.

Пункт другий. Господь наш Ісус Христос залишився в Єрусалимі, а Його батьки про це не знали.

Пункт третій. Через три дні вони знайшли Його у храмі, де Він сидів серед учителів та розмовляв із ними. Коли ж батьки спитали, де Він був, то відповів так: “Хіба не знали, що я маю бути при справах Отця мого?”

[ПУБЛІЧНЕ ЖИТТЯ]

[273] ПРО ХРЕЩЕННЯ ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА
МАТЕЙ 3, 13-17

Пункт перший. Господь наш Ісус Христос, попрощавшись зі своєю благословенною Матір'ю, подався із Назарета до річки Йордан, де перебував святий Йоан Хреститель.

Пункт другий. Святий Йоан охрестив Господа нашого Ісуса Христа; коли ж спершу відмовлявся, вважаючи себе негідним хрестити Його, Христос сказав йому: “Залиши це тепер, так бо личить нам здійснити всяку правду”.

Пункт третій. Святий Дух зійшов на Нього і з неба пролунав голос Отця, що засвідчив: “Це Син мій любий, що його я вподобав.”

[274] ПРО СПОКУСИ ХРИСТА В ПУСТИНІ

ЛУКА 4, 1-13; МАТЕЙ 4, 1-11

Пункт перший. Охрестившись, Він подався у пустиню, де постив сорок днів і сорок ночей.

Пункт другий. Тричі ворог спокушав Його: “Тоді підійшов до нього спокусник і сказав: “Коли ти Син Божий, звели, щоб це каміння та й стало хлібом... Кинься додолу... Оце все дам тобі, як упадеш ниць і мені поклонишся”.

Пункт третій. “Ангели приступили й почали йому слугувати”.

[275] ПРО ПОКЛИКАННЯ АПОСТОЛІВ

Пункт перший. Видається, що святий Петро і святий Андрій були покликані тричі; спершу – певною мірою пізнати Христа, про що свідчить євангелист Йоан (1, 35-42); згодом – йти за Ним, але нерішуче, з наміром повернутися до того, що залишили, як каже у своєму Євангелії святий Лука (5, 1-11); і нарешті – піти за Господом нашим Ісусом Христом назавжди (Матей 4, 18-30; Марко 1, 16-18).

Пункт другий. Покликав Филипа (Йоан 1, 43) і Матея, про що той сам нам розповідає (9, 9).

Пункт третій. Покликав інших апостолів, хоч про їхнє покликання у Євангеліях немає виразної згадки.

Варто звернути увагу ще на три обставини: по-перше, апостоли були простого роду і не мали освіти; по-друге, гідність, до якої їх так ласкаво покликано; по-третє, дари і ласки, завдяки яким вони піднеслися над усіма Отцями Старого і Нового Завіту.

[276] ПРО ПЕРШЕ ЧУДО, ЗДІЙСНЕНЕ НА ВЕСІЛЛІ В КАНІ ГАЛИЛЕЙСЬКІЙ

ЙОАН 2, 1-12

Пункт перший. Господа нашого Ісуса Христа разом із учнями запросили на весілля.

Пункт другий. Мати сказала Синові, що на весіллі забракло вина: “Вина в них нема”, а тоді наказала слугам: “Що лиш скаже вам, – робіть”.

Пункт третій. “Ось такий чудес початок учинив Ісус у Кані Галилейській, і велич тим свою об’явив, – тож і учні його увірували в нього”.

[277] ПРО ТЕ, ЯК ГОСПОДЬ НАШ ІСУС ХРИСТОС ВИГНАВ ІЗ ХРАМУ ТОРГОВЦІВ

ЙОАН 2, 13-25

Пункт перший. Скрутивши з мотузок бич, Він вигнав із храму всіх торговців.

Пункт другий. Поперевертав столи з грошима багатих мінняйлів, які були у храмі.

Пункт третій. Убогим же, які продавали там голубів, лагідно сказав: “Заберіть оте звідси, не робіть дому Отця Мого торговим домом!”

[278] ПРО НАГІРНУ ПРОПОВІДЬ
МАТЕЙ 5, 1-48

Пункт перший. Окремо звертаючись до своїх улюблених учнів, Він говорить про вісім блаженств: “Блаженні вбогі духом, тихі, засмучені, голодні та спрагли справедливости, милосердні, чисті серцем, миротворці, переслідувані за правду”.

Пункт другий. Спонукає їх добре використовувати свої здібності: “Так нехай світить перед людьми ваше світло, щоб вони, бачивши ваші добрі вчинки, прославляли вашого Отця, що на небі”.

Пункт третій. Оголошує себе не порушником закону, а тим, хто його доповнює і вдосконалює, пояснюючи заповіді не вбивати, не чинити перелюбу, не свідчити неправдиво, любити своїх ворогів: “Любіть ворогів ваших і моліться за тих, що гонять вас”.

[279] ПРО ТЕ, ЯК ГОСПОДЬ НАШ ІСУС ХРИСТОС ВТИХОМИРИВ МОРСЬКУ БУРЮ
МАТЕЙ 8, 23-27

Пункт перший. Коли Господь наш Ісус Христос, перебуваючи на морі, заснув у човні, здійнялася велика буря.

Пункт другий. Учні, злякавшись, розбудили Його; Він же покарав їх за слабку віру: “Чого ви лякливі, маловіри?”

Пункт третій. Звелів вітрам і морю втихомириться, і відразу стало тихо. Люди ж дивувались, запитуючи: “Хто це такий, що і вітри, і море Йому слухняні?”

[280] ПРО ТЕ, ЯК ХРИСТОС ШОВ ПО ВОДІ
МАТЕЙ 14, 22-23

Пункт перший. Господь наш Ісус Христос, відпустивши людей, наказав своїм учням зійти до човна, а сам залишився на горі, щоби помолитися там на самоті.

Пункт другий. Човен підкидало хвилями. Христос підійшов до нього, ступаючи по воді; учні ж гадали, що це примара.

Пункт третій. Христос сказав їм: “Заспокойтесь, – це я, не страхайтесь!” На Його веління святий Петро пішов до Нього по воді, проте засумнівався і почав тонути. Та Господь наш Ісус Христос врятував його і дорікнув йому за слабку віру; потому сів у човен, і вітер вщух.

[281] ПРО ТЕ, ЯК АПОСТОЛІВ БУЛО ПОСЛАНО ПРОПОВІДУВАТИ
МАТЕЙ 10, 1-15

Пункт перший. Христос покликав своїх улюблених учнів і дав їм владу виганяти з людських тіл злих духів та зцілювати всілякі недуги.

