

ПОУЧЕНИЯ СВЯТИТЕЛЯ
ФЕОФАНА ЗАТВОРНИКА



О МОЛИТВЕ

Составитель
игумен Феофан (Крюков)



Даниловский  благовестник
Москва
2008

УДК 271.2
ББК 86-372
О 11

*По благословению
Святейшего Патриарха Московского
и всея Руси АЛЕКСИЯ II*



О 11 О МОЛИТВЕ: Поучения свт. Феофана Затворника / Сост. игумен Феофан (Крюков). — М.: Даниловский благовестник, 2008. — 160 с.

Молитва — это неотступное покаянное призывание имени Господа нашего Иисуса Христа, она сближает, сродняет и соединяет нас с Господом, она наша благовейная молитвенная память о Христе Спасителе. Постоянно творимая, молитва становится стражем нашей внутренней жизни, наших мыслей и чувств, не дает проникать в душу ничему нечистому и недостойному.

Как научиться молитве? Святые отцы предупреждают о необходимости иметь опытного руководителя в этом важнейшем внутреннем делании. Наше издание, в котором собраны выдержки из творений и писем святителя Феофана Затворника, призвано помочь обучающимся молитве.

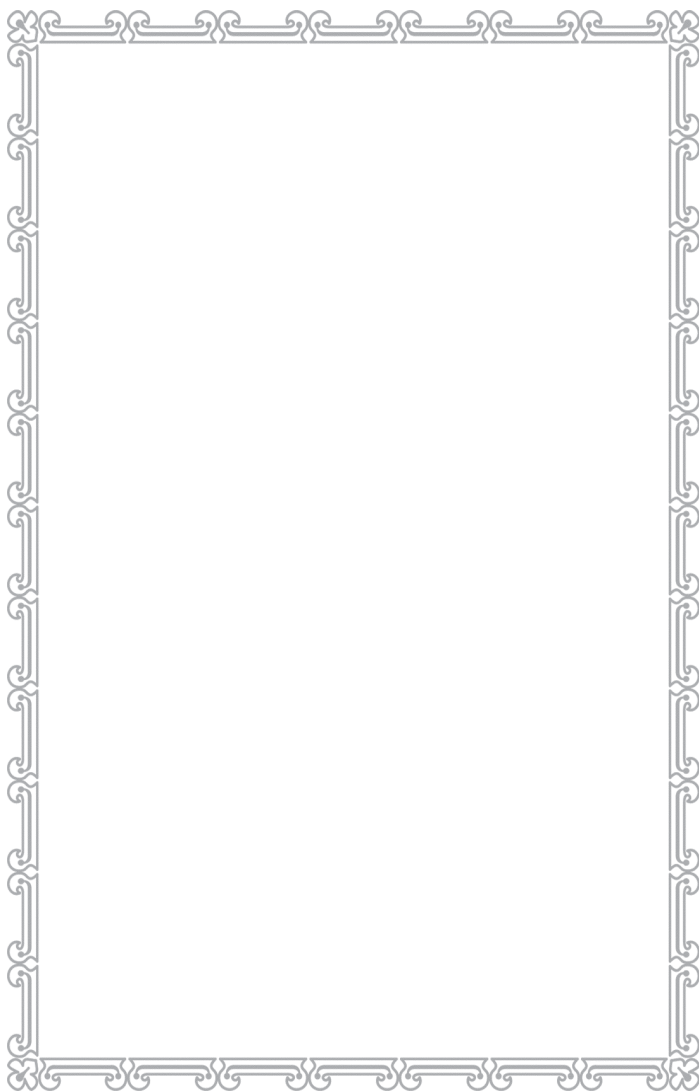
ISBN 978-5-89101-264-6

© Данилов ставропигиальный
мужской монастырь, верстка,
оформление, 2008

*Извольте все сие сообразить,
и взять в руководство, и почаще
прочитывать, чтобы поновлять
в памяти, как должно
действовать.*

Свт. Феофан Затворник







О НЕПРЕСТАННОЙ МОЛИТВЕ

**Навык к Иисусовой молитве —
средство, а не существо дела**

*Иисусова молитва
не есть непрестанная молитва,
но лишь подспорье к ней*

Пришло желание учиться молитве Иисусовой. Бог благословит! Но делание молитвы Иисусовой не есть непрестанная молитва, а только подспорье к ней... Непрестанная молитва есть дар благодати... и о сем молиться надо: «Господи, даруй мне непрестанно Тебе молиться!» Состоит сия молитва не в словах, а в чувстве к Богу неотходном. О сем чувстве и заботиться должно и его возгревать. (10, 111)*

* Номер источника и страницы (см. Библиографию на с. 145—146).

*Кто останавливается на одной
Иисусовой молитве,
тот останавливается на полдороге*

Говорят: «Стяжи молитву Иисусову», т. е. молитву внутреннюю. Молитва Иисусова есть хорошее к внутренней молитве средство, но сама по себе не внутренняя, а внешняя молитва. Которые навыкают ей, хорошо очень делают. Но если на одной на ней останавливаются, а дальше нейдут, то они останавливаются на полдороге...

При молитве Иисусовой Богомыслие все же необходимо: иначе это сухая пища. Хорошо, у кого навязло на языке имя Иисусово. Но можно при этом совсем не помнить о Господе и даже держать мысли, противные Ему. Следовательно, все зависит от сознательного и свободного к Богу обращения и труда держать себя в этом с рассуждением. (6, 19)

*Дело не в словах,
а в вере и чувстве*

Делание молитвы Иисусовой просто: стать вниманием в сердце пред лицом Господа и взывать к Нему:

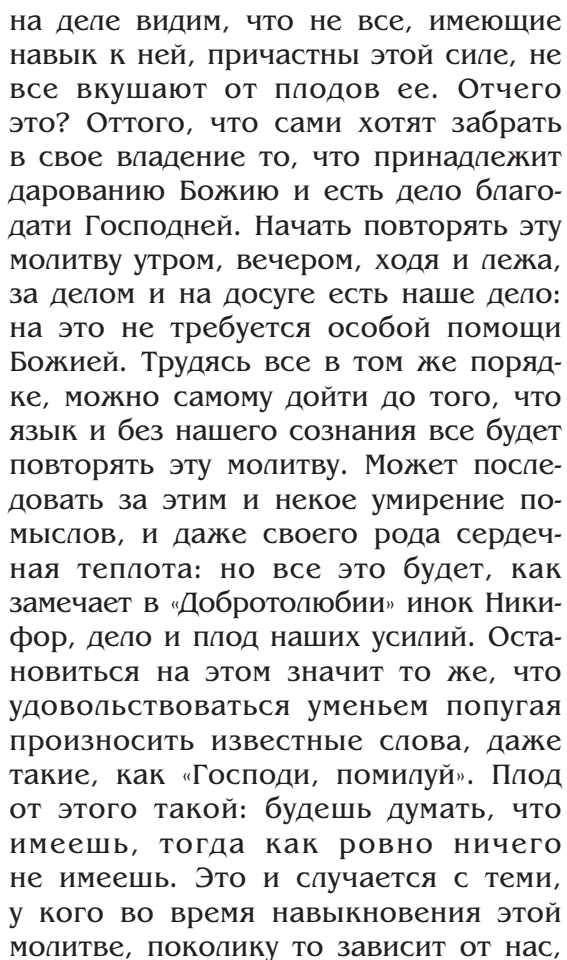
«Господи Иисусе Христе Сыне Божий, помилуй мя!» Дело не в словах, а в вере, сокрушении и предании себя Господу. С сими чувствами можно предстоять Господу и без слов... и это будет молитва. (6, 224)

*Бывает, и молитва Иисусова есть,
и теплота есть,
а молитвы настоящей нет*

Навык молитвенный не вдруг образуется... а требует долгого труда и претруждения себя. Вот в сем-то труде образования молитвенного навыка лучше всего помогают Иисусова молитва и сопровождающая ее теплота. Заметь, отец, что они есть средства, а не самое дело. Возможно, и молитва Иисусова есть, и теплота есть, а молитвы настоящей нет. Как это ни странно, а бывает так! (7, 63)

*Не все, имеющие навык
к Иисусовой молитве, вкушают
плодов ее*

Велика сила этой молитвы, по изображению св. отцов; а между тем

A decorative border with a repeating scrollwork pattern surrounds the text.

на деле видим, что не все, имеющие навык к ней, причастны этой силе, не все вкушают от плодов ее. Отчего это? Оттого, что сами хотят забрать в свое владение то, что принадлежит дарованию Божию и есть дело благодати Господней. Начать повторять эту молитву утром, вечером, ходя и лежа, за делом и на досуге есть наше дело: на это не требуется особой помощи Божией. Трудясь все в том же порядке, можно самому дойти до того, что язык и без нашего сознания все будет повторять эту молитву. Может последовать за этим и некое умирение помыслов, и даже своего рода сердечная теплота: но все это будет, как замечает в «Добротолюбии» инок Никифор, дело и плод наших усилий. Остановиться на этом значит то же, что удовольствоваться уменьем попугая произносить известные слова, даже такие, как «Господи, помилуй». Плод от этого такой: будешь думать, что имеешь, тогда как ровно ничего не имеешь. Это и случается с теми, у кого во время навыкновения этой молитве, поколику то зависит от нас,

не раскрывается сознание того, в чем существо ее. (15, 167)

*Существо дела — установиться
в памяти Божией*

Существо дела в том, чтоб «установиться в памяти Божией, или ходить в присутствии Божиим». Можно всякому сказать: «Как хочешь, только добейся до этого... Иисусову ли молитву творить... поклоны ли класть, в церковь ли ходить... что хочешь делай, только добейся до того, чтобы быть всегда в памяти Божией». Помню, в Киеве я встретил человека, который говорил: «Никаких приемов не употреблял я и молитвы Иисусовой не знал, а все, что тут пишется, было и есть. А как, я и сам того не знаю. Бог дал!»

Это — что Бог дал или даст — иметь надо в цели, чтобы не смешать самодельщины с даром благодати. (6, 17—18)

*Навык к Иисусовой молитве
должен быть с мыслию о Господе*

Навыкай творить молитву Иисусову, чтобы навязла на язык, но всегда

с мыслию о Господе. Если при сем ко Господу вздыхать из сердца будешь, это будет умная молитва, а не слова молитвы Иисусовой. (7, 58)

*Иные забывают о вопиянии
из сердца и пусты бывают
от благодати*

Я против того говорю, что иные совсем забывают о вопиянии из сердца... Вся забота у них о словах и положении тела, и, отчитав в сем положении известное число молитв Иисусовых с поклонами, опочивают на сем с неким самомнением и осуждением ходящих в церковь на общую уставную молитву. Иные весь век так проживают и пусты бывают от благодати. (10, 189—190)

*Одно повторение слов Иисусовой
молитвы ничего не значит*

Молитва Иисусова не талисман какой. Сила ее от веры в Господа и глубокого с Ним сочетания сердца и ума. При таких расположениях призывает

мое имя Господа оказывается многодейственным. Одно повторение слов ничего не значит. (16, 133)

Что есть непрестанная молитва

Молитва, которая сама молится

Все мы молимся; но есть молитва, которая сама молится и увлекает вслед за собою всего внутреннего человека. Кто это испытывает, тот только и знает, что́ есть молитва. (15, 18)

Она — от благодати и чистой совести

Есть молитва, которую сам человек творит; и есть молитва, которую Бог дает молящемуся (1 Цар. 2, 9)... Сначала, когда приступает кто ко Господу, первое дело — молитва. Начинает он ходить в церковь и дома молиться по молитвенникам и без них. Но мысли все разбегаются. Никак с ними не управится. Чем, впрочем, больше трудится в молитве, тем больше мысли все улегаются и улегаются, и молитва становится чище. Однако ж атмосфера

души не очищается, пока не затеплится духовный огонек в душе. Огонек сей есть дело благодати Божией, но не особенной, а общей всем. Он является вследствие известной меры чистоты во всем нравственном строе человека ищущего. Когда затеплится сей огонек или образуется постоянная в сердце теплота, тогда бурление помыслов останавливается. Бывает с душою то, что с кровоточивою: *ста ток крове ея* (Лк. 8, 44). В этом состоянии молитва, больше или меньше, подходит к непрестанной. Посредницею ей служит молитва Иисусова. И это есть предел, до которого может доходить молитва, самим человеком творимая! (9, 240)

Молитва углубленная, молитва непрестанная и другие проявления молитвенной благодати — все от благодати... Наш — посильный, но всеусердный и постоянный труд. Искомая молитва — благодать. Придет срок — и дана будет. Надобно только не нерадеть, искать всеусердно и все возможное употреблять. Но главное — чистая совесть. Ибо благодать молитвы есть благодать приискренного Богообщения.

