

ТЕОЛОГИЯ И РЕЛИГИОЗНАЯ ФИЛОСОФИЯ

УДК 248.1



<https://elibrary.ru/fzbbkn>

АСКЕТИЗМ – ПУТЬ ДЕЯТЕЛЬНОГО ВОСХОЖДЕНИЯ МОНАШЕСТВУЮЩИХ К НЕБЕСНОМУ ИЕРУСАЛИМУ

**Митрополит Тамбовский
и Рассказовский Феодосий
(Васнев Сергей Иванович)**

доктор теологии, кандидат богословия,
ректор Тамбовской духовной семинарии
392000, Россия, Тамбовская область,
г. Тамбов, ул. М. Горького, д. 3
E-mail: admin@eparhia-tmb.ru

Для цитирования: Феодосий (Васнев С. И.), митр. Тамбовский и Рассказовский. Аскетизм – путь деятельного восхождения монашествующих к Небесному Иерусалиму // Богословский сборник Тамбовской духовной семинарии. 2022. № 2 (19). С. 14–27. DOI: 10/51216/2687-072X_2022_2_14. EDN: FZBBKN.

Аннотация

В статье раскрывается понятие «аскетизм» в аспекте православной духовной традиции. На основе анализа Священного Писания и святоотеческого наследия дается характеристика выжженным составляющим монашеского аскетического подвига: послушанию, воздержанию, безмолвию, молитве. Используя феноменологический и системно-функциональный методы, автор актуализирует аскетические духовные упражнения, подчеркивая их универсальность и вневременной характер, определяя их как оптимальный путь для изменения поврежденной грехом человеческой природы, приобретения евангельских добродетелей и достижения духовного совершенства. Главной целью христианского подвижничества, к которому призваны не только монашествующие, но и все верующие, является соединение со Христом Спасителем, а значит, вечное спасение. В заключение автор подчеркивает благотворное воздействие аскетического подвига не только на самого подвижающегося, но и на всех тех, кто прибегает к его молитвенной помощи или духовным советам.

Ключевые слова: аскетизм; послушание; воздержание; безмолвие; молитва; духовное подвижничество.

Введение

В истории человечества всегда присутствовали противоречия между аскетическими нормами и мировоззренческими установками той или иной эпохи. Каждый, кто принимает решение удалиться от мира, нередко так или иначе противопоставляет себя сложившимся условиям бытия и своим усердным духовным деланием прокладывает путь к Небесному Иерусалиму. Настоящее исследование представляется актуальным в связи с возрождением в Русской Православной Церкви в последние десятилетия множества мужских и женских монастырей, а также важностью адаптации аскетических традиций подвижников древней Церкви к условиям нашего времени.

Цель исследования состоит в определении важнейших составляющих православной аскетической практики на свидетельствах Священного Писания, святоотеческих трудов, рассматриваемых в современном дискурсе.

В статье использованы феноменологический и системно-функциональный методы, которые позволяют дать богословскую и культурно-историческую оценку понятию «аскетизм» в рамках православной духовной традиции и выявить его сотериологический смысл.

Основная часть

Представление об аскетизме существовало еще в глубокой древности. Слово «аскетизм» происходит от греческого глагола ἄσκῆω (аскео), что означает «упражняться», «заниматься», и существительного ἄσκησις (аскезис), что переводится как «борец» или «атлет». В Православии под аскетизмом, или подвижничеством, понимается «ревность и сила пребывать в деятельном, путем подвигов (постничества, девства, отшельничества и др.), общении с Богом, по вере в Господа нашего Иисуса Христа, при

помощи благодати Божией, для обретения истинно христианской настроенности как залога к участию в Царствии Божиим»¹.

