

Монастырь в миру

Святая Гора Афон
2016

Монастырь в миру

Более десяти лет назад в России возник спор об Иисусовой молитве или, точнее, о значении имени Иисуса Христа в деле нашего спасения. Группа монахов во главе с Антонием Булатовичем была обвинена в ереси. Настоящая книга никакого отношения к этому спору не имеет. Теоретический вопрос о том, содержится ли спасительная сила в самом имени Сына Божия или в том молитвенном состоянии, которое переживает призывающий это имя, мною не затрагивается. Молитвой Иисусовой подвизались сонмы православных святых, поэтому учение о спасительности самого подвига никем не заподозривалось и никем не осуждалось. Цель этой книги религиозно-практическая: когда больной получает от какого-либо лекарства облегчение, он, естественно, хочет передать это лекарство другому.

В этом единственное объяснение и оправдание, почему я дерзаю писать о *«Тайном поучении»*.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго»

Святой Марк Подвижник говорит, «что за надобность дьяволу бороться с теми, которые всегда лежат на земле и никогда не встают».

По словам аввы Исаии:

«Много смущает и тревожит бесов то, когда инок вооружает себя тайным поучением, которое заключается в следующей молитве: "Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго"».

Желающий подвизаться молитвой Иисусовой встает с земли, и потому дьявол сейчас же начинает бороться с ним и бесы приходят в тревогу.

Начинающему надо знать опасности, которые его ожидают:

- 1) если начинать без руководителя,
- 2) сразу начинать со многого,
- 3) постоянно ждать результатов,
- 4) пренебрегать установленной общецерковной молитвой,
- 5) не бороться со страстями.

Надо иметь руководителя

Как только человек *«встанет с земли»* и начнет творить молитву Иисусову, так дьявол сейчас же приближается к нему.

Если человек нетерпелив, дьявол действует на него так: отравляет его *«окамененным нечувствием»*.

Исчезает всякая, даже ранее бывшая, молитвенность. Холодеет сердце. Состояние тяжелой скуки, как бы оцепенения, кажется проистекающим именно от этой молитвы.

Мысли:

«Пока не молился, этого не было».

«Надо бросить. Подожду, когда явится другое настроение».

«Должно быть, я не способен к молитве – у меня ничего не выйдет».

Если человек горяч, дьявол действует так: обманывает быстрым успехом.

В первые же дни наступает блаженное состояние духа. Сердце согревается. Сладкое физическое ощущение теплоты от сердца разливается по всему телу. С первых же слов текут слезы умиления. Стоит на молитве точно не на земле, а на небе.

Мысли:

«Как легко и просто можно научиться молитве».

«Может быть, у меня особый дар».

«С первых же дней я достигаю такой высоты, что же будет дальше?»

Проходит еще некоторое время. Молится. Но все исчезло. Нет прежнего. А желание разгорелось. Дьявол «показал». Обманом дал попробовать «сладость».

Молящийся начинает «заставлять» себя, нудится. И дьявол помогает ему: нервное усилие приводит к цели – опять теплота, сладость и слезы.

Мысли:

«Охлаждение – это искушение, буду заставлять себя молиться по-прежнему».

На следующий день еще холоднее сердце и еще большими усилиями достигается нервное возбуждение. Так идет день за днем. И, силясь вернуть ускользающее, доходит человек до умоисступления.

Чем может помочь руководитель?

Самому, изнутри, определить темп (скорость) молитвенного пути невозможно. Невозможно определить самому, сколько раз надлежит повторить молитву Иисусову – надо ли увеличить время молитвы или остаться при прежнем.

Самому невозможно определить и качество молитвенных состояний.

Вот почему Григорий Синаит предостерегает «самочинников» от созерцательной молитвы. Ибо если он захочет *«приобрести ее, то одно из двух должен претерпеть: если понуждается, то прельщается и пребывает не исцелен, если же не старается – то остается без успеха на всю свою жизнь».*

Надо отдать себя руководителю. Даже неопытный руководитель лучше, чем без руководителя вовсе.

Если не умудрит Господь руководителя-духовника и он не сможет верно указать самое полезное для молящегося, он сделает великое благо уже тем, что «личную волю» молящегося, через которую действует дьявол, обезопасит, взяв в свои руки.

Не надо начинать со многого

Горячее желание достигнуть великих результатов, о которых читал и слышал подвизающийся, так не соответствует первоначальной ступени (повторение молитвы сто раз), что является желание сразу начать с большого.

Не предвидя опасности, назначают себе правило в триста, пятьсот и даже тысячу раз.

Дьявол ждет этого. Ревность обращает в гибель.

Как обучающийся игре на музыкальных инструментах, сразу не поставивший свою руку систематическим и терпеливым обучением, потом с трудом должен будет переучиваться вновь – или не научится играть никогда, – так и начавший молитву со многого не ускорит, а лишь замедлит свое «обучение молитве», если только не вовсе погубит себя.

Не научившись сосредоточивать свое внимание на малом, молящийся отдает себя во власть рассеянных мыслей, стоит на молитве беззащитный, открыв душу и не имея сил ее защитить.

Состояние его опаснее, чем рассеянность мирская.

Здесь, на молитве, душа открыта и, не имея должной сосредоточенности, дабы внимательно и зорко следить за собою, делается достоянием злых сил.

Первое время настойчивое повторение молитвы множество раз создает призрачность молитвенного подъема. За словами еще нет полноты молитвенного содержания, но есть как бы предчувствие его. Молящийся радуется этому.

Мысли:

«Я иду верным путем», «ибо никогда раньше не испытывал ничего подобного».

«Надо еще увеличить правило, тогда скорее достигну настоящей молитвы».

На деле получается иначе.

Незаполненность духовная, рассеянность внимания при раскрытости и незащищенности души приводят к следующему: в душу начинают вторгаться ощущения необычайной остроты и полной противоположности молитве. Охватывает внезапный голод. Или жажда. А чаще всего чувственное вожделение.

За ощущениями приходит мысль. Образы неожиданные, как во сне. И все это преувеличенно яркое, неестественно сильное.

Никогда в повседневной жизни мирской человек не испытывает так ни голода, ни жажды, ни вожделения.

Молящийся приходит в ужас. Изнемогает. Но встав на путь количественный, то, от чего страдает, принимает за оружие борьбы и еще увеличивает себе молитвенное правило. Это делает его еще более беспомощным. Внимание совершенно растворяется в громадном числе повторений молитвы. Руководящее внутреннее начало исчезает. Душа отдается во власть враждебных стихий.

Тогда за чувственными образами начинают вторгаться в душу мысли кощунственные, против которых возмущается все существо человека, но от которых он уже не в силах оградить себя.

И тогда или бросает молитву, или – если Господь пошлет опытного руководителя – начинает все сначала.

Не надо постоянно ждать результатов

Не надо связывать желаемых результатов с каким-нибудь сроком, хотя бы и самым отдаленным.

Нельзя говорить себе: *«Достигну того-то через месяц или через год»*. И с беспокойством следить каждый день, есть ли движение вперед.

Молящийся должен приступать с твердым решением подвизаться независимо от результатов. Хотя бы и никаких не было плодов от трудов его – продолжать начатый труд. Ибо наше дело трудиться, а плоды от Господа.

«Помилование зависит не от желающего и не от подвизающегося, но от Бога милующего» (Рим.9:16). Инок, постоянно ожидающий результатов, создает в себе ту двойственность, которая есть злейший враг молитвы.

Он уже не следит за правильностью внутренней своей работы, а внешне наблюдает за ее результатами.

Дьявол стережет молящегося и начинает втягивать его в эту забаву.

Он создает видимость совершенствования. Молящемуся начинает казаться, что вчера он чувствовал на молитве не так, как сегодня. Для него делается, как он думает, «ясно», что на пути своем он поднимается выше.

Мысли:

«Я уже на молитве чувствую себя совершенно иначе, чем вначале, через два, три месяца будет еще лучше»

Является нетерпение – скорей бы. Горячо берется за начатое. А дьявол, как бы смеясь, держит ожидаемое перед самыми глазами. Молящийся ждет его наступления каждый день, не замечая, что давно уже сбился с пути и отошел от истинной цели совершенно в другую сторону.

В молящемся создается два человека: один, оболыщенный, переживает подобие высоких молитвенных состояний, которые суть наваждения бесовские, другой наблюдает эти состояния и подгоняет первого.

Занятый этой суетной внутренней работой, молящийся не видит, куда зашел. И вот, когда эта раздвоенность дойдет до своего предела, все мнимо достигнутые результаты разом исчезнут и останется в душе невыразимая усталость, точно после тяжелой болезни. Вернуться на истинный путь будет стоить великих трудов, ибо работа была не только безрезультатна – она оставила опустошительный след в душе, усилив ту двойственность нашу, которая стоит одним из главнейших препятствий на молитвенном пути каждого.

Не надо пренебрегать установленной общецерковной молитвой

Увлекаясь молитвой Иисусовой, часто заменяют ею установленное утреннее и вечернее келейное правило, а иногда даже и церковные службы.

Новизна и сила молитвенных переживаний, внешнее удобство – возможность творить молитву про себя при всяких условиях – вводят в соблазн: является желание заменить все остальное молитвой Иисусовой.

Мысли:

«Не все ли равно, какими словами молиться? Если я через молитву Иисусову достигаю исключительного подъема, зачем мне постоянно ходить в церковь или дома вычитывать другие положенные молитвы, которые такого действия на душу мою не оказывают?»

Молитва Иисусова ни в коем случае не должна заменять собою установленных Церковью правил и служб.

Вставший на путь «замены» постепенно отходит от главного источника всех истинно молитвенных состояний – от Церкви. Соблазненный дьяволом, который внушает, что замена молитвой Иисусовой всего остального есть замена «высшим» «низшего», молящийся, как слепой, идет в духовную пропасть. Обособленный в своей молитве от молитвы общецерковной, молящийся замыкается в кругу своих личных молитвенных переживаний, услаждаясь некоторое время ими как необычайно возвышенными, доходя во время молитвы чуть ли не до новых «откровений», или впадает в прелесть: горделиво начинает мудрствовать о себе как о человеке богоизбранном, имеющем непосредственную связь с Богом, помимо Церкви, или теряет все сразу и впадает в уныние.

Сила церковной молитвы не в силе переживаемых нами ощущений, а потому и сравнивать ее и оценивать надо иначе.

Молитвенное пребывание в Церкви Христовой чрез участие в совершаемых Богослужениях, по созданному этой Церковью, водимой Духом Святым, чину является тем источником «воды живой», который можно лишь дополнять особым молитвенным правилом, а не заменять.

Оживотворяющая сила церковной молитвы заключается не в силе переживаний отдельных лиц, а в ее церковности, и потому каждый член Церкви должен быть ее участником. Безнаказанно для духовной жизни нельзя порывать молитвенной связи с Церковью, как бы она ни заменялась обособленной и единоличной молитвой.

Борьба со страстями

Какова жизнь, такова и молитва. А какова молитва, такова и жизнь. Жизнь влияет на молитву, а молитва на жизнь.

Авва Исаак Египетский говорит:

«Как без добродетелей нельзя вполне приобрести постоянного, молитвенного покоя, так и без этого покоя невозможно в точности исполнить добродетелей споспешествующих оному».

Сладость молитвенных переживаний может создать в молящемся опасное состояние духа, когда молитва становится для него «другим миром», совершенно обособленным от его жизни. Усилие на пути молитвенного подъема должно сопровождаться нравственными усилиями очистить душу свою от страстей. Ибо молитва и нравственное состояние человека внутренне связаны неразрывно.

Дьявол вносит в душу соблазн. Предавая забвению нравственные задачи, показывая мнимую прелесть молитвы, оторванной от

нравственных начал жизни, он молитвенный подвиг превращает в бесовское самоулажнение.

Мысли:

«Надо любить Бога и служить Ему – это главное, Я и делаю это главное дело. Остальное придет само собой. Я уже достиг многого – значит, путь мой верен».

Об этой страшной опасности предостерег нас Спаситель. Вот слова Спасителя:

«Не всякий, говорящий Мне: «Господи! Господи!», войдет в Царство Небесное, но исполняющий волю Отца Моего Небесного. Многие скажут Мне в тот день: Господи! Господи! не от Твоего ли имени мы пророчествовали? и не Твоим ли именем бесов изгоняли? и не Твоим ли именем многие чудеса творили? И тогда объявлю им: Я никогда не знал вас; отойдите от Меня, делающие беззаконие» (Мф.7:21 – 2:3).

А Апостол Павел говорит:

«Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я – медь звенящая или кимвал звучащий. Если имею дар пророчества и знаю все тайны, и имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а не имею любви, – то я ничто. И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а любви не имею: нет мне в том никакой пользы» (1 Кор.13:13).

Страшные слова!

Можно достигнуть кажущейся «высоты духа», можно говорить языками ангельскими и человеческими, пророчествовать, знать все тайны, можно иметь веру, переставляющую горы; можно быть подвижником, отдающим тело свое на сожжение, но нет любви – и все это ничто. Все от дьявола.

И всего страшнее, что пребывающие в этом состоянии будут заблуждаться, не будут сознавать своего состояния, будут думать, что они, не имеющие любви, «служили Богу». Чем? Молитвой!.. Твоим именем пророчествовали. Твоим именем бесов изгоняли. Твоим именем многие чудеса творили.

Но это искреннее заблуждение не будет им оправданием. Господь скажет им:

«Отойдите от Меня, делающие беззаконие»
(Мф.7:23).

Какое беззаконие?

В чем закон?

На двух заповедях утверждается весь закон и пророки.

«Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею и всем разумением твоим, возлюби ближнего твоего как самого себя; на сих двух заповедях утверждается весь закон и пророки» (Мф.22:37 – 39:40).

Делающий беззаконие – это значит нарушающий закон. А закон – «люби Бога и ближ-

него». Значит, беззаконники – это те, которые не любят Бога и ближнего. Этим беззаконников, хотя бы достигли они необычайных, кажущихся дарований, отринет Господь, ибо дарования их от беса, а путь к приобретению этих бесовских дарований – молитвенные подвиги без подвигов любви. Но как достигается любовь?

Не думает ли «молящийся», но пребывающий в страстях, что и он «любит Бога».

Истинная любовь достигается победой над страстями. Ибо любовь, по Апостолу Павлу, «совокупность совершенства» (Кол.3:14).

«Конец добродетелей есть любовь», – говорит **авва Исаия**.

Любви к Богу и ближнему препятствуют страсти. Оставить себя во власти страстей – это значит пребывать во власти дьявола. А пребывающий во власти дьявола не может любить ни Бога, ни ближнего. Как говорит **св. Максим Исповедник**: «Любовь рождается от безстрастия; безстрастие» – «от упования на Бога».

Чтобы молитва была выражением любви к Богу и ближнему и чтобы сама, в свою очередь, воспламеняла любовь, она должна быть внутренне связана с подвижническою бранью, а не отделяться в самостоятельное делание лишь для бесовского самоуслаждения.

Труден путь молитвенный

Но, как говорит **Марк Подвижник**, *«кто пренебрегает заповедью о молитве, того постигают грубейшие преступления, которые пересылают его, как узника, от одного к другому»*.

А по словам **Илии Екдика**: *«Ключ в Царство Небесное – молитва»*.

Путь молитвенный необходим для всякого, кто хочет жить не преступною жизнью.

Без трудов и скорби не возрастают добродетели в душе.

Как говорит тот же подвижник (Марк Подвижник):

«Не полагай приобрести добродетель без скорби, ибо находящийся в покое неопытен».

Поэтому не должны устрашать эти трудности и скорби. Было бы сердечное расположение – Господь поможет. Что кажется непосильным человеку, предоставленному своим силам, то достигается помощью Божией.

Но попущением Божиим враг препятствует делу нашего спасения, и надо знать все опасности предстоящего пути. Не для того, чтобы устрашаться ими, а для того, чтобы успешнее избежать их.

Кроме тех опасностей, которые ожидают человека, вооружающего себя *«тайным поучением»*, надо видеть перед собой опасности, ожидающие каждого вступающего на путь духовной жизни вообще.

Эти опасности:
от воображения,
«двоящихся мыслей»,
страстей.

Желанию встать на путь духовной жизни и молитвы обычно предшествует чтение житий святых и творений святых отцов («Добротолубие»).

Это чтение воспламеняет ревность, дает назидания и указывает на то, к чему должны стремиться мы, грешные.

Но великая польза от этого чтения может быть обращена врагом и во вред нам. Не злом, главным образом, соблазняет человека дьявол, а видимостью добра. Все доброе и полезное для души он может обратить в злое и вредное; то, что должно служить ко спасению, может превратить в гибель.

Чтение творений подвижников и описание их подвигов, пользуясь нашей духовной немощью, враг направляет на наше обольщение.

Оно состоит в следующем: при сердечном расположении к духовной жизни чтение святых отцов и описание их подвигов производит на душу впечатление необычайное. Открывается как бы новый мир, столь отличный от окружающего и столь прекрасный, что человеку не хочется отрываться от него и вновь погружаться в грубую, жестокую, грязную мирскую жизнь. Но для того, чтобы остаться там,

в этом другом мире среди подвижников, надо самому встать на тот же путь: надо идти в монахи, затворники, пустынники.

Но такой жизненный переворот требует исключительной ревности о спасении.

Чаще начинают мечтать о духовной жизни в миру, а иногда, не порывая с мирской жизнью, делают попытку от слов перейти к делу.

Но сразу постигает полное разочарование. То, что так прекрасно в книге, то, что при чтении так легко переносит душу на недостижимые высоты, при попытке попробовать самому вначале не дает ничего, кроме огорчений.

Вот поразило человека описание ночных молитвенных подвигов.

Решает: попробую вставать молиться ночью.

С непривычки трудно встать в неурочный час. Все тело точно чужое. Холодно в комнате. Глаза режет зажженный свет. Встает на молитву, поглощенный этими физическими ощущениями. Рассеянные мысли бегут в разные стороны. Заставляет себя преодолеть все это. Не удается. Через полчаса сильная усталость клонит лечь. Пытается еще некоторое время удерживать себя на молитве, но скоро видит всю бесполезность усилий и бросает.

Как это не похоже на то, что он читал, на то, что в чтении переживал так ясно, как будто бы сам участвовал в подвигах.

Мысли:

«Я не созрел еще для духовной жизни. Буду пока продолжать чтение. А там, когда немного вырасту духовно, начну».