ния. С Богом же в общение ничто нечистое придти не может. (10, 35)

Она — чувство к Богу неотходное, не имеющее нужды в словах

Слыхали вы, что есть непрестанная молитва? Возжелайте и взыщите. Станете искать и обряцете. Зародыши ее есть уже у вас: это чувство к Богу, по временам бывающее. У вас оно было в силе; но вы допустили охладеть ему. И оно приходит по временам. Вот это чувство старайтесь сделать постоянным — и это будет непрестанная молитва... Помогите вам Господи найти такое к Нему чувство. Тогда всем оплошностям, вялостям и разлениям — конец!!! (6, 212)

Чувство, что душу тянет ко Господу, есть сокровенная молитва, и оно одно может заменить молитвословия... Ибо оно-то и есть непрестанная молитва! (8, 238)

Трезвение должно быть непрерывно, как непрестанная молитва. То и другое укоренится в душе, когда водрузится в сердце чувство к Богу — теплое, и сладостное, и благоговейное, проникнутое страхом Божиим. (8, 242)

Ум, стоя в сердце, зрит Бога и умно исповедуется Ему призыванием Его... Чувство к Богу есть непрестанная молитва без слов. (10, 221)

Да дарует вам Господь непрестанную сердечную молитву, которая не имеет нужды в словах, а сама по себе стоит и есть Богу угодна и для души плодотворна. (23, 244)

*Священное Писание заповедует
непрестанно молиться*

Непрестанно молитесь (1 Сол. 5, 17). И в других посланиях св. Павел заповедует пребывать (Рим, 12, 12) и терпеть в молитве, *бодрствующе в ней* (Кол. 4, 2), *всякою молитвою и молением* молиться *на всяко время духом* (Еф. 6, 18). Постоянству и неотступности в молитве научает и Сам Спаситель притчею о вдове, неотступностию прошения умолившей неправедного судию (Лк. 18, 1 и далее). Видно, что непрестанная молитва есть не случайное предписание, а неотъемлемая черта духа христианского. Жизнь христианина, по Апостолу, сокровенна со Христом в Боге (Кол. 3, 3). В Боге и

пребывать Ему неотлучно должно вниманием и чувством, что и есть непрерывная молитва. С другой стороны, всякий христианин *есть храм Божий*, в коем живет Дух Божий (1 Кор. 3, 16; 6, 19; Рим. 8, 9). Сей-то Дух, всегда в нем пребывающий и ходатайствующий, молится о нем всегда воздыханиями неизглаголанными (Рим. 8, 26), научая его самого непрерывной молитве. Самое первое воздействие благодати Божией, обращающей к Богу грешника, обнаруживается устремлением его ума и сердца к Богу. Когда потом, по покаянии и посвящении жизни своей Богу, благодать Божия, со вне действовавшая, чрез таинства низойдет в него и пребудет в нем, тогда делается в нем неизменным и всегдашним и то устремление ума и сердца к Богу, в коем существо молитвы. Оно обнаруживается в разных степенях и, как всякий другой дар, должно быть возгреваемо (2 Тим. 1, 6). Возгревается же по роду своему: трудом молитвенным и особенно терпеливым и целесообразным пребыванием в молитвах церковных. (17, 218—219)

**Главное событие
непрестанной молитвы —
соединение ума с сердцем**

Главное — надо стать умом в сердце пред Господом и стоять пред Ним неотходно и день, и ночь до конца жизни. (5, 58)

*Тайна духовной жизни —
сосредоточить ум в сердце*

Как понимать выражение «сосредоточить ум в сердце?» Ум там, где внимание. Сосредоточить его в сердце — значит установить внимание в сердце и умно зреть перед собою присущего невидимого Бога, обращаясь к Нему со славословием, благодарением и прошением, назирая при том, чтобы ничто стороннее не входило в сердце. Тут вся тайна духовной жизни. (9, 61—62)

Не забывайте главного — того, чтоб вниманием и умом сочетаться с сердцем и неисходно быть там пред лицом Господа. Все молитвенные труды на это должны быть направлены. Молите Господа, чтоб Он даровал вам это бла-

го. Это — сокровище, сокрытое на селе; это — бисер многоценный. (4, 359)

*Существо христианской жизни —
стать умом в сердце пред Богом
и оттуда управлять всем в себе*

Существо жизни христианской состоит в том, чтобы стать умом в сердце пред Богом в Господе Иисусе Христе, благодатию Святаго Духа, и, оттуда управляя всеми движениями внутренними и всеми действиями внешними, всё в себе, и малое, и великое, обращать в служение Богу Триипостасному, пожершись Ему всецело сознанием и свободою. (16, 21—22)

*Закон духовной жизни:
держи сердце в чувстве к Богу
и всегда будешь в памяти Божией*

Когда внимание сойдет в сердце, то привлечет туда в одну точку все силы души и тела... Сначала внимание держится в сердце напряжением воли, силою своею внимание порождает теплоту в сердце. Теплота же сия затем держит внимание без особого его

напряжения. Они затем друг друга поддерживают и должны пребывать неразлучно, ибо рассеяние внимания охлаждает теплоту, а умаление теплоты ослабляет внимание.

Отсюда закон духовной жизни: держи сердце в чувстве к Богу, всегда будешь в памяти Божией. (7, 64—65)

Глава дела — чтобы внимание не отходило от Господа, это то же, что утверждение в сердце памяти Божией. (9, 70)

Желающим установиться в едином помышлении о Боге заповедуется оставить голову и низойти умом своим в сердце, и там стоять вниманием неисходно. Только тогда, как ум сочетается с сердцем, можно ожидать успеха в памяти Божией. (4, 326)

*Постоянная память Божия
в сердце хранится, если есть
соединение ума с сердцем*

Предав себя всецело неусыпному попечению Божию, надо смиренно и благодушно переносить этот труд ради истинного блага, которое даруется усердному молитвеннику от Бога во

свое ему время, когда Бог Своєю благодатию положит пределы нашему уму и уставит его неподвижно с памятью Божиею в сердце. Когда подобное состояние ума делается как нечто естественное и постоянное, оно носит у отцов название «соединение ума с сердцем»; при таком устройении уму уже не бывает желания быть вне сердца, напротив того, если по каким-либо обстоятельствам или многою беседою удержан будет он вне сердечного внимания, то у него бывает неудержимое желание опять возвратиться внутрь себя с какою-то духовною жаждою и с новым усердием опять заняться созиданием своего внутреннего дома. (10, 227—228)

*Секрет духовной жизни:
нельзя стать в сердце
без болезненных исканий*

Долго или коротко бывает так — зависит от благодати Божией: иной годы, иной десятки годов проводит трудясь, пока успеет стать в сердце и получит искомое, потому что, при всем труде и искании, строй тот

производится не одними нашими усилиями. Его подает Господь, но без искания и усилия не подает. Видит искание усердное, и труд болезненный, и томление жаждущего сердца — сжаливается и подает чаемое благо. Почему Он так делает — Ему Единому ведомо: только без этого болезненного искания никто не доходит до того нормального строя. Это секрет духовной жизни... В сокровищницу Божию нельзя вводить, не испытав верности вводимого. (16, 22—23)

*Три силы души потребны
для непрестанной молитвы*

Брат сказал: «Что же должно мне делать, отче, чтоб ум мой мог непрестанно быть занят Богом?» — **Старец** отвечал: «Не может ум непрестанно быть занят Богом, если наперед не стяжет следующих трех добродетелей: любви, воздержания и молитвы. Любовь укрощает гнев, воздержание погашает похоть, а молитва отрешает ум от всех земных помышлений и, обнаженным от всего, представляет его Богу. Сии три добродетели объемлют

все другие, и без них невозможно непрестанно пребывать в Боге». (18, 72—73)

На языке пусть будет молитва Иисусова, в уме — предзрение Господа пред собою, в сердце — жажда Бога, или общения с Господом. Когда все сие будет постоянно, тогда Господь, видя, как нудите себя, подаст просимое. (13, 94)

Суть дела — сознательное стояние в присутствии Господа со страхом, верою и любовью. Это настроение возможно и без слов. Его и надобно восстановить в сердце прежде всего. Слова же потом будут идти, чтоб удерживать на этом одном внимание и углубить те чувства и расположения. (7, 194—195)

Я вам указываю всеобъемлющий рецепт. Сокращение его — в памяти Божией, памяти смертной и в страхе Божиим. Когда сии укоренятся в сердце, и молитва, и все прочее пойдет добре. (11, 29)

Страх Божий — главное. Когда он приходит, то, как добрый хозяин, все по-своему устрояет в душе... От страха

Божия — первое чадо — дух сокрушен, сердце сокрушено и смиренно... Для поддержания страха Божия надо держать неотходную память о смерти и суде... К сему присоедините сознание присутствия Господа близ вас и в вас, так что Он все видит, и самое сокровенное. Сие сознание — с памятью смертною — неразлучным имеют страх Божий. Когда сия троица поселится в сердце вашем, тогда пойдет у вас молитва из сердца, с непрестанными взываниями к Господу Спасителю. (8, 251—252)

Как согласовать непрестанную молитву и повседневные дела

*К невозможному
Бог не обязывает*

Спаситель заповедал: войти в клеть свою и молиться там Богу Отцу своему втайне. Клеть эта, как толкует святитель Димитрий Ростовский, означает сердце. Следовательно, заповедь Господня обязывает тайно — в сердце — умом молиться Богу. Заповедь эта на всех христиан простирается.

