

□ **Сторонкина Ирина Михайловна** – специалист отдела по церковной благотворительности и социальному служению Выксунской епархии Русской Православной Церкви, психолог, выпускница МИЭК 2018 года.

□

На стройке работали три человека. Они выполняли одинаковую работу. Каждого из них спросили, что он тут делает.

— Я кладу кирпичи, — сказал один.

— Я зарабатываю себе на жизнь, — ответил другой.

— Я строю храм, — произнес третий.

Что для меня жизнелюбие? Прежде всего, *умение замечать* в жизни то, что составляет ее светлую сторону. Умение радоваться, удивляться, видеть красивое, видеть чудесное, благодарить, благоговеть, фантазировать, играть...

Думая об этом, вспоминаю Антония Сурожского и, казалось бы, совсем далекое от жизнелюбия покаяние. В его проповедях есть разные образы покаяния. Один образ — чистка лука. Сначала человек снимает шелуху, потом со слезами, один за другим, снимает слои и в итоге доходит до сладкой сердцевины. Другой образ — археологические раскопки. Человек медленно и аккуратно, слой за слоем, снимает землю, чтобы обнаружить, что под ней скрыто. Третий образ — постепенное освещение комнаты-души. Пока комната темна, в этой темноте ничего не видно. Чем больше становится света, тем с большей отчетливостью

видны

разные предметы, пыль, беспорядок. Как сказал кто-то из православных учителей:

«Первый признак здравия души есть

видение

грехов своих, бесчисленных, как песок морской». Умение каяться связано с умением

видеть

невидимые поначалу грехи.

Мне кажется, с жизнелюбием так же. В темной комнате скрыты не только мусор и грязь, но и радости жизни. И для того, чтобы они стали *видны*, также требуются усилия.

«Зло всегда прекрасно, соблазнительно выглядит, а добро неприметно». «Счастье не ходит с фейерверками, оно носит шапку-невидимку». Такие выражения об умении видеть хорошее, встретившись, мгновенно отпечатались в моей памяти.

Так как же заглянуть под шапку-невидимку? Как видеть радостное, удивительное, чудесное? Один из способов для меня — найти помощников, которые как бы направляют взгляд: остановись, посмотри вот сюда, взглядишь! Вот что вижу я — посмотри, чтобы тоже увидеть! И таких помощников для себя я нашла, в том числе в мире книг. Это «Вино из одуванчиков» Р. Брэдбери, «Пророк» Х. Джебрана, «Отцовство» М. Эпштейна, «Я вглядываюсь в жизнь. Книга раздумий» И. Ильина и др. Но первой и, пожалуй, самой любимой из них стала «Планета людей» Антуана де Сент-Экзюпери.

Мне хочется процитировать практически каждый абзац этой книги. Но я остановлюсь на тех немногих моментах, которые поразили меня при самом первом прочтении. Я попытаюсь показать, на какие размышления меня они наводят, что будят в душе, какие грани жизни делают видимыми.

Апельсиновые деревья, маяк и ручеек

Антуан учился на летчика. И вот пришло время первого настоящего полета с почтой по

новому маршруту. Накануне вечером к Анутану приходит его друг Гийоме, более опытный летчик, который знаком с маршрутом, по которому полетит Антуан. Они склоняются над картой. И карта оживает.

«Странный то был урок географии! Гийоме не преподносил мне сведения об Испании, он дарил мне ее дружбу. Он не говорил о водных бассейнах, о численности населения и поголовье скота. Он говорил не о Гуадиксе, но о трех апельсиновых деревьях, что растут на краю поля неподалеку от Гуадикса. "Берегись, отметь их на карте..." И с того часа три дерева занимали на моей карте больше места, чем Сьерра-Невада. Он говорил не о Лорке, но о маленькой ферме возле Лорки. О жизни этой фермы. О ее хозяине. И о хозяйке. И эта чета, затерявшаяся на земных просторах за тысячу с лишним километров от нас, безмерно выростала в моих глазах. Их дом стоял на горном склоне, их окна светили издали, словно звезды, — подобно смотрителям маяка эти двое всегда готовы были помочь людям своим огнем. Так мы извлекали из забвения, из невообразимой дали мельчайшие подробности, о которых понятия не имеет ни один географ. Ведь географов занимает только Эбро, чьи воды утоляют жажду больших городов. Но им нет дела до ручейка, что прячется в траве западнее Мотриля, — кормилец и поилец трех десятков полевых цветов. "Берегись этого ручья, он портит поле... Нанеси его тоже на карту". О да, я буду помнить про мотрильскую змейку! Она выглядела так безобидно, своим негромким журчаньем она могла разве что убаюкать нескольких лягушек, но сама она спала вполглаза. Затаясь в траве за сотни и сотни километров отсюда, она подстерегала меня на краю спасительного поля. При первом удобном случае она бы меня превратила в сноп огня...»

