

A full-page photograph of a man with white hair and a beard, wearing a brown robe, standing in a grassy field and looking towards a small, rustic wooden chapel with a steeple. The chapel is built of dark wood and has a steep roof. In the foreground, a small stream flows through the grass. The background shows a forested hill under a cloudy sky.

Сергей Кабанов

Купель

Сергей Кабанов

Купель

«Автор»

2026

Кабанов С. В.

Купель / С. В. Кабанов — «Автор», 2026

Он потерял всё: бизнес, друзей, смысл. И приехал в деревню, где ничего не ждал. Но там его ждал старец Фёдор, который не давал готовых ответов — он просто показывал жизнь: воду, землю, молитву, труд. Шаг за шагом Степан учился заново дышать, прощать, верить и любить. Это не просто история о переменах. Это книга-возвращение — к себе, к природе, к Богу. Тихое, глубокое чтение для тех, кто ищет покой и настоящую жизнь за пределами суеты.

© Кабанов С. В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Сергей Кабанов

Купель

Глава

Глава 1. Золотая тропа

«Бог закрывает одну дверь, чтобы открыть другую — но сначала надо её заметить»

Солнечный день. Природа, наконец, расправила плечи. Слепой дождь нежно ласкал кроны деревьев, будто умывая мир перед важным событием. Старик с ведром, идущий от колодца, встретил молодого человека. Увидев его потухший взгляд, он остановился:

— Чему печалишься, молодец?

Подняв взгляд, молодой человек проговорил:

— Всё хорошо. Вы не подскажете, где я смогу снять жильё? Я впервые в ваших краях.

Старик поставил вёдра и промолвил:

— Что ж думать? Можешь заехать ко мне. Холупа у меня не столь обширная, как люди в основном любят, но где поспать — найдётся.

Молодой человек улыбнулся:

— Я вам признателен, но позвольте сразу объяснить: на данный момент я потерял всё, что у меня было. Но остался трудолюбив. Физически я смогу помочь больше, чем деньгами. Собственно, поэтому я и приехал в такую даль.

Старик засмеялся:

— Ну что ты! Снимай последние штаны, всё отдай за крышу над головой. Зачем так старика смешишь? Меня зовут Фёдор Михайлович. Будем с тобой обживаться как сможем, деньги себе оставь. Мне они на что? Как бумагу их не используешь — слишком ценные для этого. Земля нас кормит, природа лечит. Пошли лучше в дом.

Молодой человек протянул руку:

— Меня зовут Степан.

Пройдя в дом, старик промолвил:

— Ну раз ты у меня в гостях, знай: у меня все свои. Стеснение не уместно. Сейчас накроем стол, чтоб перекусить с дороги. Всё в твоём распоряжении. Вот холодильник, в под-

вале много чего — тоже пользуйся. Во дворе баня, мастерская, все удобства для жизни. Воду я ношу с колодца, там же и купель — наша освящённая.

Накрыв стол, старец вновь проговорил:

— Не люблю лезть в жизни чужие, но вижу в глазах твоих вопрос стоит. Чем смогу — помогу. Только давай сперва пробуем, чем Бог миловал.

Старец поднялся, перекрестился, поблагодарил Бога за пищу и за гостя, и они приступили к трапезе. Степан удивлялся, насколько вкусной может быть простая еда, сделанная со своего огорода и с любовью.

Окончив еду, Степан сказал:

— У меня был свой ресторан. Сидя у вас, я понимаю, чего мне не хватало в нём. Деревенской простоты. Для полноты вкуса.

Старец спросил:

— Ресторан? Любишь кормить людей?

— Да, я люблю видеть счастливых людей. А чем человек сытнее, тем он счастливее.

— Как я понимаю, вкус еды ты познал. Живущие в достатке не все знают настоящего вкуса. Прошёл через трудности?

Степан, вспоминая, промолвил:

— Да, прошёл через многое. Война не обошла меня стороной. Собственно, с неё всё и началось.

Старик внимательно слушал:

— С войны — открыть ресторан? Очень удивительно. Что ж такое должно было произойти?