Вот и апостол Павел что заповедует, когда говорит, что должно *всякою молитвою и молением* молиться *на всяко время духом* (Еф. 6, 18)? Заповедует умную молитву — духовную — и заповедует всем христианам без различия. Он же всем христианам заповедует *непрестанно* молиться (1 Сол. 5, 17). А *непрестанно* молиться иначе нельзя, как умною молитвою в сердце. Таким образом, нельзя спорить, что умная молитва для всех христиан обязательна; а если обязательна, то нельзя уже говорить, что едва ли возможна, ибо к невозможному Бог не обязывает. Что она трудна, это правда; а чтоб была невозможна, это несправедливо. Но ведь и вообще все доброе трудно; тем паче таковою должна быть молитва — источник для нас всего доброго и верная того опора. (4, 382)

*Священное Писание не заповедует
ничего невозможного*

Брат сказал: «Как ум может *непрестанно* молиться, когда, поя псалмы, читая, беседа с другими, исправляя

свои нужды, мы развлекаем его разными помышлениями?» — Старец отвечал: «Св. Писание не заповедует ничего невозможного. И сам Апостол, написавший сию заповедь, пел, читал, учил, работал и страдал, гонимый, а между тем непрестанно молился. Непрестанная молитва состоит в том, чтоб ум содержать в великом благоволении и горячем устремлении к Богу, о Нем Едином мыслить, Им Единым заниматься, Его Единого зреть, к Нему припадать в сердечном молении, всегда висеть на непоколебимом уповании на Него и в надежде на Него быть дерзновенным во всех делах и приключениях». (3, 76)

*Работа не должна отвлекать
от Бога*

Коснулись вы работ. Как у вас работы не по послушанию, а по своей воле, то вам можно распоряжаться ими так, чтоб они нисколько не отвлекали вас от внутренних деланий. Следуйте в сем св. Исааку Сирианину. Он не благоволит к работе и позволяет ее только в случае нужды, изредка. Ибо

она отвлекает на себя ум. Надо особый навык приобрести, чтоб не отвлекала. Не работать нельзя. Есть естественная в ней потребность; однако ж и увлекаться ею не должно. Египетские монахи целый день работали; но умом не отходили от Бога. (4, 407—408)

*Труд телесный
иногда отклоняет от Бога*

Труд телесный смиряет, промежутки наполняет, а мыслям бродить не дает. Заменить его поклонами хорошо — это лучший труд. Но всегда ли это можно? Египетские старцы с утра до вечера за работою сживали, в молитве умной и богомыслии. Правило молитвенное справляли ночью. А св. Исаак Сирианин не благоволит к труду: отклоняет, говорит, от Бога. Это правда, когда мудреный труд, а простенький — ничего. (7, 147)

*Дела лучше не начинать,
когда молитва идет*

Когда внимание к Богу живо и внутренне молитва идет, тогда лучше

ничего не начинать делать (дома-то), а сидеть, или ходить, или, лучше, стоять пред иконами и молиться; когда начнет слабеть, подогреть его чтением или размышлением. (7, 176)

*Надо и дело делать, и умом
от Бога не отступать*

Надо и дело делать, и умом от Бога не отступать, т. е. быть так, как бы стояли на молитве. Это закон: руками дело делать, а умом и сердцем с Богом быть. Пишите, а умом от Бога не отступайте и теплоте не позволяйте умяться и трезвенности ослабевать. Как в этом успеть, дело научит. И вот, приобретете опытность новую — и еще более окрепнете во внутрь пребывания. (9, 229—230)

*Непрестанно молиться —
долг всех*

Будто только и дела, что молитва? Молитвословие есть одно из дел и всех дел заменить не может. И молитесь, и другие свои дела исправляйте, все как следует. Умом и сердцем надо привыкнуть непрестанно молиться.

Это долг всех, это то же, что память Божию иметь. (7, 80)

Как согласить дела и постоянное внимание Богу

Без дел и занятий нам быть нельзя. Бог дал нам деятельные силы, которые и требуют упражнения. У всякого потому есть свои дела и занятия. Они требуют внимания; но, с другой стороны, нравственное преспеяние, важнейшее всего другого, — требует, чтоб внимание всегда было в Боге. Как согласить то и другое? Надо все дела и занятия делать как дела Божии, Богом на нас наложенные и посвящать их Богу. Тогда, делая их, не будем упускать из внимания Бога; ибо при сем неизбежна забота, как бы все делаемое сделать благоугодно Богу. (4, 450)

*Как могли Апостолы
непрестанно молиться*

Помню, у Василия Великого вопрос о том, как Апостолы могли непрестанно молиться, решается так: они при

всех своих делах о Боге помышляли и жили в непрестанной преданности Богу. Это настроение духа было их непрестанною молитвою. Вот вам и пример. Я вам, кажется, уже писал, что от деятельных людей, к коим вы принадлежите, нельзя того же требовать, что от людей сидяк. Главною их заботою должно быть то, чтоб не допускать неправых чувств при делании дел и всячески стараться все их посвящать Богу. Это посвящение превратит дела в молитву. (13, 8—9)

К Богу никогда не обращайтесь кое-как. А всегда с великим благоговением. Не нужны Ему ни наши поклоны, ни наши многословные молитвы... Вопль из сердца, краткий и сильный, — вот что доходно!.. А это можно походя делать... А следовательно, и молиться непрестанно. О сем и заботьтесь и сюда все направляйте. У святого Епифания спрашивали: «Как нам править часы?» — Часы?! Для молитвы нет часов особых: она должна быть всечасна и всеминутна. У св. Василия Великого спрашивали: «Как непрестанно молиться?» — Он отвечал: «Имей

в сердце молитвенное расположение и будешь непрестанно молиться. Руками работай, а ум к Богу возноси». Апостолы всю землю обошли, сколько трудов?! А между тем непрестанно молились. И заповедь эту они написали. Дух веры, упования и преданности в волю Божию — вот что надо возгревать в сердце. (7, 78—79)

*Так повелевает делать
Сам Господь*

Спрашивается, как же Господа при сем иметь во внимании? Так: какое бы дело, большое или малое, вы ни делали, держите в уме, что его вам повелевает делать Сам Господь Вездесущий и смотрит, как вы его сделаете. Так себя держи, вы и дело всякое будете делать со вниманием, и Господа будете помнить. В этом весь секрет успешного для главной цели действия в вашем положении. Извольте в это вникнуть и так наладиться. Когда так наладитесь, тогда и мысли перестанут блуждать туда и сюда...

У вас теперь отчего все не ладится? Думаю, оттого, что вы хотите

помнить Господа, забывая о делах житейских. Но житейские дела лезут в сознание и память о Господе вытесняют. А вам следует, наоборот, о житейских делах хлопотать, но как о Господнем поручении и как пред Господом. Там у вас ни того, ни другого не выходит... а здесь то и другое будет исправно. (9, 7)

Степени восхождения к непрестанной молитве

Три степени молитвы

Можно назначить три степени молитвы. На первой она бывает преимущественно внешняя: чтения, поклоны, бдения, и проч... С сего начинают, и иные довольно долго трудятся над собою, пока появятся начатки молитвы, или легкие движения молитвенного духа... Молитва, как высший дар, ниспосылается как бы по капле малой-малой, чтоб научить человека дорого ценить ее. На второй степени в ней телесное с духовным являются в равной силе. Здесь каждое слово молитвы сопровождается соответственным чув-

ством, или внутренние молитвенные движения, внутренне движимые, изъясняют и изъясляют своим словом. Это повсюднейшая молитва, общая всем почти. Она обыкновенна в том, в ком жив дух благочестия. На третьей степени в молитве преобладает внутреннее, или духовное, — когда и без слов, и без поклонов, и даже без размышления, и без всякого образа, при некотором молчании или безмолвии, во глубине духа совершается действие молитвы. Эта молитва не ограничивается ни временем, ни местом, ни другим чем внешним и может никогда не прекращаться. Почему и называется действием молитвы, т. е. чем-то, пребывающим неизменно. Но, чтоб дойти до сей последней степени, необходимо пройти первые и, следовательно, поднять все труды телесного делания для молитвы, как то: посты, поклоны, чтения молитв, бдение, коленопреклонение. Кто пройдет это, вступит на вторую степень, когда, как говорит Макарий Великий, лишь поклонись, и дух уже согревается в молитве. Как тому, кто не знает алфавита, нельзя начинать

складов, потому что это будет бесполезною тратою времени, так и здесь: кто не умеет плавать по мелкой реке, как того пускать в глубокое море? Но и тогда, как кто взойдет до последней степени молитвы, внешнее моление не прекращается, а также участвует во внутреннем. Та только разница, что в первом случае внешнее предшествует внутреннему, а здесь — внутреннее внешнему. Как же можно браться за одно внутреннее, когда еще не научились трудом и опытом от внешнего переходить к внутреннему! (3, 360—361)

*Умная молитва в силе,
когда приходит влечение внутрь*

Умная молитва есть, когда кто, удивившись вниманием в сердце, оттуда возносит к Богу молитву. Умное же делание есть, когда кто, стоя вниманием в сердце с памятью о Господе, отрывает всякую другую мысль, покушающуюся проникнуть в сердце. (7, 56)

Умная молитва состоит в том, чтобы умом в сердце предстоять пред Бо-

гом, или просто, или с изъявлением прошений, благодарения и славословия. Тут не время заниматься рассуждениями: всему свой черед. Когда приходит то влечение внутрь, тогда умная молитва является в силе и в настоящем своем виде, а до этой минуты она есть только искомая; здесь же имеется делом. Потому размышления, рефлексии и рассуждения, равно как и все другие самодействия, действительно, надобно оставлять и подавлять, если б они зарождались во время проявления влечения внутрь, но не умную молитву. Ее не только не должно оставлять, а всячески поддерживать, чтобы то состояние, доброе и многополезное, продлилось как можно долее. (16, 47—48)

*Переход от умной к сердечной
молитве — когда сердце
исполняется любовью к Богу*

От такой умной молитвы бывает переход к сердечной внутренней молитве, если только есть опытный учитель, очень удобный и свободный. Когда чувствами сердца с Богом бываем, а любовь к Богу сердце исполняет,

тогда такая молитва носит название сердечной. (10, 227)

*Умная молитва переходит
в умно-сердечную с зарождением
теплоты и влечения внутрь*

Молитва умная переходит в молитву сердечную, или умно-сердечную. Появление ее современно зарождению сердечной теплоты. Другой молитвы уже нет в обычном течении духовной жизни. Умно-сердечная молитва может глубоко внедриться в сердце и быть в этом случае без слов и мыслей, состоя в одном предстоянии Богу и благоговейно-любовном к Нему припадании. Тут она то же, что влечение внутрь пред Бога на молитву или нахождение духа молитвенного. (16, 132)

*Умная молитва, согревая сердце,
вводит его в умно-сердечную
молитву*

Сначала ум с напряжением молится, нудит себя на молитву силою

воли. И это, конечно, есть умная молитва. Умная молитва понемногу согревает сердце и вводит его в другую молитву — умно-сердечную. Сердце, навывкнув молиться под действием ума, и, согревшись, само начинает подвигаться на молитву и увлекать в нее ум. Эта сердечная молитва — настоящая молитва, как ей следует быть, — молитва, объемлющая все существо человека, ибо где сердце, там весь человек. Это состояние обнаруживается тяготением внутрь, бывающим во время молитвы, чтения, размышления и даже без всего этого, так — за делом каким. Последнее — выше первого. (15, 483)

*Самодвижная молитва
сама собой стоит
и действует*

Умная молитва бывает в двух состояниях: она есть или трудовая, когда человек сам напрягается на нее, или самодвижная, когда она сама собою стоит и действует. (16, 49)

*Чем более согревается сердце,
тем самодвижнее умно-сердечная
молитва*

Эта спасительная молитва (Иисусова) сначала обыкновенно бывает трудовая, делательная. Но, если не поленится кто потрудиться над нею, она станет и самодвижною, сама будет твориться, словно ручеек, журчащий в сердце. Это благо великое, и потрудиться стоит, чтоб достигнуть его... Лучше взяться за дело поревностнее и не отступать, пока не достигнешь желаемого, или пока молитва эта не начнет сама двигаться в сердце: после того только поддерживай. Та теплота сердечная, или горение духа, о коих прежде было говорено, приходят именно этим путем. Чем более внедряется в сердце молитва Иисусова, тем более согревается сердце и тем самодвижнее становится молитва, так что огонь жизни духовной в сердце возгорается, и горение ее становится непрестанным, вместе с тем, как молитва Иисусова займет все сердце и станет непрестанно движущеюся. (16, 129—130)

*Два рода самодвижной молитвы —
произвольный и несвободный*

Такого рода суть только молитвы самодвижные, когда находит дух молитвенный. Но и они бывают двух видов: в одном человек властен повелеваться ему или нет, содействовать ему или расстроить его; а в другом не властен ничего сделать, а восхищается в молитву и держим бывает в ней иною силою, не имея свободы действовать как-либо иначе. (16, 135).

