12+

Бог в рутине

исповедь матери-философа

Мария Дженния



Мария Джения

Бог в рутине. Исповедь матери-философа

«Издательские решения»

Джения М. И.

Бог в рутине. Исповедь матери-философа / М. И. Джения — «Издательские решения»,

Мария Джения, мама четырёх дочек и журналист, убеждена: Бог приходит к женщине не только в тишине храма, но и в повседневных делах. Эта книга — честная исповедь о выгорании, поиске себя и умении находить святое в рутине. О том, как не потерять Бога среди немытой посуды и школьных тетрадей, и довериться Ему в самые темные времена.

© Джения М. И.
© Издательские решения

Содержание

БОГ В РУТИНЕ 6
ИСПОВЕДЬ МАТЕРИ-ФИЛОСОФА 7
ПРЕДИСЛОВИЕ 8
ЧАСТЬ 1. ИСПОВЕДЬ: КАК Я ПОТЕРЯЛА И НАШЛА СЕБЯ 9
ГЛАВА 2. ПЕРВАЯ ИСПОВЕДЬ: ПРИМИРЕНИЕ С БОГОМ 11
ГЛАВА 3. ГДЕ МЫ ЗАИГРАЛИСЬ? 12
ГЛАВА 4. КОГДА НЕБО МОЛЧИТ 13
ЧАСТЬ 2. БОГ В РУТИНЕ: СВЯТОЕ В ПОВСЕДНЕВНОМ 15
ГЛАВА 6. ТРЯПОЧКА НА АВТОМОЙКЕ 16
Конец ознакомительного фрагмента. 17

Бог в рутине
Исповедь матери-философа

Мария Ивановна Джения

© Мария Ивановна Джения, 2026

ISBN 978-5-0071-5101-6
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

БОГ В РУТИНЕ

ИСПОВЕДЬ МАТЕРИ-ФИЛОСОФА
Мария Джения
Аннотация

Бывает, что утро начинается не с чашки кофе, а с крышки мультиварки, которая не закрывается, с детских ссор, невыученных уроков и чувства, что ты снова всё не успеваешь. И в этой бесконечной гонке кажется, что Бог — где-то далеко. В тишине храма, на вершине горы, в уединении. Но точно не здесь, среди немытой посуды и школьных тетрадей.

Мария Джения, мама четырёх дочек, «мать-философ» и по образованию журналист, убеждена: Бог приходит к женщине не только в тишине храма, но и в её повседневных делах. Он рядом, когда ты ищешь ту самую шкурку от картошки на дне чаши, когда делишься последней тряпочкой на автомойке, когда молишься на бегу между готовкой и стиркой.

Эта книга — не учебник по духовной жизни и не слащавые истории «успешной мамы». Это честная исповедь женщины, которая прошла через выгорание в декрете, через маски «правильной прихожанки», через страх потерять себя, через отчаянное желание всё контролировать и через смирение, когда контроль пришлось отпустить.

Вместе с автором вы пройдёте путь от 23-летней девушки, которая была уверена, что всё знает, до 43-летней женщины, которая поняла, что лучше Бога не знает никто. Вы заглянете в самое сердце рутины:

· Как не сойти с ума от быта и увидеть в нём святость?

· Как любить мужа, который верит иначе, и не пытаться его переделать?

· Как отпустить взрослых детей и не потерять себя, когда гнездо пустеет?

· Как не бояться быть «ненормальной» в мире, где всё измеряется успехом?

· И как найти в себе силы выжить в бизнесе, тяжёлой промышленности и в моменты, когда небо молчит.

Эта книга для тех, кто устал. Для тех, кто ищет Бога не в горах, а на собственной кухне. Для тех, кому нужно напоминание: Он не абстракция на небесах. Он — рядом. Прямо сейчас. По каждому конкретному случаю.

Написанная с юмором, слезами и глубокой верой, эта книга станет для вас той самой тихой беседой на кухне, после которой становится легче дышать.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Здравствуй. Я Мария. И я хочу рассказать тебе, как Бог живёт в моей рутине. Я не святая. Но учусь быть ближе к Тому, чьё имя — Любовь.