Степан начал рассказ:

— Я там встретил ангела. Не знаю, откуда на поле боя взялась женщина, но, увидев её, я всё прочее забыл. Я стремился в атаку со своими ребятами. Неожиданно в стороне я увидел её. Она не похожа ни на кого из существующих на земле. Мой шаг замедлился и вовсе остановился. Прогремел взрыв, и меня откинуло в сторону, оглушило и присыпало землёй. Больше я эту женщину не видел. По окончании войны я вновь и вновь её вспоминал. — Степан улыбнулся. — Даже стих о ней написал. Правда, не издал.

Фёдор Михайлович поинтересовался:

— А прочесть сможешь?

Степан достал из барсетки старый блокнот и начал читать:

Твой ангельский лик не забыть никогда,
Ты рядом, ты в сердце со мною всегда.
Я помню те дни и бессонные ночи,
Тоскую о них, соскучился очень.

Пусть видел лишь раз тебя в своей жизни,
В тяжёлые дни, глядя смерти в глаза.
Но ты появилась — и сердце утихло,
И ты поселилась в нём навсегда.

Хотел я друзьям описать твою внешность,
Но понял — нет на земле таких слов.
Ты словно с небес спустилась к нам, смертным,
Забрать чтоб с собою нашу любовь.

Ты чудо, явившееся мне как награда,
Иль Бог нашей встречи меня наказал,
Чтоб помнил тебя — ведь других мне не надо,
Разлучив нас, он всё у меня отобрал.

Покажись мне хоть раз, хоть на пару мгновений,
Улыбнись, помаши на прощанье рукой.
Я буду рад — мне придёт вдохновенье,
В деле своём я стану скалой.

Создам в твою честь своё направление,
Чтоб ты была вечно со мной.
Благодарен я Богу — я смысл жизни познал,
И выбор дороги, и путь свой узнал.

Я болен тобой, но лекарства не надо,
Сжигая мосты, я иду по огню.
Ведь если позвал — отступить я не в праве,
Спасибо, что мы повстречались в бою.

Старец промолвил:

— Пути Господни неисповедимы. Очень интересный факт, но об этом позже. Ты просто скажи для начала: сдержал своё слово? Пошёл путём своим?

Степан закрыл блокнот:

— Да. Я взял волю в кулак и пошёл вперёд. Не гнался за деньгами, больше стремился помочь людям. Так и появился ресторан «Незнакомка».

Старик уточнил:

— Человек, который сдержал слово перед той, которой в глаза ничего не обещал, — сам Господь помогает таким людям. А если ещё и стремился людям помочь, такому крах не грозит. Что же могло случиться?

Степан сказал:

— Как стали появляться хорошие деньги, люди стали попадаться не те. Все пытались урвать побольше. Пошли в ход кредиты. Когда зашёл в тупик, поставил всё на кон. В итоге без всего и остался. Но я не жалею. Жизнь была красивая, сияла яркими красками. Много было друзей, любимая женщина — в жизни было всё. После краха все отвернулись, но я и этому рад. Не люблю быть кому-то обузой.

Фёдор Михайлович улыбнулся:

— Дело не совсем в тех людях. Дело больше в стремлении. Ты стремился помочь людям — мир стремился дать тебе успех, чтоб возможности помочь выросли. Ты стал стремиться к деньгам — мир так же стал к ним стремиться. Ты отдаёшь — тебе отдают. Не жадничай бедному куску хлеба — Бог тебе даст не достающего куску злата. Богу не важно, что дать тебе. Ты дал человеку то, в чём он нуждался. Бог даст тебе то, в чём ты нуждаешься. Не важно, сколько это будет стоить — хоть полцарства за кусок хлеба.

Старец поднялся, подошёл к иконе и промолвил:

— Таинственная дева... Это очень интересно. Господь Сам ведёт тебя к чему-то. Каждому человеку Бог даёт человека, даёт ситуацию. Всё, что происходит в нашей жизни, — всё не зря. Каждый лепесточек, упавший с дерева тебе под ноги, ведёт тебя ближе к Богу и к счастью. А в твоём случае всё куда выше.

Старик повернулся к Степану:

— Ведь при первой вашей встрече она спасла тебя. Иначе ты, как и твои друзья, устремился бы в тот взрыв. Потерял бы и жизнь, а не только друзей.

Он подошёл обратно к столу и сел:

— Дама та внешне как ангел мила? Внутри сильна несравнимо. Глаза свои она не показывает, но материнским теплом успокаивает на расстоянии. Верно?