*Отличие умно-сердечной молитвы
от духовной в самодействии*

Св. отцы различают умно-сердечную молитву от духовной. Первая творится сознательною самодеятельностию молящегося, а вторая находит, и хотя сознается, но движется сама помимо усилий молящегося. Эта молитва духодвижная. Последней нельзя предписывать; ибо она не в нашей власти. Ее можно желать, искать и благодарно принимать, а не совершать, когда ни захочешь. Впрочем, у людей очищенных молитва большею частию

бывает духодвижною. Надо потому полагать, что Апостол предписывает умно-сердечную молитву, когда говорит: *молитесь духом* (Еф. 6, 18). Можно прибавить: *молитесь умно-сердечно, с желанием достигнуть и духодвижной молитвы.* Такая молитва держит душу сознательно пред лицом Бога вездесущего. Привлекая к себе и отражая от себя луч Божеский, она разгоняет врагов. Можно наверное положить, что душа в таком состоянии непреступна для бесов. — Так только и можно молиться во всякое время и во всяком месте. (14, 487)

Умно-сердечная молитва переходит в непрестанную, когда влечения внутрь делаются постоянными

Умно-сердечная молитва получает затем самостоятельность и является то делательною, напрягаемою своими усилиями, то самодвижною, находящею. В последнем виде она есть то же, что показанные влечения (внутри): бывает современна им и из них развивается. Когда потом состояние, в котором бывает душа во время тех влечений, ста-

нет постоянным, тогда умно-сердечная молитва становится непрестанно-действующею. (16, 43—44)

*Главное условие восхождения
к непрестанной молитве —
очищение сердца от страстей*

Главное условие для успеха в молитве есть очищение сердца от страстей и всякого пристрастия к чему-либо чувственному. Без сего молитва все будет оставаться на первой степени, или читательной. По мере очищения сердца молитва читательная будет переходить в умно-сердечную, а когда оно совсем очистится, тогда водрузится и непрестанная молитва. (7, 61)

Созерцательная молитва

*Молитва находящая
и молитва созерцательная*

В сем состоянии (непрестанной молитвы) дается молитва находящая, а не самим человеком творимая. Находит дух молитвенный и увлекает внутрь сердца — все одно, как бы кто взял

другого за руку и силою увлек его из одной комнаты в другую. Душа тут связана стороннею силою и держится охотно внутри, пока над нею есть нашедший дух. Знаю две степени сего нахождения. В первой — душа все видит, сознает себя и свое внешнее положение — и рассуждать может и править собою, может даже разорить сие состояние свое, если захочет. И это вам должно быть понятно.

У святых отцов, и особенно у св. Исаака Сирианянина, указывается и другая степень даемой, или находящей молитвы. Выше показанной стоит у него молитва, которую он назвал экстазом, или восхищением. И тут тоже находит дух молитвенный; но увлекаемая им душа заходит в такие созерцания, что забывает свое внешнее положение, не рассуждает, а только созерцает, и невластна править собою или разорить свое состояние. Помните, в отечниках пишется, что кто-то стал на молитву пред своею вечернею трапезою, а опомнился уже утром. Вот это и есть молитва в восхищении, или созерцательная. В иных она сопро-

вождалась просветлением лица, светом вокруг; в иных подъятием от земли. Святой апостол Павел в этом состоянии восхищен был в рай. И пророки святые в нем находились, когда взимал их Дух.

Подивитесь, какая великая милость Божия к нам грешным. Мало кто потрудится; и чего сподобляется? Всяко трудящимся можно смело говорить: трудитесь, есть из-за чего! (9, 240—241)

Созерцание выше деятельности

Деятельная и созерцательная жизнь так идут: устанавливаются в делах и делах и вырабатывают в себе созерцание. Но деятельность и после сего не прекращается, только уступает первенство созерцанию... Созерцание выше, ибо оно есть предначатие будущего блаженства, а мы и живем здесь для того, чтобы приготовиться к будущей жизни. (7, 147)

Созерцательная молитва есть высшее состояние молитвенное, по временам являющееся в избранных Божиих. (16, 132)

*Отличительная черта
созерцательной молитвы —
выпадение из сознания всего
окружающего*

Созерцание есть пленение ума и всего сознания каким-либо духовным предметом столь сильное, что все внешнее забывается, выходит из сознания: ум и сознание уходят в предмет созерцаемый, так что их уже будто нет в нас. Вот пример: беседовал старец с учениками и остановился, стал как бы забывшись. Когда потом он пришел в себя, ученики спросили его, где он был. — «Я был, — сказал он, — на Голгофе, пред распятым Господом, — там, где была у ног Его Мария Магдалина». — Но это созерцание было только умовое. Созерцательная молитва походит на это по забвению всего и пленению в невидимый мир. Еще пример: старец приготовил себе трапезу в обычный час и стал помолиться; но восхищен был в созерцательную молитву и простоял в ней до следующего дня, когда пришел в себя. Отличительною чертою созерцательной

молитвы св. Исаак Сирианин поставляет именно выпадение из сознания всего окружающего и пленение в горний мир. По свидетельству его, ум до сего времени владеет собою, а когда вступит в созерцание или в созерцательную молитву, тогда уже никакой власти над собою не имеет. (16, 44—45)

*Совершенное безмыслие
созерцания чуждо святым отцам*

Только одна черта из высказанных Сперанским¹ кажется неистинною или неистинно выраженною. «Форма, — говорит он, — созерцания моего всегда была пустотою, отсутствием всякого образа и всякой мысли». Такое совершенное безмыслие чуждо святым отцам. Они внушали все оставить, но за тем, чтоб быть соединенными с Господом. Они стояли во время умной молитвы и всем советовали стоять в том убеждении, что Господь

¹ Речь идет о книге святителя Феофана «Письма о духовной жизни», составленной по поводу писем графа М.М. Сперанского. — *Прим. Сост.*

близ и внимает, то есть предстоять умно Господу и взывать к Нему: взыска Тебе лице мое, как поет Пророк, лица Твоего, Господи, взыщу. Когда говорили они, что надобно прогонять всякую мысль, то всегда прибавляли: гнать всякую стороннюю мысль. (16, 228)

*Молитва чистая
дается одному из тысячи,
а созерцательная —
в родех и родех едва одному*

Что касается до созерцания, то ни у одного из отцов не находим, чтобы в него можно было вступать самим и, следовательно, делать что-либо и со своей стороны для вступления в него. Созерцание, по словам их, давалось именно тем, которые успевали уже очистить сердце свое совершенно и глубоко соединились с Господом. Из тысячи один успевает стяжать чистую молитву; а молитву духовную, или, что то же, — созерцательную, в родех и родех едва один оказывается имеющим. (16, 215)

*Степени блаженной жизни в Боге
прежде оного века*

Изумление, благоговейный страх, радостное Богохваление и хождение пред Богом объемлют собою по преимуществу жизнь в Боге. Это потому, что во всех их и человек сам, и всякая тварь исчезают из мысли, а созерцается один Бог... Ходящий пред Богом посвящается в ведение совершенств Божиих и всего всесовершенства и навывает Богохвалению. Восшедший до сего еще глубже входит в Божество и стяжевает благоговейный страх. Кто же после сего возносится за все, различаемое в Боге, тот вкушает изумление. Это предел, за который уже и заходить нельзя. Кто прошел все сии степени, тот находится в блаженнейшем состоянии и прежде оного века живет в нем, переходя от изумления к благоговению, а от сего — к Богохвалению, ходя, или духовно движась, как в доме каком, в Божественном лицезрении, исполненном света и чистоты пренебесной. Вот и жизнь в Боге! (3, 344—345)

Молитвенное правило, ориентированное на непрестанную молитву

Правило непрестанно молиться

Когда, где, сколько стоять на молитве и какие употреблять молитвы... всякий может определять по своим обстоятельствам — увеличивать, умалять, передвигать время и место... все направлять к тому, чтобы внутренняя молитва совершаема была как следует. Относительно же внутренней молитвы одно правило: непрестанно молиться.

Что значит «непрестанно молиться»? Быть непрестанно в молитвенном настроении. Молитвенное настроение есть мысль о Боге и чувство к Богу-совместно. Мысль о Боге — мысль о Его вездесущии, что Он везде есть, все видит и все содержит. Чувство к Богу — страх Божий, любовь к Богу, ревностное желание всем угождать Ему Одному, с таким же желанием избегать всего Ему неугодного и, главное, предание себя в Его святую волю

беспрекословно и принятие всего случающегося как от руки Его непосредственно. Чувство к Богу может иметь место при всех наших делах, занятиях и обстоятельствах, если оно не ищется только, но уже водружено в сердце.

Мысль может быть отвлекаема разными предметами; но и тут возможен навык не отступать от Бога, а всем заниматься при свете памятования о Боге. Вот об этих двух — о мысли и чувстве к Богу — всю заботу и иметь надо. Когда они есть, есть молитва, хотя нет молитвенных слов.

Утреннее молитвословие на то и назначается, чтобы водрузить в сознании и сердце сии две вещи... И с ними потом выходить на дело свое и на делание. Если вы утром восставите сие в душе, то вы помолились как следует, хоть и не все прочитаете молитвы...

Положим, что вы утром настроились, так и вышли на дело. С первого шага начнутся впечатления от дел, и вещей, и лиц, отбивающие душу от Бога... Как быть? Надо поновлять

мысль и чувство... внутренним к Богу обращением ума и сердца. А чтоб это удобнее было — надо навыкнуть какой-либо коротенькой молитовке и повторять ее как только возможно чаще. Всякая коротенькая молитовка идет к сему...