Успокоенный такую отсрочкою, начинает чтение уже без всяких попыток самому на деле идти тем же путем.

При такой оторванности от жизни чтение подвижнических книг скоро создает самообман, что «духовное возрастание» началось.

Все читаемое так захватывает душу, кажется таким близким, точно сам читающий участвует в нем. Душою он вместе. Это он, читающий, простаивает часами на ночной молитве. Это он, читающий, отказался от своей суетной жизни и ушел в непроходимый лес. Это он питается одними кореньями и сухой травой. Это он освободился от мучительных страстей, отдал себя на служение Богу и достиг высоты духовных созерцаний.

Духовная жизнь незаметно подменяется воображением. Воображение, раздуваемое бесовскою силою, до того приближает все к действительности и тем заменяет ее, что пропадает грань между своими состояниями духа, которые есть на самом деле, и теми, о которых читается в книгах.

Когда такая подмена действительности воображением совершилась, человеку трудно встать на путь духовной жизни.

Между пережитым в воображении и сделанным на самом деле – целая пропасть.

И если человек не перейдет эту пропасть вначале – чем дальше будет идти, тем шире она будет становиться. Не замечая, он дойдет до такой оторванности от действительности, что перейти к ней будет уже невозможно, не возвращаясь назад.

Вот почему чтение духовных книг, чтобы не привести к бесовскому самоуслаждению, должно всегда сопровождаться твердым решением не только читать о духовной жизни, но и начать ею жить. И решение это не должно откладываться на неопределенное время под видом должного смирения: *«Я еще не созрел для духовной жизни»*. Ты не созрел для высоких подвигов, но начинать жить духовной жизнью и подвизаться человек должен быть готов всегда, не откладывая, ибо откладывание не есть подготовка, а лишь увеличение трудностей и скорбей на этом пути. Начинать же надо, памятуя всегда подвижническое правило:

«Если демоны будут склонять сердце твое к подвигу, превышающему силы твои, не слушай их: ибо это их обычное коварство – возбуждать человека к тому, чего совершить не может, дабы впал он в руки их и они возрадовались об нем» (авва Исаия).

Начинать надо с малого, но обязательно начинать. Чтобы подвижнический путь не переживался только в воображении, но осущест-

влялся на деле – разумеется, с самых первых его ступеней.

Если человек решает идти этим путем и действительно встает на него, тогда чтение великих творений подвижнических не будет отрывать его от действительности, а будет научать его, как идти по пути духовного совершенствования, будет воспламенять в нем желание идти дальше и давать силу в трудах и утешение в скорбях, столь неизбежных на этом пути. Лишь бы человек не откладывал переход свой от чтения к жизни.

Все это относится и к подвигу молитвенному, и в особенности к молитве Иисусовой.

Нигде так не опасна замена действительности воображением, как в молитве, потому что нигде так трудно не бывает заметить подделку.

Когда, читая о постничестве и восхищаясь состоянием бесстрастия, человек много ест и живет чувственной жизнью, разница для него самого виднее, чем когда он, восхищаясь описанием молитвенных подвигов, не молится сам, ибо эти описания дают ощущение почти молитвенное, они касаются внутренних состояний и делаются почти достоянием читающего.

Зато и вернуться от воображаемой молитвенности к действительной – труднее всего. Если человек решает поститься не только в мечтах своих, но и на самом деле, он может с

малого начинать всегда, и пост у него удался. Начать молиться, отравив себя воображаемой молитвенностью, можно только после многого времени и больших трудов.

Вторая трудность на пути духовной жизни – «двоящиеся» мысли.

Апостол Иаков говорит: «Человек с двоящимися мыслями не тверд во всех путях своих» (Иак.1:8).

Мирская жизнь, построенная на угождении страстям, лишает человека цельности. Страсти тянут его в разные стороны и разрывают душу его на части.

«Как на весах колеблется помысл предающегося сластолюбию», – говорит **Марк Подвижник**.

В миру эта расколотовость души, создающая в человеке постоянное единоборство самых противоположных мыслей, желаний, настроений, считается почти достоинством.

Это именуют «*сложностью натуры*».

Этим хвастаются, это выставляют напоказ. Считают неизбежным свойством «*натур одаренных*».

Вступающий на путь духовной жизни сразу видит, какую тяжелую болезнь выносит он из жизни мирской – именно в виде этой восхваляемой миром «сложности».

Большая часть усилий его идет на то, чтобы освободиться от «*двоящихся мыслей*», от этой

«сложности» и стать простым, т.е. «цельным», ибо где духовность, там простота и цельность.

Именно об этой простоте говорит **святой Григорий Богослов:**

«Я упражняюсь в приобретении простоты сердечной, от которой зависит спасение».

Двоящиеся мысли никогда так не страшны, как на молитве.

Здесь они дают себя знать со всею силою и являются труднейшею преградой на молитвенном пути.

На первой ступени эта раздвоенность как бы вытекает из самой природы нашей. Это не раздвоенность души, а раздвоенность, протекающая от равной силы в нас воли плотской и воли духовной.

В «Слове о прении схоластика» **Марк Подвижник** говорит:

«Схоластик спросил: а разве тело имеет волю без мысли?»

«Ответ подвижника: Имеет, как говорит Апостол: Мы все жили некогда по нашим плотским похотям, исполняя желания плоти (Еф.2:3); и еще: плоть желает противного духу, а дух – противного плоти (Гал.5:17). Значит, плоть имеет и похоть, и волю, чего многие не знают; ибо не внимают своим помыслам и соглашаются с ними».

С первых же шагов молитвы эту раздвоенность свою и почувствует каждый.

Кто-то начнет в душе молящегося как бы смотреть со стороны на его внешние при молитве действия.

Читает молитву. Крестится, кладет поклоны. Перебирает четки. Это один человек.

Другой наблюдает, точно совершенно посторонний, откуда-то изнутри. Наблюдает холодно. В молитве не участвует. Молится лишь «внешне» – «внутреннее» безучастно.

Пусть первый, читающий молитвы, старается делать свое дело, не обращая внимания на второго.

А второй пусть сдерживается и, если сам не участвует в молитве, пусть не мешает первому своим наблюдением со стороны.

Первому надо говорить:

«Всякая молитва начинается с внешнего. Буду делать положенное – и Господь пошлет молитву внутреннюю».

А второму надо говорить:

«Если ты холоден и молиться не можешь, не мешай пока молиться молитвою внешнею».

Когда преодолет молящийся этот соблазн, работа его еще только начинается. Раздвоенность не уничтожена, она уходила внутрь. Там она в скрытом убежище. Ее труднее заметить и труднее победить.

Наблюдавший ранее за внешними действиями во время молитвы начинает теперь

так же со стороны относиться к внутренним состояниям души. А другой, крестившийся, клавший поклоны, читавший молитвы и чувствовавший наблюдение за своими внешними молитвенными действиями, чувствует его в своих молитвенных переживаниях. Оба они уже не безмолвны. Внутреннее разделение начинает выражаться в словах, мысленно произносимых. В душе начинаются споры как бы между разными людьми. «Смотрящий» делает свои замечания, мешает другому, молящемуся.

Враг зорко стережет состояние раздвоенности и сейчас же старается овладеть «наблюдающим». Не имея цельности, человек не имеет силы сразу защититься от врага. Молитва постоянно в опасности. Чем слабее молитва, тем сильнее враг, который иной раз настолько овладевает душой, что заставляет наблюдающего, вопреки его воле, смеяться над молящимся, делать кощунственные замечания или просто обсуждать вопросы, ничего общего с молитвой не имеющие. Молитва становится ареной мучительной борьбы, от которой душа в смятении и не знает, куда укрыться.

Но бывает еще более опасное состояние раздвоенности. Это тогда, когда враг овладевает «наблюдающим» не для того, чтобы вооружить его на «молящегося», а для того, чтобы прельстить кажущейся его высотой. Если пагубно

для души молиться «напоказ» перед людьми, то вдвойне пагубно молиться «напоказ» перед самим собою, перед этим внутренним зрителем.

Каждое молитвенное движение тогда отравляется ложью. И слезы, и воздыхания, и все самые высокие движения души – все не настоящее. Сделанные напоказ перед внутренним зрителем, они лишь кажущиеся, они не имеют цены в действительности достигнутого.

А враг при этом обольщает «быстрым успехом». Молитва делается напряженной, сопровождается иногда явлениями необычайными, но, как и всякое обольщение, не питает душу, не просветляет, не подымает ее, а умерщвляет медленной и незаметной смертью. «Двоящиеся мысли» в большей или меньшей степени болезнь всеобщая, и лишь большими усилиями и терпением, путем молитвенного и общежизненного подвига, по милости Божией, достигается то единство, та «простота», которая сложные две воли в человеке превращает в одну «простую», отданную водительству Духа Святаго.

Эту опасность надо помнить всегда и не надо ставить себе непосильной задачи сразу усилиями воли избавиться от нее.

Подвизающийся молитвою Иисусовой должен знать то, что именно ему особенно угрожает эта опасность. И пусть он не приходит в уныние, заметив в себе болезнь.

Раздвоенность наша коренится в общем нашем духовно-нравственном состоянии, и освобождение от нее – дело всей жизни человека. Но поскольку молитва способствует ее развитию или, напротив, содействует уничтожению, можно блюсти молитву свою от этой опасности.

Раздвоенность души не может не дать себя знать на молитве, но можно отдать свою душу во власть ее и можно, напротив, молитву сделать одним из сильнейших орудий в борьбе с ней.

Подвизающийся должен терпеливо идти своим путем, зная, что *«единство»* придет к нему как желанный результат долгого, может быть, многолетнего труда. Это решение терпеливо идти намеченным путем – лучшая защита против опасности.

Когда *«наблюдающий»*, встревоженный этим решением, спросит внутренне: *«Сколько же времени?»*, отвечай спокойно: *«Может быть, всю жизнь – как поможет Господь»*.

Старайся внести в молитву больше спокойствия, изгнать всякую нервную напряженность. Нервная напряженность всегда от врага, от внутренне показной молитвы.

Если молишься ночью, брось временно ночную молитву, ибо ночью раздвоенность особенно угрожает молитве. И снова приступи

к ночной молитве, когда немного справишься с собою. Если трудно будет справиться, молись чаще, но короче, ибо раздвоенность при долгой молитве угрожает сильнее, чем при короткой. И, главное, никогда не торопись.

Главнейшим препятствием на пути нашего спасения стоят наши страсти

Борьба со страстями всегда была, есть и будет главнейшей задачей христианской жизни. А в этой борьбе молитве всегда будет принадлежать первое место.

В творениях святых отцов и подвижников указан каждый шаг на пути умерщвления плоти. В сокровищницу духовного опыта веками вкладывали драгоценности богоносные отцы наши, а нам лишь надлежит черпать оттуда потребное для спасения.

Никакая страсть не может укрыться более. Она обнаружена вся. Подвижническими трудами своими и благодатию Божиею проникли святые отцы в самые сокровенные глубины человеческого духа и поведали людям о страстях и борьбе с ними – все от малого до великого, от первого до последнего слова.

Никто не может сказать:

– Я не знаю.

Он должен говорить:

– Я не хочу.

Темные силы страстей, возникновение их, губительное действие на душу, все самые ма-

ленькие черты борьбы с ними, указания, как достигнуть освобождения от них, – все пережито, все указано, все открыто в Православной Церкви ее угодниками и учителями.

Кто не знает этого?

Только тот, кто не хочет знать.

Многие из таких не желающих знать и потому не знающих думают, что борьба со страстями, подвиги пустынников – дело ненужное, даже вредное, и дерзают хулить подвижническую жизнь, именуя ее грубым фанатизмом, которому чужда была евангельская проповедь.

Так говорящие – а таких теперь множество среди именующих себя православными христианами – одержимы духом бесовским.

Господь наш Иисус Христос и Его Святые Апостолы, по сошествии на них Святаго Духа, благовествовали миру о Царствии Божием. Они указали и путь спасения, путь для достижения Царствия Божия. Здесь содержится в главнейших своих основаниях все, что впоследствии подробно раскрыто в творениях святых отцов и показано ими в подвижнической жизни.

Подвижники и отшельники не создавали какого-то своего нового «аскетического» христианства. Христианство одно

Никакого иного, кроме аскетического, не было, нет и быть не может. Неаскетическое христианство – всегда подделка, более или менее искусная.

Если достижение евангельских заветов потребовало впоследствии изменений внешних условий жизни – удаления в пустыни, в затворы, в монастыри, – то были на это особые причины, заключающиеся в общих условиях церковной и мирской жизни послеапостольского времени (см. часть III этой книги), но та духовная жизнь, которой жили подвижники в пустынях, затворах, монастырях, была ничем иным, как осуществлением заветов евангельских.

Многие века молитвенных и аскетических подвигов создали великое здание аскетического христианства, но основание его – слово Божие.

Слово Божие и должно укрепить нас на этом молитвенном и подвижническом пути:

«Трезвитесь, бодрствуйте, потому что противник ваш диавол ходит, как рыкающий лев, ища, кого поглотить» (1 Пет.5:8).

Каковы же евангельские основания аскетического христианства?

Будем их помнить всегда, чтобы диавол, этот «лев рыкающий», не соблазнял нас такими мыслями:

«Апостолы не были отшельниками, не занимались "умерщвлением плоти", не уходили в пустыни, не бежали от людей в затвор; надо заниматься не самоспасением и умерщвлением плоти, а жить в миру и приносить людям пользу».

Будем помнить истинное евангельское учение, чтобы эти бесовские речи не обессиливали наших молитвенных трудов.

«Христианство» и «мир» – два начала, противоположные друг другу.

Мир ненавидит Христа.

«Я избрал вас от мира, потому ненавидит вас мир» (Ин.15:19).

Христиане должны ненавидеть мир.

«Если кто приходит ко Мне и не возненавидит отца своего и матери, и жены и детей, и братьев и сестер, а притом и самой жизни своей, тот не может быть Моим учеником» (Лк.14:26).

Разумея под этим «ненависть» к мирским отношениям с отцом, матерью, детьми, братьями и ненависть к мирской своей жизни.

Эта ненависть мира к христианству и христианства к миру коренится в противоположных началах, которые лежат в их основе.

«Кто хочет быть другом миру, тот становится врагом Богу» (Иак.4:4).

И это так потому, что *«Царство Мое не от мира сего» (Ин.18:36).*

Апостол Иоанн говорит:

«Не любите мира, ни того, что в мире: кто любит мир, в том нет любви Отчей. Ибо все, что в мире: похоть плоти, похоть очей и гордость житейская, не есть от Отца, но от мира сего» (1 Ин.2:15 – 16).

Мы должны, по словам Апостола Петра, сделаться причастниками Божеского естества и для этого удалиться от мира:

«Дарованы нам великие и драгоценные обетования, дабы вы через них соделались причастниками Божеского естества, удалившись от господствующего в мире растления похотью» (2 Пет.1:4).

Поэтому Апостол **Иаков** дает заповедь своим ученикам:

«Хранить себя неоскверненным от мира» (Иак.1:27).

Ибо *«и мир проходит, и похоть его, а исполняющий волю Божию пребывает вовек» (1 Ин.2:17).*

Первое основание подвижничества, вытекающее из евангельского отношения к миру вообще, — это отречение от себя и от всего личного

И Господь говорит: *«Если кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною» (Мф.16:24).*

Мирское понятие о «первенстве», основанном на личной воле и силе, совершенно чуждо христианству:

«...Что высоко у людей, то мерзость пред Богом» (Лк.16:15).

Господь открывает людям идеал подвижнический:

«Кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою» (Мф.20:26).

Надо отказаться и от всех личных привязанностей:

«Кто любит отца или мать более, нежели Меня, недостойн Меня; и кто любит сына или дочь более, нежели Меня, недостойн Меня; и кто не берет креста своего и следует за Мною, тот недостойн Меня» (Мф.10:37 – 38).

Когда призывает **Господь** – все мирское должно быть забыто:

«А другому сказал: следуй за Мною. Тот сказал: Господи! позволь мне прежде пойти и похоронить отца моего. Но Иисус сказал ему: предоставь мертвым погребать своих мертвецов. Еще другой сказал: я пойду за Тобою, Господи! но прежде позволь мне проститься с домашними моими. Но Иисус сказал ему: никто, возложивший руку свою на плуг и озирающийся назад, не благонадежен для Царствия Божия» (Лк.9:59 – 62).

Соответственно с таким отношением к миру и личным привязанностям решается вопрос о нашем материальном существовании.

Здесь лежит основание монашеского обета нестяжательности.

Богатому юноше **Господь** сказал:

«Если хочешь быть совершенным, пойди продай имение твое и раздай нищим; и будешь иметь сокровищу на небесах; и приходи и следуй за Мною» (Мф.19:21).

Общее отношение ко всему мирскому – будет ли то личная мирская привязанность, будет

ли то человеческое мирское «счастье», будет ли то тленное богатство мира или слава людская – выражается в следующих словах **Христа**:

«Всякий из вас, кто не отрешится от всего, что имеет, не может быть Моим учеником» (Лк.14:33).

Уйдя от зла мирского, какие духовные внутренние задачи должен поставить перед собою человек?

Эти задачи те самые, которые решили и решают подвижники христианские от апостольских до наших дней.

«Ищите же прежде Царствия Божия и правды Его, и это все приложится вам» (Мф.6:33).

Где искать Царствия Божия?

«Царствие Божие внутрь вас есть» (Лк.17:21).

Кому открывается оно?

Тому, кто исполнит Божий закон.

В чем состоит Божий закон?

Он весь в двух заповедях

«Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею и всем разумением твоим» и «Возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мф.22:37 – 39).

Или, как говорит **Апостол Павел**:

«Ибо заповеди: "не прелюбодействуй", "не убивай", "не кради", "не лжесвидетельствуй", "не пожелай чужого" и все другие заключаются в сем слове: люби ближнего твоего, как самого себя» (Рим.13:9).

А для того, чтобы душа достигла состояния любви, мало отречься от мира, привязанностей, богатства – надо побороть этот мир в самом себе, надо побороть свои страсти.

Таким образом: Царствие Божие, находящееся внутри нас, достигается умерщвлением плоти.

Это определило весь дальнейший подвижнический путь христианства.

Господь сказал:

«Если же правый глаз твой соблазняет тебя, вырви его и брось от себя, ибо лучше для тебя, чтобы погиб один из членов твоих, а не все тело твое было ввержено в геенну. И если правая твоя рука соблазняет тебя, отсеки ее и брось от себя, ибо лучше для тебя, чтобы погиб один из членов твоих, а не все тело твое было ввержено в геенну» (Мф.5:29 – 30).