Пункт другий. Навчає їх розважливости і терпіння: “Оце я посилаю вас, немов овець серед вовків. Будьте, отже, мудрі, як змії, і прості, як голубки”.

Пункт третій. Каже, як мають мандрувати: “Не беріть ні золота, ні срібла; даром прийняли, даром давайте”. Також вказав, що мають проповідувати: “Ідіть, проповідуйте, кажучи, що Царство Небесне – близько”.

[282] ПРО НАВЕРНЕННЯ МАГДАЛИНИ

ЛУКА 7, 36-50

Пункт перший. Магдалина увійшла в дім фарисея, де сидів за столом Господь наш Ісус Христос; принесла з собою пахощі в алебастровій посудині.

Пункт другий. Вона стала навколішки біля ніг Господа та почала їх обмивати своїми слізьми і витирати волоссям, цілуючи та намащуючи пахощами.

Пункт третій. Коли фарисей засудив жінку, Христос оборонив її такими словами: "Прощаються її гріхи численні, бо багато полюбила"; їй же сказав: "Віра твоя спасла тебе; іди в мирі."

[283] ПРО ТЕ, ЯК ГОСПОДЬ НАШ ІСУС ХРИСТОС НАГОДУВАВ П'ЯТЬ ТИСЯЧ ЛЮДУ
МАТЕЙ 14, 13-21

Пункт перший. Коли стало вечоріти, учні попросили Христа відпустити людей, що були з ними.

Пункт другий. Господь наш Ісус Христос наказав принести хлібини, які в них були, і звелів людям посідати долі; тоді поблагословив хлібини, розламав і віддав учням, а ті роздали людям.

Пункт третій. Всі наїлися досхочу і назбирали дванадцять повних кошів того, що зосталося.

[284] ПРО ПРЕОБРАЖЕННЯ ХРИСТА

МАТЕЙ 17, 1-13

Пункт перший. Господь наш Ісус Христос узяв із собою своїх улюблених учнів Петра, Якова та Йоана і преобразився: обличчя Його засяло як сонце, а одяг став білим наче сніг.

Пункт другий. Він розмовляв з Мойсеєм та Іллею.

Пункт третій. Коли святий Петро запропонував поставити три намети, з неба пролунав голос, який мовив: "Це – мій улюблений Син, що я його вподобав: його слухайте."
Учні, почувши цей голос, злякались і впали ниць на землю, проте Господь наш Ісус Христос торкнувся до них і сказав: "Устаньте, не страхайтесь! Нікому не розповідайте про це видіння, аж поки Син Чоловічий не воскресне з мертвих."

[285] ПРО ВОСКРЕСІННЯ ЛАЗАРЯ

ЙОАН 11, 1-44

Пункт перший. Марта і Марія розповідають Господеві нашому Ісусові Христу про недугу Лазаря. Дізнавшись про неї, Христос затримався на два дні, щоб зробити чудо ще очевиднішим.

Пункт другий. Перед тим, як воскресити Лазаря, Христос просить обидвох сестер вірити, кажучи: "Я – воскресіння і життя. Хто в мене вірує, той навіть і вмерши – житиме!"

Пункт третій. Заплакавши і помолившись, Він воскрешає Лазаря, наказуючи: "Лазарю, вийди сюди!"

[286] ПРО ВЕЧЕРЮ У ВИТАНІЇ
МАТЕЙ 26, 6-13

Пункт перший. Господь вечеряє у дому Симона прокаженого разом із Лазарем.

Пункт другий. Марія виливає запашне миро на голову Христові.

Пункт третій. Юда нарікає: “Навіщо таке марнотратство?” Проте Христос знову заступається за Магдалину, кажучи: “Чому ви докучаєте цій жінці? Вона зробила добре діло для мене.”

[287] ПРО ВЕРБНУ НЕДІЛЮ
МАТЕЙ 21, 1-11

Пункт перший. Господь посилає учнів привести ослицю й ослятко, кажучи: “Відв'яжіть і приведіть до мене. А як хтось скаже вам щось, ви відповісте, що Господь їх потребує, але Він незабаром поверне їх назад.”

Пункт другий. Він сів на ослицю, вкриту вбранням апостолів.

Пункт третій. Люди вийшли Йому назустріч, встеляючи дорогу своїм одягом та гіллям дерев і вигукуючи: “Осанна Синові Давида! Благословен той, що йде в ім'я Господнє, осанна на висоті!”

[288] ПРО ТЕ, ЯК ХРИСТОС НАВЧАВ У ХРАМІ
ЛУКА 19; 21, 37-38

Пункт перший. Христос щодня навчав у храмі.

Пункт другий. Закінчивши проповідь, Він повертався до Витанії, бо в Єрусалимі не було нікого, хто прийняв би Його.

[СТРАСТІ ХРИСТОВІ]

[289] ПРО ТАЙНУ ВЕЧЕРЮ
МАТЕЙ 26, 17-30; ЙОАН 13, 1-17

Пункт перший. Споживаючи пасхального агнця разом зі своїми дванадцятьма апостолами, Христос провістив їм свою смерть: “Істинно, кажу вам: один із вас мене зрадить.”

Пункт другий. Почавши зі святого Петра, обмив ноги своїм учням, навіть Юді; Петро ж, усвідомлюючи Божу Велич і власну нікчемність, не хотів на це погодитися і сказав: “Ти, Господи, – мені вмивати ноги?” Та не знав Петро, що Господь таким чином давав їм приклад смирення, тож Він сказав: “Приклад дав я вам, щоб і ви так робили, як оце я вам учинив”.

Пункт третій. Установив пресвяте таїнство Євхаристії як найбільший знак своєї любови, кажучи їм: “Беріть, їжте”. Після вечері Юда вийшов, щоби продати Господа нашого Ісуса Христа.

[290] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ВЕЧЕРІ ДО ГЕТСИМАНСЬКОГО САДУ
ВКЛЮЧНО

МАТЕЙ 26, 30-46; ЛУКА 22, 39-46; МАРКО 14, 26-42

Пункт перший. Закінчивши вечерю і відспівавши гімн, Господь наш Ісус Христос вирушив разом зі своїми переляканими учнями на Оливну гору. Вісьмох із них Він залишив у Гетсиманському саду, сказавши: "Посидьте тут, поки піду та помолюся там."

Пункт другий. Взявши з собою святого Петра, святого Якова і святого Йоана, Він тричі молився Господеві, кажучи: "Отче мій, якщо можливо, нехай мине ця чаша мене. Однак не як я бажаю, лише – як ти." І молився ще ревніше, страждаючи.

Пункт третій. Його охопив такий страх, що Він мовив: "Смуток у мене на душі – аж до смерти!" І так рясно вкрився кривавим потом, що святий Лука говорить: "Піт Його став, мов каплі крові, що падали на землю"; можна відтак припустити, що у Його одежі було повно крові.