Аскетические подвиги являются средствами или упражнениями, которые христианин самоотверженно использует для обретения евангельских добродетелей и духовно-нравственного совершенства. В Послании к коринфянам апостол Павел, разъясняя, какой должна быть духовная жизнь, ставил в пример соревнующихся атлетов: «Не знаете ли, что бегущие на ристалище бегут все, но один получает награду? Так бегите, чтобы получить» (1 Кор. 9, 24). Очевидно, что победитель будет один, но шанс оказаться первым есть у всех. «Будем подвизаться так, – призывал святитель Иоанн Златоуст, – чтобы показать себя безукоризненными до конца»², и тогда получим заслуженную награду.

Природа человека была повреждена вследствие грехопадения прародителей, и поэтому внутри нас всегда присутствует тягостное противоречие, о котором апостол справедливо сказал: «Доброго, которого хочу, не делаю, а злое, которого не хочу, делаю. Если же делаю то, что не хочу, уже не я делаю то, но живущий во мне грех. <...> По внутреннему человеку нахожу удовольствие в законе Божиим, но в членах моих вижу иной закон, противоборствующий закону ума моего и делающий меня пленником закона греховного, находящегося в членах моих» (Рим. 7; 19–20, 22–23). Ощущая живущую в человеке дисгармонию, разрушение цельности личности и некий паралич воли, апостол Павел восклицал: «Бедный я человек!» (Рим. 7, 24). На самом деле, как же несчастен и беден человек, который, в результате греховного искажения естества, даже желая совершать добро, порой неспособен это сделать. Чтобы изменить природу человека к лучшему и одержать победу в борьбе со злом, необходимо, уповая на Бога, употребить усилия над своим греховным человеком, то есть совершить аскетический подвиг. Вспомним слова Христа, Который сказал, что «Царство Небесное силою берет, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф. 11, 12).

Подвижничество доступно каждому христианину, желающему быть совершенным в духовной жизни. Христос зовет: «Если

¹ Православная энциклопедия. Т. 3. Москва : Церковно-научный центр «Православная энциклопедия», 2001. С. 593.

² Толкования на 1 Кор. 9:24 // Толкования Священного Писания : сайт Введенского мужского ставропигиального монастыря Оптиной пустынь. URL: <http://bible.optina.ru/new:1kor:09:24> (дата обращения: 26.11.2021).

кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною, ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а кто потеряет душу свою ради Меня, тот обретет ее» (Мф. 16, 24–25). Крестоношение требует терпеливого и смиренного перенесения невзгод, отвержения своей плоти «со страстями и похотями» (Гал. 5, 24), всецелой преданности Христу, любви к Нему всем сердцем, всей душой, всей крепостью, всем разумением (Лк. 10, 27). Христос должен всегда находиться в центре нашей жизни, однако этому мешает чрезмерная привязанность людей к окружающему миру. Ради достижения внутренней свободы и подлинного счастья следует перестать быть рабом страстей, но на это способен только тот, кто имеет силу воли и воздержание. Святитель Иоанн Златоуст наставляет: «Презри богатство – и будешь богат. Презри славу – и будешь славен. Презри покой – и обретешь его» [Цит. по: 11, с.149].

Обретению внутреннего покоя всегда способствовали монастыри – эти духовные твердыни Православия, из которых на весь мир сияет преображающий свет жизни аскетов-подвижников. Великими наставниками в древней Церкви были преподобные Антоний Великий, Пахомий Великий, Макарий Великий, Пимен Великий, Варсонофий Великий и многие другие святые. За духовным руководством и наставлениями к ним из процветающих городов в безводные пустыни приходили люди самых разных сословий.

Одним из важнейших качеств монашествующих и основанием всех духовных подвигов должен быть отказ от своей воли, то есть послушание, ибо без послушания нет совершенства, а без совершенства нет спасения. Старцы иногда благословляли своих учеников выполнять казавшуюся бессмысленной работу. Подвижники считали, что началом всех христианских добродетелей является полное подчинение ученика своему наставнику. Святой Кассиан указывал, «что монахи никогда не могут... приобрести истинного смирения, если не научатся прежде подчинять волю свою воле начальника»³. Преподобный Иоанн Лествичник был убежден, что «признак истинной веры в том и состоит, чтобы без сомнения покоряться повелевающим, даже тогда, когда мы ви-

³ Монашеская жизнь по изречениям о ней святых отцов подвижников. Киев : Киево-Печерская Лавра, 2001. С. 29.