Эту основную заповедь аскетизма Святые Апостолы раскрыли подробно:

«Умертвите земные члены ваши: блуд, нечистоту, страсть, злую похоть и любостяжание» (Кол.3:5).

Они говорят, что этот путь умерщвления плоти – необходимое условие для духовной жизни:

«Если духом умерщвляете дела плотские, то живы будете» (Рим.8:13).

Умерщвление плоти **Апостолы** считают признаком христианина:

«...Те, которые Христовы, распяли плоть со страстями и похотями» (Гал.5:24).

Апостол указывает на себя как на подающего сему пример:

«Усмиряю и порабоцую тело мое, дабы, проповедуя другим, самому не остаться недостойным» (1 Кор.9:27).

Так Петр взывает:

«Возлюбленные! прошу вас, как пришельцев и странников, удаляться от плотских похотей, восстающих на душу» (1 Пет.2:11).

Но вот подходим мы к тому подвигу, который воодушевляет все дело подвижническое, – **к подвигу молитвенному.**

«Любовь – это цель».

«Борьба со страстями – это путь».

«Молитва – это движущая сила».

Пример и научение молитвы дал Сам Господь наш Иисус Христос

Об удалении Спасителя в уединенные места для молитвы в Евангелии говорится многократно.

«В те дни взошел Он на гору помолиться и пробыл всю ночь в молитве к Богу» (Лк.6:12).

Молиться в пустынных местах было постоянным обыкновением **Господа:**

«Он уходил в пустынные места и молился» (Лк.5:16).

И в другом месте:

«Утром, встав весьма рано, вышел и удалился в пустынное место, и там молился» (Мк.1:35).

Призывал к этому **Господь** и учеников Своих: *«Смотрите, бодрствуйте, молитесь» (Мк.13:33).*

Говорил о том же и притчами:

«Сказал также им притчу о том, что должно всегда молиться и не унывать» (Лк.18:1).

Указал им на великую силу молитвы:

«И все, чего ни попросите в молитве с верою, получите» (Мф.21:22).

На силу молитвы указал и при исцелении бесноватого:

«Сей же род изгоняется только молитвою и постом» (Мф.17:21).

Молился Он и вместе со Своими учениками: так было, когда преобразился Он на горе перед учениками Своими Петром, Иаковом и Иоанном.

Так было, когда *«... «Он молился в уединенном месте, и ученики были с Ним» (Як. 9, 18).*

Свидетельствуют Евангелисты и о молитве Спасителя нашего в страшный час предательства Иуды в саду Гефсиманском. Здесь Господь и Сам молился, и учеников Своих призывал к молитве, дабы не впасть им во искушение:

«Молитесь, чтобы не впасть в искушение» (Лк.22:40). И через некоторое время, найдя их спящими, сказал снова: *«Что вы спите? встаньте и молитесь, чтобы не впасть в искушение» (Лк.22:46).*

Апостолы, приняв Духа Святаго, не отри-
нули молитвенного подвига, а напротив, со-
гласно заповеди Спасителя, вступили в него:

*«Все они единокорно пребывали в молитве и
молении»* (Деян.1:14).

Молитва была постоянным их делом:

*«И они постоянно пребывали в учении Апосто-
лов, в общении и преломлении хлеба и в молитвах»*
(Деян.2:42).

Была молитва и в обстоятельствах ис-
ключительных. Так, поставляя пресвитеров,
*«...они помолились с постом и предали их Госпо-
ду»* (Деян.14:23).

В посланиях своих Апостол Павел все вре-
мя призывает верующих к молитве, и именно к
молитве подвижнической, т.е. постоянной, ко-
торая всегда в сердце человеческом:

*«В скорби будьте терпеливы, в молитве посто-
янны»*, – говорит Апостол в послании к Римля-
нам (Рим.12:12).

«Будьте постоянны в молитве», – говорит он
в Послании к Колоссянам (Кол.4:2).

Дает заповедь и Фессалоникийцам: *«Непре-
станно молитесь»* (1 Сол.5:17).

Святой Антоний Великий говорит: *«Слав-
но духовное подвижничество, но много у него про-
тивников»*.

Путь подвижнический избирают немно-
гие. И этих немногих искушает МЫСЛЬ:

«Все живут иначе – неужели все погибнут? Неужели все ошибаются? Все неправы» – «один я прав».

Таковым Господь сказал:

«Входите тесными вратами, потому что широки врата и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими» (Мф.7:4).

А тем, которых ужасают трудности на этом пути, Он дал великое утешение и ободрение.

Ученики Его *«чрезвычайно изумлялись и говорили между собою: кто же может спастись? Иисус, возрев на них, говорит: человекуам это невозможно, но не Богу, ибо все возможно Богу» (Мк.10:26 – 27).*

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного».

Подвижники пошли через **«тесные врата»** и то, что узнали на своем пути, поведали **всей Церкви**

Молитва стала их главнейшим делом не потому, что они отвлеченной мыслью решили *«посвятить себя молитве»*, а потому, что к постоянной молитве привела их борьба со страстями.

На пути в Царствие Божие стоят гордость, самолюбие, сластолюбие, чревоугодие, ленность, зависть, чувственность – все это надо побороть в себе.

Где искать помощи? Где черпать силы? В молитве.

И молитва стала орудием борьбы с темными силами страстей за спасение души, за очи-

щение ее от всякой скверны, дабы душа могла, по словам **Серафима Саровского**, «стяжать Духа Святого Божьего».

Как говорит один подвижник: «Дарования Божия приходят сами собой, если найдут место чистым и нескверным».

Но если молитва есть меч духовный в борьбе с силой дьявольской, действующей на нашу душу чрез страсти, то, с другой стороны, она твердыня, яростно осаждаемая полчищами сил бесовских.

Видя в молитве гибель свою, бесы вооружают все силы свои и направляют их на молитву.

Творения подвижников и жития святых дают самое точное и полное изображение этой молитвенной брани.

Нам надлежит здесь запомнить главное.

Святой Григорий Синаит говорит: «Во все время действия страстей из помыслов одни идут впереди, а другие последуют за ними: предшествуют помыслы мечтаний (чередование образов), а последуют помыслы страстные (возбуждаемые теми образами). Страсти предваряют бесов, а бесы последуют за страстями».

«Берегись козней вражеских, когда молишься и поешь псалмы Господу, – говорит **Никита Стифат**, – ибо они всячески ухитряются отвлекать мысль и чувство от того, что поется, и все то изгладить из памяти».

Какие же это козни?

Смущают бесы чаще всего страхом, по словам старца **Симеона Благословенного**:

«Когда молишься, страх ли нападет на тебя, или стук подыметя, или свет возсияет, или другое что случится, не смущайся и не робей, но пребудь на молитве гораздо долее обыкновенного. Такое смятение, страхование и ужасание бывает от демонов, чтоб, растерявшись и расслабившись, оставил ты молитву, а когда такие тревожности и оставление молитвы по малодушию обратятся у тебя в навык, – чтобы совсем тебя взять в свои руки и помыкать тобою. Из-за страха вражеского смотри никогда не оставляй молитвы».

Кроме страха, молитва осаждается бесами через яд помыслов. Только на молитве во всей силе предстоят они человеку.

Как говорит **преподобный Филофей Синайский**:

«С крайним напряжением внимания блюди свой ум. Как только заметишь (вражий) помысл, тотчас воспротиворечь ему, но вместе с тем спеши призвать Христа Господа на отмищение. Сладчайший же Иисус, когда ты еще будешь говорить, скажет: "се, с тобой Я", чтоб подать тебе заступление. Но ты и после того, как по молитве твоей все эти враги усмирены будут, опять продолжай усердно внимать уму. Вот снова волны (помыслов), множайшие прежних, одни за другими устремятся на тебя, так что от них будто уже погружается душа, как в

пучину, и готова погибнуть. Но и Иисус, опять возбуждаемый учеником, яко Бог, запрещает злым ветрам (помыслов), и они утихают».

А по словам **святого Максима Исповедника**:

«На высоких молитвенников нападают демоны, ввергая в их ум простые помышления о вещах чувственных и тем отвлекая их от молитвы». И главнейшей молитвенной задачей он поставляет строгое разделение между «мыслью» и «страстью»:

«Вся брань монаха против демонов состоит в том, чтобы отделить страсти от мыслей; ибо иначе невозможно ему бесстрастно смотреть на вещи». Если молящийся достиг высоких результатов, то это не только не делает молитву его свободной от искушений, а напротив, вызывает усиленное нападение бесов.

Преподобный Феогност говорит:

«Враг тогда встречает жестокими и страшными искушениями, когда почует, что душа вступила в высшие меры добродетели. Свидетельствуется же это словами молитвы с возвышением ее над вещественною двоицею плоти и чувств. И тогда человеконенавистник так злобно искушает, что нам приходится даже в жизни отчаиваться».

Если помыслы не побеждают молящегося, тогда демоны начинают действовать через чувственные образы.

Об этом говорит **Антоний Великий**. Бесы, по его словам, *«хитро изменяя способы борьбы, они, если не могут прельстить человека помыслами, то пытаются обольстить или запугать его призраками, принимая образ то женщины, то скорпиона, то превращаясь в какого-нибудь великана высотой с храм, в целые полки воинов или в какие-либо другие призраки, которые все исчезают при первом же совершении крестного знамения»*.

Все эти указания святых отцов почерпнуты из молитвенного опыта, о чем свидетельствуют жития их.

Так, в житии **преподобного Серафима Саровского** повествуется, что при виде таких подвигов великого старца диавол, исконный враг рода человеческого, вооружился против него всевозможными искушениями. Так, наводил он на подвижника различные страхования, то испуская за дверями, как бурю, вой дикого зверя, потом точно скопище народа начали ломать дверь келии, выбивали у двери косяки, бросили к ногам молящегося старца обрубок дерева и т.д. По временам и днем, но особенно ночью, во время молитвенного предстояния преподобного старца Серафима, ему видимо вдруг представлялось, что келия его разваливается, со всех сторон врываются с яростным ревом страшные звери, иногда вдруг пред ним появлялись отверстые гробы с восстающими из них мертвецами.

Святой Антоний Великий говорит, что он «видел от демонов много коварных обольщений и говорю вам об этом как детям» – «велика злоба бесов против всех христиан, в особенности же – против иноков и девственниц Христовых: они всюду расставляют им в жизни соблазны, силятся развратить их сердца богопротивными и нечистыми помыслами. Но никто из вас пусть не приходит от этого в страх, так как горячими молитвами к Богу и постом бесы немедленно прогоняются».

Святому Антонию «однажды они явились даже в весьма светлом виде и стали говорить: **"Мы пришли, Антоний, чтобы дать тебе свет"**. Но я зажмурил свои глаза, чтобы не видеть дьявольского света, начал молиться в душе Богу, – и богопротивный свет их погас. Спустя же немного времени они снова явились и стали предо мною петь и спорить друг с другом от Писания, но я был как глухой и не слушал их. Случалось, что они колебали самый монастырь мой, но я с бестрепетным сердцем молился Господу. Часто вокруг меня слышались крики, пляски и звон; но, когда я начинал петь, крики их обращались в плачевные вопли, и я прославлял Господа, уничтожившего их силу и положившего конец их неистовству».

В житии **Макария Александрийского** приводится его рассказ:

«Когда я стоял в течение двух дней и двух ночей, вверив свой ум горе, я так раздражил дьявола, что тот, превратившись в пламень, сжег все, что

находилось в моей келии, так что даже и рогожа, на которой я стоял, загорелась, и я думал, что и сам сгорю. Устрашившись этого, я на третий день оставил свое намерение; будучи не в силах более удерживать свой ум в помыслах о небесном, я снизошел, по изволению Божию, до земных помыслов, дабы не впасть в грех высокоумия».

А в житии **Макария Египетского** говорится: «Когда Макарий бодрствовал ночью, стоя на молитве, дьявол до самого основания потрясал его келию».

Таким образом святые отцы свидетельствуют о великой брани на молитве с бесами, которые действуют помыслами, образами, возбуждая страсти, страхи и высокоумие.

Есть особая опасность для души, пребывающей в плену у страстей

Против этой опасности надо нарочито прибегать к благодатным силам Церкви – к исповеди и принятию Святых Тайн.

Об этом скажем пространней.

Святой Нил Сорский почитал себя столь великим грешником, что просил, когда он умрет, не закапывать его в землю как недостойного погребения, а бросить тело его на растерзание псам.

Не потому так оплакивал свои грехи великий подвижник, что совершил какие-либо особые злодеяния, с нашей обычной точки

зрения, а потому, что каждый грех свой считал преступлением перед Богом и в великой скорби оплакивал его.

Такое сознание греха и такая сила раскаяния достигается бесстрашием.

Напротив, страсти убивают всякое раскаяние и этим в корне губят самую возможность исправления.

Авва Исая, отшельник египетский, говорит:

«Конец добродетели – любовь, а конец страстей – самооправдание».

Вот это самооправдание есть опасность, которая требует благодатных сил Церкви. Предающийся страстям своим не может сокрушаться о грехах своих, потому что раскаяние заставило бы его бороться со страстями. И как бы стремясь себя обезопасить, они лишают человеческую душу самого побуждения к борьбе, т.е. сознания греховности. Более того, они только *«оправдывают»*, они толкают человека на осуждение других.

Как говорит **святой Григорий Богослов:**

«Порочные люди любят слагать вины свои на тех, кто их обличает».

Осознать свой грех, не говоря уже о том, чтобы оплакать его, – это великое дело, которое само уже есть результат некоторой победы над страстями.

Вот почему **святой Исаак Сирин** говорит:

«Сподобившийся увидеть свои грехи блаженной сподобившегося увидеть Ангела».

А по словам **святого Киприана**:

«Первая степень счастья – не согрешать, вторая – сознавать согрешения». Опасность впасть в состояние, безразличное к содеянному греху, или, еще хуже, в состояние самооправдания и осуждения обличающих, должна преодолеваться не только молитвой и борьбой со страстями, а частой исповедью и Причастием.

Почему Таинство покаяния может пробудить в душе нашей плач о грехах?

Если на исповеди человек не вполне чувствует сердечное раскаяние – могут ли проститься ему грехи?

Да, могут! Они прощаются ему в долг. Сказать о себе *«грешен»*, назвать грех грехом, *«сознавать»*, что согрешил в чем-либо, – это не значит еще сподобиться увидеть свои грехи так, как говорит о том Исаак Сирий или как видел грехи свои Нил Сорский.

Сознание греха – это начало. Раскаяние – это конец. Между первым и вторым – расстояние великое.

Ум знает, что поступок дурен. И человек по совести говорит грешен.

Он не *«обманывает»*, говоря так, потому что действительно поступок свой считает грехом.

Но совесть не мучает. Сердце не сокрушается о содеянном. Нет «стыда» за совершенное. Нет слез покаянных. Как же быть человеку? Кто имеет власть снять с него этот сознаваемый, но не оплакиваемый грех?

Никто, кроме Церкви в лице священника, которому дана эта власть.

Враги Православия говорят: если человек раскаивается в своих грехах, разве Господь не может простить без всяких священников? Зачем же Таинство исповеди?

Да, Господь прощает кающихся. Но кто дерзнет сказать, что покаяние его полное, совершенное? Кто скажет о себе, что он сподобился видеть грех свой? Что он блаженнее видевших Ангелов?

А если не сможет сказать этого, как же дерзнет просить у Бога прощения без Церкви? Мы немощны в жизни – потому грешим. Мы немощны в покаянии – потому должны исповедать грехи свои Церкви, дабы иерей, видевший сознание наше в грехе, несмотря на немощь покаяния нашего, простил и разрешил согрешившего от всех грехов его, молясь: *«Примири и соедини его Святей Твоей Церкви»*. Поступает он так, дабы не преградить путь грешникам ко спасению, снимая грехи своею властью и допуская его Святой Чаши, вновь примиряя и соединяя с Церковью.

«...Понеже бо пришел еси во врачевницу, да не исцелен отъидеши».

Церковь ждет от грешника уплаты многих долгов, ждет и этой уплаты – возрастающей силы покаяния.

Не лишая немощных в покаянии благодатной силы причащения, пополяющей тернии наших прегрешений, Церковь как бы на себя берет перед Господом ручательство за его дальнейшее возрастание. Вот почему через Таинство исповеди и Таинство святого Причащения подвизающийся в молитве может освободиться от «самооправдания», которое есть порождение наших страстей.

Столь многие опасности не должны вселять в нас мысль, что опасна самая молитва Иисусова и что лучше ею не подвизаться.

Эта мысль дьявольская, и таких врагов молитвы Иисусовой обличает блаженной памяти молдавский старец **Паисий (Величковский)**:

«На предреченное убо сие Божественное умное сердечнаго рая делание и хранение никтоже от правоверных дерзнув когда похулити; но в великой чести и крайнем благоговении, аки вещь всякия духовныя пользы преисполнену имеяху. Начальник же злобы и супостат всякому делу благому дьявол, видя, яко наипаче чрез сие умное молитвы делание, монашеский чин благою часть избирая, неотторжнюю любовь приседит ногам Иисусовым, совершенное в Бо-

жественных Его заповедях предуспеяние имея, и сего ради свет и просвещение миру бывая, начат таити зависть и вся своя употребляти козни, во еже опорочити и похулити душиеспасительное сие дело и до конца, аще бы возможно, от лица земли истребитии».

Говорит это старец, видевший все опасности на пути умной молитвы. Но опасности эти не в молитве заключаются, но в душе молящегося, и они должны побуждать нас не к тому, чтобы мы хулили молитву Иисусову и боялись подвизаться ею, а к тому, чтобы неустанно следили за внутренней своею жизнью.

Вот слова старца, которыми мы и заключим главы об «опасностях на молитвенном пути»:

«Аще же кто дерзнет сию молитву действовать самочинно, не по силе святых отец учения, без вопроса и совета искусных, прозорлив, страстен и немощен сый, без послушания и повиновения ходя, да еще же гоня и единственное пустынное житие, егоже и следа за самочиние свое недостоин видети, таковый, воистину и аз исповедую, удобно падает во вся сети и прелести дьяволи. Что же, молитва ли сия прелести сей виновна? Да не будет. Аще же вы за сие порочите мысленную молитву, то да будет порочен вам и нож, аще бо молю отроку случилось играюще себе о нем, несмыслества ради своего, заколоти. Такожде по вам да не будет во употреблении воином и меч воинский, аще бы случилось некоему безумному воину мечем своим себе закла-

ти; но яко же нож и меч не суть ни единого порока виновни, но безумие точию себе онем и заклавших; тако и меч духовный, священная, глаголю, умная молитва неповинна есть единому пороку, но самочиние и гордыня самочинников виновна суть прелестем бесовским и всякому душевному вреду».