Я мама четырёх дочек. Я устаю, срываюсь, иногда теряю себя в кастрюлях и школьных тетрадках. И знаю, каково это — чувствовать, что ты одна, что небо молчит, а внутри только пустота. Но я также знаю, что Бог приходит к женщине не только в тишине храма. Он приходит к ней, когда она моет посуду, ищет ту самую шкурку от картошки, делится тряпочкой на автомойке или просто замирает на минуту у окна.

Эта книга — моя исповедь. О пути от выгорания к благодарности, от желания всё контролировать — к умению доверять. О том, как я училась видеть Бога в самых обычных вещах.

Если ты сейчас устала, если тебе кажется, что ты не справляешься, если ты ищешь тишину и не находишь её — эта книга для тебя. Давай искать Бога в рутине вместе. Давай учиться любить.

ЧАСТЬ 1. ИСПОВЕДЬ: КАК Я ПОТЕРЯЛА И НАШЛА СЕБЯ



ГЛАВА 1. МАТЕРИНСТВО, КОТОРОЕ СТЕРЛО МЕНЯ

Помню время, когда дети были ещё совсем маленькими, а я даже слухом не слыхивала про личное пространство. Материнство во мне стёрло полностью личность. Кто я? Я забыла на долгие годы. Я была просто «мамой». Мамой, которая кормит, убирает, лечит, проверяет уроки и снова убирает.

Я вспоминаю сейчас, что даже покушать я не могла в тишине. Всех накормить, обслужить, проследить, чтобы поели… А сама когда садилась за стол, то кругом — «мама-мама-мам». И ещё встанут над душой, смотрят, как я ем. Я настолько атрофировалась в этом, что не понимала, что мне очень плохо в такие моменты. Я ловила себя лишь тогда, когда вся эта боль вырывалась наружу, и я становилась, как львица рыкающая.

Отлавливать это «до» я не умела. Всё было по накатанной: сначала боль копится, потом срыв, а потом все толковые, а внутри — чувство вины и раскаяние.

Когда-то по молодости мне казалось, что в разговорах мужа нет ничего толкового. Я была уверена, что знаю, как правильно. И уж точно знала, как правильно воспитывать детей. В 23 года я думала: «Ну я как-нибудь приучу его мыть посуду за собой. Приучу жить так, как надо». Я держала всё в своей голове, думала, что если я переживаю и контролирую каждую мелочь, значит, я хорошая мать, хорошая жена. А потом поняла: это была иллюзия. Я просто устала. А мир вокруг продолжал жить своей жизнью.

За время декретов я мало писала. Я вообще забыла про свои интересы. Не то что найти хобби — просто вспомнить, что мне нравится. Я всё искала, искала. Ну вот одно, другое, третье… А удовольствия — того самого, ожидаемого — не было. То готовила сыр, превратив кухню в производство, то шила платья. Дело ладилось, но я очень быстро выгорала морально.

А потом я начала искать внутри себя. В самом сердце. Честно. Не то, что «надо», а то, что действительно нравится. И оказалось — мне нравится выворачивать душу наизнанку. Доставать самые сокровенные чувства. Так, чтобы мурашки в носу. Чтобы живое слово. О добром. Стихи, публицистика о промысле Божием.

Я долго не понимала, что любовь к писательскому творчеству может быть таким же хобби, как рисовать или вязать. А потом прочитала слова русского иконописца Симона Ушакова: «Имея от Господа Бога талант иконописательства, вручённый моему ничтожеству, не хотел я его скрыть в землю, чтобы не принять за то осуждение».

Прочитала и замерла. Потому что эти слова — про меня. И, может быть, про тебя, мой читатель.

Я не святая. Я всё ещё учусь. Учусь не срываться, когда шумно. Учусь замечать Бога не только в тишине храма, но и в этой самой рутине, которая когда-то стёрла меня. Теперь я знаю: она не стёрла. Она просто подготовила место для чего-то нового.

ГЛАВА 2. ПЕРВАЯ ИСПОВЕДЬ: ПРИМИРЕНИЕ С БОГОМ

Мы в храм на исповедь собирались с подругой. Это сейчас я знаю, что такое исповедь. А тогда это было что-то страшное, неизведанное и очень сокровенное.