дим, что повеления их противны нашим ожиданиям» [2, с. 57]. А преподобный Варсонофий Великий предостерегал: «Кто хочет исполнить свою волю, тот сын диавола» [3, с. 353]. Старец Амвросий Оптинский наставлял своих учеников: «Иди, куда поведут, смотри, что покажут, и все говори: “Да будет воля Твоя!”» [4, с. 284], а преподобный Силуан Афонский говорил, что «непослушный монах никогда не познает, что есть чистая молитва. Горделивый и любящий творить свою волю, хотя бы сто лет прожил в монастыре, ничего духовного знать не будет, потому что преслушанием оскорбляет... Бога» [Цит. по: 5, с. 387].

Монах, желающий всем сердцем приблизиться к Богу, должен исполнять послушание не только внешне, но и внутренне. Подвиг телесный необходим, но в духовной жизни гораздо более ценен подвиг сердца. На пути совершенства следует научиться прежде иметь воздержание и соблюдать пост. Святитель Василий Великий учил: «...сколько отнимешь у плоти, столько придашь душе, чтобы сиять ей духовным здравием; потому что не телесными силами, но постоянством души и терпением в скорбях одерживается победа над невидимыми врагами» [6, с. 876]. О том, что у нас идет невидимая борьба с силами зла, апостол Павел говорил: «...наша брань не против крови и плоти, но против начальств, против властей, против мироправителей тьмы века сего, против духов злобы поднебесных» (Еф. 6, 12). Победить же духов тьмы, по слову Христа Спасителя, можно «только молитвою и постом» (Мф. 17, 20). Через воздержание и пост обуздывается грех. Святые отцы называют воздержание уничтожением греха, отказом от страстей, матерью целомудрия, приготовлением вечных благ, преградой для демонов, отчуждением от всего, что ведет к пагубным развлечениям. Преподобный Феодор Студит учил, что пост служит орудием для добродетелей, «если соединен со святым смирением»⁴. Смирение позволяет человеку побеждать врагов спасения. Вспомним, как диавол искушал святого Макария Великого: «Макарий! Из-за тебя я терплю великую скорбь, потому что не в состоянии победить тебя. Вот, и я все, что делаешь ты, делаю. Ты постишься – ничего вовсе не ем и я; ты бодрствуешь – и я никогда не сплю. Одно, впрочем, есть, в чем ты превосходишь меня. – Что это такое? – спросил

⁴ Монашеская жизнь по изречениям о ней святых отцов подвижников. С. 59.

его преподобный. – Смирение твое, – отвечал диавол. Вот почему я и не могу бороться с тобою» [7, с. 123].

Церковь учит, что к воздержанию и посту должен быть разумный подход. Нельзя сравнивать силы молодых и пожилых иноков, людей с крепким здоровьем и имеющих физические недуги, как нельзя сравнивать, например, свойства разных металлов и воска. Святой Варсонофий Великий говорил, что «кто ест не для услаждения себя, а по немощи телесной, Бог не осуждает его... ибо Бог не требует от человека того, что выше силы его» [3, с. 333]. Ведь главное, говорит авва Дорофей, не только соблюдать свою меру в пище, а «удерживаться от всякого другого греха»⁵. Святой Афанасий Великий свидетельствовал, что «тот не постится должным образом, кто воздерживается только от пищи: истинный пост бывает тогда, когда человек воздерживается от всякого зла. Если ты постишься, и не воздерживаешься от слов лукавых, от гнева, от лжи и клятвы, или сплетаешь на ближнего клевету, через это делаешься противником Христу»⁶. Святой Варсонофий Великий говорил своему старцу-наставнику, что его невозможность из-за болезни строго поститься не может препятствовать его праведности, ибо «пища свята, а невозможно, чтобы из доброго произошло злое. Но исходящее из уст, произникающее из сердца, удерживает человека и препятствует ему скоро достигнуть предлежащих ему обетований» [3, с. 168]. «Воздержания для каждого должно быть определяемо по его телесной силе», – наставлял святитель Василий Великий⁷.