[291] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД САДУ ДО ДОМУ АННИ ВКЛЮЧНО

МАТЕЙ 26, 47-56; ЛУКА 22, 47-53; МАРКО 14, 42-53; ЙОАН 18, 1-22

Пункт перший. Господь наш Ісус Христос дав Юді поцілувати себе і дозволив схопити себе людям, до яких мовив: "Немов на розбійника вийшли ви з мечами та дрючками, щоб мене схопити! Щодня сидів я, навчаючи, у храмі, і ви мене не взяли", а коли поспитав: "Кого шукаєте?", Його вороги попадали на землю.

Пункт другий. Святий Петро поранив слугу первосвященника, та покірний Господь наш мовив до нього: "Вклади твій меч назад до піхви", а тоді зцілив рану слуги.

Пункт третій. Покинутого учнями Христа повели до Анни, де святий Петро, який ішов за Ним звіддалік, відрікся від Нього перший раз; Христа ж якийсь слуга вдарив по щоці, кажучи: "Ось так відказуєш первосвященникові?"

[292] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ДОМУ АННИ ДО ДОМУ КАЯФИ ВКЛЮЧНО

МАТЕЙ 26, 57-68; МАРКО 14, 53-72; ЛУКА 22, 54-65; ЙОАН 18, 24-27

Пункт перший. Зв'язаного Христа ведуть від дому Анни до дому Каяфи, де святий Петро двічі відрікається від Нього; коли ж Господь глянув на нього, він вийшов і гірко заплакав.

Пункт другий. Упродовж цілої ночі Ісус залишався зв'язаним.

Пункт третій. Ті ж, що тримали Христа в ув'язненні, насміхалися над Ним, вдаряли Його, зав'язали Йому очі і били по щоках, примовляючи: "Проречи нам, Христе, хто тебе вдарив?", та інші подібні блюзнірства говорили до Нього.

[293] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ДОМУ КАЯФИ ДО ДОМУ ПИЛАТА ВКЛЮЧНО

МАТЕЙ 27, 1-2, 11-26; ЛУКА 23, 1-5, 13-25; МАРКО 15, 1-15

Пункт перший. Натовп юдеїв веде Христа до Пилата, перед яким звинувачують Його, кажучи: "Цього ми знайшли, що він підбурює народ наш, забороняє давати кесареві податок".

Пункт другий. Пилат, допитавши Його раз, а потім ще раз, каже: “Я не знаходжу ніякої провини на цій людині.”

Пункт третій. Перевагу віддали не Йому, а розбійникові Варавві: “Вони всі разом закричали: "Убий цього, а відпусти нам Варавву!"

[294] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ДОМУ ПИЛАТА ДО ДОМУ ІРОДА
ЛУКА 23, 6-12

Пункт перший. Пилат послав Ісуса Галилеянина до Ірода, тетрарха Галилеї.

Пункт другий. Ірод з цікавості довго розпитував Ісуса, проте Він не відповів ані слова, хоч книжники і священники безперестанно Його звинувачували.

Пункт третій. Ірод разом зі своїми вояками глумився над Ним, зодягнувши Його у білу одяжу.

[295] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ДОМУ ІРОДА ДО ДОМУ ПИЛАТА
МАТЕЙ 27, 26-30; ЛУКА 23, 11-23; МАРКО 15, 15-20; ЙОАН 19, 1-11

Пункт перший. Ірод відіслав Його назад до Пилата, і через це Ірод з Пилатом стали друзями, хоч раніше ворогували.

Пункт другий. Пилат узяв Ісуса і наказав Його бичувати, а вояки сплели вінець з тернини і поклали Йому на голову та зодягнули Його у багряницю і говорили, підходячи: “Радуйся, царю юдейський!”

Пункт третій. Пилат вивів Його та поставив перед усіма. І вийшов Ісус у вінку терновім та в багряниці, а Пилат сказав їм: "Ось чоловік!" Та первосвященики і слуги побачили Його, то закричали: "Розіпни! Розіпни!"

[296] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ДОМУ ПИЛАТА ДО РОЗП'ЯТТЯ ВКЛЮЧНО
ЙОАН 19, 13-22

Пункт перший. Пилат, що сидів, як суддя, віддав Ісуса на розп'яття після того, як юдеї заперечили, що Він – їхній цар, кажучи: "Нема в нас царя, тільки кесар!"

Пункт другий. Христос ніс хрест на плечах, а коли не зміг далі його нести, то нести його за Ним примусили Симона з Киринії.

Пункт третій. Розп'яли Його між двома розбійниками; на хресті ж встановили табличку з написом: “Ісус Назарянин, Цар Юдейський”.

[297] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ НА ХРЕСТІ
ЙОАН 19, 23-37

Пункт перший. На хресті Христос вимовив сім слів: помолився за тих, хто Його розп'яв; простив розбійника; віддав святого Йоана під опіку своїй матері, а матір – під опіку святому Йоанові; голосно промовив: "Спраглий я!", і Йому дали жовчі й оцту; сказав, що Отець залишив Його; мовив: “Звершилось!”, і ще: “Отче, у твої руки віддаю духа мого!”

Пункт другий. Сонце затьмарилося, скелі порозколювалися, могили повідкривалися, у храмі ж завіса роздерлася надвоє, від верху аж до низу.

Пункт третій. Люди глузували з Нього, кажучи: "Гей, ти, що храм руйнуєш, – спаси себе з хреста!" Одяг Його розділили; з боку ж Його, пронизаного списом, потекла вода і кров.

[298] ПРО ТАЙНИ, ЩО ВІДБУЛИСЯ ВІД ХРЕСТА ДО ГРОБУ ВКЛЮЧНО
ЙОАН 19, 38-42

Пункт перший. Йосиф із Никодимом зняли Ісуса з хреста у присутності Його стражденної Матері.

Пункт другий. Його тіло було перенесене до гробу, намащене пахощами і поховане.

Пункт третій. Біля гробу було виставлено сторожу.

[ЖИТТЯ ПІСЛЯ ВОСКРЕСІННЯ]

[299] ПРО ВОСКРЕСІННЯ ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА І ЙОГО ПЕРШЕ
ОБ'ЯВЛЕННЯ

Пункт перший. Христос з'явився Пресвятій Діві Марії; хоч у Святому Письмі про це не згадано, проте це можна вважати сказаним, коли йдеться про Його об'явлення багатьом іншим. Святе Письмо припускає, що ми маємо розуміння, написано бо: "То ви також без розуму ще й досі?" (Мт. 15, 16)

[300] ПРО ДРУГЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ
МАРКО 16, 1-11

Пункт перший. Рано-вранці Марія Магдалина, Марія, мати Якова, і Саломія йдуть до гробу, говорячи між собою: "Хто нам відкотить камінь від входу до гробу?"