Меня согревает взгляд Экзюпери, выраженный в том, как он пишет. Для него и его профессия, и сама его жизнь протекают среди множества удивительных вещей.

Он живет среди других жизней. Он находится в мире, где одновременно происходит множество историй, каждая из которых важна и уникальна. На краю поля растут апельсиновые деревья. На пригорке живут своей жизнью супруги-фермеры. Ручеек течет и питает влагой скромные полевые цветы. Мир наполнен проявлениями других жизней! И эти жизни входят в жизнь летчика, соприкасаются с ней: окна фермы освещают путь, ручеек и деревья — опасность, которой нужно беречься. Мир населен, наполнен. Жизнь летчика — одна из множества жизней. По-моему, такое видение спасает от склонности заикливаться на себе и своих проблемах, сужать мир лишь до себя.

Думаю, любая дружба состоит из множества встреч. Не только дружба — любые близкие отношения. И каждая встреча может становиться еще одной ниточкой, которая связывает двух людей. Думаю, такой ниточкой стала и описанная встреча с Гийоме. Один друг помог другому. Он был рядом, поддерживал, подбадривал именно в тот момент, когда Антуан наиболее в этом нуждался. Он передал ему богатство своего опыта.

Опыт жизни одного человека может стать реальной помощью и поддержкой для другого, кто собирается пройти той же дорогой. И это повод обратить внимание и высоко оценить как собственный жизненный опыт, так и опыт других людей! Его действительно можно рассматривать как богатство, которым можно делиться, или с благодарностью принимать. По выражению Р. У. Эмерсона, «есть лишь одна честь

—
честь оказать помощь
, есть лишь одна сила — сила прийти на
помощь
».

Может быть, все дело в том, что мне самой нравится играть и фантазировать. Но мне видится, что Антуан живет не только в реальном мире, но и в мире сказки. Как сказал однажды А. В. Гнездилов: «Можно жить одновременно и в измерении реального, и в измерении сказочного». Сказочное измерение в отрывке Экзюпери — это когда супруги-фермеры вдруг превращаются в смотрителей маяка, а их горящие окна — в свет этого маяка. И, может быть, летчик становится уже не только летчиком, но и моряком. Этот моряк, покоряющий стихию, не остался без человеческой помощи. По-моему, такая сказочность может обогащать жизнь, смягчать ее, делать интереснее, разнообразнее, чудеснее.

Жизнь и ее декорации

«До чего скупы декорации, среди которых разворачивается многоликая игра человеческой вражды, и дружбы, и радостей!»

Это наблюдение человека, который видел мир свысока: «хрупкую позолоту» мира людей в окружении могущественного мира природы с ее вулканами, снегами, песками, водой.

Но меня эта фраза навела на другие размышления. То, что в нашей жизни по-настоящему происходит между людьми, мало связано с тем материальным изобилием, с массой предметов и вещей, которые окружают нас.

Думаю, это хорошо видно на работающих терапевтических группах. Комната, стулья — вот и все декорации. А суть происходящего — между человеком и человеком. И это так не только на группах, хотя в «большой жизни» больше простора, или риска, затеряться в декорациях...

Растения и люди

В «Планете людей» много дружбы и размышлений о ней. Например, такое: «Сажая дуб, смешно мечтать, что скоро найдешь приют в его тени».

А вот как это связано с дружбой: «

Старых друзей наскоро не создашь. Нет сокровища дороже, чем столько общих воспоминаний, столько тяжких часов, пережитых вместе, столько ссор, примирений, душевных порывов. Такая дружба — плод долгих лет».

Это яркая параллель между миром растений и миром людей. Когда-то мне так же запомнилась растительно-человеческая параллель у А. Лаувенг:

«Замарашки умел так хорошо концентрироваться, что он слышал даже, как трава растет.