Воздержание и пост дают монашествующим и каждому христианину увидеть свои недостатки и свое истинное духовное состояние. Это осознание приводит монаха к слезному раскаянию, которое является непременным условием спасения. «Покаяние есть первая новозаветная заповедь, вводящая во все прочие христианские добродетели», – учил святитель Игнатий Брянчанинов [Цит. по: 8, с. 418]. В покаянии «вычищается все запачканное, – писал святитель Феофан, Затворник Вышенский. – Сколько бы ни было грехов и как бы велики они ни были, все простит Господь кающемуся. <...> Кто искренне раскаялся, и разрешение

⁵ Монашеская жизнь по изречениям о ней святых отцов подвижников. С. 64.

⁶ Там же. С. 67.

⁷ Там же. С. 70.

получил от Господа... и затем... вступил на добрый путь и идет им, на того Господь благоволительно взирает, не поминая его прежнего нечестования» [9, с. 327–328].

Православные аскеты нередко избирали для себя подвиг безмолвия. В настоящее время хронический недостаток покоя называется не только на духовном, но и на физическом состоянии человека. Безмолвие необходимо для того, чтобы привести в порядок свой внутренний мир, чтобы поразмышлять о вечной жизни. Оно тем более необходимо тому, кто собирается молиться или беседовать с Богом. «Для невозмущаемого собеседования с Богом нужно погрузиться в безмолвие и хотя несколько возвести свой ум от непостоянного», – призывал святитель Григорий Богослов [10, с. 319], а преподобный Симеон Новый Богослов говорил, что «безмолвие есть лишенное беспокойства состояние ума, тишина свободной и радостной души, несмущаемое и необуреваемое основание сердца, созерцание света, познание таин Божиих, восхищение ума, чистая беседа с Богом, неусыпающее око, умная молитва, соединение и связь с Богом и, наконец, обожение и нетрудный покой в делах подвижнических» [Цит. по: 11, с. 322].

В безмолвии создаются необходимые условия для главного аскетического занятия монашествующих – молитвы. По представлению архимандрита Софрония (Сахарова), «молитва есть вершина всех аскетических деланий; она есть центр, от которого всякое иное действие черпает свою силу и утверждение. В молитве культура православного аскетизма достигает своего наивысшего проявления и совершенства. Чрез истинную молитву совершается наше вхождение в Божественное Бытие силою Духа Святого» [12, с. 119]. Молитвенное делание состоит из славословия Бога и прошений. Совершается оно с благоговением как в храме, так и келейно. В чине пострижения инока постригающий говорит: «Приме, брате (или сестро), меч духовный, иже есть глагол Божий, во всегдашней молитве Иисусовой, всегда бо имя Господа Иисуса, во уме, в сердце, в мысли и во устех своих имети должен еси, глаголя присно: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго!» Сам Господь назвал молитву главным оружием против невидимых врагов. Человеку дана возможность силой молитвы и призыванием имени Божия изгонять нечистую силу. В молитве Иисусовой содержится исповедание глубокой веры во

Христа, осознание человеком своей греховности и исходящий из глубины души вопль о помиловании. Обращение к Богу словами Иисусовой молитвы помогает монаху избежать страстных помыслов и достичь чистоты сердечной. Непрестанное призывание имени Христа, сопряженное с самоукорением, изгоняет из сердца греховную тьму и поселяет в нем свет Христов.