На случай, когда не можно прочитывать всех молитв утром или вечером, выберите из молитв какие посодержательнее... и читайте... а главное, более заботьтесь водрузить в уме и сердце мысль о Боге с соответственным чувством. (11, 20—22)

*Прямой путь
к непрестанной молитве*

Если б кто спросил меня: «Как мне справлять дело молитвенное?» — Я сказал бы ему: «Навыкай ходить в присутствии Божием или храни память Божию и благоговеинствуй; для поддержания сей памяти избери несколько коротеньких молитовок или прямо возьми 24 молитовки Златоустовы и часто повторяй их с соответственными мыслями и чувствами. По мере навыка

будет просветляться голова памятию Божиею и согреваться сердце. В сем положении уканет (западет — прим. сост.) наконец в сердце искра Божия — луч благодати. Его ничем не произведешь, он исходит прямо от Бога... Тогда можешь остаться с одною Иисусовою молитвою и ею раздуть молитвенную искру в пламень». Таков прямой путь. (10, 190)

*Общее правило — с утра
возгреть теплоту и не делать
ничего, что ее расстраивает*

С первого пробуждения утром озаботьтесь собраться внутрь и возгреть теплоту. Это считайте нормальным вашим состоянием. Коль скоро нет сего, знайте, что у вас внутри неисправно. Поставив себя утром в такое собранное и согретое состояние, затем все обязательное надо исправлять так, чтоб тем не разорять своего внутреннего настроения, а из произвольного — то, что поддерживает сие состояние, делать; что же расстраивает его, того ни под каким видом не делать, ибо это значило бы вражествовать

против себя. Это вам общее правило. (9, 175—176)

Усердно исполняя правило, трезвость ума и теплоту сердца храните. Последнюю, когда начнет умаляться, возгревать спешите, твердо ведая, что, коль скоро ее не станет, это значит, что большая половина пути к отступлению от Бога пройдена. Страх Божий есть хранитель и возбудитель внутренней теплоты. Но и смирение нужно, и терпение, и верность правилам, и паче всего трезвение. Внимайте себе, Господа ради. Тревожьте себя всячески, чтоб не заснуть или, задремавши, пробудиться. (9, 214)

Потрудитесь сделать так: утром — на молитвенном своем правиле — потрудитесь так установиться вниманием пред Богом, чтобы потом и весь день быть пред Ним, что бы ни случилось делать. Если устроитесь так и станете с пророком предзреть Господа пред собою выну — с соответственными, конечно, тому и чувствами — то и будете непрестанно молиться. И тогда не будет вам скучно. От молитвы —

правила — не отходите, пока не возродится сокрушение в сердце с преданностью Богу. (10, 121—122)

*Пример дневного правила
с непрестанной молитвой*

Во все время, от пробуждения до заснутия, ходите в памяти о Божием вездеприсутствии, в том помышлении, что Господь видит вас и исчисляет все движения мысли и сердца вашего. Сего ради непрестанно молитесь молитвою Иисусовою и, почасти приходя к иконам, творите несколько поклонов по движению и требованию сердца вашего так, чтоб все время дневное у вас было почасти прерываемо немногими поклонами и проходило в непрестанном богомыслии и творении молитвы Иисусовой при всякого рода занятиях. Правило же молитвенное, келейное, или домашнее, молитвословие, совершайте только пред сном. Поменьше чтения и побольше своей молитвы с поклонами... Если это обычные, положенные на каждый день каноны Господу Иисусу, Матери Божией, Ангелу Хранителю, дневному

(недельному) святому, то, прочитав это все, что еще прибавлять? Совершайте это благоговейно, неспешно, внимайте каждому слову и ограничивайте тем дневное свое читательное молитвословие. Набранные вами каноны и акафисты навикайте понемногу оставлять и заменять их умною молитвою. (9, 166)

До непрестанной молитвы доходят не вдруг, а перемежающимися молитвованиями

До такой непрестанной молитвы, или приятия действия молитвенного, доходят не вдруг, а перемежающимися, совершающимися в известные времена молитвованиями, кои суть и необходимые средства к стяжанию непрестанной молитвы, и условия к ее сохранению во всю жизнь.

Производство сих молитвований требует и особенного порядка внешнего, и особенного настроения внутреннего. (3, 359)

Коротенькие молитвы св. Златоуста прочитывайте и утром, и вечером, повторяя каждую молитовку по три раза. Они много способствуют для блюдения

внимания. Они введут нас в хождение перед Богом и к непрестанной молитве. (8, 162)

*Потомить себя, чтобы получить
память о Боге*

Память о Боге Бог Сам прививает к душе. Но для этого душа сама себя должна потомить и потрудить. Трудитесь, всеусильно нудя себя на непрестанное памятование Бога. И Бог, видя, как усердно вы желаете сего, даст вам память о Себе. Краткие молитовки очень пригодны к делу в нашем собственном труде о памятовании Бога. Молитовки... какие хотите... Господи, помилуй! — Господи Иисусе Христе, помилуй мя! — Иисусе Сыне Божий, помилуй мя!.. и др... Всякая идет. Какая больше вам по душе, ту и употребляйте. (11, 49)

Два приема привлечь ум к сердцу

Назначьте себе какой час — вне молитвенного правила; берите молитвенник и читайте — читайте, и обдумывайте положенные молитвы, и доводите изложенные там помышления

до чувства. Когда станете потом совершать молитвенное правило, все те чувства тотчас возобновятся у вас в душе, и молитва ваша будет в своем чине...

Это первый прием к тому, чтоб привлечь ум к сердцу, именно — чрез сочувствие читаемым и слушаемым молитвам, ибо чувства сердца обычно властвуют над умом. Второй прием есть следующий: когда совершаете свое домашнее правило, вставляйте в промежутки между читаемыми молитвами и свои молитвы, какие породятся действием тех молитв... Этот прием сильнее первого и скорее сведет ум в сердце. Но действовать он может только после первого приема или совместно с ним.

Но к нему надо иметь наготове еще некоторый дополнительный прием, или подприем. Если совершать свое молитвенное правило... по сказанному способу, то может случиться, что небольшое правильце, как, например, молитвы на сон грядущим... продлится очень долго... Надобно длительность своего молитвословия опреде-

лечь... не количеством молитв, которые следует прочитать, а временем; именно — назначить, сколько времени провести за таким и таким правилом... несколько не увеличивая его против времени, обычно вами на то употребляемого...

Положите себе законом никогда не читать молитвы, чтоб только вычитать положенное, а чтоб быть в молитве под действием чтения. Читайте положенное как пособие — держать себя в молитвенных помышлениях и чувствах.

Так действуя, вы навикнете всегда во время молитвословий быть в чувстве к Богу, и ум ваш, будучи привлекаем сим чувством, будет стоять в памяти Божией. (4, 327—329)

*Пока идет вхождение ума
в сердце, ничего другого
не делать*

Делайте так: когда почувствуете вхождение ума в сердце и воздействие молитвы, то давайте полную свободу такой молитве, удаляя все неблагоприятное ей; и пока она будет — ничего

другого не делайте. Когда же не чувствуете такого влечения, тогда молитесь молитвою устною с поклонами, стараясь всячески внимание держать в сердце пред лицом Господа. Разогреется сердце и при таком образе молитвования. (10, 228—229)

Страх Божий доведет до цели

Как достигнуть состояния неотходно стоять пред Богом? — Начинай хождением пред Ним с соответственными чувствами. Отсюда придет страх Божий, который и доведет тебя до истинной цели. Это настоящий способ — духовный к духовному состоянию. А механический, что у Григория Синаита, есть только подспорье, и один не ведет к цели. Но с мысленными приемами необходимо соединять и деятельные: совесть блюсти чистою, плоть утончать, в молитвах пребывать — все в духе сокрушения и смирения с благоговейством. (4, 453)

Частое памятование о Боге без благоговейства притупляет чувство страха Божия и чрез то лишает его того спасительного действия, которое ему

принадлежит в кругу духовных движений и которого, кроме его, ничто произвесть не может. (4, 412)

Хорошо, что любите память Божию... прилагайте к ней еще и страх благоговейный. Память смерти не подавляет и не угрюмость наводит, а только возбуждает сторожевую бдительность над собою... Надо всегда при обвеселяющем держать и отрезвляющее. — Любовь и страх оба должны быть в силе... Ангелы предстоят Богу со страхом и трепетом... и нам Апостол повелел со страхом и трепетом содевать свое спасение. (11, 84—85)

*Что значит
«зажечь беду вокруг себя»*

Вы спрашиваете, что значит «зажечь беду вокруг себя». Это — глубокое чувство опасности своего положения, и опасности крайней, от коей нет иного спасения, как в Господе Иисусе Христе. Сие чувство и будет гнать нас ко Господу и заставит непрестанно вопиять: «Помоги, защити!» Оно было у всех святых и никогда их не оставляло. Противное

ему есть чувство довольства своим положением, которое успокаивает человека и погашает в нем всякую заботу о спасении. (5, 6)

*Богомыслие пролагает путь
к непрестанной молитве*

Прилагайте богомыслие — и в начале, и в середине, и в конце — или... как у вас это идет непрестанно... почаще, как изволите. Богомыслие есть углубленное размышление о домостроительстве спасения или вообще, или о каком-либо одном предмете, входящем в состав его. Как проснетесь — тотчас обзрите все — от сотворения до Второго пришествия, Суда и решения участи всех... — Потом берите один предмет и углубитесь в него, пока он обымет сердце... И в сем объятии творите потом молитву... И так весь день... перемешивайте богомыслие с молитвою. Господь близок ко всем призывающим Его. (11, 209)

Богомыслие общее настроение поправляет и обновляет. Хорошо всегда доводить его до конца, то есть ста-

вить себя на суде Божиим, как бы это было на деле, и — затем вопить: «Господи, помилуй!» У отцов пишется: самое лучшее стояние во время молитвы есть стоять на Суде. — Из богомыслия иной предмет ближе других приляжет к сердцу. Тогда на нем после окончания сего дела остановиться надо и им подольше попитать себя. Этим пролагается путь к непрестанной молитве. (6, 227)

*Богомыслие — ключ
молитвы непрестанной*

Если б кто спросил: «Как всегда быть с Господом?» — Можно смело отвечать: «Имей чувство к Господу — и будешь с Господом...» А как чувство иметь? Думается, одно воспоминание о Господе уже приводит в движение чувство к Нему. Если к сему приложить помышление о том, что́ Он есть и что́ сделал и делает для нас, то не знаю, чье сердце останется не тронутым. Потому очень праведно св. отцы почитают богомыслие, или созерцание свойств и действий Господа, ключом молитвы... и молитвы непрестанной.