Смущённый Степан произнёс:

— То так... Но откуда вам это известно? Про глаза я вовсе не упоминал.

Фёдор усмехнулся:

— Она очень редко кому показывается. Но даже показав себя, она даёт облик, к которому люди привыкли. Старая, в капюшоне и с косой. Тебе же, по какой-то причине, она предстала в своём истинном облике.

Степан удивлённо откинулся на спинку стула:

— Вы хотите сказать... что это Смерть?

Старец улыбнулся:

— Я не хочу, я говорю. Эти стереотипы о страшной бабе с косой — неизвестно откуда взялись. Она прекрасна, потому что она не человек. Она по-настоящему прекрасна, с ней невозможно сравнить человека. Там, где она обитает, всё по-другому. Наши фотомодели после всех обработок не дотягивают до самой скромной из тех мест. Это Божья сила. А уж старой она быть не может — ведь она бессмертна. Как время её состарит? То невозможно.

Он помолчал, глядя на Степана:

— Но её красота, хоть и божественна, имеет холодную природу. Её не забудешь и будешь беречь в сердце, но без вождления. Однако в твоём стихе его много — и я не совсем понимаю, почему.

Степан опустил глаза:

— Я помнил её. Вождления особо не было. Стих я скорее приукрасил ноткой вождления, потому что не мог выразить свои чувства иначе. Но даже так — до конца не выразил своего восторга.

Он поднял взгляд на старца:

— В вас столько мудрости... Может, сможете меня наставить?

Старик засмеялся:

— Нас учит жизнь. Какой же я старший для кого-либо? Я могу дать советы, но тебе своей жизнью управлять — не мне. Наставление надо получать у людей, достойных этого. Например, у священника. У каждого должен быть старший. Я буду очень рад быть старшим для тебя и давать по возможности советы, но ни в коем случае — не наставником. Я не настолько знаю Бога. Мне ещё стоит немало работать над собой.

Он помолчал и продолжил:

— Но как сказал великий человек Лев Толстой: «Чтобы помочь миру, начни с себя». Эта фраза вошла в века, потому что несёт огромную мудрость, которую следует каждому внедрить в жизнь. В наше время много тех, кто не учёные, а учить пытаются. Что людям кушать, что одевать. Но к чему это? Если ты работаешь над собой, живёшь как надо — люди с удовольствием твой образ жизни примут к себе. Начнут менять свою жизнь, глядя на тебя. А пустыми словами лишь себе доказываешь, что ты это слышал. Но пока не делаешь — не знаешь.

Степан сказал:

— Но ведь иногда надо и говорить.

Старец указал на Степана:

— Истина.

Затем положил руки на стол и добавил:

— Но прежде чем начать говорить, надо любить того, кому говоришь. Многие с ненавистью что-то говорят — даже мудрость может стать ножом. Когда в семье супруги друг другу истину говорят через крик, они не слышат друг друга. А сказанное с любовью принимается беспрекословно. Если есть любовь к человеку — имеешь право ему сказать. Нет любви — промолчи.

Конец первой главы. ##

Глава 2. Утро у купели

«Природа — это дыхание Бога. Кто дышит с ней — тот живёт»

Проснувшись под пение петуха, Степан умылся и вышел во двор. Солнце только взбиралось, природа наполняла радостью всё вокруг. Птицы взбадривали пением. Прохладный воздух наполнял лёгкие чистейшим воздухом. Степан посмотрел на время — 6 часов утра — и решил не будить старца. Ведь когда Степан ложился спать, тот ещё молился.

Он пошёл по двору, как вдруг из бани вышел Фёдор Михайлович.

— Я надеялся вас не разбудить, — проговорил Степан.

Старец промолвил:

— Раннее утро — самое чудесное время дня. Это как надо себя ненавидеть, чтобы его проспять?

Степан присел на корточки, провёл рукой по влажной от росы траве и сказал:

— Я согласен. Только раньше я этого не замечал.

Фёдор спросил:

— Пойдёшь со мной к купели?

Степан удивлённо проговорил:

— Вы же вчера воду набрали.

Старец улыбнулся:

— Разве всюду, куда бы ты ни шёл, надо что-то принести? Можно сходить и для здоровья.