Мне вообще очень нравились службы. Там было спокойно для души. Я приходила в храм и словно попадала в другой мир — тихий, светлый, где можно было выдохнуть. У батюшки была семья и маленькие дети. Я помню, как смотрела на них, присутствующих на службе, и просто плакала. Мне почему-то было так умилительно видеть детей в храме. Как они крестились, что делали, как переглядывались с родителями — всё вызывало во мне эти неудержимые слёзы. Это была та самая первая благодать, которую дают нам, чтобы мы почувствовали, что дома.

И вот мы решились на исповедь. Было ли страшно? Очень. Не то слово. Мурашки по коже. Казалось, что сейчас откроется что-то такое, что перевернёт меня, и я не смогу собрать себя обратно. Подруга говорит, что она позже пошла, я не помню. Помню только, как стояла и ждала. Как сердце колотилось где-то в горле.

А я помню, как вышла с исповеди. И мир был в каких-то других красках. Это была новая реальность и новая я. Настолько физически это ощутить было нереально! Всё стало добрым каким-то и решаемым. Как будто с души сняли тяжёлый груз, о котором я даже не подозревала, потому что привыкла жить с ним. Привыкла тащить. А тут вдруг — легко.

Много было с тех пор у меня исповедей. И слёзы, и радость, и снова падения, и снова возвращения. Но самая первая исповедь запомнится навсегда. Потому что это было примирение с Богом.

Это момент, когда ты понимаешь, что не надо быть идеальной. Не надо приносить Ему красивые слова. Ты приходишь таким, какой ты есть. С тем, что болит. С тем, что стыдно. С тем, что давно пора отпустить. И Он принимает. И даёт мир. Тот самый мир, который не зависит от того, чисто ли у тебя в доме, вовремя ли сварен суп и слушаются ли тебя дети.

Ты выходишь другим человеком. Не потому что стал лучше. А потому что был прощён. И этот свет с тобой остаётся.

ГЛАВА 3. ГДЕ МЫ ЗАИГРАЛИСЬ?

Когда я только пришла к вере, в период неофитства, всё было в ярких красках и событиях. Чудеса преследовали, молодость, кровь кипела. Службы, посты, новые знакомства. Изголодавшаяся по Богу душа впитывала всё жадно. Слёзы на исповеди, ощущение, что ты наконец-то нашла свой дом.

А потом первая благодать отошла. И пришло время трудиться. Началась другая история.

Отматывая годы назад, я вспоминаю: где мы заигрались?

Как-то мы с подругой зашли в храм, гуляя по проспекту. Насладились тишиной, шептались на лавочке, пока нет службы. И вдруг я спрашиваю: «Вот смотри, сначала всё было правильно, а потом где мы свернули не туда? В книгах же написано: подвижники благочестия, они стали святыми. Значит, и мы должны. По-другому нельзя. Мы не должны быть плохими, уставшими, неверующими, гневающимися».

И мы сами не заметили, как надели на себя маски. Говорить о своей боли, усталости или сомнениях стало нельзя. Друг другу — только «спаси Господи» и на вопрос «как дела?» — «терплю…». В общем, мученицы сплошным швом. Муж не тот, дети не такие, страдания преследуют.

После таких разговоров оставался тяжёлый осадок на душе. Ведь дома-то всё было не так благообразно, как по телефону. Только поверхностно принято было говорить, что терпение и труд всё перетрут, и что все мы грешные. А где искать ту радость и любовь, которая никогда не перестаёт, — непонятно. В отношениях с близкими всё только обострялось, тревога и суета, и пустота.

В православной среде как-то не принято говорить, как это на практике. Только в основном, что это всё хорошо и это идеал. А если у тебя не так — значит, ты испорченный фрукт.

Я долго не могла понять, что со мной не так. Почему, пытаясь быть «правильной», я чувствую, что задыхаюсь? Открытие пришло совсем неожиданно и не оттуда, откуда ждали. Со временем эти проблемы стали обсуждаться в среде верующих. Мне помогла православная психология. Взгляд на себя честный. Возможность говорить о себе открыто — кому-то. И самой себе вначале признаться.