Предаваясь аскезе, монах посвящает время не только спасению своей души, но оказывает духовную поддержку многим людям, приходящим к нему за советами. Преподобный Паисий Святогорец был убежден, что «монах уходит далеко от мира... потому, что он любит его. Живя вдали от мира, монах своею молитвой помогает ему в том, в чем нельзя помочь по человечески, но одним лишь Божественным вмешательством» [13, с. 332]. По слову Святейшего Патриарха Кирилла, в современных условиях «комфорт проникает и за монастырские стены. Мы живем совсем не с таким напряжением физических сил, с каким жили предшествующие поколения иноков, но это не означает, что наш монашеский подвиг должен быть слабее. <...> Нужно совершать то, что является первостепенным для иноков: никогда не ослаблять молитву и никогда не останавливаться в своем развитии, в своем совершенствовании» [14, с. 31], всегда испытывать совесть.

Заключение

Православная Церковь много веков зовет людей на спасительный и радостный путь жизни во Христе. По слову митрополита Лимасольского Афанасия, она «становится духовной врачевницей: она исцеляет немощного и сокрушенного человека и возвращает ему красоту, радость и полноту образа Божия. Монашество, с этой точки зрения, – не что иное, как один из наиболее совершенных и действенных способов уврачевать падшего человека, дать ему возможность достичь той цели, ради которой в него были вложены образ и подобие Божии» [15, с. 12]. Христианин при помощи укрепляющей благодати Божией может избавиться от пагубного пленения злом и стать ревностным служителем добра. Он должен предоставить в своем сердце место Богу и дать Ему возможность там свободно действовать.

Православная аскетическая традиция предлагает человеку действенные духовные упражнения: послушание (отказ от своей воли), воздержание и пост, безмолвие, молитву. Исполнение этих аскетических правил, следование по пути исполнения заповедей Божиих открывают сердце подвижника Христу, а с Ним все проблемы, страдания и скорби становятся радостью, ибо и Христос на пути к Своему Воскресению прошел через Голгофу. Вручение себя воле Божией преображает не только монаха, но и любого христианина. Каждый может ощутить благодатный Пасхальный свет и радоваться всему, что посылает Победитель смерти и ада на пути к Небесному Иерусалиму.

Список литературы

1. *Лебедев А. И., свящ.* Российско-латинский словарь : с присоединением латинских синонимов и фраз. Ч. 3. О и П / священник Андрей Иванов Лебедев. – Москва : В типографии Августина Семена, 1826. – 220 с. – URL : <https://play.google.com/store/books> (дата обращения : 26.11.2021). – Текст : электронный.

2. *Иоанн Лествичник, прп.* Лествица / преподобный Иоанн Лествичник. – Москва : Издательство Сретенского монастыря, 2004. – 368 с. – ISBN 5-7533-0194-0. – Текст : непосредственный.

3. *Варсонофий, прп.* Руководство к духовной жизни / преподобные Варсонофий и Иоанн. – Москва : Издательство Сретенского монастыря, 2002. – 560 с. – ISBN 5-7533-0225-4. – Текст : непосредственный.

4. *Амвросий Оптинский, прп.* Душеполезные поучения преподобного Амвросия Оптинского / преподобный Амвросий Оптинский. – Козельск : Введенская Оптина пустынь, 2002. – 462 с. – ISBN 5-86594-078-3. – Текст : непосредственный.

5. *Софроний (Сахаров), схиархим.* Преподобный Силуан Афонский / схиархимандрит Софроний (Сахаров). – Сергиев Посад : Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 2005. – 464 с. – Текст : непосредственный.

6. *Василий Великий, свт.* Творения. В 2 т. Т. 1 / святитель Василий Великий, архиепископ Кесарии Каппадокийской. – Москва : Сибирская Благовонница, 2008. – 1135 с. – (Полное со-

брание творение святых отцов Церкви и церковных писателей в русском переводе ; т. 3). – ISBN 978-5-91362-053-8. – Текст : непосредственный.