Степан согласился, поднялся и пошёл со старцем. По дороге он спросил:

— Давайте сегодня я буду вашим помощником. Позвольте заняться хозяйством вместе с вами.

Старец промолвил:

— Во дворе я всех накормил. Можешь помочь покормить у колодца.

Степан подумал, что у колодца у старика отдельный сарай со скотом, но спрашивать ничего не стал — просто последовал за старцем.

Пройдя на место, старец дал Степану пакетик с зерном, а сам взял горсточку и насыпал на край колодца. Тут же слетелись птицы и стали собирать зёрна. Степан смотрел на этих милых созданий и начал подсыпать ещё. Некоторые птицы сели ему на руку и стали брать зёрна с ладони. Улыбка сама проявилась на лице Степана. Он посмотрел на старца, тот проговорил:

— Они любят людей. Теперь ты здесь совсем своим стал.

Покормив птиц, они подошли к купели. Старец разделся до нижнего белья и залез в воду. Степан, глядя на это, весь сжался, но старик стоял спокойно, словно в тёплой воде. Степан решил показать старцу, что он тоже так может. С трудом разделся, замерзая от утренней прохлады, и прыгнул в воду.

Всё тело сковало от холода. Речь пропала вовсе. Степан подрожал немного в этой воде и хотел выскочить, но старик оттолкнул его рукой в грудь на середину купели.

— Вода — очень милостивая среда, — промолвил он. — Она никому не навредит. Но к ней надо относиться с уважением. Либо не лезть в холодную, либо, если уже залез, сидеть, пока она тебя не примет. Иначе заработаешь себе ослабление организма.

Степан дрожащим голосом проговорил:

— А как она примет?

Старец усмехнулся:

— Не беспокойся, плавники ползут — заметишь. А если честно — тебе просто станет в ней не холодно. Скоро это настанет.

Простояв две минуты, Степан привык к воде и уже спокойно мог в ней находиться. Спустя примерно пять минут они вышли, обтёрлись полотенцами и пошли домой. По дороге Степан проговорил:

— Как хорошо взбадривает такое утро. Вы так каждый день делаете?

Старец в ответ:

— Нет, купель у меня раз в неделю. Просто ты удачно попал. Но это и в самом деле взбадривает. На ежедневной основе я просто обливаюсь водой.

Степан спросил:

— В основном люди, живущие в деревнях, живут дольше и более спокойные, сильные. Я общался с одним человеком, он сказал, что такая жизнь — из-за труда. Он трудится в огороде каждый день.

Старец сказал:

— С этим я согласен, но не совсем. Городские люди тоже трудятся. Дело не только в труде. Природа даёт необходимые силы. Она питает человека невидимо, но ощутимо. Кто бывает на природе — тот живёт полнее. А кто от неё отдаляется — тот иссыхает душой. Потому что природа — это дыхание Бога. Без неё здоровье человека тает.

Степан задумался:

— Значит, если я живу в городе, мне не вариант иметь такое здоровье?

Старец ответил:

— Тяжелее, но очень даже возможно. Природу ничто не заменит, но в каждом, даже самом большом городе, есть хотя бы маленький парк. Прогуляйся подольше, хоть раз в неделю. Лучше пробежись. Организм сам себя исцеляет. Дай ему просто сил. А движение на природе даёт их с избытком. Хотя бы два часа в неделю можно уделить пробежке? Твоё здоровье от такого станет могучим, как у богатыря.

Степан усомнился:

— Но если я не могу бегать по два часа?

Старик промолвил:

— Начни с ходьбы, потом побежишь. Ходьба медленнее наполняет, но примерно четырёх часов в неделю будет достаточно. Потом и до бега доберёшься. Только надо учитывать все аспекты природы. Если хочешь заниматься движением, обязательно нужно бывать в воде. В противном случае организм нагревается от движения, а что происходит с водой от нагрева?

Степан ответил:

— Она испаряется.

Старец продолжил:

— Верно. А без воды человеку жить тяжело. Когда человек иссыхает душой — его покидает удача, уважение, даже слава. А вода возвращает душу, успокаивает, наполняет. Бизнес

рушится, из начальства увольняют, слава уходит — всё оттого, что внутри пусто. А вода даёт полноту.