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго»

Святые отцы молитводелание называют художеством. **Святой Иоанн Лествичник** в Слове 27-м «О безмолвии» говорит о молитве Иисусовой:

«Аще художеству сему искусно научился еси, то не намажешь не веси глаголемое».

Святой Исихий, пресвитер Иерусалимский, об этой же молитве говорит:

«Трезвение есть духовное художество».

Святой Никифор Постник называет молитву Иисусову «небесного жития художеством».

Молдавский **старец Паисий (Величковский)**, приведя наименование Иисусовой молитвы святыми отцами «художеством духовным», дает этому такое объяснение:

«Яко же художества не может сам о себе человек искусно без художника научиться: тако и сему мысленному молитвы деланию, без искусного наставника, навыкнуги невозможно».

И далее объясняет разницу между общественной молитвой и молитвой Иисусовой:

«Церковное бо по Уставу правило, еже по священным церковным книгам, аки дань подобающую Царю Небесному, должны суть Православные Христиане мирстии и монаси на всяк день воздавати, всяк умеющий Писание может усты чести и со-

вершати без всякого научения. Умом же и в сердце, таинственную молитвы жертву Богу приносить, понеже духовное есть художество, без научения, яко же предъуказася, есть невозможно».

Вставая на путь молитвенный, надо решить твердо: не брошу его никогда

Начать и бросить хуже, чем не начинать во все. О трудящихся над очищением души своей и потом бросающих свою работу Господь сказал:

«Когда нечистый дух выйдет из человека, то ходит по безводным местам, ища покоя, и, не находя, говорит: "возвращусь в дом мой, откуда вышел"; и придя, находит его выметенным и убранным; тогда идет и берет с собою семь других духов, злейших себя, и, войдя, живут там, – и бывает для человека того последнее хуже первого» (Лк.11:24–26).

Когда молитва изгоняет из души духа нечистого, он не успокаивается и не оставляет человека, а спустя некоторое время вновь *«возвращается в дом свой»*.

Если человек, очистивший себя молитвою, вновь впустит к себе духа нечистого и тот, возвратившись, найдет душу *«выметенной и убранной»*, он не ограничится тем, что поселится в ней, как раньше.

Он сделает худшее.

Он возьмет с собой семь духов, злейших себя, и войдет в душу, овладеет ею вполне. И это для человека хуже, чем то, что было ранее.

Никогда не молившийся скорей придет к молитве, чем начавший и бросивший.

Как говорит **Апостол Петр**:

«Если, избегнув скверн мира чрез познание Господа и Спасителя нашего Иисуса Христа, опять запутываются в них и побеждаются ими, то последнее бывает для таковых хуже первого» (2 Пет.2:20).

Вот почему «начинать молиться», наипаче же молитвою Иисусовой, не надо легкомысленно, думая, что молиться можно только «попробовать», надо заглянуть поглубже в себя и спросить: готов ли ты идти этим путем? И если по совести ответишь: да, готов – тогда идти, ему уже не изменяя.

Помнить еще надо и то, что молитва требует постоянных и неослабных трудов

Без движения духовной жизни не бывает. Состояние покоя, «неподвижности» – лишь кажущееся состояние. Человек, не идущий вперед, двигается назад. На месте в духовной жизни не стоят.

Леность духовная есть то же, что измена, нельзя успокаиваться лукавыми словами: «наверстаю потом».

Работа Господня упущения не терпит.

«Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф.11:12).

Мы идем в гору. Царствие Божие на горе. Остановиться – покатиться назад. Этот духовный закон в полном объеме касается молитвы.

Подвижники различают два молитвенных состояния

Одно зависит от усердия и трудов молящегося, с помощью Божией совершаемых. Другое дается благодатию Божией. Одно – начало пути. Другое – его завершение.

В этой книге говорится только о начале. Не дерзаю писать о состояниях благодатных. Речь идет о том, как надлежит трудиться молящемуся, и о том, к чему приведут его – с помощью Божией – эти труды. Причем имеются в виду подвизающиеся в миру.

Надо иметь руководителя

Но как быть, если его нет? Ужели отказаться от умной молитвы? Как быть тому, кто, по словам **старца Паисия**, не нашел «в «сей Божественной умной молитве искусна наставника». В нынешнее время «до конца сему деланию искусный наставники оскудевают».

На вопрос этот старец отвечает так:

«...Не должен есть о сем отчаиватися, ...а ...всю на Бога надежду возложив, ...вместо истинного наставника, верою и любовью повинутися учению Преподобных Отец наших, о сем Божественном делании просвещением Божия благодати тонкочастне научающих...».

Молитвой Иисусовой обычно подвизаются там, где благоприятные к тому условия жизни: послушание, постоянная церковная молитва, уединение.

В монастырях

Но условия эти не всегда достижимы, особенно теперь. А потому духовному художеству умной молитвы надо учиться в миру.

Приступая к молитве Иисусовой, надо подготовиться

«Надо взять на себя послушание».

«Надо утишить в себе страсти».

«Надо создать возможное уединение».

«Надо примириться со всеми».

«Надо исповедаться и причаститься Святых Тайн».

Послушание необходимо должно сопрягаться с молитвы деланием. И решение отречься от своей воли должно предшествовать умной молитве

Если человек живет в миру, а не в монастыре, он должен все же иметь старца или духовника, которому надлежит оказывать безусловное послушание, дабы отречься от своей воли.

Почему такова должна быть подготовка к молитве?

Святой Афанасий Великий послушание называет «добровольным мученичеством».

Так оно трудно, кажется на первых порах таким мучительным – и столь же плодотворно для души по своим последствиям.

Но если значение его велико в нравственной жизни, ибо, по словам **аввы Исаии**, «соб-

ственная воля губит все добродетели», то для вступающего на путь умной молитвы оно совершенно необходимо.

Надо на деле научиться отказываться от своей воли. Ибо действующая в нас воля мешает тому состоянию открытости души, которое необходимо для принятия в душу благодати Божией.

Научиться отдать себя в руки Божии – а это необходимо для жизни духовной и молитвы – можно только через отречение от своей воли в послушании.

Вот почему так высоко ценят послушание святые отцы и требуют от подвизающегося его полного исполнения. Слушаться надо безусловно и не рассуждая. Не спрашивая: почему? И даже не стараясь уяснить себе, почему требуется то или другое. Ибо если послушание будет от «согласия» с доводами разума – это уже не есть послушание, не есть отречение от своей воли.

О необходимости безусловного послушания говорят Василий Великий, Иоанн Лествичник, авва Дорофей, святой Иоанн Кассиан, Григорий Синаит, Феодор епископ Едесский и многие другие.

Все они говорят о том, что послушание должно оказываться и в таких делах, которые могут казаться неправильными, бесполезными, даже не нравственными – по словам свято-

го Иоанна Лествичника, «противными нашему спасению». «За грех послушника духовник» отдаст отчет Богу, а не послушник, говорит **авва Дорофей**.

Словом, если уже нет своей воли, то и нет согласия или несогласия в подчинении. За все отвечает тот, в чьи руки отдал себя послушник. Послушание есть послушание во всем и до конца.

Единственное ограничение здесь указано **святым Антонием Великим**:

«Если кто укажет тебе что противное Божественным заповедям, то скажи дающему наставление: аще праведно есть тебя послушать паче, нежели Бога?»

(Деян.4:19).

На такое послушание, за неимением старца, в миру должен решиться молящийся в отношении духовника. И решиться на это должен раньше, чем приступит к научению умной молитвы. Это послушание – необходимое подготовление к ней.

Не во власти человека сразу побороть страсти. Но вниманием к себе и усилием души можно утишить их в себе. Это и надлежит сделать, подготавливаясь к деланию умной молитвы

Встревоженные бесы начнут всячески противиться этому. И первым делом будут убеждать отложить начатое.

Мысли: *«Все равно сразу не побороть страстей».*

«Посвящу себя этому, когда начну молиться».

Отвечай:

– Питая страсть, я делаю ее еще сильнее. Если нет сил побороть сегодня – еще труднее будет завтра. Поэтому начну, не откладывая. И если не могу сделать всего сразу, сделаю, сколько могу.

Утишая страсти в преддверии к молитве, не забывай закона духовной жизни, по которому одна оставленная в душе страсть занимает место всех остальных, побороенных человеком.

Как говорит **Марк Подвижник:** *«Представь, что есть двенадцать бесчестных страстей. Если одну из них ты произвольно возлюбишь, то она одна займет место одиннадцати».*

А потому, готовясь к молитве, постарайся, чтобы вообще все страсти стихли в душе твоей.

Важно, чтобы в меру сил, имеющихся в данный момент духовного развития человека, его воля плоти подчинялась воле духа, чтобы такое подчинение предшествовало молитве. Важно начинать молиться в такой настроенности.

Это как бы фундамент. Пусть будет положено начало в таком именно соотношении сил, дальнейшее будет развитием этого первоначального состояния. Бесстрастие как постоянное состояние души – это окончание молитвенного пути.

Бесстрастие как общая настроенность должно быть его началом.

В мирской жизни труднее борьба со страстями, потому что вся мирская жизнь зиждется на страстях и все окружающее человека в ней питает страсти

Поэтому пустынное уединение и безмолвие всегда были избираемы подвижниками для молитвы.

Но и в миру, готовясь подвизаться молитвой Иисусовой для успешного утишения страстей и сосредоточенности молитвенного внимания, надо, по возможности, создать себе уединение. Избегать развлечений. Воздерживаться от суетного общения с людьми. Избегать смеха, шуток, шумных разговоров, страстных споров.

И этому будет противиться враг.

Чувствуя опасность, он через сдерживаемые страсти пошлет то, что является всегдашним их спутником, по слову **аввы Исаии**: *«Всех страстей спутник есть печаль»*.

Но да не смущает это чувство печали. Эта печаль потому, что унывают страсти. Потому что нет им более обильной пищи. Они страшатся тишины, когда душа остается сама с собой. Они любят шум и новизну внешних впечатлений. Тоску, скуку, уныние порождают они в душе, когда человек остается сам с собой. Но да не смущается молящийся всеми этими

искушениями, памятуя, что тишину для молитвы создать необходимо. Ибо только в тишине возможно обращенное внутрь внимание. А печаль пройдет.

Уединение и безмолвие для молитвы всегда можно создать и в миру, лишь бы хотеть этого, лишь бы почувствовать и понять, как оно необходимо.

Святой Григорий Богослов говорит:

«Заключился я сам в себе, тишину и безмолвие признал единственной безопасностью для души».

Не из пустыни писал он это, а оставаясь в миру, отойдя в сторону от тех бурь и волнений, которые его окружали.

Уединение и безмолвие создают ту тишину, которая необходима, чтобы душа могла внимать себе. Только внимая себе, может она молиться. Таким образом, вступая на путь молитвенный, надо и внешнюю жизнь свою устраивать по-новому.

Общение с людьми чуждого тебе духа должно быть лишь по крайней необходимости, не для удовольствия, а для дела, когда оно этого требует. С теми, с кем невозможна общая молитва, без нужды не должно быть никакого общения. Если мирские условия жизни ставят тебя в необходимость общения с такими людьми, по возможности молчи, памятуя подвижническое правило:

«Кто обращается с людьми мирскими и входит с ними в беседы, тот возмущает и посягает на душу свою, лишая ее дерзновения в молитве».

Господь сказал:

«И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого, дабы и Отец ваш Небесный простил вам согрешения ваши» (Мк.11:25).

Решив посвятить себя молитве, чтобы она стала главнейшим делом твоей жизни, надо исполнять это повеление Божие. Всем все простить. Примириться со всеми. Но здесь о прощении надлежит сказать нарочито.

Вопрос о прощении личных обид решен без всяких оговорок:

«Тогда Петр приступил к Нему и сказал: Господи! сколько раз прощать брату моему, согрешающему против меня? до семи ли раз? Иисус говорит ему: не говорю тебе: до семи, но до седмижды семидесяти раз» (Мф.18:21 – 22).

Всякую личную обиду мы должны простить, сколько бы раз нас ни обижали. Господь пояснил это притчей о царе, который захотел сосчитаться с рабами своими. Царь простил должнику десять тысяч талантов. А когда отпустил его, тот нашел одного из товарищей своих, который должен был ему сто динариев, и, схватив, стал душить его. Тогда Господь призвал жестокого раба и сказал ему: *«Злой раб! весь долг тот я простил тебе, потому что ты упросил*

меня; не надлежало ли и тебе помиловать товарища твоего, как и я помиловал тебя? И, разгневавшись, государь его отдал его истязателям, пока не отдаст ему всего долга» (Мф.18:32).

Если мы хотим, чтобы Господь «*помиловал нас грешных*», простил те обиды, которые мы наносим Ему грехами нашими, то мы должны начать с того, чтобы в свою очередь простить те обиды, которые были нанесены нам нашими ближними. Просить о прощении 10 тысяч талантов можно, только простив сто динариев.

Но было бы ошибочным душевным движением заповедь о неосуждении ближнего за личные обиды полагать основой безразличного отношения к чужому греху.

Правда, в отношении к чужому греху может быть недопустимое осуждение в смысле приговора над согрешившим человеком, что должно исходить от Господа.

Но может быть и обязательное для всякого христианина рассуждение в смысле оценки чужих поступков.

Господь научает нас к нераскаившимся братьям относиться как к язычникам и мытарям; Апостол увещевает не общаться с теми, которые, называя себя братьями, на самом деле блудники, лихоимцы и хищники; свв. отцы советуют избегать неполезного для

души, сторониться людей злых, не беседовать с пустословами.

Как можно, не рассудив, где доброе, где злое, исполнять все эти повеления? Как решить, чего избегать, к чему стремиться? Как, не решив, плох человек или хорош, праведен или грешен, можно стремиться к общению с ним или, напротив, избегать его?

Как можно, не назвав блуд блудом, злоречие злоречием, зло злом, избегать бесполезного душе твоей и прекращать общение с согрешающим братом? Понимая «*прощай*» и «*не суди*» как запрещение, разбираться во всем этом, не будем ли мы исказить нравственное чувство души и погрешать против слова Божия? Не будем ли мы ложным толкованием Писания прикрывать безразличное отношение ко злу под видом христианского всепрощения?

Ведь надо помнить еще то, что Господь взывает не только за наши грехи, но и за грехи наших ближних, поскольку были мы к ним безучастны, ибо Господь требует от нас не только того, чтобы мы рассуждали, где зло и где добро. Он требует большего: прощая все личные обиды, человек не ради мщения, а ради исправления согрешившего должен обличать его.

«Если же согрешит против тебя брат твой, пойди и обличи его между тобою и им одним; если послушает тебя, то приобрел ты брата твоего;

если же не послушает, возьми с собою еще одного или двух, дабы устами двух или трех свидетелей подтвердилось всякое слово; если же не послушает их, скажи церкви; а если и церкви не послушает, то да будет он тебе, как язычник и мытарь» (Мф.18:15–17).

Потому и **Марк Подвижник** говорит: *«Иное дело обличение по злобе и по мщению, иное по страху Божию и истине».*

Итак, сохраняя в душе своей отвращение к греху как в себе, так и в других людях, посиленно, из страха Божия и любви к истине, обличая зло, надо преодолеть всякое чувство личной обиды, простить от всего сердца ничтожные долги нам со стороны ближних, дабы иметь надежду, что и Господь простит нам несметные десять тысяч талантов наших прегрешений и обид Богу, когда мы будем взывать к Нему:

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй нас грешных».

Надо исповедаться и причаститься Св. Тайн

Вступая на путь молитвенный, где столько опасностей, которые требуют столько трудов и терпения, можно ли рассчитывать на свою волю, на свои силы?

«Не надейся на свои силы, и помощь Божия будет соприисутствовать тебе», – говорит авва Исаяя.

Где же, как не на молитве, нужна нам прежде всего помощь Божия?

И не безумие ли было бы в молитве рассчитывать на свои силы!

А если так, то не надлежит ли, вступая на путь молитвенный, Таинством покаяния очистить свою душу от тяжести повседневных грехов и принятием Св. Тайн получить благодатную помощь в предстоящей трудной работе Господней.

Молитвы, читаемые после Святого Причащения, говорят лучше всяких других слов о том, почему именно отсюда должен начинаться всякий подвиг.

Вот слова из 1-й благодарственной молитвы:

«...Даждь быти сим и мне во исцеление души и тела, во отгнание всякого сопротивнаго, в просвещение очию сердца моего, в мир душевных моих сил, в веру непостыдну, в любовь нелицемерну, во исполнение премудрости, в соблюдение заповедей Твоих, в приложение Божественныя Твоя благодати и Твоего Царствия присвоение..»

И далее, из другой молитвы:

«...пройди во уды моя, во вся составы, во утробу, в сердце. Попали терние всех моих прегрешений. Душу очисти, освяти помышления. Составы утверди с костями вкупе. Чувств просвети простую пятерицу. Всего мя сопривозди страху Твоему.

Присно покрый, соблюди же и сохрани мя от всякого дела и слова душестленного. Очисти, и омой, и украси мя: удобри, вразуми, и просвети мя».

А в молитве к Пресвятой Богородице просим:
«...Оживотвори мя умерщвленного грехом».

«...даждь ми умиление и сокрушение в сердце моем, и смирение в мыслях моих.»

«...подаждь ми слезы покаяния и исповедания».

Вот о чем воздыхаем мы ко Господу, причастившись Честнаго и Святаго Тела и Крови Господа и Спаса нашего Иисуса Христа.

Можно ли представить себе что-либо более потребное для готовящегося подвизаться умною молитвою!

Итак, приготовив себя послушанием, утишив в себе движение страстей, создав возможное в мирской жизни уединение, простя все личные обиды, примирившись со всеми, очистив душу свою исповедью и освятив ее Причастием, с Божьей помощью, уповая на милость Спасителя нашего, можно приступить и к Тайному поучению, которое состоит в молитве Иисусовой:

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».