7. *Димитрий Ростовский, свт.* Житие преподобного отца нашего Макария Египетского / святитель Димитрий Ростовский. – Текст : непосредственный // Жития святых. Январь : в 2 ч. / святитель Димитрий Ростовский. – Козельск : Введенская Оптина Пустынь, 1993. – Ч. 2. – ISBN 5-865-94-011-2. – С. 112–147.

8. *Михайлов, А. прот.* Богословско-аскетическая традиция преподобного Паисия Величковского и святителя Игнатия Брянчанинова / протоиерей Андрей Михайлов. – Текст : непосредственный // Жизнь во Христе: христианская нравственность, аскетическое предание Церкви и вызовы современной эпохи : VI Международная богословская конференция Русской Православной Церкви, Москва, 15–18 ноября 2010 г. – Москва : Синодальная библейско-богословская комиссия, 2012. – ISBN 978-5-98604-311-1. – С. 415–429.

9. *Феофан Затворник, свт.* Душеполезные поучения святителя Феофана Затворника / святитель Феофан Затворник. – Козельск : Введенская Оптина пустынь, 2007. – 574 с. – ISBN 5-86594-092-9. – Текст : непосредственный.

10. *Григорий Богослов, свт.* Творения. В 2 т. Т. 1. Слова / святитель Григорий Богослов, архиепископ Константинопольский. – Москва : Сибирская Благовозвонница, 2010. – 895 с. – (Полное собрание творение святых отцов Церкви и церковных писателей в русском переводе ; т. 1). – ISBN 978-5-91362-293-8. – Текст : непосредственный.

11. *Иерофей (Влахос), митр.* Православная психотерапия : святоотеческий курс лечения / митрополит Иерофей (Влахос). – Сергиев Посад : Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 2010. – 367 с. – ISBN 978-5-903102-51-8. – Текст : непосредственный.

12. *Софроний (Сахаров), схиархим.* Рождение в царство непоколебимое / схиархимандрит Софроний (Сахаров). – Москва : Паломник ; Эссекс : Свято-Иоанно-Предтеченский монастырь, 2000. – 223 с. – ISBN 1-874679-15-0. – Текст : непосредственный.

13. *Паисий Святогорец, прп.* Слова. В 6 т. Т. 2. Духовное пробуждение / блаженной памяти старец Паисий Святогорец. – 4-е изд., испр. – Суроти, Салоники : монастырь Святого Апостола и Еван-

гелиста Иоанна Богослова ; Москва : Святая Гора, 2004. – 397 с. – Текст : непосредственный.

14. *Кирилл, Патриарх Московский и всея Руси.* Слово к монашествующим : проповеди Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла в монастырях (2018–2019) / Святейший Патриарх Московский и всея Руси Кирилл. – Москва : Синодальный отдел по монастырям и монашеству : Данилов мужской монастырь, 2019. – 192 с. – ISBN 978-5-89101-653-8. – Текст : непосредственный.

15. *Афанасий, митр.* Основные этапы духовного пути монашеского. Главные трудности и препятствия. Роль игумена как духовного руководителя / митрополит Лимасольский Афанасий. – Текст : непосредственный // Монашество России и Кипра : духовно-культурные связи : Международная конференция, Никосия, Кипр, 1–2 ноября 2018 г. – Москва : Синодальный отдел по монастырям и монашеству Русской Православной Церкви : Данилов мужской монастырь, 2019. – ISBN 978-5-8901-678-3. – С. 11–21.

Статья поступила в редакцию 22.03.2022.

Статья поступила после рецензирования 04.04.2022.

Статья принята к публикации 08.04.2022.