Степан удивлённо спросил:

— Но почему так?

Старик, открывая калитку, проговорил:

— Ты бизнесмен. С кем ты будешь партнёром — с истеричным, нервным, или со спокойным и рассудительным?

Степан ответил:

— Конечно, со спокойным.

Старец указал на него:

— Вот и именно. А спокойствие даёт человеку вода. Нервный, истеричный, нетерпеливый — это не плохой человек. Его организму не хватает воды. Но люди просто не все этого понимают. Плохих людей вообще нет на земле. Просто они различны: были всегда с Богом, а сейчас ещё и с природой себя разлучили.

Они вошли в баню и легли на полки. Степан хотел поддать пару, но старец запретил:

— Не стоит организм насиловать. Дай ему спокойно привыкать ко всем изменениям.

Степан сказал:

— Но ведь пару не хватает.

Старец ответил:

— Расслабься. Температура нормальная. Просто ты только что из холодной воды. Минут двадцать было прохладно, затем тело согрелось и стало жарко.

Степан начал задавать вопросы, но Фёдор Михайлович сказал, что в бане не любит разговаривать.

Выйдя из бани примерно через пятьдесят минут, они залезли в бочки с холодной водой, просидели минуты две и пошли в дом. Накрыв стол, Степан спросил:

— Почему приборы поставили на одного? По привычке?

Старец с улыбкой промолвил:

— Ты не знал, что ты практикуешь голодание? Знай!

Степан потянулся за посудой, но старик остановил его руку:

— Я давно уже не завтракаю. Отвык. Как-то и не хочется привыкать к этому.

Степан подумал и проговорил:

— Получается, что вода меняет и характер?

Старец ответил:

— Конечно. Вода очень сильно меняет характер человека. Всё в жизни вытекает одно из другого. Появилась, к примеру, мысль. Не важно какая — из мысли исходит желание, желание превращается в действие. Главное, чтобы те мысли не были греховными. Допустим, появились мысли о воровстве. Мысль рождает желание, желание перерастает в действие, действие приводит к привычке. Ведь легче своровать, чем заработать. А уже привычка строит человеку характер.

Степан спросил:

— Я понял всю эту ступень — от мысли до характера. Но в чём тут связь с водой?

Фёдор проговорил:

— Ты сильно успокоился от воды?

Степан согласно покивал, и старец продолжил:

— Ты уже совершил действие. От воды ты чувствуешь спокойствие. Если будешь продолжать раз или два в неделю пребывание в воде, твоё спокойствие дойдёт до привычки. Ты станешь привычно спокоен. Есть люди, которые просто привыкли к тому состоянию, что им не хватает воды. Они думают, что они просто нервные, но это не так. Просто сил не хватает успокоиться. А после привычного спокойствия становится спокойным характер. В связи с этим меняется всё. Если брать от природы в себя воду, землю, воздух и солнце — ты неизбежно поднимаешься в бизнесе, карьере, в семейной жизни.

Усмехнувшись, Степан спросил:

— А землю как? Купаться в грязи?

Старец встал:

— Пускать корни. А как — об этом поговорим после.

Словно кого-то ожидая, старец поставил чайник с водой. Степан спросил:

— А может, расскажете?

Старец ответил:

— Для чего тебе каша в голове? Ты больше в желудок закидывай, в голове пока про воду усвой.

Степан проговорил:

— Но ведь интересно.

Старец указал на конец деревни:

— Там на скамейке часто бабушки сидят. Вот с ними можешь поинтересоваться. А закладывать разом кучу информации — это как мне кажется, свалка.

Вскипела вода в чайнике, и в этот момент во дворе появилась девушка и прокричала:

— Фёдор Михайлович, вы дома?

Старец вышел на порог:

— Родная, мы тебя уже заждались. Проходи.

Войдя в дом, старец указал на Степана:

— Это Степан, наш гость. Его можешь не стесняться — он свой человек.

Девушка сказала:

— Меня зовут Даша. Может, хоть ты мне расскажешь, кто Фёдору Михайловичу постоянно сообщает о моём приходе? Или у него всегда чайник горячий?

Степан развёл руками:

— Только Бог может знать об этом.

Девушка села за стол и начала говорить:

— У меня, как обычно, дома трудности.