В этот день все положенные вечерние молитвы надо прочесть, как всегда

Состояние духа будет несколько особенное, как бы праздничное. Враг или из хитро-

сти, чтобы не сразу обнаруживать себя, или по бессилию своему, не дерзнет смущать душу.

Будет особое внимание к читаемым молитвам, и многие из них покажутся новыми, точно читаемыми впервые.

Сердце будет отзываться на них живою радостью. И вообще почувствуется некоторая просветленность. Это доброе чувство.

Ему надо просторно открыть душу.

По окончании обычного правила, прежде чем творить молитву Иисусову, надо постоять спокойно. Чтобы улеглось все в душе и утихли чувства. Даже дыхание должно быть спокойным и тихим.

Прочитанное вечернее правило оставит в душе чувство благостной чистоты.

Его надо удержать в сердце как гостя, который может уйти, если почувствует себя стесненным. Надо всей душой отозваться на него, чтобы оно не ушло.

Приступая к молитве Иисусовой, готовясь произнести первые слова ее, не делай напряжения, насильно направив мысль внутрь себя, — это сделается иначе, в свое время.

Пока же собери все свое внимание к словам молитвы.

Как желая расслышать в тишине дальний звук, человек замирает, весь превращается в слух и все внимание и ум свой обращает в од-

ном направлении, чтобы чутко уловить едва
внятное, так и здесь надо все внимание обра-
тить к молитве, прислушаться к ней.

Всем разумением своим сосредоточившись
на ожидаемых словах, произнеси:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, поми-
луй мя грешного»*. Произнеси вслух, негромко,
но раздельно, не торопясь, отчетливо выгова-
ривая каждое слово:

– *«Господи Иисусе Христе»*.

Не старайся представить себе что-либо об-
разно, а проникнись благоговением к Тому,
Кого дерзаешь призывать, Кто сейчас слышит
твой голос.

– *«Сыне Божий»*.

Здесь не только молитва, но и исповедание
веры. Пусть сердце отзовется на них чувством
любви, готовностью пострадать, отдать самую
жизнь свою.

– *«Помилуй мя грешного»*.

Говоря эти слова, собери в себе все созна-
ние своей греховности, не вспоминая отдель-
ных грехов и не рассеиваясь этими воспоми-
наниями, собери и с вздыханием, смиренно,
без малейшей возбужденности повергни себя
перед Господом, прося прощения. Чтобы не
стояло за этим в сердце никаких восклицаний
или принудительно исторгнутых слез, кото-
рых еще нет в сердце. Проси прощения сми-

ренно, тихо, чтобы в покаянии твоём не было ничего шумного.

Произнеся молитву первый раз, не делай большой паузы. Ещё полноты чувства нет, и перерыв может внести рассеяние в душу. Но и торопиться не надо. Иначе не будет разрастаться в сердце молитва. Делай перерыв немного меньше, чем потребно времени для произнесения самой молитвы.

Затем произнеси её ещё раз.

Произнося вторично, не старайся вызвать в душе какие-либо новые ощущения. Напротив, старайся удержаться на том, что было в сердце, когда произносил её первый раз. И усиливать не старайся. Пусть останется в душе то, что вызвали в ней слова первой молитвы. Поклонов не клади. После такого же перерыва произнеси третий раз, все время стараясь, чтобы осталось в душе первоначальное. И так говори до десяти раз. Десятый с поклоном поясным. Поклон пусть будет как вздох. Он должен дать некоторую смену внутренним силам, чтобы, дальше творя молитву, не новое что-то вызвать в душе, а неослабно сохранить первоначальное. Так продолжай ещё до десяти. На десятом опять поклон поясной.

Первое молитвенное правило должно быть не более 100. Кончи поклоном земным.

Не рассеиваясь мыслью, иди ко сну, бережно унося, что дал Господь в этот первый день.

Не критикуй своего начала, не оценивай его так или иначе, не разбирайся в нем. Лучше всего обратись мыслью к словам молитв на сон грядущий, прочитанных тобой.

О житейском старайся не думать вовсе. Подумаешь днем.

Не надо молиться поздно. До 12 часов ночи молитва должна быть кончена, и молящийся должен отойти ко сну

Мы не знаем всех тайн невидимого мира. Не все нам открыто и не все ведомо. Неведомо нам и то, почему именно в эти поздние часы, после двенадцати, темные силы особенно чувствуют свое могущество и нападают на душу с особенной яростью. Но люди духовной жизни заметили это. В миру, где такой разгул бесовщины, ночные часы – излюбленные часы предающихся страстям. Люди становятся одержимыми в эти часы. Они теряют образ и подобие свое. Исчезает грань между действительностью и фантазией. Дьявол в эти часы собирает свою жатву.

Ночная молитва поэтому особенно ценится и является особенно трудным подвигом. Ибо и на молитву в эти часы сильнее нападает враг, и труднее единоборство с ним.

Но неопытному пагубно вступать в это единоборство. Ему надлежит отходить ко сну рано, после вечерней молитвы, отдав себя под защиту Ангела, своего хранителя.

Начинать надо не более чем со ста раз

Почему так мало? Вот почему.

Когда юный пустынный поселяется в уединении, первое искушение, которое его посещает, заключается в том, что место, выбранное им, ему начинает казаться неудобным для подвига. Если он поддастся искушению и выберет другое место – погиб. Враг его замотает. Так и начнет водить с одного места на другое, пока не вымотает душу.

То же происходит и на молитве.

Враг втягивает молящегося в переживание новых ощущений на молитве; это то же, что новые места для подвигов. И достаточно втянуться в эту «новизну», как пропала молитва.

Долго удерживать себя на одном молитвенном чувстве трудно. Тем более что враг стережет и готов подтолкнуть на эту новизну. Поэтому для начала совершенно достаточно того времени, которое занимает произнесение молитвы сто раз, лишь бы помог Господь и в течение этого времени неослабно и неизменно сохранять в душе одно чувство и не рассеивать молитвенного внимания к словам молитвы.

С самого начала надо приучить себя считать молитвы, для этого всего лучше иметь четки

Враг будет оказывать противодействие и склонять к молитве без счета.

Мысли:

«Счет вносит в молитву что-то механическое, он только мешает. Без него свободней».

Не надо слушать врага.

В молитве всегда должна сохраняться трезвость ума. Особенно это важно и трудно в молитве Иисусовой. Одни и те же слова молитвы дают разнообразие мысленному вниманию, и внутренние переживания, не имея в словах сдерживающего русла, подхватывают молящегося и несут, куда хотят. Трезвость ума – это как бы вожжи, которыми сдерживается и управляется душа. А тут вожжи выпадают из рук, и внутри все несется по своему произволу.

Счет вносит внешнее ограничение, помогает трезвости в молитве, приучает к дисциплине. Это хорошо, что является чувство стесненности от счета. Он умеряет «пыл», является «балластом», когда душе кажется, что она готова улететь в небо. Чувство полета в небо, особенно на первых порах, почти всегда бесовское. Тому, кто действительно будет подниматься к небу, счет не помешает. А вот если это самочинное, кажущееся, или ревность неумеренная и опасная, если это от своеволия, а не от благодати, тогда – да, явится чувство стесненности, счет будет раздражать и мешать «свободе».

Поэтому с самых первых шагов надо положить себе неукоснительное правило считать молитвы.

Утром, после молитв утренних, твори молитву Иисусову так же, как и вечером, не более ста раз

Утром душевное самочувствие несколько иное, чем вечером. Все в душе тяжеловеснее. Утром опасность для молитвы не столько от повышенных первых состояний, сколько от рассеянности мысли и тяжеловесности души.

Прочтя утренние молитвы и постояв тихо перед произнесением молитвы Иисусовой, не надо вспоминать свои вечерние состояния и стараться вызвать их вновь. Надо сосредоточить внимание на том, что сейчас.

Душа отяжелела – это предстоящие житейские заботы, безотчетно стоящие перед ней, делают ее такой.

Произнося:

– *«Господи Иисусе Христе»*, – помни, что Господь услышит тебя и обратит к тебе Свой взор. Что же ты скажешь Ему? С чем встретишь Его?

«Сыне Божий»

Почувствуй все несоответствие между твоим духовным состоянием и величием Того, к Кому ты обращаешься.

Все это будет у тебя сначала не столько в сердце, сколько в мыслях. Не смущайся этим: на утренней молитве мысли живее сердца. Потому и трезвение, и внимание, и наблюдение должно быть главным образом за мыс-

лью. Вечером надо блюсти сердце, утром – больше мысль.

Держи мысль свою на этом замеченном несоответствии и не приходи в уныние от того, что душа в ответ не трепещет страхом Божиим, но, сердечно о том сокрушаясь, кончи слова молитвы:

– *«Помилуй мя грешного»*. Говоря второй раз, опять думай то же:

«Кого призывать дерзаю! А стою с пустой душой. Сына Божьего именую, а сам полон забот житейских».

Повторив так молитву несколько раз, почувствуешь в сердце как бы некоторое движение. Не силь заставить его загореться сильней. А держи в уме своем тверже все ту же мысль:

– *«Господи Иисусе Христе –*

«Стыжусь простого гостя принять недостойно, а как же не стыжусь с такою душой звать к себе Христа?»

– *«Сыне Божий»*.

«Что скажу Ему сейчас? Что сделаю достойного Его?»

«Помилуй мя грешного».

Заканчивая земным поклоном, почувствуешь с особой силой свое недостойнство, но пусть за этим чувством будет мысль: грешный, недостойный, и ничего у меня нет, но и такой я все-таки служу и буду служить Тебе.

«От этих слов уныние, которое враг стремится вложить в сердце, сокрушающееся покаянием, отойдет от тебя, и сердце отзовется на слова эти радостью не сильной, а едва внятной. Ее надо задержать в сердце и помнить днем».

После молитвы погрузиться в мирские дела – это то же, что после тишины выйти на шумный базар: каждое громкое слово режет ухо

После молитвы каждое житейское дело режет душу. Но не надо смущаться этим.

Надо относиться к мирской жизни как к послушанию. Только это слово – послушание – может примирить житейские дела с молитвой.

В монастыре послушника после церковной службы посылают на скотный двор. И это не соблазн для него. Не гибель для души его. Потому что скотный двор и другие хозяйственные дела – не «мамона», не другой господин, которому он хочет служить единовременно со служением Господу.

Скотный двор – послушание и только.

Пусть и для подвизающегося молитвой Иисусовой в миру будут послушанием заботы о хлебе насущном, о семье или о другом житейском. Мирской человек после молитвы должен идти в «мир». И пусть идет.

Но пусть идет туда не для услаждения плоти.

Пусть не создаются в его собственной душе два мира, отделенных пропастью: один

мир – духовный, для которого молитва, другой мир – плотский, для которого услаждение страстей.

Нет! В душе пусть будет один только мир – *«все для Господа»*. А если кроме молитвы есть *«дела»* – скотный двор, – то это мирское послушание.

Поэтому полученное на молитве не надо *«оставлять»* на время житейских дел. Не надо поддаваться лукавой мысли, что есть даже что-то оскорбительное для Господа в этих воспоминаниях о высоких молитвенных состояниях на скотном дворе мирской жизни. Напротив, надо по возможности унести их с собою и все время быть с ними. А для того, чтобы воспоминание это не стало отвлеченным, чтобы молитвенное состояние, полученное на вечерней и утренней молитве, давало живой отзвук в душе, надо и среди дня произносить молитву Иисусову, но делать это с величайшей осторожностью. Не часто. Не более одного раза подряд. Только для напоминания сердцу молитвенного чувства, в нем сокрытого.

Почему в начале не надо часто творить молитву в течение дня?

Настойчивым, терпеливым и неустанным трудом дается научение молитве. Это научение, как истинное художество, требует большой постепенности и выдержанности. Поэтому не надо в начале брать на себя задачи непосиль-

ной. Молиться на людях, в повседневной жизни, не овладев собою, – значит подвергать свой молитвенный путь всевозможным опасностям.

Творить молитву рассеянно – приучиться к небрежности. Творить молитву видимо для окружающих – соблазн гордости. Пока не воспиталось внутреннее внимание, пока душа не навыкла отзываться на каждое слово молитвы, повторение молитвы среди дня помногу неразумно.

Со всею тщательностью надо закладывать фундамент молитвенности. Небрежность, хотя и невольная, проистекающая от неопытности, а не от нерадивости, поведет к большим упущениям, которые скажутся лишь впоследствии.

Молитвенная дисциплина должна войти в плоть и в кровь, весь душевный строй должен перевоспитаться по ней, только тогда возможно творить умную молитву всегда: за работой, на улице, общаясь с людьми, принимая гостей и т.д. Иначе от видимого усердия подвизающийся на самом деле потерпит только ущерб. Все опасности, от которых столь трудно уберечься и о которых всегда надо помнить молящемуся, при попытке молиться в повседневной жизни усиливаются до чрезвычайности.

Особенно же усиливается влияние на молитву страстей. Соблазны мира при неосто-

рожных попытках страстного и неопытного молиться днем умной молитвой получают особую власть над душой.

Такая молитва подобна тому, как если бы кто распахнул окно, чтобы подышать свежим воздухом, и не защитил бы тела своего теплой одеждой. Вместо пользы получил бы вред.

Душу молитва откроет, но сил защитить ее у неопытного не хватит, и страсти тем легче овладеют ею.

Но воздерживаясь в начале от молитвы повседневной, все же хорошо хранить постоянную сердечную память о ней.

А для того, чтобы находящееся в сердечной памяти вновь и вновь озаряло душу – достаточно один раз сказать:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного».*

Это будет лишь молитвенным вздохом, от которого из сердца прольется на душу то, что положено в сокровищницу его на утренней и вечерней молитве.

Это подобно тому, как бывает с нами в делах житейских, когда какое-либо радостное событие, совершившееся накануне, живет в глубине сердца, ощущается в течение нескольких дней, отражается на всем нашем самочувствии, даже если его не вспомнишь. Но время от времени мелькнет воспоминание о

нем, и сразу отзовется душа на это воспоминание. Здесь то же самое. Молитвенное состояние наше – это радостное событие, скрытое в сердце. Оно сопровождает нас во всех делах житейских, даже тогда, когда мы о нем не думаем. Но вот мелькнет оно в памяти в словах вновь произнесенной Иисусовой молитвы – и сразу вся душа отзовется на это молитвенное воспоминание:

– «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».

Если нет любви к ближнему – не может быть любви к Богу. Если нет любви к Богу – не может быть любви к молитве. А если нет любви к молитве – ей нельзя научиться

Но если есть хотя бы самая малая любовь к молитве, очень скоро время молитвы будет единственным временем настоящей жизни, а все остальное лишь более трудным или более легким послушанием. Человек будет ждать, когда пройдет день, чтобы, кончив все житейское, обратиться ко Христу.

Если бы Спаситель жил среди нас! Если бы мы могли быть с Ним! Разве мы не ожидали бы, когда кончится длинный тягостный день и наступит вожделенный час?

Мы взываем, а сердце слушает.

Но нельзя указать человеку, сколько времени он не должен увеличивать своего молит-

венного правила. И задаваться этим вопросом не следует. Само дело покажет: назначенное ранее молитвенное правило станет казаться слишком коротким.

Надо прибавлять скупю.

Надо проверить себя, чтобы не прибавить слишком поспешно.

Может быть, пройдут дни, может быть – месяцы, может быть – годы, пока молитвенное правило окажется слишком коротким.

При одной мысли о возможности молиться дольше молящийся почувствует особый, тихий, как бы не в сердце, а где-то вдали, за сердцем, радостный трепет. В нем не будет никакой возбужденности. Никакого экстаза. Захочется еще и еще повторить:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».*

Слова невольно будут произноситься реже, чтобы дольше стоять, не закрывая сердце, которое наполнится умилением. И будет так не один день. Не случайно, а постепенно. Внимание на молитве твердое. Страсти утишены. Нет горделивых о себе мыслей. Нет суетного нетерпения. С каждым днем все трудней уходить с молитвы, отрываться от нее. Тогда можно с Божией помощью идти дальше. Можно правило свое увеличить до трехсот. Но по-прежнему произносить молитву вслух,

по-прежнему считать ее; при каждой десятой молитве – поясной поклон.

Что же нового даст это увеличение молитвенного правила?

Прежде всего может постигнуть искушение. Через некоторое время это увеличение может показаться в тягость. Но этим смущаться не следует. Это вовсе не будет значить, что увеличение сделано поспешно

Напротив, когда оно сделано действительно поспешно, наваждение дьявольское манит дальше и посылает кажущийся успех. Чувство тяготы, утомительности нового молитвенного правила – это искушение бесовское в целях смутить молящегося, вселить в него сомнение в достигнутых результатах молитвенных трудов и побудить вернуться обратно.

Надо преодолеть это искушение. Надо продолжать делать свое дело, ни в коем случае не уменьшая молитвы.

Враг скоро оставит, и молитвенное расположение вернется.

Какие же новые труды ожидают тогда молящегося?

Прежде всего – труд по укреплению внутреннего внимания. И, во-вторых, труд по очищению духовных состояний на молитве от незаметно вкрадывающейся в них плотской отравы. После этих трудов будут и новые плоды.

Внутреннее внимание – это тот путь, через который нам открывается просвет в иной, невидимый мир

Плотское зрение, которым видим мы окружающее, имеет за собой внимание внешнее. А когда мы хотим увидеть не окружающее, а обратиться к духовному, мы должны внимание наше направить внутрь себя. Основные внешние чувства, которыми мы постигаем внешнее, могут дать нам и ощущения духовные, лишь бы внимание было обращено внутрь.

Как говорит **св. Макарий Великий**: *«Всякий должен знать, что есть очи, которые внутреннее сих очей, и есть слух, который внутреннее сего слуха».*

Научившись со вниманием творить молитву Иисусову во время первого недолгого молитвенного правила, надо неослабно продолжать начатое и тогда, когда увеличили время молитвы.

Говори: *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго так, чтобы все внимание было на отчетливо произносимых словах молитвы.*

Когда ты сто раз творил молитву, ты и научился все внимание свое сосредоточивать на этих словах.

Когда с таким вниманием к словам будешь повторять и дальше, терпеливо соблюдая все

указанное, они введут тебя в мир духовный, и внимание от слов начнет обращаться внутрь. Здесь надо крепко держать внимание свое во власти, дабы не потерять трезвость молитвы. Восходя к познанию внутреннего, надо неослабно держать внимание.