Я пока не знаю, как это выразить словами до конца. Но встреча лицом к лицу с самим собой — и есть встреча с Богом. Там, где-то в глубине сердца, я обнаруживаю, что бежала от Него. Потому что хотела сама справиться. А это невозможно. И чем дальше пытаешься быть сильной, тем хуже и больнее внутри.

Но только это по-настоящему нужно. Не маска правильной прихожанки, а живая, дышащая, иногда раненная, но настоящая душа.

ГЛАВА 4. КОГДА НЕБО МОЛЧИТ

Сталкивалась ли ты, мой читатель, с состоянием, когда на некоторые молитвы у Бога нет ответа?

Когда небо молчит. Когда ты знаешь и чувствуешь, что Он помогает во всём другом: в мелочах, в быту, в работе. Но только не в этом. Я просила Его миллион раз, а Он снова молчал.

Это было загадкой для меня. Я недоумевала: «Господи, Ты же Бог, Ты всё можешь!» Но Он не делал так, как я хотела. И сейчас я понимаю: хорошо, что не делал. Потому что через это молчание приходишь к осознанию, что не ты рулишь. А Он. И это — самое сложное, что только может быть в жизни.

Мне часто кажется, что я знаю, как мне лучше, и что мне конкретно нужно для счастья. А Он вечно подкидывает мне какие-то ситуации, где я всё больше убеждаюсь, что я не могу. Что мои силы ограничены. Что моё видение — узкое.

Своеволие — главный враг. За много лет в церкви я подметила за собой одну неприятную особенность. Я очень легко делаю то, что придумаю сама. То, что считаю нужным и правильным. А вот то, что просят другие — это уже проблема. От этого хочется бежать.

Когда-то один человек, который начал жить духовной жизнью уже давно, дал мне наводку. Он сказал почти шёпотом: «Попробуй. Там, за этими просьбами, целый мир сокрыт невидимый. Там и милосердие, там и воля Божия. Но с рассуждением, конечно, и по силам».

И это правда. Когда я начала это делать, то столкнулась прежде всего с собой. Со своим своеволием. «Я так вижу, а надо иначе». Потому что когда я делаю что-то по своей воле — это часто никому не нужно. Это нужно только моему тщеславию. А живые просьбы — это по-человечески. Ведь просить не каждый умеет.

Когда я держу что-то в своей голове, прокручиваю мысли, пытаюсь всё контролировать — я не отпускаю это. И я не впускаю туда Бога. Я как будто говорю Ему: «Спасибо, я сама справлюсь». И Он отступает. Не потому что Он не хочет помогать. А потому что я не даю Ему места. Моя голова забита вещами, как комната, в которую уже не войти.

Святые отцы говорят, что молчание Бога — это не отсутствие. Это испытание веры и любви. Мы должны принять это молчание.

Иногда нам кажется, что мы просим о чём-то хорошем. Но на самом деле то, о чём мы просим, не служит нашему спасению. Именно в такой ситуации оказался апостол Павел, который трижды молил Господа об удалении «жала в плоть». И получил ответ: «Довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи» (2 Кор 12:9).

Бог свободен. Он может ответить в нужный момент. Мы слишком мало знаем о наших нуждах и о том, каким должен быть исход наших просьб. Только Он знает, когда наступит тот благоприятный момент.

Когда кажется, что Бог молчит, я открываю Псалтирь и Евангелие. И нахожу там утешение:

— «Не бойся, ибо Я с тобою; не смущайся, ибо Я Бог твой; Я укреплю тебя, и помогу тебе» (Ис. 41:10).

— «Предай Господу путь твой и уповай на Него, и Он совершит» (Пс. 36:5).

— «Придите ко Мне, все труждающиеся и обременённые, и Я успокою вас» (Мф. 11:28).

— «Он знает путь мой. Когда испытает меня, я выйду, как очищенное золото» (Иов 23:10).

Иов взывал к Богу, но Бог молчал. Иов не понимал. Но он заявил о своей вере в то, что Бог наблюдает за ним и заботится о нём.