Степану стало неудобно там находиться, и он вышел.

Дарья продолжила:

— Он вообще меня слышать не хочет. Я, как вы и говорили, нежно, с любовью ему говорю о том, что надо смотреть более духовные фильмы. Вы же знаете сами, как эти боевики отравляют жизнь незаметно.

Старец промолвил:

— А зачем ты с ним воюешь?

Девушка ответила:

— Я не воюю с ним. Я спокойно объясняю, что боевик сам по себе, каким бы ни был, вносит напряжение в жизнь. А смотрящий этого и сам не замечает.

Фёдор промолвил:

— Сейчас вы и со мной спорите.

Девушка ответила:

— Я не спорю.

Старец улыбнулся:

— У меня такое ощущение, что вы и мне сейчас войну объявите.

Дарья положила руки на колени:

— Ни с кем я не воюю.

Старец продолжил:

— Я говорю: спорите. Вы говорите: нет. Это ли не спор? Вчера вечером вы кричали на мужа. Это от переизбытка любви?

Дарья произнесла:

— Нет, но я же для него стараюсь.

Фёдор поднялся:

— Всё мы стараемся, но в основном для себя. Кому надо, чтобы он изменился и вёл себя правильно? Ему и так комфортно.

Дарья опустила взгляд:

— Мне.

Старец сказал:

— Тебе тяжело. Ты от усталости с ним воюешь. Сейчас тебе надо бывать в воде, больше общаться с добрыми подругами. Наполняться природой.

Дарья хотела что-то сказать, но Фёдор жестом руки остановил её и продолжил:

— Когда будет любовь — тогда сможешь ему что-то сказать. Сейчас ты не сможешь. Только не лги себе. Ты не плохая, у тебя просто нет сил. Больше природы, больше общения.

Побудь в храме — Бог даст любви. Пока нет любви, не стоит что-то пытаться объяснить. Сейчас нет смысла начинать разговор. Займись здоровьем, общением.

Увидев в окно Степана, Фёдор продолжил:

— Давай договоримся. Я сейчас покажу, как делать. Когда сможешь так же — тогда и заговоришь. Тебе надо не спорить с его мнением. Для любого мужчины это очень важно. Если ты идёшь против его мнения — ты говоришь ему, что ты против него. Действуй наоборот. Спроси его мнение.

Увидев удивлённый взгляд девушки, старец продолжил:

— Поставь себя в позицию младшей. Спроси совета. Жена должна относиться к мужу, как церковь к Иисусу. Ставишь себя сама в позицию младшей — спрашиваешь совет, мнение. Но если он пытается тебя ставить в позицию младшей, если ещё и говорит, что ты должна к нему относиться как церковь к Иисусу, напomini ему о том, что и муж к жене должен относиться как Иисус к церкви. Он за неё себя на распятие отдал. Можешь занять позицию старшей и учить. Но старшая — это не истеричка. Это как мать. С любовью, но строго.

Выйдя во двор, Фёдор подошёл к Степану:

— Степан, можем сегодня посмотреть сериал «Избранные»? Я не совсем там всё понял. Хотел бы твоё мнение услышать.

Степан удивился:

— Если вы не поняли, как я могу понять?

Фёдор проговорил:

— Так мне нужен твой совет. Может, вместе разберёмся.

Степан согласился.

Фёдор проводил девушку к выходу и проговорил:

— Как видишь, у нас сегодня серия духовного сериала. Надеюсь, скоро и вы будете так договариваться.

Девушка дала старцу свёрток в тряпице и ушла.

Степан стоял у ворот и смотрел вслед уходящей девушки. В памяти всплывали разные фрагменты из жизни: как он познакомился на курорте с девушкой, которая стала его женой; как они с друзьями праздновали свои достижения; как Степан постоянно действовал, добивался разных вершин, как кафе стало рестораном. Сколько всего произошло в его жизни!

Девушка давно уже скрылась из виду, но Степан, не замечая ничего, всё проходил по воспоминаниям, пока в поле его зрения не оказалась тропинка к колодцу. В памяти всплыл момент их встречи с Фёдором Михайловичем. Мысли перестали нестись, как неукротимые

кони. Воспоминания пошли окрашенные жизнью. Закончилась беготня, закончились ежедневные ожидания. Мир стал ярче. Начал чувствоваться воздух, вдыхать который раньше Степан не замечал. Вспоминалась не общая картина, как ранее, а каждое событие — даже приём пищи. Словно всё стало осознанным, натуральным.