Я встречала на своем пути нескольких людей, которые умели так хорошо сконцентрироваться, что слышали даже невысказанные мысли. Это люди, настроенные на то, чтобы услышать что-то важное, поэтому они останавливаются и прислушиваются там, где другой просто прошел бы мимо, потому что ведь все равно невозможно услышать, как растет трава или уловить что-то важное в бессмысленном бормотании психически больного человека. Трава растет далеко под ногами, так что нужно прислушиваться очень внимательно, чтобы ее расслышать, кроме того, трава растет очень медленно, так что услышать ее можно только, если не будешь спешить. К сожалению, в

нынешнем общественном здравоохранении не принято вслушиваться без спешки, как там растет трава. Тут все должно делаться быстро и эффективно, тут принято учитывать увеличение потока больных, считать количество мест и койко-дней. Борьба с неэффективностью и затягиванием лечения — дело хорошее, а вот подталкивать процессы, которые невозможно ускорить, это уже далеко не так хорошо».

Можно вспомнить и другие растительно-человеческие параллели. Притчи из Евангелия. «Душеполезные поучения» аввы Дорофея, в одном из которых он просит молодых монахов выдергивать из земли кипарисы — от совсем маленьких до совсем больших. Таким образом он дает им урок искоренения страстей, «свежесажённых» в душу и уже укоренившихся в ней. «Отелло» Шекспира, где Яго сравнивает чувства с садом: можно одни растения удобрять, а другие искоренять. Можно вспомнить и повседневные выражения: вялый человек, цветущий человек, человек с корнями и т.д. Все это вместе призывает обратить внимание: и в человеческой жизни есть «растительные ритмы». Много растет медленно, очень-очень долго! И в то же время растет каждый день.

Это настраивает на реалистичное восприятие временных масштабов того, что происходит в жизни: отношений с другими, профессии, репутации, дел, болезней, выздоровления... Все это долго становилось таким, какое есть сейчас. Либо, если что-то только начинается, ему предстоит долго расти.

Также это настраивает на значимость каждого дня. Каждый день, каждая встреча, каждое действие (или бездействие) вносит лепту в созидание чего-то важного. Как написал Кьеркегор:

«...личность непрерывно и неудержимо стремится вперед, закладывая по пути осно-вания то тому, то другому...»

. Действия обязательно являются поливом и удобрением для чего-то — или для наших дубов, которые мы хотим вырастить, либо для сорняков. Даже если это небольшие действия. Думаю, не случайно Экзюпери в своей известной молитве просит: «Господи, научи меня искусству маленьких шагов».

Первооткрыватель под небесной яблоней и следы времени

Поломка заставила Антуана приземлиться на небольшой ровной каменной площадке в горах. Обойдя ее всю, он понял, что со всех сторон эта площадка оканчивается пропастью. Он первый, кто попал в это место с воздуха.

«Надо было лететь, искать более подходящее место, но я замешкался. Быть может, это ребячество, но так радостно ощущать под ногами землю, по которой ни разу еще не ступали ни человек, ни животное. Ни один араб не взял бы приступом эту твердыню. Ни один европейский исследователь еще не бывал здесь. Я мерил шагами девственный, с начала времен не тронутый песок. Я первый пересыпал в ладонях, как бесценное золото, раздробленные в пыль ракушки. Первым я нарушил здесь молчание. На этой полярной льдине, которая от века не взрастила ни единой былинки, я, словно занесенное ветрами семя, оказался первым свидетельством жизни.

В небе уже мерцала звезда, я поднял к ней глаза. Сотни тысяч лет, думал я, эта белая гладь открывалась только взорам светил. Незапятнанно чистая скатерть, разостланная под чистыми небесами. И вдруг сердце у меня замерло, словно на пороге необычайного открытия: на этой скатерти, в каких-нибудь тридцати шагах от меня, чернел камень. Под ногами лежала трехсотметровая толща спрессованных ракушек. Этот сплошной

гигантский пласт был как самый неопровержимый довод: здесь нет и не может быть никаких камней. Если и дремлют там, глубоко под землей, кремни — плод медленных превращений, совершающихся в недрах планеты, — каким чудом один из них могло вынести на эту нетронутую поверхность? С бьющимся сердцем я подобрал находку — плотный черный камень величиной с кулак, тяжелый, как металл, и округлый, как слеза. На скатерть, разостланную под яблоней, может упасть только яблоко, на скатерть, разостланную под звездами, может падать только звездная пыль, — никогда ни один метеорит не показывал так ясно, откуда он родом.