Молчание Бога — это не наказание. Это приглашение к смирению. К доверию. К тому, чтобы признать: не я управляю жизнью. Не я знаю, что лучше. А Он знает.

И когда я перестаю требовать ответа и просто говорю: «Да будет воля Твоя» — приходит тишина. Не пустая, а наполненная. Тишина, в которой я слышу не ответ, а Его присутствие. И этого достаточно.

ЧАСТЬ 2. БОГ В РУТИНЕ: СВЯТОЕ В ПОВСЕДНЕВНОМ

ГЛАВА 5. ШКУРКА ОТ КАРТОШКИ ИЛИ КАК НЕ СОЙТИ С УМА ДО ЗАВТРАКА

Бывает у тебя такое, что утро начинается не с кофе, а с ощущения, что всё идёт не так?

Вот и у меня однажды. Пытаюсь закрыть мультиварку, а крышка не даётся. Что-то мешает. Я и так её, и эдак — не закрывается. А вчера ещё был неприятный разговор: мол, ремонт не доделан, руки не из того места растут. И вот эти мысли с утра нахлынули не вовремя. Опять сплошная никчемность. Внутри нарастает глухая боль, которая не даёт жить новый день.

И вечером, признаюсь, не хотелось молиться совсем. Это значит, что я что-то вчера не так сделала, не осознала, обиду в себе оставила.

Я оставляю эту злосчастную крышку. Ухожу в тишину, чтобы замедлиться. Нужно понять причину. А в голове крутится: тут и обида, и ощущение, что я дала свои границы нарушить, и неправильное восприятие из-за обострённого чувства вины. Никто не хотел мне сделать больно, просто каждый беспокоится и проявляет своё беспокойство по-своему. А я свои страхи накладываю на чужие слова.

Всё получится. Начинаю обращаться к Богу, почти в панике:

— Господи, скоро дети придут завтракать, а у меня каша не сварена! Не могу крышку закрыть!

И через минуту… я просто достаю чашу. А там на дне прилипла шкурка от картошки. Обычная, маленькая, незаметная шкурка. Из-за неё мультиварка не закрывалась. Я убираю её салфеткой, ставлю чашу на место, и крышка с лёгким щелчком встаёт ровно.

И тут я слышу в сердце: «Без Меня не можете творить ничего» (Ин. 15:5).

Ну что, трудно? Да нет. Главное — вовремя вспомнить про Него. Вовремя остановиться. Вовремя попросить. И не пытаться всё тащить на себе.

Эта шкурка от картошки стала для меня символом. Как часто в жизни мы пытаемся закрыть крышку, применяем силу, злимся, обижаемся на весь мир, а проблема-то — вот она, маленькая, на дне. И решается она в одну секунду, если рядом есть Тот, Кто видит всё.

ГЛАВА 6. ТРЯПОЧКА НА АВТОМОЙКЕ

Бог говорит с нами не только через сложные обстоятельства. Иногда Он пробивается к нам через самые неожиданные мелочи. Через знаки, которые мы привыкли не замечать.

Недавно ко мне на автомойке обратился мужчина с просьбой: дать тряпочку для стёкол.

Ну и что? Скажете вы. Обычная бытовая мелочь. Но для меня в глубине души через этого человека произошёл настоящий диалог с Богом.

Во-первых, я раньше редко протирала стёкла, во мне ни капли перфекционизма в этом. Во-вторых, тряпочку я положила в машину на тот случай, что пригодится. И в-третьих, об этом никто не знал. Только я и Бог.

Бывает время, когда я теряю Бога. В душе начинается томление, ничего не мило. И Бог как будто говорит: «Ну ты же хотела всё сама, вот пожалуйста. Побудь в этом, поищи Меня, как надоест». Мне вроде и надоест уже, а я никак не вспомню, что это оттого, что я опять одна осталась.

И вот, видя, что я готова снова дружить, Он даёт мне знаки, чтобы я смогла опомниться.

В тот самый миг я подумала: ведь он её намочит. И я останусь без тряпочки. Понимаете, что она есть, что её нет. Ну ведь по сути, она мне не нужна была столько времени. А сейчас стала нужна? И он ещё вслух произносит мои мысли: «Ведь я её намочу».

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.