UDC 241.8

ASCETISM IS THE PATH OF ACTIVE ASCENT OF MONKS TO HEAVENLY JERUSALEM

**Feodosy (Sergey I. Vasnev)
Metropolitan of Tambov and
Rasskazovo**

Doctor of Theology, PhD in Theology
Rector of Tambov Theological Seminary
3, M. Gorky Street, Tambov,
392000, Tambov region
E-mail: admin@eparhia-tmb.ru

For citation: Feodosy (Vasnev S.I.), Metropolitan of Tambov and Rasskazovo Asceticism is the path of active ascent of monks to Heavenly Jerusalem // Theological Collection of Tambov Theological Seminary, 2022, no. 2 (19), pp. 14–27. DOI: 10/51216/2687-072X_2022_2_14. EDN: FZBBKN.

Abstract

The article reveals the concept of “asceticism” in the aspect of the Orthodox spiritual tradition. On the basis of the analysis of the Holy Scriptures and the patristic heritage, the author gives a description of the main components of monastic ascetic feat: obedience, abstinence, silence, prayer. Using phenomenological and system-functional methods, the author actualizes ascetic spiritual exercises, emphasizing their universality and timeless character, characterizing them as the best way to change human nature damaged by sin, acquire evangelical virtues and achieve spiritual perfection. The main goal of Christian asceticism, to which not only monks, but all believers are called, is union with Christ the Savior, which means eternal salvation. In conclusion, the author emphasizes the beneficial effect of the ascetic feat not only on the one who strives, but also on all those who resort to his prayerful help or spiritual advice.

Keywords: asceticism; obedience; abstinence; silence; prayer; spiritual asceticism.

References

1. Lebedev A.I. *Rossiisko-latinskii slovar' : s prisoedineniem latin-skikh sininimov i fraz* [Russian-Latin dictionary: with the addition of Latin synonyms and phrases]. Moscow, August Semyon Publ.. At the Imperial Medical and Surgical Academy, 1925-1826. (In Russian).
2. St. John of the Ladder *Prepodobnogo ottsa nashego Ioanna Lestvichnika lestvitsa* [The Reverend Father of our John of the Ladder ladder]. Moscow, Sretensky Monastery Publ., 2004, 368 p. (In Russian).
3. St. Barsanuphius the Great *Rukovodstvo k dukhovnoi zhizni v otvetakh na voproseniya uchenikov* [A guide to spiritual life in response to the questions of the disciples]. Moscow, Sretensky Monastery Publ., 2002, 560 p. (In Russian).
4. St. Ambrose of Optina *Dushepoleznye poucheniya prepodobnogo Amvrosiya Optinskogo* [Soulful Exhortations of St. Ambrose of Optina]. Kozelsk, Vvedenskaya Optina Pustyn Publ., 2002, 462 p. (In Russian).

5. Sophrony (Sakharov), Schema-Archimandrite *Prepodobnyi Siluan Afonskii* [Venerable Silouan of Athos]. Sergiev Posad, Holy Trinity Sergius Lavra Publ., 2005, 464 p. (In Russian).

6. St. Basil the Great *Dogmatiko-polemicheskie tvoreniya. Ekzegeticheskie sochineniya. Besedy* [Dogmatic-polemical works. Exegetical writings. Talks]. Writings, in 2 volumes. Moscow, Sibirskaya blagozvonitsa Publ., 2008, vol. 1, 1135 p. (In Russian).

7. St. Dimitry of Rostov *Zhitie prepodobnogo ottsa nashego Makariya Egipetskogo* [The life of our venerable father Macarius of Egypt]. *Zhitiya svyatykh, v 12 tomakh* [Lives of the Saints, in 12 volumes]. Kyiv, 2002, vol. 1, January, 982 p. (In Russian).