Пункт другий. Вони бачать відкочений камінь і ангела, який мовить до них: "Ви шукаєте Ісуса Назарянина, розп'ятого. Він воскрес, Його нема тут".

Пункт третій. Христос з'явився Марії, яка

[301] ПРО ТРЕТЄ ОБ'ЯВЛЕННЯ
МАТЕЙ 28, 8-10

Пункт перший. Марії пішли від гробу зі страхом і великою радістю, прагнучи повідомити учням про Воскресіння Господа.

Пункт другий. Господь наш Ісус Христос об'явився їм дорогою, кажучи: "Радуйтеся!" Вони ж, приступивши до Нього, впали Йому до ніг і поклонилися.

Пункт третій. Ісус сказав їм: "Не бійтесь! Ідіть і сповістіть моїх братів, щоб ішли назад у Галилею: там мене побачать."

[302] ПРО ЧЕТВЕРТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ
ЛУКА 24, 9-12, 33-34; ЙОАН 20, 1-10

Пункт перший. Почувши від жінок, що Христос воскрес, святий Петро кинувся до гробу.

Пункт другий. Увійшовши, побачив лише покривала, якими було обгорнуте тіло Господа нашого Ісуса Христа, і нічого більше.

Пункт третій. Коли святий Петро розмірковував про те, що сталося, йому явився Ісус; тому апостоли й казали: "Христос справді воскрес і з'явився Симонові."

[303] ПРО П'ЯТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ
ЛУКА 24, 13-35

Пункт перший. Христос об'являється учням, які прямують до Емауса і розмовляють про Нього.

Пункт другий. Дорікає їм, пояснюючи словами зі Святого Писання, що Христос мав померти і воскреснути: "О безумні й повільні серцем у вірі супроти всього, що були пророки оповіли! Хіба не треба було Христові так страждати й увійти в свою славу?"

Пункт третій. На їхнє прохання затримався з ними, а тоді, причастивши їх, зник. Вони ж, повернувшись, розповіли учням, як пізнали Його у причасті.

[304] ПРО ШОСТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ
ЙОАН 20, 19-23

Пункт перший. Учні, крім святого Томи, були разом, "страхались бо юдеїв".

Пункт другий. Хоч двері були зачинені, з'явився їм Ісус; ставши посередині, мовив: "Мир вам!"

Пункт третій. Дає їм Святого Духа, кажучи: "Прийміть Духа Святого! Кому відпустите гріхи – відпустяться їм".

[305] ПРО СЬОМЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ
ЙОАН 20, 24-29

Пункт перший. Святий Тома, що не повірив, бо був відсутній під час попереднього об'явлення, каже: "Якщо не побачу... не повірю!"

Пункт другий. Через вісім днів Ісус з'явився їм, хоч двері знову були замкнуті, і мовив до святого Томи: "Подай сюди твій палець... Та й не будь невіруючий, – а віруючий!"

Пункт третій. Святий Тома повірив і сказав: "Господь мій і Бог мій!" А Христос відповів: "Щасливі ті, які, не бачивши, увірували!"

[306] ПРО ВОСЬМЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ

ЙОАН 21, 1-17

Пункт перший. Ісус з'являється сімом своїм учням, які цілу ніч рибалили, проте нічого не впіймали. За Його наказом вони закинули сіті, "та неспроможні були вже і витягнути їх: така була там сила риби!"

Пункт другий. Завдяки цьому чудові святий Йоан упізнав Його і мовив святому Петрові: "То – Господь!"; той же кинувся у воду і – до Христа.

Пункт третій. Господь дав їм поїсти смаженої риби і меду в сотах. Тричі запитавши Петра, чи любить він Його, доручив йому своїх овець: "Паси мої вівці!"

[307] ПРО ДЕВ'ЯТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ

МАТЕЙ 28, 16-20

Пункт перший. На веління Господа учні йдуть до гори Тавор.

Пункт другий. Їм з'являється Христос і каже: "Дана мені всяка влада на небі й на землі".

Пункт третій. Посилає їх у світ проповідувати, говорячи: "Ідіть, отже, і зробіть учнями всі народи: хрестячи їх в ім'я Отця і Сина і Святого Духа".

[308] ПРО ДЕСЯТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ

1 КОРИНТЯН 15, 6

"Опісля ж з'явився він більш, як п'ятистам братів разом".

[309] ПРО ОДИНАДЦЯТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ

1 КОРИНТЯН 15, 7

"Опісля з'явився Якову".

[310] ПРО ДВНАДЦЯТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ

З'явився Йосифу з Ариматеї, як про це можна дізнатися з життя святих і побожно розважати.

[311] ПРО ТРИНАДЦЯТЕ ОБ'ЯВЛЕННЯ

1 КОРИНТЯН 15, 8

Після Вознесіння з'явився також святому Павлові: "А наостанку всіх, немов якомусь недоносові, з'явивсь і мені" З'явився душею і праотцям в аді; а визволивши їх і з'єднавшись зі своїм тілом, не раз з'являвся учням та розмовляв із ними.

[312] ПРО ВОЗНЕСІННЯ ГОСПОДА НАШОГО ІСУСА ХРИСТА

Дії 1, 1-12

Пункт перший. Після того, як упродовж сорока днів Господь наш Ісус Христос з'являвся апостолам, наводячи чимало доказів і знаків та говорячи про Царство Боже, Він звелів їм чекати в Єрусалимі обіцяного Святого Духа.

Пункт другий. Вивів їх на Оливну гору і в їхній присутності вознісся догори, і зник з їхніх очей у хмарі.

Пункт третій. Коли ж дивилися вони на небо, ангели сказали їм: "Мужі галилейські! Чого стоїте, дивлячись на небо? Оцей Ісус, який від вас був взятий на небо, так само прийде, як Його ви бачили відходячого на небо."

[ПРАВИЛА РОЗПІЗНАВАННЯ ДУХІВ]

[313] ПРАВИЛА, ЯКІ ДОПОМАГАЮТЬ ВІДЧУВАТИ І РОЗУМІТИ, ПРИНАЙМНІ, ДО ПЕВНОЇ МІРИ, РІЗНІ ПОРУХИ, ВИКЛИКАНІ В ДУШІ: ДОБРІ, ЩОБ ЇХ ПРИЙНЯТИ, І ПОГАНІ, ЩОБ ЇХ ВІДКИНУТИ; НАЙБІЛЬШ ПРИДАТНІ ДЛЯ ПЕРШОГО ТИЖНЯ

[314] *Правило перше.* Тим, хто йде від одного смертного гріха до іншого, ворог зазвичай підкидає гадані приємності, змушуючи їх уявляти собі різні чуттєві насолоди та розкоші, щоб надовше затримати і ще глибше втопити їх у гріхах та пороках. Добрий же дух у таких людях діє протилежним чином, викликаючи в них докори сумління та жаль і даючи їм відчуття свідчення розуму.