Потому что от сего чувство к Богу оживает... и с Господом соединяет.
(11, 179)

*Правило всякое хорошо,
которое держит душу
в благоговении перед Богом*

Что касается до правила, то относительно сего этак думаю: какое ни избери кто себе правило, всякое хорошо — коль скоро держит душу в благоговеинстве пред Богом. Еще: читать молитвы и псалмы до расшевеления души, а там самому молиться, излагая свои нужды или без всего. «Боже, милостив буди...». Еще: иногда все время, назначенное для правила, можно провести в чтении одного псалма на память, составляя из всякого стиха свою молитву. Еще: иногда можно все правило провести в молитве Иисусовой с поклонами... А то из того, другого и третьего понемногу взять. Богу сердце нужно (Притч. 23, 26), и коль скоро оно благоговейно пред Ним стоит, то и довольно. Непрестанная молитва в сем и состоит, чтобы всегда благоговейно стоять пред Бо-

гом. А при этом правило есть только подтопка или подкинутые дров в печь. (6, 8—9)

*Правило должно быть в вашей
собственной воле*

Правило молитвенное можете сами сладить... Заучите молитвы, какие читаете, и читайте их на память с пониманием и чувством. Тут же и от себя вставляйте молитву свою; чем меньше зависеть от книжки, тем лучше. Заучите несколько псалмов и когда идете куда или другое что делаете, а голова не занята, читайте их... Се беседа с Богом. Правило должно быть в вашей свободной воле. Не будьте рабом его. (7, 79)

Правило молитвенное, которое вы себе избрали, можете исполнять и вполне, и в половину, и в четверть². Имейте свободу в отношении к нему. Будьте госпожею его, а не рабынею. Умно и сердечно призывайте Бога,

² Это правило, данное святителем Феофаном, применимо лишь на определенном уровне молитвы, и применение его должно обсуждаться с духовником. — *Прим. Сост.*

а стоять на молитве — сколько сможете, столько и стойте, нисколько не смущаясь тем, что не все прочитаете. Сердечное к Богу обращение все заметит. (7, 80)

Когда (новоначальные) дойдут до внутренних неких ощущений и особенно до сердечной теплоты, правила (и им) не строго нужны. Вообще к правилам не следует пристращаться, а быть свободну в отношении к ним, одно имея в намерении, как бы внимание к Богу благоговейное не отходило. (7, 176)

*Все правила могут оставлять
лишь те, у коих умная молитва
стала непрестанною*

(Сказанное) об отложении пения для умной молитвы, то относится к затворникам и к тем лицам, у коих раскрылась умная молитва и стала непрестанною. Эти могут делать и все вместо церковной службы и келейного правила... Чтение молитвы тогда прекращается само собою. Таким образом, отложение пения к нам с тобою не относится, нам надо и церков-

ные службы выстаивать, и что определено для келейного молитвословия исполнять. (7, 57)

А молитвословие все-таки в свое время надо совершать... Это все молитвенники великие делали. Необходимо же это потому, что на душу столбняк нападает, и она ни к чему не гожа... Тогда хоть чужою молитвою и словесномысленно помолиться — все же хорошо, чем совсем не помолившись лечь спать... или провести утро. — Долго подряд молиться не можете? — Молитесь недолго. (11, 101)

Плоды непрестанной молитвы и их связь с естественными плодами

Естественные плоды Иисусовой молитвы

Художное делание молитвы Иисусовой³..., творение ее простое со вниманием в сердце или хождение в памяти

³ Речь идет об искусственном делании Иисусовой молитвы по преп. Симеону Новому Богослову — *Прим. Сост.*

Божией суть наш труд, и сами по себе имеют свой естественный — не благодатный плод. Плод сей есть — собрание мыслей, благоговение и страх Божий, память смертная, умирение помыслов и некоторая теплота сердечная. Все сие суть естественные плоды внутренней молитвы. Надо это хорошо затвердить, чтоб пред собою не трубить и пред другими не выситься.

Пока в нас только естественные плоды, до тех пор мы гроша не стоим и по существу дела, и по суду Божию. Цена нам, когда благодать придет. Ибо когда она придет, это и будет значить, что Бог воззрел на нас милостивым оком. А пока не придет, то, что бы мы ни делали, каких бы подвигов ни несли, значит, что мы плевые личности, на которые Бог и взглянуть не хочет.

В чем именно обнаруживается это действие благодати, я (здесь) не имею вам сказать (см. далее); но то несомненно, что она не может придти прежде, чем покажутся все указанные выше плоды внутренней молитвы. (6, 18)

Плод молитвы — главный — не теплота и сладость, а страх Божий и сокрушение. Их постоянно надо возгревать, и с ними жить, и ими дышать. (10, 176)

Слезы — мера преуспеяния

Преуспеяние в духовной жизни начинается все большим и большим сознанием своей негодности в полном значении сего слова, без всяких ограничений. (9, 172)

Путь к совершенству есть путь к сознанию, что я и слеп, и нищ, и наг, в непрерывной связи с которым стоит сокрушение духа, или болезнь и печаль о нечистоте своей, изливаемая пред Богом, или, что то же, — непрестанное покаяние. Покаянные чувства суть отличительные признаки истинного подвижничества. Кто уклоняется от них и избегает, тот уклонился от пути. В положении начала новой жизни было покаяние; оно же и в возрастании должно быть и зреть вместе с ним. Зреющий созревает в познании своей порчи и греховности и углубляется в сокрушенные чувства покаяния.

Слезы — мера преуспеяния, а непрестанные слезы — признак скорого очищения. (1, 199—200)

Вам дал Бог слезы. Это добре. Но временные слезы не всё еще. Надо, чтоб постоянные были. Есть слезы в сердце, которые лучше текущих из глаз. Из глаз текущие питают червь тщеславия, а те, сердечные, Богу Единому ведомы. На людях лучше удерживать слезы, оставаясь с сердечным сокрушением. (7, 177)

Дух сокрушен, покаянные чувства и слезы не сокращают силы, а придают их, ибо поставляют душу в отрадное состояние... Бывают и радования духовные вперемежку с сокрушением... Настоящее сокрушение умеет не мешать чистому радованию духовному — и с ними дружески уживаться, скрываясь некако под ним. (9, 154—155)

Навык всегда держать внимание на Господе не даст скорбеть

Все дело в том, чтоб навыкнуть внимание держать всегда на Господе вездесущем, и все видящем, и всем

спастися желающем, и готовом способствовать к тому. Этот навык не даст скорбеть — внутренняя ли, или внешняя скорбь беспокоит, ибо он доставляет душе полное удовлетворение, которое, насыщая душу, не даст места никакому чувству скудости и недостаточества, повергая себя и все свое в руки Господа и порождая чувство Его непрестанного заступления и помощи. (10, 197—198)

*Внимание в сердце и теплота —
естественные действия молитвы*

Плод молитвы — сосредоточение внимания в сердце и теплота. Это естественное действие. Достигать сего всякому можно. И молитву сию (Иисусову) — творить всякому, не монаху только, но и мирянину. (7, 193)

*«Болячка» в сердце —
натуральное дело*

Потрудитесь образовать в сердце будто болячку какую... Труд постоянный скоро сделает это. Тут ничего нет особенного. Это натуральное дело (то, что болячка — болезнование покажется).

Но и от этого собранности более будет. А главное то, что Господь, видя труд, дарует помощь и Свою благодатную молитву. Тогда пойдут в сердце свои порядки. (7, 199)

*Когда человек все делает
с полным сознанием
и вниманием*

При таком сердечном устроении (соединении ума с сердцем) у человека из головы переходит все внутрь сердца, и тогда как бы некий умный свет озаряет его всю внутренность, и, что он ни делает, ни говорит, ни помышляет, все делается с полным сознанием и вниманием. Он может ясно видеть тогда, какие приходят к нему помыслы, намерения и желания и охотно понуждает ум, сердце и волю на послушание Христово, на исполнение всякой Божией и отеческой заповеди; всякое же уклонение от них заглаживает чувством сердечного покаяния и сокрушения с непритворным жалением и с приболезненным смиренным припаданием к Богу, прося и ожидая свыше помощи к своей немо-

щи. И Бог, смотря на такое его смирение, не лишает его Своей благодати. (10, 228)

*Первое дарование уму —
собранность внимания в молитве*

По мере нашего усердия и смиренного тщания в молитве дарует Бог первое дарование уму нашему — собранность и сосредоточенность в молитве. Когда внимание к Господу делается неотходным, то оно есть внимание благодатное; а наше собственное внимание всегда бывает принужденное. (10, 227)

*Далее — неотступность
хождения пред Богом*

Правильце то (умное), если вы станете продолжать его как следует, заведет болячку в сердце, а болячка эта мысли прикует к Единому — и блужданию мыслей конец. С этого момента, когда Господь сподобит вас улучшить его, начнется новый перестрой всего внутреннего — и хождение пред Богом станет неотступное. (4, 368—369)

*Теплота настоящая
и теплота натуральная*

Теплота настоящая — дар Божий; но есть и натуральная теплота, плод собственных усилий и свободных настроений. Они отстоят друг от друга, как небо от земли... Первый плод Божией теплоты есть собрание мыслей воедино и устремление их к Богу неотходное. Тут бывает то же, что с кровоточивою. У той — ста ток крове... а тут останавливается ток помыслов. (7, 181)

*Огонек приходит
всегда почти
через Таинства*

Спрашиваете: «Не то ли огонек, когда стоишь на молитве с благоговением и чувством своего ничтожества?» — Это связано с огоньком; но при нем оно неотходно. Огонек приходит без усмотрения. И всегда почти чрез Таинства Исповеди и св. Причастия. (10, 193)

*Сердечная молитва — дар
благодати, подаваемый через
Таинства*

Настоящая сердечная молитва — дар благодати, подаемый чрез таинства Исповеди или Причащения. И по послании такого дара подогревается он теми же Таинствами. Отличительная черта сего дара — непрерывность молитвы, которая выражается чувством к Богу, иногда при словах молитвенных, а иногда без слов.

Что дает благодать, того свой труд никак не может дать. Он только prepares к принятию дара — и по получении его подогревает его — вместе с Таинствами. (10, 195—196)

*Сердечная молитва
никогда не преждевременна*

Сердечная молитва никогда не преждевременна. Она — начало дела. Утверждением ее в сердце дело Божие спеется. Развивать ее надобно, не жалея труда. Бог, видя труд, дает искомое. (7, 93)

*Облагодатствованный ум всегда
бывает собран, быстропонятлив
и сообразителен, озарен истиной*

Когда углубится в сердце молитва и осенит его теплотою, тогда ум всегда бывает собран и присущ в себе, от того быстропонятлив и сообразителен. С этого времени все истины откровения начинают входить в сердце, каждая в свое время, будто внезапно, в виде озарения. (16, 228)

*Внутренняя светлость,
прогнание недоброго,
дерзновение в молитве,
духовный огонь в сердце*

Отличительная черта состояния, когда раскрывается Царствие Божие внутри, или, что то же, когда затепливается неотходный духовный огонь в сердце из отношения к Богу, есть внутри-пребывание. Сознание все сосредоточивается в сердце и стоит пред лицом Господа, изливая пред Ним свои чувства, более же всего — болезненно припадая к Нему в смиренных чувствах покаяния, с соприсущею готов-

ностию весь живот свой посвящать на служение Ему Единому. Такой строй устанавливается каждодневно, с минуты пробуждения от сна, держится весь день, при всех трудах и занятиях, и не отходит, пока сон не смежит очи. Вместе с образованием такого строя прекращается все нестроение, которое характеризовало внутри до этого момента, в период искания, в это переходное состояние томления, как называет его Сперанский. Неудержимое брожение мыслей прекращается; атмосфера души становится чистою и безоблачною: стоит одна мысль и память о Господе. Отсюда светлость во всем внутреннем. Все там ясно; всякое движение замечается и достойно оценивается при умном свете, исходящем от лица Господа созерцаемого. Вследствие сего всякий недобрый помысл и недоброе чувство, приражающиеся к сердцу, в самом зародыше встречают сопротивление и прогоняются. Тут исполняется то, что советует Филофей Синайский: «От утра стань у входа сердца и именем Иисусовым поражай подступающих врагов». Это прогнание

недоброго может быть мгновенно, но может длиться часы, дни, месяцы и годы; между тем, существо дела всегда одно, именно то, что ничто недоброе не допускается в сердце, а встречает решительный отпор с минуты сознания недоброты его, и гниение его не прекращается, пока совершенно не упразднится от него сердце. Вслед за сим, что ни думается, что ни чувствуется, что ни желается, что ни говорится и ни делается, — думается, чувствуется, желается, говорится и делается по точному сознанию, что все такое не оскорбляет неотступно созерцаемого Господа, благоугодно Ему и сообразно с Его волею. Если же против воли и проскользнет что-либо противное, тотчас смиренно исповедуется Господу и очищается внутренним покаянием или внешним исповеданием, так что совесть всегда хранится чистою пред Господом. В награду за весь такой внутренний труд подается дерзновение к Богу в молитве, которая и теплится непрестанно в сердце. Теплота молитвы непрестанная есть дух этой жизни, так что с прекращением

сего тепления прекращается и движение духовной жизни, как с прекращением дыхания прекращается жизнь телесная.