8. Mikhailov A., Archpriest Bogoslovsko-asketicheskaya traditsiya prepodobnogo Paisiya Valichkovskogo i svyatitelya Ignatiya Bryanchaninova [The theological and ascetic tradition of St. Paisius Velichkovsky and St. Ignatius Brianchaninov]. *VI Mezhdunarodnaya bogoslovskaya konferentsiya Russkoi Pravoslavnoi Tsrkvi "Zhizn' vo Khriste: khristianskaya npravstvennost', asketicheskoe predanie Tserkvi i vyzovy sovremennoi epokhi"* [6th International Theological Conference of the Russian Orthodox Church "Life in Christ: Christian Morality, the Ascetic Tradition of the Church and the Challenges of the Modern Era], Moscow, Probel-2000 Publ., 2012, pp. 415–429. (In Russian).

9. St. Theophan the Recluse *Dushepoleznye poucheniya svyatitelya Feofana Zatvornika* [Soulful exhortations of St. Theophan the Recluse]. Kozelsk, Vvedenskaya Optina Pustyn Publ., 2007, 574 p. (In Russian).

10. St. Gregory the Theologian *Slovo 26* [Word 26]. Collection of works, in 2 volumes. Sergiev Posad, Holy Trinity Sergius Lavra Publ., 1994, vol. 2, 680 p. (In Russian).

11. Hierotheos (Vlachos), Metropolitan *Pravoslavnaya psikhoterapiya: svyatootecheskii kurs lecheniya* [Orthodox psychotherapy: patristic course of treatment]. Sergiev Posad, Holy Trinity Sergius Lavra Publ., 2010, 367 p. (In Russian).

12. Sophronius (Sakharov), Schema-Archimandrite *Rozhdenie v tsarstvo nepokolebimoe* [Birth into an unshakable kingdom]. Moscow, Pilgrim; Essex, St. John the Baptist Monastery Publ., 2000, 223 p. (In Russian).

13. St. Paisius the Holy Mountaineer *Dukhovnoe probuzhdenie* [Spiritual awakening]. *Slova. Blazhennoi pamyati starets Paisii Svyatitelya*

togorets [Words. Elder Paisius of the Holy Mountain of blessed memory] Suroti, Thessaloniki, Monastery of the Holy Apostle and Evangelist John the Theologian; Moscow, Holy Mountain Publ., 2002, vol. 2, 376 p. (In Russian).

14. Kirill, Patriarch of Moscow and All Russia *Slovo k monashestvuyushchim. Propovedi Svyateishego Patriarkha Moskovskogo i Vseya Rusi Kirilla v monastyryakh (2018-2019)* [A word to the monastics. Sermons of His Holiness Patriarch Kirill of Moscow and All Russia in monasteries (2018–2019)]. Moscow, Synodal Department for Monasteries and Monasticism; Danilov Monastery Publ., 2019, 192 p. (In Russian).

15. Athanasius of Limassol, Metropolitan *Osnovnye etapy dukhovnogo puti monashestvuyushchego. Glavnye trudnosti i prepyatstviya. Rol' igumena kak dukhovnogo rukovoditelya* [The main stages of the spiritual path of a monk. Major difficulties and obstacles. The role of the abbot as a spiritual leader]. *Mezhdunarodnaya konferentsiya "Monashestvo Rossii i Kipra: dukhovno-kul'turnye svyazi"* [International Conference "Monasticism of Russia and Cyprus: Spiritual and Cultural Relations], Nicosia, November 1–2, 2018, *Monastyrskii vestnik : ofitsial'nyi sait Sinodal'nogo otdela po monastyryam i monashestvu Russkoi Pravoslavnoi Tserkvi* [Monastic Bulletin: official website of the Synodal Department for Monasteries and Monasticism of the Russian Orthodox Church]. (In Russian). Available at: <https://monasterium.ru/doklady/monashestvo-rossii-i-kipra/osnovnye-etapy-duxovnogo-puti-monakha-glavnye-trudnosti-i-prepyatstviya-rol-igumena-kak-duxovnogo-rukovoditelya/> (accessed: 15.11.2021).

Received 22 March 2022.

Reviewed 04 April 2022.

Accepted for press 08 April 2022.