И естественно, подняв голову, я подумал, что небесная яблоня должна была уронить и еще плоды. И я найду их там, где они упали, — ведь сотни и тысячи лет ничто не могло их потревожить. И ведь не могли они раствориться в этом песке. Я тотчас пустился на поиски, чтобы проверить догадку.

Она оказалась верна. Я подбирал камень за камнем, примерно по одному на гектар. Все они были точно капли застывшей лавы. Все тверды, как черный алмаз. И в краткие минуты, когда я замер на вершине своего звездного дождемера, предо мною словно разом пролился этот длившийся тысячелетия огненный ливень».

Очень радостно и волнующе делать открытия. Но в каких условиях это возможно? Обязательно ли забираться так далеко, как Антуан? Мне кажется, что открытия ждут не только где-то там, но и где-то рядом. Нужно только присмотреться. Может быть, «замешкаться», проявить «ребячество», как в описанной ситуации.

Мне не раз доводилось слышать, как кто-то с пренебрежением говорит о ком-то из своих близких: «Да я его знаю как облупленного» или что-то в этом роде. Но не слишком ли это самонадеянно? Ведь люди полны тайн, неожиданностей. Только ведь эти неожиданности находятся где-то за гранью привычного, обыденного. Они скрыты, и не без причин. Разве не удивительно, что, к примеру, на терапевтической группе человек вдруг рассказывает то, чего не говорил, может быть, никому из своей «большой жизни»? Разве не удивительно, что только в очень краткосрочных и специфических условиях группы появляется возможность прожить то, что в «большой жизни» невозможно прожить годами, десятилетиями? Точно ли мы знаем, что бы сказали наши супруги, дети, родители, родственники, друзья, коллеги, знакомые, если бы без нас оказались на терапевтической группе, ища избавления от душевной боли? Действительно ли мы «знаем их как облупленных»?..

Возвращаясь к открытию Антуана. Мне кажется, особенно волнительно прикоснуться к тому, что, как и «тысячелетний огненный ливень», несет на себе следы времени. Может быть, даже очень и очень отдаленного от нас времени.

Как-то встретила в Интернете статью под названием «О красоте и мудрости по-японски». Если ей верить, одна из составляющих красоты для японцев такая: «Считается, что время способствует выявлению сущности вещей. Поэтому японцы видят особое очарование в следах возраста. Их привлекает потемневший цвет старого дерева, замшелый камень в саду или даже обтрепанность — следы многих рук, прикасавшихся к краю картины. Вот эти черты давности именуется словом «саби», что буквально означает

«ржавчина». Саби, стало быть, это неподдельная ржавость, архаическое несовершенство, прелесть старины, печать времени».

Большие деревья, опадающие листья, обветшавшее жилище, разбитый асфальт, морщины, седина и память пожилого человека — вот повседневные следы времени, к которым можно прикоснуться.

И, конечно же, отрывок о небесной яблоне также содержит в себе жизнь в реальности и в сказке одновременно.

Все это можно обратить в вопросы к себе. Эти вопросы могут расширять мир до той степени, чтобы он становился вызывающим жизнелюбивые переживания.

— Смотрю ли я вокруг себя? Останавливаюсь ли, чтобы приглядеться?— Среди каких жизней проходит моя жизнь? Вижу ли я их? Где наши жизни соприкасаются? Чем мне важны, интересны истории других жизней?

— Осознаю ли я «малые шаги», которые делаю? Вкладом в какой результат является каждый мой шаг? К какому будущему я иду и к какому хочу прийти?

— Ценю ли я свой жизненный опыт и опыт других людей?

— Вижу ли я сказочное, чудесное в жизни?

— Замечаю ли я новое? Радуюсь ли открытиям? Присматриваюсь ли к окружающим людям? Не впала ли я в самонадеянность на счет них?

— Отличаю ли я суть происходящего от декораций?

— Вижу ли я красоту?

Литература:

О красоте и мудрости по-японски.

URL:

https://www.perunica.ru/vokrug_sveta/6389-o-krasote-i-mudrosti-po-yaponski.html

Кьеркегор С. Или – или. Издательство Русской Христианской гуманитарной академии, 2000

Лауенг А. Однажды я всегда бывала львом. Бахрах-М, 2015

Сент-Экзюпери А. Планета людей. М: Эксмо, 2015

□