Слова молитвы надо непременно произносить вслух, не забывать класть поклоны и считать по четкам.

Духовные и физические ощущения разделены гранью едва уловимую

Увеличив число произносимых молитв, начнешь по временам ощущать сердечную теплоту. Явление духовное, но столь близкое к физическому, что так и ощущается, как теплота. Но непоборотые страсти, через которые действует враг, это духовное ощущение теплоты начинают незаметно заражать ощущением теплоты плотской, которая от сердца распространяется по всему телу, овладевает им вполне и, мало-помалу начав со сладостного духовного, переходит в чувственное.

Ко всяким явлениям, приближающимся к физическим ощущениям, надо относиться с особой осторожностью и непременно открывать их духовнику.

Такая же опасность грозит со стороны духовного созерцания, когда оно отравляется зрением плотским.

Ныне подвизающийся **отец Никифор** говорит:

«Едва не погиб в пустыни. Рассудка было лишился. Не так молился. Десять лет жил, и все не так. Едва не погиб. Бога в зрительном образе представлял. Молюсь – вижу на небе Господа Иисуса Христа – одесную. Думаю, что Ему кланяюсь, а это демон. Братья указывали мне – не надо так молиться. Слова эти аки копие сердце поражали, обозлюсь – уйду. Молюсь по-своему. Теперь я дар имею: как войду в церковь – вижу, кто из братии так молится. Молюсь, бывало, вижу зрительно перед собою Самого Господа, устанет ум смотреть, хочу Его оттуда назад свести, а демон новую картину открывает – полчище Ангелов. Опять интересно для ума, опять смотрю, хочу оторваться – опять новое является. Чувствую – еще немного, и ум сам пойдет туда и как бы отделится от меня, и тогда сойду с ума».

Какие же новые плоды дает переход к большому числу молитв?

Даст он первые начатки собственно умной молитвы. Хотя будешь творить не только умом, но и устами, переход от внешнего к внутреннему будет чувствоваться явным:

- и в силе искушений,
- и в содержании самой молитвы.

Начнешь терять внимание к словам, а будешь видеть за ними духовные свои состояния. Но пока держи себя твердо в рамках внешнего и произноси все положенные слова отчетливо.

С большим страхом и с сердечным трепетом будешь произносить слова:

– *«Господи Иисусе Христе».*

С дерзновением взывая, так почувствуешь, что не столько слышит слова молитвы ухо, сколько внимает им сердце.

– *«Сыне Божий».*

Скажешь устами, но вознося духом исповедание твое к Тому, Кого призываешь.

– *«Помилуй мя грешнаго».*

Не раз омоешься внезапными слезами, которые уже не от мысли, а из глубины сердца подступят к тебе. Стоять будешь на грани между внешнею и внутреннею молитвой. Уже увидишь первые лучи того света, который освещает молитву умную. Но не торопись, не дерзай приступать самочинно. Продолжай работу со смирением, терпеливо, дабы не восхитить дерзостно не дарованного силою Божиею.

Когда окрепнешь и освоишься с новым, более долгим молитвенным правилом, можешь в течение дня понемногу творить молитву не только для одного воспоминания об утреннем и вечернем правиле, а как самостоятельное молитвы делание.

Надо и здесь пока сохранять счет.

Положи себе произнести молитву сто раз среди всего дня. Помни об этом все время. Распредели, как удобнее, и счетом выполни положенное.

Это преддверие к тому, чтобы иметь молитву в уме всегда, и потому надо сначала научить себя внимательному и точному выполнению внешнего. Как первым молитвенным правилом молящийся предварительно научался вниманию к словам, чтобы через это перейти к внутреннему, так теперь молитвенным дневным правилом на людях, в жизни, он должен научиться тому внешнему вниманию к словам, которое впоследствии при молитве постоянной приведет его к постоянному умной молитвы деланию.

Господу только ведомо, сколько времени длится тот или другой период. Но можно полагать, что на этом втором молитвенном правиле останется молящийся много дольше, чем на первом.

Не месяцы, а годы придется ему потрудиться, прежде чем идти дальше.

Тем более что дальнейший молитвенный путь требует соответственной успешной работы и над очищением души от власти страстей. Согласуй и то, и другое. Только когда увидишь, что освобождаешься от этого рабства, и в то же время молитвенное правило станет для тебя коротким – явится все более и более разгорающаяся молитвенная ревность; только тогда с благословения духовника переходи к третьему правилу, которое уже может ввести тебя в высшее *«художество духовное»* – умную молитву, если будет на то милость Божия.

Это новое молитвенное правило может быть до пятисот молитв, а по усердию может быть и больше.

Поясные поклоны – после каждых 10, а после каждых ста – один земной.

Ты уже дерзаешь подыматься на высоту!

Блуди себя, чтобы не упасть, блуди от страстей, наипаче от гордости, помня подвижническое правило:

«Если возникает в тебе гордость, вспомни, что ею истребляются все плоды добродетели».

Не думай, что враг тебе не опасен: *«Демоны и в бегстве своем часто готовят брань, опаснейшую первой».*

Новое молитвенное правило потребует многих трудов и великого терпения. Именно здесь вооружатся страсти со всею силою, способною привести душу в уныние, ибо явится мысль, что все усилия были тщетны, если страсти с небывалою до того силой являют себя на молитве. Человек станет сомневаться в верности своего пути, и бесы станут внушать ему:

«Сколько лет трудишься – и не только не достиг ничего, но пришел к худшему».

После такой неудачи явится желание вовсе бросить молиться, как говорит **Св. Григорий Богослов:**

«Коль скоро не удалось одно, думаем, что лишились всего, хотя бы неудача была и кажущаяся».

Уныние возможно тем более, что мысль «*пришел к худшему*» будет иметь видимость истины, потому что воистину помыслы и вождения доселе никогда не были так яркие и соблазнительны. Будет видимость того, как будто бы «*от молитвы*» развивались страсти. В этой видимости сила клеветы дьявольской. Но сила новых искушений зависит от другого. Она, напротив, свидетельствует о достигнутых успехах, ибо сила искушений зависит от силы духовного сопротивления.

Не молитва породила страсти. Она лишь усилила ярость демонов, которые привели страсти в движение.

В разных образах предстояли тебе страсти на всех ступенях твоего молитвенного восхождения. Когда ты творил молитву сто раз, твой дух боролся с рассеянностью мысли. Эту рассеянность питали страсти.

Когда ты творил молитву триста раз, твой дух боролся за внутреннее внимание, которое страсти отвлекали вовне.

Когда ты начал творить молитву пятьсот раз и захотел вознестись духом до умной молитвы, все силы оставшихся страстей восстали на тебя.

Ослаблять силу их надо не только усиленной борьбой на молитве, но и усиленными подвигами в жизни. Нужна не только усиленная молитва, но и усиленный пост.

Плоды духовные от этих трудов очень обильны. Ты при дверях

Внимание, воспитанное на внешнем и постепенно обращенное внутрь сердца, начинает теперь поднимать дух до истинного созерцания.

Счета не прекращай, держи по-прежнему в твердых руках свою молитву. Но произнесение молитвы вслух можешь заменить произнесением мысленным, когда такова будет потребность души, и если начнут как бы пропадать отдельные слова молитвы – этому не препятствуй.

Произнося молитву, может быть, скажешь только:

– *«Господи Иисусе»*.

А все остальное вознесешь ко Господу, не произнося слов.

Сдерживай себя счетом, чтобы раньше времени не вступать на путь, когда и счет прекращается, и слов нет – такое преждевременное восхождение может повлечь за собою полное падение, заведя незаметно человека в хаос безбрежных переживаний, которые имеют лишь видимость умной молитвы, а на самом деле – порождение бесовское. Новое молитвенное правило откроет тебе область новых и светлых духовных состояний; обращенное внутрь внимание изменит весь строй твоей молитвы. Не будет не только произносимых тобой слов, но и мысли как бы растворятся в сердце.

Начнешь, как всегда:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного».*

И не успеешь дойти до ста, как первые два, а то и одно слово, заменят тебе всю молитву.

Потом это слово не будешь произносить вслух. Или по временам скажешь середину молитвы:

– *«Сыне Божий»*; Или конец ее:

– *«Помилуй мя грешного».*

Молитва становится лишь «руслom», по которому идет молитвенное вздыхание, не оформляемое словами и не выражаемое мыслью.

Трезвитесь! Старайтесь не терять счета и класть положенные поклоны.

Но понемногу и здесь ослабляй сдержку и давай простор молитве внутренней.

В это время пора приступить к ночной молитве

Ночная молитва имеет свои особые трудности. Двоящиеся мысли всего сильнее сказываются именно на ночной молитве.

Достигнув третьего молитвенного правила, человек приблизился к состоянию единства. Но проверь ночную свою молитвою, чтобы не было оно кажущимся.

Ночью демоны склонны, пользуясь двойственностью, вести споры в недрах человеческой души.

Надо остерегаться вступать в пустые внутренние словопрения. Надо гнать их. Вопросы оставлять без ответов. И не соблазняться добрыми намерениями в этих внутренних спорах посрамить врага.

Ночное молитвенное правило должно быть коротким – не более трехсот молитв. Дабы не воспользовались злые силы ослаблением внутреннего внимания, столь возможного при повышенной всех духовных состояний ночью.

Особенность ночной молитвы заключается в характере искушений. Ночью они более духовны.

Это делает их менее заметными, а потому и более опасными.

Больше всего искушают демоны на ночной молитве высотой молитвенных состояний. Внушают горделивые мысли о необычайных духовных дарованиях молящегося. Услаждают неблагоприятными поддельными откровениями. Принимают вид Ангела света.

Все это гони от себя именем Господа нашего Иисуса Христа.

Все это ночные томления души нашей, не освободившейся от власти страстей.

Но преодолев искушение, молящийся получит многое от этих ночных трудов для преуспевания в молитве

Когда отступят от души темные силы, отравляющие ее утонченными соблазнами, скажется благотворное значение ночной молитвы.

Потому и демоны так сильно влияют на душу ночью, что на ночной молитве душа делается открытее и доступнее. Но она делается открытее как для злого, так и для доброго.

Когда злое отступит – доброе даст плоды во сто крат.

Ночью в душе тише, чем днем. А чем тише в душе, тем слышнее Господу.

Ночью молитва легче переходит от внешних слов внутрь сердца и становится духовной молитвой.

На ночной молитве, когда без слов взывает душа одним сердечным воздыханием, укрепляется и возрастает дух молитвенный.

Ночным молитвенным правилом достигается то, чего не может дать молитва дневная: как бы призрачность и легкость душевной нашей оболочки.

Если ночное правило начато во благовремени, оно сильно подвинет молящегося нашего на молитвенном пути, приближая к вожделенной сердечной молитве.

В деле *«художества духовного»* это необходимая ступень обучения.

Плоды ночных трудов не преминут сказаться и на молитве утренней, дневной и вечерней.

Особое место занимает молитва Иисусова во время Богослужения

Произнесение молитвы Иисусовой не только не отвлекает от Богослужения, а таинственным образом освобождает путь, прегражденный телесною нашею оболочкой для усвоения церковной молитвы сердцем и разумом.

Поют песнопения. Внимай словам их. Участвуй в каждом движении совершающегося Богослужения. Но мысленно за всем этим говори:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного».*

И слова эти не только не отвлекут тебя, не только не заградят путь для усвоения слов и действий Богослужения, а напротив, как бы возьмут их и подымут и силою своею вложат в самую твою душу. То, что проходило без внимания, поразит тебя своим величием. То, что слушал с любовью, вызовет священный трепет. То, что умиляло, исторгнет слезы. Молитва церковная раскроется для сердца во всем своем величии и значении, и сердце примет ее и одухотворится ею.

Особенно велико значение молитвы Иисусовой для совершающих Богослужение.

И иерей, творящий эту молитву во время совершения Богослужения, особенно Литургии, найдет в ней путь к тому духовному состоянию в действительности, о котором он больше знает теоретически и которое переживал доселе как намек.

Теоретически он знает, как бы должна была трепетать душа при совершении сего Таинства. Но ум и воля бессильны заставить душу не только знать, но и чувствовать.

Он знает, что Ангелы невидимо сослужат ему, что здесь, у Престола, около которого он стоит, невидимо стоят Херувимы; он просит у Господа: *«...Иже Пресвятаго Твоего Духа в третий час Апостолом Твоим низпославый, Того, Благой, не отъими от нас, но обнови нас, молящих Ти ся»*. И недостойными, грешными своими руками благословляя хлеб и вино, дерзает произносить священные слова: *«И сотвори убо хлеб сей честное Тело Христа Твоего. А еже в Чаши Сей, честную Кровь Христа Твоего. Преложив Духом Твоим Святым»*. После чего пред ним уже не хлеб и вино, а Самое Пречистое Тело Христово и Самая Его Честная Кровь.

«Оле страшнаго таинства. Оле благоутробия Божия».

Сам Христос перед нами. А мы? Горит ли душа наша любовью и страхом? Где слезы умиления? Где печаль о грехе, где радость о спасении?

Разум знает, что все это так, но *«окамененного нечувствия»* сердца, которое есть результат мирской жизни нашей, преодолеть не может.

Молитва Иисусова, как огонь, топит воск, топит и окаменевшее сердце. Как бы чудо некоторое совершается с душой, и все бывшее

лишь в разуме приходит в сердце, достигает самой глубины духа, переполняя его чувством любви, благоговения, радости и покаяния.

Все положенное должен прочесть священник за Богослужением (тайные молитвы), но, во-первых, у него останется довольно времени и для молитвы Иисусовой, а во-вторых, читая положенные молитвы, можно содержать непрестанно в глубине духа и молитву Иисусову.

Приближается для молящегося время, когда он может ввести постоянное произнесение молитвы Иисусовой в свою повседневную жизнь

Пусть за утренним и вечерним правилом сохраняется счет произносимых молитв, поскольку позволит это состояние молитвенного духа. А днем счет надо оставить.

Руководись лишь сердечным движением в разное время дня, призывая имя Иисусово.

Пусть молитва неослабно живет в тебе в течение всего дня.

Какое бы дело ни начинал – скажи:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго»*. Если ты находишься среди людей, живущих суетной жизнью, если слышишь смех, шутки, нескромные слова, говори:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго»*. Не смущайся ни временем, ни местом, ни обстоятельствами, всегда возвращайся к этим словам:

– *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».*

Особенно вспоминай их при раздражении, при чувственных искушениях, при скорби, унынии или мирских соблазнах.

Молитва, мысленно тобой произносимая, сделает тебя спокойным, воздержанным, серьезно настроенным. Наполнит твою жизнь внутренним содержанием. Откроет твое сердце для полезного и преградит в твою душу путь соблазнам. Она всегда обличает тебя пред самим собою, когда ты неправ. Она научит тебя, как поступить, когда разум колеблется и сердце безмолвствует. Молитва Иисусова будет как бы твоим судьей, который всегда укрепит в добром и обличит тебя в дурном.

Окрепнув в молитве, не бойся дать ей широкий простор в душе.

«Непрестанно молитесь».

Ты исполняешь лишь повеление Апостола языков.

Одно помни предостережение.

Делай это тайно.

Пусть вовне ничем не проявляется твоя постоянная молитва. Пусть даже самые близкие люди по возможности не знают о ней. Великая беда, если молитва станет источником гордости, возношения, самолюбия, рисовки. Не думай, что тебе это не угрожает. Не считай

себя достойным «высоты», на которой уже не страшны соблазны гордости.

Не будь самонадеян и в виду страшных, всю душу опустошающих последствий гордости, в ничто превращающих все подвиги, не давай и повода себе для таких соблазнов.

Пусть молитва твоя будет твоею сердечною тайной, ведомой лишь тебе и Господу Богу:

«Ты же, когда молишься, войди в комнату твою и, затворив дверь твою, помолись Отцу Твоему, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно» (Мф.6:6).

Так и ты войди в «комнату» души твоей, затвори «дверь», чтобы со стороны никто не сказал: *«Он молится»*.

Пусть молитва твоя будет сокровеннейшей тайной от всех. Господь воздаст тебе явно. Этим «явным» воздаянием будет твоя жизнь, ибо вся жизнь твоя станет иной, если не по внешним изменениям, то по внутреннему своему содержанию.

Не все могут оставить мир

Но все могут и в миру подвизаться молитвой Иисусовой. И в миру можно жить, как в пустыне. Как говорит **св. Иоанн Златоуст**:

«Мы должны душу свою ввести в самую необитаемую пустыню. И в этой пустыне молитва Иисусова создаст для молящегося как бы тайный духовный монастырь».

– Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».

Это камень, из которого созидаются стены сего тайного монастыря.

Один камень за другим кладет человек, произнося слова этой молитвы, и день за днем, год за годом вокруг души вырастают невидимые стены, отделяющие его от мирской жизни.

Он теряет вкус и интерес к мирским развлечениям, к шумным забавам, его тяготит общество пустых людей, их постоянный смех, шутки, злословие. Ему не нужны светские книги. Ему не нужно искать, чем бы внешним заполнить жизнь, спасаясь от тоски и скуки. Жизнь его полна внутреннего значения и неисчерпаемого духовного содержания. Он тайный монах тайного монастыря, еще не принявший пострига, живущий для всех окружающих в миру, но для себя ушедший в монастырь умной молитвы.

Он создал этот монастырь терпеливыми, неустанными трудами, с Божьей помощью подвизаясь Иисусовой молитвой. Но вступив в этот монастырь, дальнейшее, высшее созерцание в нем – это уже завершение молитвенного пути, это то, что дает только благодать Божия. Как говорит об этом старец Паисий:

«Егда же Божиею помощю и предреченным подвигом, паче же всех, глубочайшим смирением,

очистит кто душу свою и сердце от всякия душевных и телесных страстей скверны, тогда благодать Божия, общая всех мати, возьмши ум, тою очищенный, аки отроча за руку, возводит, аки по степенем, на предреченная видения духовная, по мере очищения ума, открывая ему неизреченныя и умом непостижимыя Божественныя тайны, и сие нарицается воистину истинное видение духовное: еже есть зрительная, или, по святому Исааку, чистая молитва, от нея же ужас и видение: на няже несть возможно никомуже своим самовластно произвольным подвигом взыти, аще же кого Бог присетит и благодатию Своею на ня возведет».

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».