[315] *Правило друге.* У тих, хто старанно очищається від гріхів і в служінні Господу Богу чинить поступ від доброго до ще кращого, добрий і злий духи діють у спосіб, протилежний описаному у першому правилі. Злому духові у цьому випадку властиво гризти, засмучувати і встановлювати перешкоди, примушуючи людину непокоїтися через фальшиві причини і спонукаючи відтак зректися поступу. Натомість доброму духові притаманно навіювати таким людям відвагу і силу, втіху, сльози, натхнення і спокій, усе полегшуючи й усуваючи перепони, щоб людина могла чинити поступ у творенні добра.

[316] *Правило третє.* Про духовну втіху. Втіхою називаємо такий стан душі, коли в ній зароджується певний внутрішній порух, завдяки якому вона спалахує любов'ю до свого Творця і Господа; внаслідок цього вона не може любити жодного створіння на землі заради нього самого, а лишень у Творці всього суцього. Подібним чином досвідчуємо таку втіху, коли душа проливає сльози, які спонукають її – чи то з жалю за свої гріхи, чи через Страсті Господа нашого Ісуса Христа, чи з якихось інших причин, що безпосередньо пов'язані зі служінням Йому та Його прославою, – до любови до свого Господа. Зрештою, втіхою називаємо будь-яке зростання надії, віри і любови, а також внутрішню радість, яка закликає і притягує до речей небесних і до спасіння своєї душі, сповнюючи її миром і супокоем у Творці й Господі.

[317] *Правило четверте.* Про духовне спустошення. Спустошенням називаємо все протилежне втісі, описаній у третьому правилі, приміром, затьмарення душі, душевне сум'яття, потяг до речей низьких та земних, занепокоєння з приводу різних тривог та спокус; все це схиляє до зневіри, браку надії і любови. Людина відтак стає бездіяльною, байдужою та сумною, відчуваючи відокремленість від свого Творця і Господа. Бо як втіха є протилежністю спустошення, так і думки, породжені втіхою, протилежні думкам, до яких спонукає спустошення.

[318] *Правило п'яте.* Під час спустошення ніколи не слід вдаватися до змін; натомість треба залишатися твердим і непохитним у рішеннях, прийнятих напередодні появи спустошення або тоді, коли попередньо відчували втіху. Бо якщо під час втіхи нас забезпечує проводом і порадами добрий дух, то у час спустошення це робить злий дух, поради якого ніколи не приведуть нас до хоч би якогось доброго рішення.

[319] *Правило шосте.* Хоча під час спустошення ми не повинні змінювати свої рішення, та все ж вельми корисно проводити у собі внутрішні зміни, спрямовані проти такого спустошення, наприклад, більше уваги приділяючи молитві та розважанням, ретельніше проводячи іспит сумління і старанніше здійснюючи покуту.

[320] *Правило сьоме.* Переживаючи спустошення, треба думати, що Господь вирішив випробувати наші сили, аби побачити, як ми чинитимемо опір різним спонукам та спокусам ворога; позаяк можемо так робити з Божою допомогою, якої завше достатньо, хоч і не відчуваємо цього виразно. Бо й справді, навіть якщо Господь позбавив нас неабиякого запалу, великої любови та всеосяжної ласки, Він все ж завжди дарує нам ласку, якої достатньо для вічного спасіння.

[321] *Правило восьме.* Той, хто відчуває спустошення, має намагатися зберігати терпіння, опираючись у такий спосіб нападкові, якого зазнає, і пам'ятати, що невдовзі втіха до нього повернеться, якщо у боротьбі зі спустошенням докладатиме зусиль, описаних у шостому правилі.

[322] *Правило дев'яте.* Існують три основні причини, що викликають у нас відчуття спустошення. По-перше, буваємо байдужими, лінивими чи недбалими у тому, що стосується духовних вправ; відтак духовна втіха залишає нас із нашої ж вини. По-друге, спустошення є випробуванням: чого ми варті і як далеко можемо просунути у служінні Богові та Його прославі, позбавлені щедрих утіх і великих ласк. По-третє, спустошення допомагає нам набути істинного пізнання і розуміння, а також внутрішнє усвідомлення того, що не можемо самі досягнути чи зберегти велику побожність, сильну любов, сльози або будь-яку іншу духовну втіху, бо все це – дар і ласка від Господа Бога; і щоб ми не вили собі гніздо в оселі іншого, вивищуючись розумом і відтак сягаючи гордості чи марнославства та приписуючи собі побожність чи інші наслідки духовної втіхи.

[323] *Правило десяте.* Той, хто відчуває втіху, має думати про те, як діятиме, коли знову переживатиме спустошення, і накопичувати нові сили на цей час.

[324] *Правило одинадцяте.* Відчуваючи втіху, потрібно якомога більше впокорюватися та принижуватися, розмірковуючи про те, як мало ми варті під час спустошення, позбавлені ласки або втіхи. Навпаки, переживаючи спустошення, слід думати про те, що тієї ласки, яку маємо, достатньо, щоби протистояти всім ворогам, звернувшись по допомогу до свого Творця і Господа.

[325] *Правило дванадцяте.* Своєю поведінкою ворог нагадує жінку; він виявляє слабкість, коли нашттовхується на опір, і силу, коли дозволяємо йому діяти. Коли жінка свариться з чоловіком, який рішуче опирається, то зазвичай занепадає духом і тікає; якщо ж, навпаки, у чоловіка не вистачає духу, і він починає поступатися, то гнів, мстивість і злість жінки стають майже безмежними. Так і ворог, як правило, слабне, втрачає відвагу і відступає зі своїми спокусами, коли той, хто займається духовними вправами, рішуче протистоїть його спокусам, чинячи прямо протилежне. Якщо ж, навпаки, зіткнувшись віч-на-віч зі спокусами, починаємо боятися і занепадати духом, то не знайдеться на землі жорстокішого звіра, ніж ворог роду людського, коли з незмірною підступністю заходиться здійснювати свої прокляті наміри.