Этими немногими словами сказано все, что приносит с собою водворение внутрь Царствия, или, другими словами, блаженный огонь, возгорающийся наконец в сердце; этим же определяется и существо истинной духовной жизни, или ее существенные отправления. (16, 80—83)

*Память Божия, созерцание
совершенств Божиих, ревность
по Богу, страх Божий*

Благодать Божия внимание ума и сердца к Богу обращает и на Нем держит. Как ум без действия не стоит, то, будучи к Богу обращаем, о Боге и думает. Отсюда память Божия — присная спутница благодатного состояния... Память Божия праздной не бывает, но непременно вводит в созерцание совершенств Божиих и Божиих дел: благости, правды, творения, промысления, искупления, суда и воздаяния. Все сие в совокупности

есть мир Божий, или область духовная. Ревнующий неисходно пребывает в сей области. Таково уж свойство ревности. Отсюда обратно — пребывание в сей области поддерживает и живит ревность. Желаете соблюсти ревность? Держите все прописанное настроение... По частям — это дрова духовные. Имейте всегда под руками такие дрова и как только заметите, что огонь ревности слабеет, берите какое-либо полено из своих духовных дров и подновляйте огонь духовный. И все добре пойдет. Из совокупности таких духовных движений исходит страх Божий, благоговейное стояние пред Богом в сердце. Се страж и охрана благодатного состояния. (8, 25)

*Чистая любовь — венец
совершенства в богоугождении*

Любовь к Богу сродна естеству нашему. Полагаю, что она не совсем угасает даже в грешниках, действует в них, призывая их к покаянию, пока они не ожесточатся и не отчаятся. Но собственно любовь зачинается с той минуты, когда вследствие покая-

ния зарождается решимость работать Господу, не щадя живота своего. Начинающиеся вслед за тем труды богоугождения развивают ее все сильнее и сильнее, пока она не обратится в пламень и не обьет всего естества его. В этих степенях любви столько оттенков, что и перечислить их невозможно. Иной любит Бога, потому что имеет от Него много добра; иной любит Бога ради того, что чает от Него какого-либо добра; иной любит Бога ради того, что чает от Него всякого добра; иной любит Бога, потому что Он Бог. Делом обнаруживается любовь так, что иной делает только часть для Бога, оставляя часть и для себя; другой все делает для Бога; а иной и себя, и все свое приносит в жертву Богу безусловно. Любить Бога как Бога, с полным самопожертвованием, без всяких видов есть чистая любовь. Лествичник говорит о себе, что хотя бы и в ад послал его Бог, он и там так же неизменно будет любить Его всею душою. Очевидно, что чистая любовь есть венец совершенства в богоугождении

и является в силе только в конце трудов, на сем пути подъемлемых. В начале, при первых проявлениях Царствия Божия в нас, ее и требовать нельзя: она может быть в цели, но не на деле; она воцаряется тогда, когда уже Бог поглощает все наше. (16, 46—47)

Об уклонениях от правого пути непрестанной молитвы

*Два неправых способа молитвы —
мечтательный и умно-головной*

Первый неправый способ молитвы зависит от того, что иные действуют в ней преимущественно воображением и фантазией. Эти силы составляют первую инстанцию в движении отвне внутрь, которую следовало бы миновать, а вместо того останавливаются на ней. Вторую инстанцию на пути внутрь представляет рассудок, разум, ум, вообще — рассуждающая и мыслящая сила. Следует и ее миновать и вместе с нею сойти в сердце. Когда же останавливаются на ней, то происходит второй неправый образ молит-

вы, отличительная черта которого та, что ум, оставаясь в голове, сам собою все в душе хочет уладить и всем управить; но из трудов его ничего не выходит. Он за всем гоняется, но ничего одолеть не может и только терпит поражения...

А между тем, как происходит это брожение в голове, сердце идет своим чередом; его никто не блюдет, и на него набегают заботы и страстные движения. Тогда и ум себя забывает и убегает к предметам забот и страстей; и разве уж когда-то, когда опомнится...

Второй образ молитвы прилично назвать умно-головным, в противоположность третьему — умно-сердечному. (16, 170—173)

*Уклонение внимания от сердца
есть уклонение от пути к Богу*

Образы держат внимание вовне, как бы они священны ни были, а во время молитвы вниманию надо быть внутрь, в сердце: сосредоточение внимания в сердце есть исходный пункт должной молитвы. И поелику молитва

есть путь восхождения к Богу, то уклонение внимания от сердца есть уклонение от этого пути. (16, 144)

Бывают уклонения от правого пути этой молитвы. Потому надо поучиться ей у того, кто знает ее. Заблуждения больше от того, кто где вниманием — в голове или в груди. Кто в сердце, тот безопасен. Еще безопаснее, кто болезненно припадает к Богу на всяк час в сокрушении, с молитвою об избавлении от прелестей. (1, 245)

Стоите пред Господом, без образов, в присутствии Господа... и испытываете добрые чувства. Чего же еще? Тут все. Разве только вы в голове производите сие?! — Нет, в сердце надо стоять. Но сердца не помнить, а только Господа зреть. — Все так выразить можно: «Стоять в сердце умом пред Господом и молиться». (10, 175)

Нестройно внутри, когда ум идет своим чередом, а сердце своим — надо их соединить

Оттого у тебя все нестройно внутри, что там качествует разложение

сил; ум идет своим чередом, а сердце — своим. Надобно ум соединить с сердцем; тогда брожение мыслей прекратится, и ты получишь руль для управления кораблем души — рычаг, которым начнешь приводить в движение весь твой внутренний мир. (16, 54)

*Без покаянных чувств — молитва
не в молитву*

Что у вас бывают покаянные чувства в молитве и слезы — это настоящее дело. Без покаянных чувств — молитва не в молитву. Так и пишите ее, как не бывшую. Молитва без сих чувств есть то же, что выкидыш мертвый. Так у св. отцов. А слезы — раздувайте... Приучитесь голосить над собою, как над мертвым, — и с причетами... Ибо главная мысль, или место, где следует держать себя мысленно, — есть час Суда, или тот момент, когда Бог готов произнести: «Приди» или «Отойди!» О Господи, спаси же! И как не плакать, не могши утвердительно сказать, что Он не скажет: «Отойди»?! (7, 94)

*Никогда не навькнет молитвы
увлекшийся духом произвольного
самочиния*

Всячески надо стоять против духа произвольности, или желания и позывов действовать ничем не стесняясь. Сей дух нашептывает: «Это мне не под силу, на это у меня времени не достает», или: «За это братья мне еще не время, надо погодить», или: «Обязанности послушания препятствуют» и многое подобное. Кто слушает его, тот никогда не навькнет молитве. — В содружестве с сим духом состоит дух самооправдания, который приступает и начинает действовать после того, как кто-либо, увлекшись духом произвольного самочиния, сделает что-либо такое, за что совесть беспокоит его. Тогда дух самооправдания разные употребляет извороты, чтобы обмануть совесть и неправость свою выставить правостию. — Бог да сохранит вас от сих злых духов. (10, 229—230)

*Художественное творение молитвы
не всем пригоже*

Все приемы, про какие пишется (сесть, нагнутья).., или художествен-

ное творение сей молитвы не всем пригоже и без наличного наставника опасно. Лучше за все то не братья. Один прием общеобязателен: «вниманием стоять в сердце». Другое все стороннее и к делу не ведущее прибавление. (6, 17)

*Художественный образ молитвы
может пресечь духовную жизнь*

Художественный образ делания молитвы изображается у отцов как внешнее пособие и подчиняется внутреннему деланию. А ныне большею частью усвоят только внешнюю сторону, не радя о внутренней. — Чуть-чуть явится какое теплое движение в сердце, они решают: вот дал Бог... и предаются мечтаниям о себе. Затем оуждают всех не держащих художественного образа молитвы, и не только это, но и церковные молитвословия, и тех, кои строго держатся его, стараясь не опускать. — От сего у них преуспеяние внутренней молитвы прекращается, и они остаются с одним внешним деланием. — И духовная жизнь престаёт. (10, 193—194)

*Как остерегаться от
художественного образа молитвы*

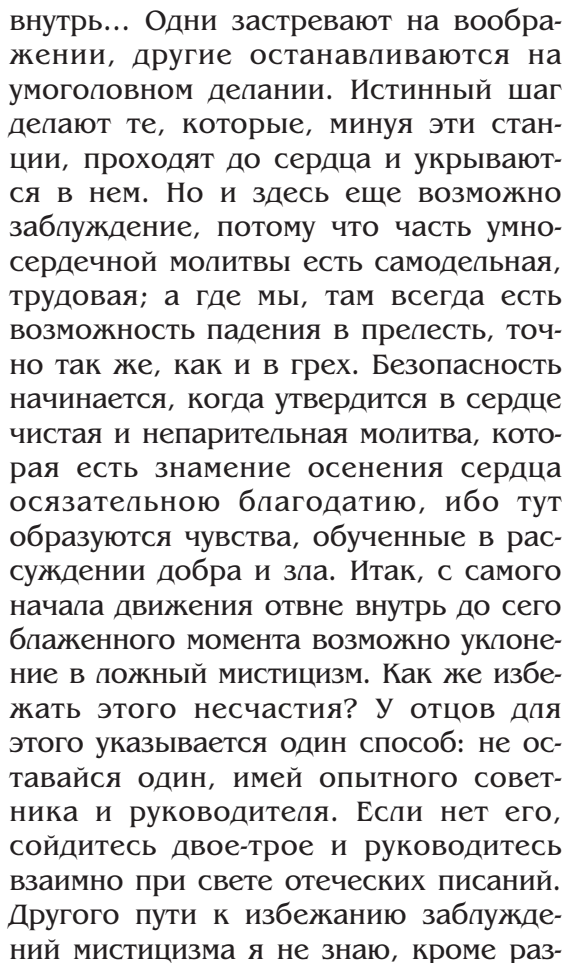
Молитва Иисусова, с верою в простоте сердца творимая, всегда душеспасительна. Вредным может оказаться художество, какое с нею соединяют. От этого остерегаться надо... Можно не вдруг на молитву сию налегать, а сначала всякий пусть навькает молиться от сердца положенными молитвами и молитвами в церкви.

Потом, когда заметите, что кто начинает углубляться в молитву, можете предложить ему творить молитву Иисусову непрестанно, и при сем блюсти память Божию со страхом и благоговейством. — Молитва первое дело. Главное, что ищется молитвою, есть получение того огонька, который дан был Максиму Капсокаливиту... Сей огонек никаким художеством не привлекается, а подается свободно благодатию Божиею. Для чего требуется труд молитвенный. Сие преподавайте всем... Но прибавляйте, что дом молитвы — чистое сердце, и совесть спокойная, и ревнование о всякой

добродетели, и засеменение их в сердце. (10, 190—191)

*Избежать уклонения в прелесть
можно лишь с помощью опытного
руководителя или взаимного
руководства*

Правый путь восхождения по степеням молитвы есть правый путь восхождения к богообщению, или, что то же, есть правый мистицизм. Уклонения от правого восхождения молитвы к совершенству есть вместе уклонение в ложный мистицизм. Не трудно заметить место этому уклонению, или первую точку отправления в уклонение: это переход от словесной молитвы, по готовым молитвам, к молитве своеобразной, иначе, переход от внешнего молитвословия к внутреннему, умному. Удалить от этой точки заблуждение будет значить удалить уклонение в ложный мистицизм. Уклонение в ложный мистицизм у отцов, подвижников трезвенных, называется уклонением в прелесть. Мы видели эти уклонения от правоты на пути движения отвне

A decorative border with a repeating scrollwork pattern surrounds the text.