В начале этой книги приведены слова **аввы Исаии**: «Много смущает и тревожит бесов то, когда инок вооружает себя тайным поучением, которое заключается в следующей молитве: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя**».«

Но не более ли того тревожит бесов, когда не инок, а человек мирской вооружается этой молитвой? Ведь бесы, владеющие столькими душами в миру, не могут не прийти в ярость, видя, как отдельные души человеческие заключают себя в тайный монастырь и тем отнимают то, что бесы привыкли считать своим.

Но да не останавливает эта ярость стремящихся к молитвенному подвигу и спасению.

Пусть помнят они другие слова **аввы Исаии** о молитве Иисусовой:

«Сокровенное поучение (молитва Иисусова) есть зеркало для ума, светильник для совести. Сокровенное поучение изсушает похоть, укрощает раздражительность, отгоняет гнев, отъемлет печаль, удаляет дерзость, разрушает уныние. Сокровенное поучение просвещает ум, отгоняет леность. Сокровенное поучение рождает умиление, вселяет в душу страх Божий, приносит слезы. Сокровенное поучение усваивает монаху смиренномудрие истинное, бдение благоумиленное, молитву неразвлекаемую; оно отгоняет злые помыслы, уязвляет бесов и очищает тело (от страстей). Сокровенное поучение научает долготерпению, оно причастник воздержанию, вестник геенны. Сокровенное поучение соблюдает ум от мечтательности, возбуждает его к размышлению о смерти. Сокровенное поучение исполнено всех благих дел, украшено всякою добродетелью, чуждо и непричастно всякого скверного дела».

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго».

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго»

Апостол Павел в Первом послании к Коринфянам говорит: *«Я писал вам в послании – не сообщаться с блудниками; впрочем, не вообще с блудниками мира сего, или лихоимцами, или хищниками, или идолослужителями, ибо иначе надлежало бы вам выйти из мира сего. Но я писал вам не сообщаться с тем, кто, называясь братом, остается блудником, или лихоимцем, или идолослужителем, или злоречивым, или пьяницею, или хищником; с таким даже и не есть вместе»* (1 Кор.5:9 – 11).

Мир – это язычники.

Братья – это «*святые*» и верные, принявшие Христа и святую Его Церковь.

Апостол Павел говорит: не надо сообщаться с блудниками, лихоимцами, злоречивыми, пьяницами, идолослужителями. Но не с теми из них, которые открыто принадлежат языческому миру, «*чужие*» Церкви, «*внешние*» для Нее. Ибо не обращаться с такими значило бы выйти из мира сего. Но вот если человек называет себя братом, т.е. христианином, и в то же время язычник по жизни своей, с таким даже не есть вместе.

Вот где коренится ответ на вопрос, почему во времена апостольские не было «*отшельников*».

Им незачем было быть.

Уйти от «мира» они могли не в пустыни, а в Церковь, в свое общество верных, святых братии.

После Апостолов, во втором и третьем веках, положение существенно изменилось: «мирской дух» стал заражать самую Церковь. Чистота христианской жизни замутилась, а вместе с тем естественно ослабла строгость апостольской заповеди «даже и не есть» с людьми порочными, именующими себя братьями. Слишком много стало таких людей. Живя среди них, делалось невозможным то строгое разграничение, которого требовал Апостол.

Исполнение этого требования, как и предрек Апостол, поставило ревностных христиан в необходимость «выйти из мира сего».

Они и стали уходить от мирской жизни, но уже не в Церковь полуобмирщенную, а в места уединенные, где создавались монастыри.

Первоначальный монастырь – это та же Церковь апостольского времени, уединившаяся не только от языческого мира, но и от «называющих себя братьями».

Такое понимание возникновения монастырей первых веков христианства вполне соответствует взглядам самих египетских пустынножителей, о чем повествует **преподобный Иоанн Кассиан:**

«Род жизни киновитян получил начало со времени апостольской проповеди. Ибо таким было все

множество верующих в Иерусалиме, которое в Деяниях Апостольских описывается. Такова, говорю, была тогда вся Церковь, каких ныне весьма мало с трудом можно найти в киновиях. Но когда после смерти Апостолов начало охладевать общество верующих, особенно те, которые из иноплеменников и разных народов присоединялись к вере Христовой, от которых Апостолы, по их невежеству в вере и застарелым обычаям языческим, ничего больше не требовали, как только «...воздерживаться от идоложертвенного, блуда, удавленины и крови» (Деян.15:29); «и когда эта свобода, предоставленная язычникам по причине слабости их веры, начала мало-помалу ослаблять совершенство и церкви Иерусалимской и при ежедневном возрастании числа из туземцев и пришельцев горячность первой веры стала охладевать, то не только обращавшиеся к вере Христовой, но и предстоятели церкви уклонились от прежней строгости. Ибо некоторые, дозволенное язычникам по немощи их почитая позволительным для себя, думали, что они не потерпят никакого вреда, если при имуществе и богатстве своем будут содержать веру и исповедание Христа. А те, у которых еще была горячность апостольская, помня о том прежнем совершенстве, удалялись из своих городов и от общения с теми, которые почитали позволительным для себя или для церкви Божией нерадение распущенной жизни, стали пребывать в местах подгородних и уединенных,

и что было установлено Апостолами, как помнили, вообще для всей церкви, в том начали упражняться особенным образом всякий сам по себе».

Таково объяснение возникновения монастырей общежительных, где монахи жили *«множе совокупно»* – самый древний вид монашества.

Но вот в четвертом веке кончились гонения на христиан, все почти стали именоваться *«братьями»*. Еще труднее стало, оставаясь в миру, *«даже и не есть вместе»* с зараженными мирской скверной. Ревностным христианам воистину *«надлежало»*, по слову Апостола, *«выйти из мира сего»*. Зараза была так страшна, что угрожала и самим общежительным монастырям.

Тогда возникает пустынножителство. Люди уходят в полное одиночество, совершенно отрекаются от мира, даже и *«монашеского»* – *«общежительного»*.

Таковы первые пустынные жители Павел Фивейский, Антоний Великий, Пахомий, Иларион и другие.

Пустынножителство освобождало подвижников от всех внешних привязанностей. Вся жизнь делалась молитвою, превращалась в борьбу с *«миром»* в себе самом – в борьбу со страстями.

Не могло не сказаться это и на форме, и на содержании молитвенного подвига. Богослу-

жение стало не «общественным», а единичным, келейным.

Отсюда берет начало свое и «тайное поучение», т.е. молитва Иисусова, как особый и нарочитый молитвенный подвиг.

Возникновение умной молитвы святые отцы относят ко временам евангельским. Но свое полное развитие это «художество духовное» получило в последующие века молитвенными подвигами отшельников и святых угодников Божиих.

В третьей части моей книги и собрано то, что открыли нам о «тайном поучении» великие учителя Церкви.

Симеон, архиепископ Солунский, говорит: «Сия убо Божественная молитва, Спаса нашего призывание: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя**, – и молитва есть, и моление, и исповедание веры, и Духа Святого подательница, и даров Божественных дарователь, и очищение сердца, и изгнание бесов, и веселие Иисуса Христа, и духовных мыслей и помыслов Божественных источник, и грехов избавление, и душ и телес врачевание, и просвещения Божественного податель, и милости Божией источник, и откровений и тайн Божественных смиренным дарователь, и самое спасение, понеже и спасительное носит в себе Бога нашего Имя: **Еже самое Имя есть нареченное на нас Иисуса Христа, Сына Божия**».

Симеон, архиепископ Солунский:

«Есть много молитв, но превосходнее всех та, которую дал нам Сам Спаситель (Отче наш...), как пишется в Евангелии, яко объемлющая вкратце всю евангельскую истину, а после нея спасительное призывание Господа нашего Иисуса Христа, Сына Божия (Иисусова молитва), в научении нас которому потрудились многие преподобные отцы наши.»

*«Сия Божественная молитва, состоящая в призывании Спасителя, есть следующая: **«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя»**. Она есть и молитва, и обет, и исповедание веры, – Духа Святого и Божественных даров подательница, сердца очищение, бесов изгнание, Иисуса Христа вселение, духовных разумений и Божественных помыслов источник, грехов отпущение, душ и телес врачевательница, Божественного просвещения подательница, милости Божией кладезь, откровения Тайн Божиих ходатаица, единая спасительница, яко имя Спасителя нашего Бога в себе носящая, – имя Иисуса Христа, Сына Божия, на нас названное».*

«Сие призывание всякий благочестивый всегда возглашает, как молитву, и умом своим и языком, и стоя, и ходя, и сидя, склоняясь на ложе, и говоря что-либо, и делая, – и всегда да понуждает себя к тому, и обретет великий покой и радость».

«Лица священного сана да радеют о сем деле, как о проповеди, как о священнодействии, как о

проявлении любви своей ко Христу Господу, миряне да блюдут сию молитву, как печать и знамение веры своей, как охрану, освящение и отгнание искушений».

«Господи Иисусе Христе, помилуй мя» и сокращеннейше: «Господи помилуй» – «от апостольских времен даровано христианам и определено, чтобы они непрестанно возглашали сие, как и возглашают».

Св. Григорий, архиепископ Солунский:

«Имеют долг все вообще христиане, от мала до велика, молиться всегда умною молитвою: **"Господи Иисусе Христе, помилуй мя!"** – так, чтобы ум их и сердце навык имели всегда изрекать священные слова сии».

«Когда сидим за рукоделием, и когда ходим, и когда пищу принимаем, и когда пьем, всегда умом можем молиться и творить умную молитву, благоугодную Богу, молитву истинную. Телом будем работать, а душой молиться. Внешний наш человек пусть исполняет свои телесные дела, а внутренний весь пусть будет посвящаем на служение Богу и никогда не отстает от этого духовного дела умной молитвы».

«Сия умная молитва есть свет, просвещающий душу человека и сердце его воспламеняющий огнем любви к Богу. Она есть цепь, держащая в единении Бога с человеком и человека с Богом. О, ни с чем не сравнимая благодать умной молитвы! Она

поставляет человека в положение всегдашнего собеседователя с Богом. О, дело, воистину дивное и предивное! Телесно обращаешься с людьми, а умно беседуешь с Богом».

Преподобный Серафим Саровский:

«Монах, не имеющий Иисусовой молитвы, есть обожженная головешка».

Преподобный Нил Сорский:

«Как вода напоевает сады, так молитва сия (Иисусова) наполняет всю душу Божественною благодатью».

Св. Григорий Синаит:

«Из отцов одни говорили, что надо произносить полную молитву: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, а другие – половину, так: Иисусе, Сыне Божий, помилуй мя, или: Господи Иисусе Христе, помилуй мя, или что надо переменять и говорить то полно, то сокращенно. Не должно однако ж часто переменять слова молитвы, поблажая лености, но с пожданием в показание терпения. Еще одни учат устно произносить молитву, а другие – мысленно умом. Я же и то, и другое полагаю. Ибо иногда ум изнемогает произносить молитву сам по себе, от уныния, иногда уста утомляются делать это. Потому обоими надо молиться, и устами, и умом. Однакож тихо и без смятения надо взывать к Господу, чтобы глас не расстроил внимания ума и не пресек молитвы, пока ум навыкнет деланию сему, и прияв силу от

Духа, станет крепко молиться сам в себе. Тогда не будет нужды произносить молитву устно, да и невозможно, потому что достигший сего довольствуется вполне умным деланием молитвы и не имеет желаний отставать от ней».

«С утра понудь ум свой сойти из головы в сердце и держи его в нем, и непрестанно взывай умно и душевно: "Господи Иисусе Христе, помилуй мя!" Утомившись, переведи ум на вторую половину и говори: "Иисусе, Сыне Божий, помилуй мя!". Многократно проговорив сие воззвание, переходи опять на первую половину. Но часто по лености не должен ты переменять сии воззвания, потому что, как растения не укореняются, если часто их пересаживать, так и молитвенные движения в сердце при частой перемене слов молитвенных».

Каллист Патриарх и сподвижник его **Игнатий Ксанфонопуло:**

«Молитва со вниманием и трезвением, совершаемая внутрь сердца, без всякой другой мысли и воображения кого-либо, словами: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий – неведественно и безгласно воспростирает ум к Самому призываемому Господу Иисусу Христу, словами же "помилуй мя" опять возвращает его и движет к себе самому, так как не может еще не молиться о себе. Но когда он достигнет опытом совершенной любви, тогда всецело воспростирается он к Единому Господу Иисусу Христу, о втором (т.е. о помиловании) прияв действительное извещение».

Святой Иоанн Златоуст:

«Умоляю вас, братия, никогда не оставлять правила молитвы или пренебречь о нем. Ибо я слышал некогда от св. отцов, которые говорили: какой это монах, если он небрежет о правиле или попирает его! Но он должен – ест ли, или пьет, сидит ли дома, или путешествует, или другое что делает, непрестанно взывать: **"Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя"**. Дабы это поминание имени Господа нашего Иисуса Христа раздражало на брань против нас врага. Поминанием сим душа, нудящая себя на то, может разыскать в себе все – и худое и доброе. Поминание сие имеет привести в движение змия. Поминание сие может обличить живущий в нас грех. Поминание сие может подвинуть всю силу вражью в трепет, обошедшую сердце, и поминание сие может победить и искоренить ее. Имя Господа Иисуса Христа, входя в глубину сердца, змия держащаго пожатии ее смирит, душу же спасет и оживотворит. Непрестанно убо пребудь с именем Господа Иисуса, и да поглотит сердце Господа и Господь сердце, и будут два в едино. Впрочем, дело сие не есть дело одного дня или двух, но многих лет и долгого времени, ибо великий требуется подвиг и многолетний» – «да извергнется враг и вселится Христос».

Прп. Исихий, пресвитер Иерусалимский:

«Блажен воистину, кто так прилепился мыслию к молитве Иисусовой, вопия к Нему непрестанно».

но в сердце, как воздух прилежит телам нашим или пламя к свече. Солнце, проходя над землею, производит день, а святое и достопоклоняемое имя Господа Иисуса, непрестанно сияя в уме, порождает бесчисленное множество солнцевидных помышлений».

Прп. Нил Сорский (устав скитского монашеского жития XV столетия):

«Прилагают же ныне отцы в молитве слово, егда рекут: – "Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя", – и абие рекут: "грешнаго". «И сие приятно есть. Наипаче же надобно нам грешным. И тако глаголи прилежно аще стоя, или сидя, или лежа, и ум в сердце затворяй, и дыхание держи, елико мощно, да не часто дышеши, якоже глаголет Симеон Новый Богослов и Григорий Синаит. Призывай Господа Иисуса желательню и терпеливню и пождательню, отвращая всех помысл. А еже рекоша сии святии держати дыхание, – еже не часто дыхати – искус вскоре научит, яко зело пользует к собранию умному...», сильных бо есть се, еже удержати ум и отгоняти помыслы. Но и сии не от себе отгоняют их, но с Богом подвижутся на брань их, яко оболчени благодатию и всеоружеством Его; ты же аще видиши, рече, нечистоту лукавых духов, сиречь, помыслы воздвизаемы в уме твоём, не ужасайся, не дивися, и аще блага разумения явятся вещей неких, не внемли тем, но держа вздыхание, якоже мощно, и ум в сердце затворяя, вместо оружия призывай Господа Иисуса часто и прилежно, и

отбегут, яко огнем палими невидимо Божественным именем».

Прп. Нил Сорский – Слово второе:

*«...за добрыми помыслами следуют и дурные, то и нужно принудить себя, не допускать и таких помыслов, о которых мы думаем, что они хороши, а постоянно созерцать глубину своего сердца и говорить: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя!** Произносить эту молитву всю, а иногда половину ее: **Господи Иисусе Христе, помилуй мя!** или же: **Сыне Божий, помилуй мя!** – как это будет удобнее для новоначальных монахов, говорит Григорий Синаит. Не нужно впрочем часто переменять речения, но изредка. Ныне отцы прибавляют к молитве после слов: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя!** – слово «**грешнаго**». И это приятно Богу, особенно прилично нам грешным».*

Св. Иоанн Лествичник:

«Память о смерти да засыпает и да восстает с тобою, и вместе с нею Иисусова молитва единопомышляемая, ибо ничто не может тебе доставить столь сильное заступление во время сна, как сии делания».

Ответ св. старца Варсонуфия преподобному Дорофею: «Вопрос 15».

«Напиши мне, господин мой, о непрестанной о Боге памяти (т.е. о внутренней молитве), если удостоишь меня сего поучения, и утверди меня в

нем, ибо помысл мой боится, что не в силах буду сохранять сего, потому и прошу тебя, Владыко, скажи, действительно ли полезно мне это дело...»

Ответ Варсонуфия:

«О непрестанной же памяти, т.е. поучении, положи начало и не бойся: Бог укрепит и утвердит тебя. Но сей «с надеждою» (1 Кор.9:10), чтобы и пожать, если не ослабеешь (Тал. 6:9). Благословен Бог, Благословляющий тебя положить начало. Он подаст тебе силу и сохранит по мере твоей...»

Авва Дорофей (сказание о св. Досифее):

«Он» (Досифей) «имел и всегда память Божию, ибо» (авва Дорофей) «заповедал ему постоянно говорить»:

«Господи Иисусе Христе, помилуй мя» – и между этим: «**Сыне Божий, помози ми**» – так он всегда произносил эту молитву».

Прпп. отцы Варсонуфий Великий и Иоанн: «Вопрос»: «Хорошо ли мне упражняться в молитве: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя**» или лучше поучаться в Божественном Писании и стихословить псалмы?»

Ответ: «Надобно делать и то и другое: немного того и немного другого попеременно, по написанному: сия подобаше творити, и оных не оставлять» (Мф.23:23)».

Вопрос: «Когда мне кажется, что помысл мой безмолвствует и не бывает тревожим и тяготим, хорошо ли и тогда поучаться в призывании

имени Владыки Христа? Ибо помысл говорит мне: теперь, когда мы находимся в мире, в сем нет надобности».

Ответ: «Мы не должны думать, что имеем сей мир, доколе признаем себя грешными, ибо в Писании сказано: «Нечестивым же несть мира, говорит Господь» (Ис.48:22). «Если же нет мира грешникам, то каков этот мир у тебя? Убоимся, ибо написано: "Егда бо рекут: мир и утверждение, тогда внезапно нападет на них всегубительство, якоже болезнь во чреве имущей, и не имуть избежать"» (1 Сол.5:3). «Случается же, что и враги с хитростию дают сердцу на короткое время ощущать тишину для того, чтобы прекратилось призывание имени Божия, ибо им небезызвестно, что от призывания его они обессиливаются. Зная сие, не престанем призывать в помощь имя Божие: ибо это есть молитва, а Писание говорит: "Непрестанно молитесь" (1 Сол.5:17). Непрестанное же не имеет конца».