[326] *Правило тринадцяте.* Поза тим, ворог діє як спокусник, потай, роблячи все, щоби його не виявили. І справді, негідник, намагаючись лукавими словами звабити доньку щановного батька або дружину доброго чоловіка, прагне, аби його слова та намовляння залишалися в таємниці. Навпаки, він страшенно невдоволений, коли донька батькові чи дружина чоловікові розкриває його оманливі слова й облудні наміри, бо ж добре бачить, що йому вже не вдасться довести справу до кінця. Так само й ворог людського роду, наражаючи праведну людину на свої хитрощі та намовляння, хоче, щоби вона приймала і зберігала їх у таємниці. Проте коли людина відкриває їх перед досвідченим сповідником чи іншою духовною особою, обізнаною з його лукавством та злістю, то це аж ніяк не припадає йому до вподоби,

бо ж він одразу бачить, що не зможу успішно звершити свій підступний намір, оскільки його хитрощі виявлено.

[327] *Правило чотирнадцяте.* Можна скористатися ще іншим порівнянням: ворог поводиться як полководець, котрий хоче захопити і пограбувати якесь місто. Як воєначальник, розклавши табір та з'ясувавши силу і план фортеці, атакує її з найслабшого боку, так і ворог людського роду кружляє довкола людини, вивідучи звідусіль всі наші богословські, засадничі та моральні чесноти, а тоді нападає і намагається захопити нас там, де знаходить найслабше місце, яке найбільше потребує засобів для того, аби сягнути вічного спасіння.

[ПРАВИЛА, БІЛЬШЕ ПРИДАТНІ ДЛЯ ДРУГОГО ТИЖНЯ]

[328] ПРАВИЛА, ЩО СЛУЖАТЬ ТІЙ ЖЕ МЕТІ – КРАЦЬОМУ РОЗПІЗНАВАННЮ ДУХІВ; БІЛЬШ ПРИДАТНІ ДЛЯ ДРУГОГО ТИЖНЯ

[329] *Правило перше.* Богові і Його ангелам властиво, впливаючи на душу, дарувати справжню радість і духовну відряду, усуваючи у такий спосіб будь-який сум чи тривогу, породжені ворогом. Для ворога натомість характерно боротися з цією радістю та духовною втіхою, використовуючи облудні міркування, тонкощі і незмінну підступність.

[330] *Правило друге.* Тільки Господь Бог може дати душі втіху без попередньої причини, бо лишень Творець має право входити в душу, виходити з неї та викликати в ній порухи, спонукаючи людину цілковито віддатися любові до Його Божої Величі. Говоримо: “без попередньої причини”, тобто без жодного попереднього відчуття чи пізнання певного предмета, завдяки якому могла б з’явитися така втіха за посередництвом власної дії нашого розуму чи волі.

[331] *Правило третє.* За допомогою попередньої причини розрадити нашу душу може як добрий ангел, так і злий, маючи при цьому протилежні цілі: добрий ангел діє задля поступу душі, себто для того, щоби вона зростала і просувалася від доброго до ще кращого; злий же ангел діє з протилежною метою, тобто для того, щоб схилити душу до своїх проклятих намірів та лукавства.

[332] *Правило четверте.* Злому ангелу, який з’являється під виглядом ангела світла, притаманно спочатку йти в тому ж напрямку, що й побожна душа, аби врешті-решт спонукати її рухатися у своєму, тобто протилежному, напрямку; так, спершу він навіть думки добрі та святі, привабливі для такої праведної душі, а потім намагається поступово сягнути своєї мети, втягуючи людину у свої приховані підступи та злі наміри.

[333] *Правило п’яте.* Слід прискіпливо стежити за перебігом своїх думок, і якщо початок, середина та кінець у них цілковито добрі і спрямовані виключно на добро, то це ознака доброго ангела. Та якщо перебіг думок, нав’язаних духом, провадить в кінці до чогось злого, або відволікає нас, або є не таким добрим, як той, що його душа мала намір здійснити попередньо, або якщо послаблює, непокоїть чи зворохоблює душу, позбавляючи її миру, тиші і супкоюю, які були їй властиві раніше, то все це виразно свідчить про те, що такі думки походять від злого духа, ворога нашого поступу і вічного спасіння.

[334] *Правило шосте.* Коли відчуємо та впізнаємо ворога людського роду за зміїним його хвостом і за злою метою, до якої провадить, то тоді душі, яку він у такий спосіб спокушав, корисно переглянути увесь перебіг добрих думок, ним нав’язаних, тобто і початок, і як крок за кроком злий дух намагався змусити її відійти від тієї розкоші та духовної радості, що в них вона перебувала, і як кінець-кінцем привів її до свого злого наміру. Цей досвід, сприйнятий і засвоєний, допоможе нам надалі уникати таких-ото характерних для ворога пасток.

[335] *Правило сьоме.* У тих, хто прямує від доброго до ще кращого, добрий ангел торкається душі лагідно, легко і м’яко, наче ото крапля води, яка всмоктується у губку; злий ангел натомість торкається душі грубо, з шумом і неспокоєм, як крапля, що падає на камінь. У тих же, хто йде від поганого до гіршого, ці духи торкаються душі у протилежний спосіб. Причиною цього є ставлення до них душі – або негативне, або позитивне. Якщо ставлення негативне, то вони входять із шумом та гамором і їх легко помітити; якщо ж ставлення позитивне, то вони входять потиху, буцім ото до власної оселі через відчинені двері.

[336] *Правило восьме.* Коли втіха з'являється без попередньої причини, то хоч у ній і немає обману, оскільки, як уже зазначалося вище [330], вона походить від Господа Бога, проте людина духовна, якій Бог дарує таку втіху, має дуже ретельно й уважно розважати над цим досвідченням і відрізнити час, коли переживаємо саму втіху, від часу, коли душа ще зберігає тепло і насичена плодами втіхи, яка вже відійшла. Бо часто саме в цей другий період ми діємо із своїх власних, звичних для нас міркувань, або ж унаслідок висновків, що впливають із наших понять та суджень, або під впливом доброго чи злого духа, часто приймаючи рішення та утверджуючись у переконаннях, які не походять безпосередньо від Бога. Відтак їх потрібно старанно обміркувати перед тим, як повністю з ними погодитися чи виконати.

[337] ПРАВИЛА, ЯКИХ ПОТРІБНО ДОТРИМУВАТИСЯ, РОЗДАЮЧИ МИЛОСТИНЮ

[338] *Правило перше.* Якщо робимо дарунки своїм кривним, чи друзям, чи особам, яких любимо, то слід при цьому керуватися чотирма міркуваннями, про які вже почасті говорилося вище [184-187], коли мова йшла про вибір. По-перше, любов, яка спонукає нас давати милостиню, має йти згори, від любови до Господа Бога, так, щоб ми заздалегідь усвідомлювали, що та більша чи менша любов, яку відчуваємо до осіб, котрих обдаровуємо, є любов'ю до Бога і що саме Бог є причиною того, що любимо їх більше за інших.