Пришла мысль, что в той беготне он и не жил вовсе. Словно жизнь только началась.

Степан вошёл в дом, где уже был накрыт обеденный стол. Он посмотрел на старца и сказал:

— Отец... можно я вас так буду называть?

Старец поднялся:

— Конечно. Для меня вы все как дети.

Степан упёрся лбом в плечо старика и тихо сказал:

— Спасибо вам.

Фёдор Михайлович взял его ладошками за скулы, поднял его голову и сказал:

— Это что ещё за печаль? Выйди из прошлого, живи сейчас. Тем более ты уже готов к дружбе с матушкой-землёй. Завтра с этого и начнём. А сегодня, чтобы не печалиться, здесь много есть второстепенных задач.

Конец второй главы. ##

Глава 3. Завтрак с матушкой-землёй

«Всё, что создано не Богом, со временем превращается в пыль»

Проснувшись, Степан вышел во двор в предвкушении, что сейчас будет задание, наполняющее землёй. Увидел во дворе Фёдора, подошёл к нему и пожелал доброго утра.

Старик, не оборачиваясь к молодому человеку, проговорил:

— Доброе утро. Зря ты обул свои кроссовки. Я в прихожей подготовил тебе подходящую обувь. Иди смени.

Степан прибежал, переобулся в галоши и вышел на огород. Старец показал молодому человеку грядки, и они начали полоть.

Когда они закончили, Степан спросил:

— Это и было наполнение землёй?

Старец, выпив воды, промолвил:

— Нет, это мы отчищали от травы огород. Хочешь начать наполняться землёй?

Степан проговорил:

— Очень.

Фёдор дал ему лопату, показал место и сказал копать. Сам пошёл заниматься другими делами.

Степан не понимал: это то самое наполнение, или им нужна яма? Когда он изрядно устал, тело сильно вспотело и загорело под солнцем, Фёдор подошёл, дал ему молоко с булочкой. Степан перекусил, и старец сказал:

— Отдохнёшь — можешь закапывать.

Степан немного посидел, закопал яму и, подходя к дому, подумал, что наполнение землёй — довольно тяжёлое занятие.

Фёдор остановил его и отправил умыться:

— Иди хорошенько отмойся, приведи себя в порядок. Ты уже готов и наполняться землёй.

Умывшись, Степан вернулся уже без того сильного желания, которое было до этого. После труда ему ничего не хотелось. Но от воды усталость ушла.

Молодой человек спросил:

— Так мы ещё не начали?

Старец улыбнулся:

— Ты не беспокойся и убери свою привычку что-то постоянно ждать. Мне надо было успокоить твой ум. Лопата с землёй хорошо в этом помогла. Пошли за мной.

Фёдор Михайлович открыл дверь в комнату, где молился. Они вошли, и старец дал молодому человеку маленькую подушку:

— Положи это себе под колени. Я сейчас встану на колени и буду молиться. Ты по желанию — можешь просто стоять на коленях, можешь молиться. Главное, чтобы твои ноги и спина были неподвижны, как дерево. Руками и головой можешь шевелить, при желании можно и креститься.

Фёдор встал на колени перед иконой и начал молитву. Степан простоял молча несколько минут, потом тоже начал молиться.

Простояв полчаса, Степан почувствовал, что вся нижняя часть тела сильно затекла. Он сел, выпрямил ноги. Неприятное ощущение в ногах не позволяло ему встать. Желая не нарушить молитву Фёдора, он выполз из комнаты и, оказавшись на кухне, немного посидел, встал на ноги и поставил чайник.

Из молитвенной комнаты вышел Фёдор и сказал:

— Ты молодец, Степан. Очень тебя хвалю за выдержку. Вообще в этой практике можно стоять ровно, можно на коленях. Молитва не обязательна. Я и называю это «пускать корни», потому что главное в этом — неподвижно стоять, как дерево. Почему я предложил совместить с молитвой? Потому что в неподвижном положении у человека активируется разум — это усиливает как молитву, так и статику.

Степан выслушал старца, немного помолчал и сказал:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.