Св. Антоний Великий:

«Имени Господа не отпускай от себя, но непрестанно вращай Его в уме твоём, поучайся Ему в сердце твоём и хвали Его языком твоим, говоря: Господи мой, Иисусе Христе, помилуй меня».

Блж. Никифор:

«Ум твой не должен молчать и оставаться в праздности, но слова: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя – иметь непрестанным деланием и поучением, никогда не преставая от

этого. Это, содера ум невысящимся, соделыва-ет его неуловимым и непреступным для прилогов вражих, возводит его повседневно в любовь и желан-ние Божественное. Если же, много потрудившись, о брат, не сможешь войти в страны сердца, как мы повелели тебе, то сделай, что скажут тебе, и найдешь искомое при содействии Божиим. Знаешь, что словесность каждого человека находится в пер-сях: здесь, внутри персей, и при молчании уст на-ших мы говорим и рассуждаем, и совершаем молит-вы, и псалмопение, и прочее. Этой-то словесности, отняв у нее всякий помысл (можешь это, если за-хочешь), предоставь говорить: «**Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя**». И понудься вопиять это внутри персей, вместо всякой другой мысли. Когда же ты некоторое время будешь по-ступать таким образом, тогда при посредстве этого отверзится тебе и вход в сердце, как мы тебе написали, без всякого сомнения, узнав это из опыта. Придет же к тебе, с многовожден-ным и сладостным вниманием, и весь лик добро-детелей: любовь, радость, мир и прочее: ими оно исполнит все прошения твои о Христе Иисусе, Господе нашем».

Св. Иоанн Златоуст:

«Должно всякому, ест ли он, пьет ли, сидит ли, служит ли, путешествует ли, или другое что де-лает, непрестанно вопить: "**Господи Иисусе Хри-сте, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго!**" Да имя

Господа Иисуса Христа, сходя в глубину сердечную, смирит змия пагубного, душу же спасет и животворит. Пребудь же непрестанно в призывании имени Господа Иисуса, чтобы сердце поглотило Господа, и Господь – сердце и стали они два во едино».

Прп. Серафим Саровский:

«...Истинно решившиеся служить Господу Богу должны упражняться в памяти Божией и непрестанной молитве к Иисусу Христу, говоря умом: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго.** За рукоделием или будучи где-либо на послушании, твори беспрестанно молитву: **Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго.** В молитве внемли себе, то есть ум собери и соедини с душою. Когда Господь согреет сердце твое теплотою благодати Своея..., тогда потечет в тебе молитва оная беспрестанно, и всегда будет с тобою, наслаждая и питая тебя».

Св. Тихон Задонский:

«Надобно терпеть и быть великодушну, не смотреть на то, что делают, а внимать, чему Слово Божие учит; знать келлию да церковь и быть всегда заняту: то читать, то молиться, то делать что пристойное и так попеременно продолжать; мало есть, мало пить и непрестанно Иисусову молитву иметь в сердце своем: "Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго".

Приложение

Епископ Феофан (Затворник):

«Совершение умной молитвы к Господу Спасителю состоит в следующем: стань умом и вниманием в сердце и, восставив убеждение, что Господь близ и внимает, взывай к Нему умиленно: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго. И делай это непрестанно и в церкви, и дома, на пути, и за делом, и за столом, и в постели – словом, с той минуты, как откроешь глаза, до той, когда закроешь их».

«Что такое умная молитва? Непрестанное обращение ума к Господу в сердце, или непрестанное предстояние Господу, с воззваниями к Нему или без воззваний, с одними чувствами преданности и сокрушенным припаданием к Нему в сердце. Для навыка в этом самопринудительном труде опытные молитвенники избрали одну молитву к Господу Спасителю и установили правила, как ее совершать, чтобы с помощью ее развить в себе своеличную молитву. Дело это просто: стань умом в сердце пред Господом и молись Ему: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго! Так дома перед молитвословием, в промежутках молитвословия и в конце, так и в церкви, так и весь день, чтобы все моменты дня наполнить молитвою».

«Чем больше внедряется в сердце молитва Иисусова, тем более согревается сердце и тем самодвижнее становится молитва, так что огонь жизни духовной возгорается, и горение ее становится непрерывным, вместе с тем как молитва Иисусова займет все сердце и станет непрерывно движущеюся».

*«Главное надо стать умом в сердце пред Господом и стоять пред Ним неотходно день и ночь до конца жизни. Употреби небольшой труд, с неослабным усердием. Будет и подозрение к советуемому (наставнику), и неблаговоление к самому делу молитвы, хула на нее, изнеможение, желание бросить, именно потому, что мудрено. Опасно! Не слушай! Держи свое дело. Враг паче всего вселяет хулу на сию молитву (умную Иисусову). Ибо тогда невидимый огонь палит его и отгоняет; ему приступа нет к тому лицу, в сердце которого внедрена молитва Иисусова. Сладчайшее Имя Господа, непрерывно звучащее и глаголющееся в сердце, даже без твоего ведома, будет бить врага. Ибо бывает так, что душа, по небрежению и неразумию, забудется и замечтается, но, опомнясь и возвратясь к себе, находит, что в сердце поется одно и то же: **"Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного"**.*

«Ныне с молитвой Иисусовой не знай как обращаются. Сколько придумали прибауток! А о существе дела совсем позабывают. Оттого и быва-

ет, что одни только на словах и останавливаются, твердят: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, но без всякой мысли и чувства. Я называю их шопотниками, или шептунами. Другие останавливаются на ноздренном дыхании и сопят. Это сопунуны. Показались еще какие-то такие, которые, будто не имея сил остановить внутреннее движение, начинают кричать: Иисусе. Ии. Ии. Это кликуши. А дело молитвы сей просто: стань умом в сердце пред лицом Господа и взывай: "Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя", или только: "Господи помилуй. Милостивый Господи, помилуй мя грешного", или другими какими словами. Сила совсем не в словах, а в мыслях и чувствах».

«Дело не в словах, а в краткой молитовке. Такая не одна была в употреблении. Св. Кассиан пишет, что в Египте употребляли такую молитовку: Боже, в помощь мою вонми, Господи, помози ми потщися. В других местах другие были в ходу молитовки, как: Упование мое Отец, прибежище мое Сын, покров мой Дух Святой. Еще: Аз яко человек согреших, Ты же яко Бог щедр помилуй мя, видя немощь души моя. Между ними и молитва Иисусова. Но потом отдано преимущество молитве Иисусовой».

Из «Невидимой брани» блаженной памяти старца Никодима Ареопагита:

«Первое тебе дело предлежит – частое, сколько можно частое, повторение молитвы Иисусо-

вой, пока навыкнешь непрестанно ее повторять. Делай сие так»:

«1) Определи в молитвенном твоём правиле часть и молитве Иисусовой. Твори несколько раз сию молитву в начале твоего молитвословия и несколько раз после него. Если есть усердие, и после каждой молитвы, входящей в твоё молитвословие».

«2) Число, сколько раз повторять, в каком случае сию молитву, сам себе определи или спроси духовного отца твоего. Только сначала много не назначай, а потом, по мере услаждения сею молитвою, прибавляй понемногу. Если когда придет желание повторить положенное число, не отказывай себе в этом, не поставляя себе сие в постоянное правило, а только в этом случае. И сколько бы ни потребовало сердце таких повторений, не отказывай».

«3) Не спеши гнать одну молитву за другою, а с мерною длительностью произноси их, как обыкновенно говорят пред большим лицом, когда просят его о чем. Однако ж не об одних словах заботься, а паче о том, чтобы ум был в сердце и предстоял Господу, яко присущему, с полным сознанием Его величия и благодати и правды».

«4) Если имеешь свободу, то во время между одним и другим молитвословием положи себе становиться, как обычно становишься на молитву, и возносить к Господу несколько раз молитву сию. А если нет такой свободы, то внутренне

вставляй сию молитву всюду между делами твоими и даже речами».

«5) Творя сию молитву на правиле или кроме него, становясь для нея в молитвенное положение, при каждом разе ея произношения делай поклон – десять раз поясной, а потом земной – так, пока кончишь. Ты, конечно, слышал или читал, что св. отцы в своих правилах о молитве полагают множество поклонов. Один из них сказал: недостаточна молитва, когда кто не преутрудит на ней тела своего поклонами. Если ты положишь по силе своей подражать сему, то скорее увидишь плод от труда своего над навывканием молитве Иисусовой».

«8) У св. отцов встретишь много предостережений. Ко всем им поводы даны опытами неправильного действованиа. Чтобы избежать сих неправильностей, имей советника – отца духовного или собеседника – брата единомысленного, и поведай им все случающееся при таком труде твоём. Сам же всегда действуй в наибольшей простоте, в великом смирении и неприсвоении себе успеха. Ведай, что настоящий успех происходит внутри, незаметно, не выдаваясь, как совершается рост тела. Потому, когда возгласится у тебя внутри: "А, вот оно!" – знай, что это возглас вражий, представляющий тебе нечто кажущееся вместо действительного. Тут начало самопрельщения. Заглушай сей глас сразу; иначе он, как труба, будет гудеть у тебя, питая самомнение».

«9) Не определяй времени, необходимого для успеха в молитве сей. Положи только трудиться и трудиться. Пройдут месяцы и годы, пока покажутся слабые начатки успеха».

Один из афонских отцов говорил о себе, что прошло два года труда, пока согрелось сердце: у другого некоего это пришло через восемь месяцев. У всякого это происходит по мере сил его и усердия к сему делу.

Епископ Игнатий (Брянчанинов). О молитве Иисусовой (беседа Старца с учеником):

Ученик. Можно ли всем братьям в монастыре заниматься молитвой Иисусовой?

Старец: Не только можно, но и должно. При пострижении в монашество, когда новопостриженному вручаются четки, называемые при этом мечом духовным, завещается ему непрестанное, деннонощное моление Иисусовою молитвою. Следовательно, упражнение в молитве Иисусовой есть обет монаха. Исполнение обета есть обязанность, от которой нет возможности отречься.

Ученик: Направление современного монашества, при котором упражнение молитвою Иисусовою встречается очень редко, может ли послужить для меня извинением и оправданием, если я не буду заниматься ею?

Старец: Долг остается долгом, и обязанность обязанностью, хотя бы число неиспол-

няющих еще более умножилось. Обет произносится всеми. Ни множество нарушителей обета, ни обычай нарушения не дают законности нарушению. Мало то стадо, которому Отец Небесный благоволил дать Царство. Всегда тесный путь имеет мало путешественников, а широкий много.

В последние времена тесный путь оставится почти всеми, почти все пойдут по широкому. Из этого не следует, что широкий потеряет свойство вводить в пагубу, что тесный сделается излишним, ненужным для спасения. Желаящий спастись непременно должен держаться тесного пути, положительно завещанного Спасителем.

Ученик: Почему называешь ты тесным путем упражнение молитвою Иисусовой?

Старец: Как же не тесный путь? Тесный путь в точном смысле слова! Желаящий... должен оградить себя и извне, и внутри поведением самым благоразумным, самым осторожным: падшее естество наше готово ежечасно изменить нам, предать нас; падшие духи с особым неистовством и коварством наветуют упражнение молитвою Иисусовой. Нередко из ничтожной, по-видимому, [причины] неосторожности, из небрежности и самонадеянности не примеченной, возникает важное последствие, имеющее влияние на жизнь, на

вечную участь подвижника: *«и аще не Господь помог бы ми, в мале вселилася бы во ад душа моя... Подвижется нога моя, милость Твоя, Господи, помогаше ми»* (Пс.93:17 – 18).

Основанием для упражнения молитвою Иисусовой служит поведение благоразумное и осторожное. Во-первых, должно устранить от себя изнеженность и наслаждения плотские во всех видах. Должно довольствоваться пищей и сном постоянно умеренными, соразмерными с силами и здоровьем, чтобы пища и сон доставляли телу должное подкрепление, не производя непристойных движений, которые являются от излишества, не производя изнеможения, которое является от недостатка. Одежда, жилище и все вообще вещественные принадлежности должны быть скромные, в подражание Христу, в подражание Апостолам Его, в последовании духу их, в общении с духом их. Святые Апостолы и истинные ученики их не приносили никаких жертв тщеславию и суетности, по обычаям мира, не входили ни в чем в общение с духом мира. Правильное, благодатное действие молитвы Иисусовой может прозябнуть только из Духа Христова: прозябает и произрастает оно исключительно на одной этой почве. Зрение, слух и прочие чувства должны быть строго хранимы, чтоб чрез них, как чрез врата, не ворвались в душу супостаты. Уста и

язык должны быть обузданы, как бы скованы молчанием: празднословие, многословие, особливо насмешки, пересуды и злоречие, суть злейшие враги молитвы. От принятия братии в свою келию, от хождения в их келии должно отказаться: должно пребывать терпеливо в своей келии, как в гробе с мертвецом своим, со своею душою – истерзанною, убитою грехом, молить Господа Иисуса о помиловании...

О, как справедливо называют отцы упражнение молитвою Иисусовою и тесным путем, и самоотвержением, и отречением от мира. Эти достоинства принадлежат всякой внимательной и благоговейной молитве, по преимуществу же молитве Иисусовой, чуждой того разнообразия в форме и того многомыслия, которые составляют принадлежность псалмопений и прочих молитвословий.

Ученик: Из каких слов состоит молитва Иисусова?

Старец: Она состоит из следующих слов: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго. Некоторые старцы разделяют молитву для новоначальных на две половины и повелевают от утра, примерно до обеда, говорить: Господи Иисусе Христе, помилуй мя, а после обеда: Сыне Божий, помилуй мя. Это – древнее предание. Но лучше приучиться, если то можно, к произнесению цельной молитвы.

Разделение допущено по снисхождению к немощи немощных и новоначальных.

Ученик: В чем заключается сила молитвы Иисусовой?

Старец: В Божественном имени Богочеловека, Господа и Бога нашего Иисуса Христа. Апостолы, как видим из книги Деяний их и из Евангелия, совершали великие чудеса именем Господа Иисуса Христа: исцеляли недуги, неисцелимые средствами человеческими, воскрешали мертвых, повелевали бесам, изгоняли их из одержимых ими человеков.

Ученик: Некоторые утверждают, что от упражнения молитвою Иисусовою всегда, или почти всегда, последует прелесть, и очень запрещают заниматься этою молитвою.

Старец: В усвоении себе такой мысли и в таком запрещении заключается страшное богохульство, заключается достойная сожаления прелесть. Господь наш Иисус Христос есть единственный источник нашего спасения, единственное средство нашего спасения; человеческое имя Его заимствовало от божества Его неограниченную всесвятую силу спасать нас: как же эта сила, действующая во спасение, эта единственная сила, дарующая спасение, может извратиться и действовать в погибель? Это чуждо смысла! Это – нелепость горестная, богохульная, душепагубная!

Усвоившие себе такой образ мыслей точно находятся в бесовской прелести, обмануты лжеименным разумом, исшедшим из сатаны. Сатана восстал коварно против всесвятого и великолепного имени Господа нашего Иисуса Христа, употребляет в свое орудие слепоту и неведение человеческие, оклеветал имя: «Еже паче всякого имене, да о имени Иисусове всяко колено поклонится небесных, и земных, и преисподних» (Флп.2:9 – 10).

Ученик: Какие истинные плоды молитвы Иисусовой, по которым новоначальный мог бы узнать, что он молится правильно?

Старец: Первоначальные плоды молитвы заключаются во внимании и умилении. Эти плоды являются прежде всех других от всякой правильно совершаемой молитвы, преимущественно же от молитвы Иисусовой, упражнение которою превышает псалмопение и прочего молитвословия. От внимания рождается умиление, а от умиления усугубляется внимание. Они усиливаются, рождая друг друга; они доставляют молитве глубину, оживляя постепенно сердце; они доставляют ей чистоту, устраняя рассеянность и мечтательность. Как истинная молитва, так и внимание и умиление суть дары Божии. Как желание стяжать молитву мы доказываем принуждением себя к ней, так и желание стяжать внимание и умиление доказы-

ваем понуждением себя к ним. Далее плодом молитвы бывает постепенно расширяющееся зрение своих согрешений и своей греховности, от чего усиливается умиление и обращается в плач. Плачем называется преизобильное умиление, соединенное с болезнованием сердца сокрушенного и смиренного, действующее из глубины сердца и объемлющее душу. Потом являются ощущения присутствия Божия, живое воспоминание о смерти, страх суда и осуждения. Все эти плоды молитвы сопровождаются плачем и, в свое время, осеняются тонким, святым духовным ощущением страха Божия. Страх Божий невозможно уподобить никакому ощущению плотского, даже душевного человека. Страх Божий – ощущение совершенно новое. Страх Божий – действие Святаго Духа. От внушения этого чудного действия начинают истаявать страсти, ум и сердце начинают привлекаться к непрерывному упражнению молитвою. По некотором преуспевании приходит ощущение тишины, смирения, любви к Богу и ближним без различия добрых от злых, терпение скорбей как попущений и врачеваний Божиих, в которых необходимо нуждается наша греховность... О дальнейших плодах и последствиях моления святейшим именем Господа Иисуса останавливаюсь говорить: пусть блаженный опыт научит им и меня, и других...

Последствия и плоды эти подробно описаны в Добротолюбии.

Ученик: Мое сердце жаждет слышать: скажи еще что-нибудь.

Старец: Очень полезно для упражняющегося молитвою иметь в келии иконы Спасителя и Божией Матери довольно значительного размера. По временам можно обращаться при молитве к иконам, как бы к Самим присутствующим тут Господу и Божией Матери. Ощущение присутствия Божия в келии может сделаться обычным. При таком постоянном ощущении мы будем пребывать в келлии со страхом Божиим, как бы постоянно под взорами Бога. Точно мы находимся всегда в присутствии Бога, потому что Он вездесущ; находимся всегда под взорами Бога, потому что Он все и всюду видит.

Слава всемилосердному Господу, видящему нашу греховность и согрешения, долго-терпеливо ожидающему нашего покаяния, даровавшему нам не только дозволение, но и заповедь умолять Его о помиловании.

Аминь.

Содержание

Монастырь в миру	3
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ	4
ЧАСТЬ ВТОРАЯ	53
ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ.....	103
Приложение.....	119