[339] *Правило друге.* Уявивши собі людину, якої ніколи не бачили і не знаємо, і припустивши, що бажаємо їй досконалости у служінні та стані життя, а також віднайдення доброї міри у розподіленні милостині задля примноження Божої слави та вдосконалення власної душі, потрібно застосувати ту ж – не більшу й не меншу – норму і дотримуватися того ж правила, що їх бажаємо іншому і вважаємо добрими для нього.

[340] *Правило третє.* Треба порозважати над тим, який спосіб і яку норму у служінні іншим хотіли б застосовувати упродовж цілого життя так, щоби й на смертному одрі не сумніватися у тому, що чинили правильно, і не відступати від них надалі у роздачі милостині.

[341] *Правило четверте.* Розмірковуючи над тим, якими постанемо у день Божого суду, треба добре подумати і про те, що б ми хотіли тоді мати за собою у служінні та виконанні своїх обов'язків, і тепер дотримуватися правил, які хотіли б бачити застосованими тоді.

[342] *Правило п'яте.* Відчуваючи прихильність чи чуттєву прив'язаність до осіб, яким хочемо дати милостиню, слід затриматися і добре обдумати подані вище чотири правила, з їхньою допомогою перевіряючи і випробовуючи свої почуття, і не давати милостині, аж доки відповідно до цих правил не усунемо свою невпорядковану прив'язаність.

[343] *Правило шосте.* Немає нічого поганого в тому, щоби брати блага, які належать Господеві Богу, і розподіляти їх, якщо Господь Бог покликав когось до такого служіння. Однак в тому, що стосується визначення тієї частини призначених для розподілення поміж іншими благ, яку використовуємо самі, криється можливість для надуживань та провини. Відтак, застосовуючи наведені вище правила [338-342], можна виправити своє життя і становище.

[344] *Правило сьоме.* З огляду як на вже зазначені причини, так і на чимало інших, завжди краще і безпечніше в тому, що стосується самого себе й утримання свого дому, скорочувати та обмежувати свої витрати; чим більше так чинитимемо, тим більше наблизатимемось до нашого Первосвященника, взірця і правила, тобто до Господа нашого Ісуса Христа. З такими міркуваннями узгоджується і рішення Третього Картагенського Собору (в ньому брав участь святий Августин), який визначив і постановив, що обстановка єпископської оселі має бути недорогою і вбогою. Такого ж правила слід дотримуватися за всіх умов життя, відповідно до становища особи. Для сімейного стану маємо приклад святих Йоакима й Анни, які своє майно розділили на три частини: одну віддали вбогим, другу – на потреби храму, а третю залишили на утримання себе і своєї сім'ї.

[345] ЗАУВАГИ, ПОДАНІ НИЖЧЕ, ДОПОМОЖУТЬ КРАЩЕ ВІДЧУВАТИ ТА РОЗУМІТИ НАДМІРНІ ДОКОРИ СУМЛІННЯ ТА НАВІЮВАННЯ НАШОГО ВОРОГА

[346] *Заувага перша.* Зазвичай під “надмірним докором сумління” (*scrupulum*) мається на увазі те, що походить від нашого власного судження і волі, а саме, коли вважаємо гріхом те, що гріхом не є. Наприклад, хтось випадково наступає на дві соломинки, які лежать хрест-навхрест, і відтак висновує собі, що згрішив, а це не що інше як помилкове судження й аж ніяк не справжній докір сумління у вузькому значенні.

[347] *Заувага друга.* Після того, як наступимо на такий хрест, чи подумаємо, скажемо або зробимо щось подібне, ззовні до нас приходять думка, що ми згрішили, проте водночас нам здається, що не грішили. Так чи інакше, а при цьому відчуваємо занепокоєння, тобто в одну мить сумніваємося, а в іншу – ні. Ось це, властиво, і є надмірний докір сумління – спокуса, що її підсовує нам ворог.

[348] *Заувага третя.* Перший із таких докорів, описаний у першій заувазі, потрібно рішуче відкинути, позаяк він цілковито хибний. Проте другий, що його змальовано у другій заувазі, може протягом певного часу значно сприяти поступові людини, яка виконує духовні вправи, оскільки неабияк очищує та омиває душу, усуваючи від неї все, що хоча б віддалено нагадує гріх, згідно з максимом святого Григорія: “Добрим душам властиво бачити провину там, де жодної провини немає”.

[349] *Заувага четверта.* Ворог уважно придивляється до того, яку душу має людина – просту чи делікатну; якщо делікатну, то намагається зробити її ще делікатнішою і в такий спосіб довести до крайности, щоб легше було її зворохобити і погубити. Якщо бачить, приміром, що людина не погоджується на жоден гріх, ні на смертний, ні на повсякденний, і навіть думки не допускає про те, щоби свідомо згрішити, то, розуміючи, що не може змусити таку людину до чогось, що хоча б нагадувало гріх, то спонукає її бачити гріх там, де його немає, наприклад, у якомусь не надто важливому слові чи думці. Якщо ж душа в людини проста, то ворог намагається зробити її ще простішою; приміром, якщо вона досі не надто переймалася повсякденними гріхами, то він спробує зробити так, щоб її не хвилювали і смертні гріхи; а якщо трохи переймалася, то щоб переймалася менше або й узагалі не звертала на них уваги.

[350] *Заувага п'ята.* Людина, яка прагне до поступу в духовному житті, має завжди діяти у спосіб протилежний тому, як діє ворог. Інакше кажучи, якщо ворог намагається зробити душу простою, то вона має дбати про те, аби зберігати чутливість. Так само, якщо ворог пробує схилити душу до надмірної чутливості, вона повинна змагати до такої міцности, яка б забезпечила їй цілковитий спокій.

[351] *Заувага шоста.* Іноді така добра душа, зберігаючи вірність Церкві чи думкам наших зверхників, хоче щось сказати чи зробити задля Божої слави, проте ззовні приходять думка або спокуса цього не казати чи не робити, щоб, наприклад, не впасти у марнославство, чи з інших подібних причин. У такому випадку слід піднести свій розум до нашого Творця і Господа, і якщо побачимо, що це відповідає нашому обов'язку служіння чи, принаймні, не суперечить йому, то маємо діяти всупереч такій спокусі, відповідаючи спокусникові словами святого Бернарда: “Не для тебе я почав і не для тебе закінчу”.

[ПРАВИЛА ДЛЯ ТОГО, ЩОБ ДУМАТИ, СУДИТИ І ВІДЧУВАТИ РАЗОМ ІЗ ЦЕРКВОЮ]

[352] ЩОБ ПЕРЕБУВАТИ НА ПРАВИЛЬНІЙ ПОЗИЦІЇ
У ВОЙОВНИЧІЙ ЦЕРКВІ, ПОТРІБНО ДОТРИМУВАТИСЯ ТАКИХ ПРАВИЛ

[353] *Правило перше.* Відклавши будь-яке власне судження, діяти так, щоб наш розум завжди був готовий виявити послух у всьому справжній невісті Господа нашого Ісуса Христа, святій матері нашій ієрархічній Церкві.

[354] *Правило друге.* Хвалити сповідь перед священником, долучення до Святих Таїнств щороку, краще – щомісяця, і ще краще – щотижня, додержуючись при цьому належних умов.

[355] *Правило третє.* Схвалювати часту участь у святій Літургії, а також співання піснеспівів, псалмів та довгих молитов у церкві і поза нею; так само й години, встановлені для відправи богослужінь церковного правила, всіляких молитов та всіх канонічних часів.

[356] *Правило четверте.* Вельми вихвалити монашество, дівицтво й утримання; також і подружжя, проте меншою мірою, ніж будь-що з переліченого попередньо.

[357] *Правило п'яте.* Вихвалити монаші обіти послуху, вбогости та чистоти й інші обіти відречення, які провадять до досконалости. Також пам'ятати, що обіти мають стосуватися того, що сприяє досягненню євангельської досконалости, то не слід давати обіти, які від цієї мети віддаляють, наприклад, обіт стати купцем чи одружитися.

[358] *Правило шосте.* Хвалити мощі святих, вшановуючи їх і молячись до святих; схвалювати стояння у храмі з нагоди певних свят, прощі, відпусти, ювілеї, хрестові походи та запалювання у храмах свічок.

[359] *Правило сьоме.* Схвалювати церковні приписи щодо постів та стриманости, наприклад, під час Великого Посту, “постів чотирьох пір року”, у навечір'я празників, у п'ятниці і суботи; також і покути, не тільки внутрішні, але й зовнішні.

[360] *Правило восьме.* Вихвалити будівлі та оздоблення церков, а також статуї та ікони, які слід вшановувати залежно від того, кого вони зображають.

[361] *Правило дев'яте.* Врешті, хвалити всі церковні заповіді, спрямовуючи розум на пошук аргументів на їхній захист, а не для того, щоби піддати їх сумнівам.

[362] *Правило десяте.* Маємо бути схильними визнавати і схвалювати як веління та розпорядження, так і поведінку наших чільників, [а не засуджувати їх]. Бо хоч у деяких випадках їхні вчинки не заслуговували і не заслуговують схвалення, та все ж докори супроти них у публічних проповідях чи у розмові з простими людьми радше викликають ремствування і згіршення, ніж приносять користь; у такий спосіб можна породити в людей обурення своїми зверхниками, чи то світськими, чи церковними. Одначе, наскільки шкідливо перед простим людом дорікати зверхникам за їхньої відсутности, настільки ж корисно повідомляти про неналежну поведінку з їхнього боку особам, які можуть цьому зарадити.

[363] *Правило одинадцяте.* Схвалювати позитивне та схоластичне богослов'я, позаяк учителям позитивного богослов'я, як-от святому Єронімові, святому Августинові, святому Григорієві та іншим властиво спонукати серця до любови до Господа і служіння Йому в усьому, тоді як схоластики, як-от святий Тома, святий Бонавентура, “вчитель сентенцій” святий Петро Ломбардський та інші, радше визначають та тлумачать, відповідно до нашого

часу, що саме потрібно для спасіння, а також для виявлення помилок та обманів і їхнього викорінення. Схоластики, що належать до пізніших часів, не тільки плідно використовують правильне розуміння Святого Письма і праць учителів позитивного богослов'я, але й, просвітлені та навчені Божою благодаттю, черпають допомогу у Соборах, канонах і постановах нашої святої Матері Церкви.

[364] *Правило дванадцяте.* Остерігатися порівнювати тих із нас, хто ще живе, і блаженними минулих часів, бо великою помилкою є говорити, наприклад, що цей знає більше, ніж святий Августин, той – то другий святий Франциск чи й ще видатніший, а он той – другий святий Павло за добротою та святістю і т.д.

[365] *Правило тринадцяте.* Щоб у всьому дотримуватися праведности, потрібно не відступати від такого принципу: “Якщо єрархічна Церква вирішить, що річ, яка мені здається білою, чорна, то і я в це віритиму”. Бо ж віримо, що між Господом нашим Ісусом Христом, Женихом, та Церквою, Його Невістою, перебуває той же Дух, який керує нами і провадить нас задля спасіння наших душ; і той же Дух, наш Господь, який дав нам десять заповідей, керує нашою святою Матір'ю Церквою і її провадить.

[366] *Правило чотирнадцяте.* Хоч те і правда, що ніхто не може спастися, якщо не призначений для спасіння і не має віри та ласки, але, говорячи та навчаючи про все це, треба бути дуже обережним.

[367] *Правило п'ятнадцяте.* Не слід виробляти у собі звичку багато говорити про призначення; якщо ж уже про це зайде мова, то говорити треба так, щоб не вводити простий люд в оману, як ото трапляється, коли кажуть: “Якщо вже визначено, спасуся я чи буду проклятий, то нічого не зміниться, поводитимусь я добре чи погано”. Відтак люди стають байдужими і занедбують вчинки, які ведуть до добра і до духовного поступу їхніх душ.

[368] *Правило шістнадцяте.* Так само треба стежити за тим, щоб не говорити багато й наполегливо про віру, нічого не розбираючи і не пояснюючи, бо таким чином даємо людям привід для байдужості та занедбання добрих справ, чи то перед тим, як здобудуть утверджену любов'ю віру, чи після того.

[369] *Правило сімнадцяте.* Подібним чином не варто надто детально і запально говорити про ласку, щоби не породжувати шкідливих для свободи волі помилок. Отож, про віру та ласку можна з Божою допомогою говорити якомога більше суто задля примноження хвали Божої Величі, проте не так і не у такий спосіб, особливо в наші небезпечні часи, щоби справи чи вільна воля зазнали шкоди чи й узагалі були зведені нанівець.

[370] *Правило вісімнадцяте.* Понад усе треба, звісно, цінувати старанне служіння Богові, породжене чистою любов'ю, проте потрібно водночас неабияк хвалити почуття страху перед Божою Величчю, позаяк не тільки синівський страх, але й страх рабський є річчю побожною і вельми святою, і якщо людині не до снаги сягнути чогось кориснішого, то він може дуже допомогти їй позбутися смертного гріха; а зробивши це, людина легко приходить до синівського страху, який цілковито прийнятний і приемний для Бога, оскільки нероздільно пов'язаний із любов'ю до Нього.