внутри... Одни застревают на воображении, другие останавливаются на умоголовном делании. Истинный шаг делают те, которые, минуя эти станции, проходят до сердца и укрываются в нем. Но и здесь еще возможно заблуждение, потому что часть умносердечной молитвы есть самодельная, трудовая; а где мы, там всегда есть возможность падения в прелесть, точно так же, как и в грех. Безопасность начинается, когда утвердится в сердце чистая и непарительная молитва, которая есть знамение осенения сердца осязательною благодатию, ибо тут образуются чувства, обученные в рассуждении добра и зла. Итак, с самого начала движения отвне внутрь до сего блаженного момента возможно уклонение в ложный мистицизм. Как же избежать этого несчастья? У отцов для этого указывается один способ: не оставайся один, имей опытного советника и руководителя. Если нет его, сойдитесь двое-трое и руководитесь взаимно при свете отеческих писаний. Другого пути к избежанию заблуждений мистицизма я не знаю, кроме раз-

ве особого благодатного руководства, которого сподоблялись немногие избранные Божии. Но это — особенности; а мы говорим о путях жизни, общих всем. (16, 233—235)

Умная молитва сама имеет крайнюю нужду в руководстве

Умная молитва сама имеет крайнюю нужду в руководстве, пока она есть самодельная, или трудовая. В это-то время делания умной молитвы, не направляемого искусною рукою, большею частию и сбиваются с пути...

У всех отцов, писавших руководства к духовной жизни, первым пунктом в правилах для вступающего во внутреннюю жизнь ставится: иметь духовного отца-руководителя и его слушаться. Приведу здесь одну-другую из их речей... Вот что говорит Григорий Синаит: «Без учителя самому успеть в умном делании невозможно. Что делаешь сам по себе, а не по совету предуспевших, то рождает опасное самомнение. Если Сын Божий ничего не творил Сам о Себе, но как научил Его Отец, так творил, и Дух Святый

не о Себе глагодал, то кто это такой между нами до толикой достиг высоты совершенства, что уже не требует никого иного, кто бы руководил его? Гордость это, а не добродетель! Такой уже в прелести состоит, то есть вступил на ложный путь уклонения к заблуждениям».

И в деятельной жизни редко кто обойдется без преткновения, оставаясь с одним своим благоразумием. Но тут, по крайней мере, вред не так велик: одно дело, не так сделанное, если надобно, и переделать легко или в другой раз сделать его, как следует. В умном же делании уклонение от правого пути дает свое направление всему внутреннему, которое не вдруг можно переменить. Одни из таких, как мы видели, запутываются в сетях воображения, другие останавливаются на умоголовном делании, или, по Симеону Новому Богослову, на первой и второй степени внимания и молитвы, или умного делания. И когда они закрепнут в этом строе, то самый опытный и самый усердный наставник едва сможет, если только сможет еще,

выбить их или выманить из этих трущоб, в какие они сами себя заключают, находя их крайне восхитительными. (16, 236—239)

Умная молитва минует опасность заблуждений, когда в ее огне сгорит самолюбие

Итак, когда утвердится молитва умная и дойдет до последней степени своего совершенства, на которой ум, прилепляясь к Богу, немеет в единении с Ним (преисполняясь любви и преданности к Богу), тогда в этом огне сгорает самолюбие, и вследствие того минует опасность от заблуждений. (16, 235—236)

Когда умная молитва не представляет никакой опасности и сама себе служит охраной

Умная же молитва есть, когда ты, стоя в сердце вниманием, взывать будешь ко Господу и прося, или каюсь, или благодаря, или славословя Его. В этом действии тоже не имеется никакой опасности, такая молитва сама

себе служит охраною. Ибо тут и Господь, если с верою обращаешься к Нему. В сей час же можешь сие на деле попробовать. (7, 57)

*Две неправости с теплотой:
теплотолюбие и сласть похотная*

Так скоро теплота, сопровождающая молитву Иисусову, не сопровождается духовными чувствами, то ее не следует называть духовною, а просто теплотою кровяною; и она, будучи такою, не худа, если не состоит в связи со сластиею похотною, хотя легкою; а если состоит, то худа и должна подлежать изгнанию.

Эта неправость бывает, когда теплота ходит ниже сердца. Вторая неправость — та, когда, полюбив сию теплоту, ею одною все ограничивать, не заботясь о чувствах духовных и даже о памяти Божией, а лишь о том, чтоб была сия теплота; эта неправость возможна, хотя не у всех и не всегда, но по временам. Нужно заметить сие и исправить, ибо в таком случае останется одна кровяная теплота, животная. (7, 65)

*Похотное раздражение
тотчас пресекать*

То, что было похотное раздражение, очень дурно. Это может быть случайность; но допускать сего не следует, а надо тотчас пресекать... Иначе дело, вместо духовного, выйдет чувственное и вместо добра злой плод принесет. Читайте в «Добротолюбии» о сем, наипаче же о том, как внимание держать. (7, 195)

*Духовное сластолюбие от усиления
внимания к теплоте*

Углубленная молитва ко Господу возбуждает теплоту. У опытных отцов строго различаются теплота телесная, простая, бывающая вследствие сосредоточения сил к сердцу вниманием и напряжением, — теплота телесная, похотная, тут же иногда прививающаяся и поддерживаемая врагом, — и теплота духовная, трезвенная, чистая. Она двух родов: естественная, вследствие соединения ума с сердцем, и благодатная. Различать каждую из них научает опыт. Теплота эта сладостна,

и поддерживать ее желательно, как ради самой этой сладости, так и ради того, что она сообщает благонастроенное всему внутреннему. Но кто усиливается поддерживать и усиливать эту теплоту за одну сладость, тот разовьет в себе сластолюбие духовное. Посему-то трезвенники напрягаются, минув эту сладость, устанавливаясь в одном предстоянии Господу, с полною Ему преданностию, как бы в руки Ему полагая себя; на сладость же, от теплоты исходящую, не опираются и внимания к ней не приковывают. Но возможно к ней прилепиться вниманием, и в ней упокоясь, как в теплом покое или одежде, ее одну поддерживать, не простирая мысли выше. Мистики (в прельщении — *Сост.*) дальше этого не шли, у них это состояние и считалось высшим: тут было совершенное безмыслие, погруженное в какую-то пустоту. Таково состояние созерцания мистиков. В нем ничего нет общего с состоянием созерцания, бывшего у великих отцов-трезвенников. (16, 219—220)

*Духовное сластолюбие — от ухода
страха Божия и болезнования*

Бойтесь впасть в духовное сластолюбие? Как оно сюда попадет?! Ведь не для сласти творится молитва, а для того, что долг есть служить сим образом Богу; сласть же — необходимая принадлежность истинного служения. К тому же, в молитве главное — умом в сердце предстояние Богу с благоговеинством и страхом, отрезвляющим и прогоняющим всякую блажь и насаждающим в сердце болезнование пред Богом. Эти чувства — страх Божий и болезнование, или сердце сокрушенно и смиренно, — суть главные черты настоящей внутренней молитвы и проба всякой молитвы, по коим надо судить, должным ли порядком идет наша молитва, или недолжным. Когда они есть — молитва в порядке. Когда их нет — не в порядке, и надобно вставлять ее в свой чин. С отсутствием их сласть и теплота могут породить сомнение, а это гордыня духовная... и се будет прелесть пагубная. Тогда сласть и теплота отойдут; останется одна

память о них... а душа все же будет думать, что имеет их. — Сего бойтесь, и больше возгревайте страх Божий, смирение и болезненное к Богу припадание, ходите всегда в присутствии Божи-ем. Се — главное! (7, 146)

*Смиранным прелести нечего
бояться*

Прелести нечего бояться. Она случается с возгордившимися... кои начинают думать, что как зашла теплота в сердце, то это уже и есть конец совершенства. А тут только начало, и то, может быть, не прочное. Ибо и теплота, и умирение сердца бывают и естественные, плод сосредоточения внимания. А надо трудиться и трудиться, ждать и ждать, пока естественное заменено будет благодатным. Всяко, лучше всего, никогда не почитать себя достигшим чего-либо, а всегда видеть себя нищим, нагим, слепым и никуда не годным. (7, 195—196)

*Неболезненно шествующий
не получит плода*

Надобно знать, что верный признак доброты подвига и вместе условие

преуспевания чрез него есть приболезненность. Неболезненно шествующий не получит плода. Болезнь сердечная и телесный труд приводят в явление дар Духа Святаго, подаемый всякому верующему во Св. Крещении, который нашим нерадением об исполнении заповедей погребается в страстях, по неизреченной же милости Божией опять воскрешается в покаянии. Не отступай же от трудов из-за болезненности их, чтоб не быть тебе осуждену за бесплодие и не услышать: «Возьмите от него талант». Всякий подвиг, телесный или душевный, не сопровождаемый болезненностию и не требующий труда, не приносит плода: *Царствие Божие нудится и нуждницы восхищают е* (Мф. 11, 12). (16, 187–188)

*Не будет памяти о Боге —
не будет духовной жизни*

Памятовать надо о Боге. Надо довести сие до того, чтобы мысль о Боге сроднилась и срастворилась с умом, и сердцем, и с сознанием нашим. Чтобы утвердилась такая память и такая

мысль, надо потрудиться над собою неленостно. Потрудитесь — Бог даст, достигнете сего; не потрудитесь — не достигнете. А не достигнете этого, ничего из вас и не выйдет; никакого успеха в духовной жизни не получите; да ее и совсем не будет, ибо это и есть духовная жизнь. Вот как это существенно важно! (2, 181)

Заключение

**Кто получил непрестанную
молитву, тот уже стоит
в преддверии рая**

*Тайна непрестанной молитвы
в любви ко Господу*

Непрестанно молись — трудись в молитве — и приобретешь непрестанную молитву, которая сама уже станет совершаться в сердце без особых напряжений. Всякому очевидно, что заповедь св. Апостола не исполняется одним совершением положенных молитв в известные часы, но требует всегдашнего хождения пред Богом, посвящения всех дел Богу, всевидящему и вездесущему, возгреванием тепло-

го к Нему обращения умом в сердце. Вся жизнь, во всех ее проявлениях, должна быть проникнута молитвою. Тайна же ее в любви к Господу. Как невеста, возлюбившая жениха, не разлучается с ним памятью и чувством; так душа, с Господом сочетавшаяся любовью, неотступно с Ним пребывает, теплые обращая к Нему беседы из сердца. Прилепляйся Господеви един дух есть с Господем (1 Кор. 6, 17). (17, 219)

*Богомыслие и коротенькая
молитва питают сердечные
чувства*

Напрягаясь держать мысль о Боге, держите ее не голою, а соединяйте с нею и все известные вам понятия о Боге, Божеских свойствах и действиях, углубляя ум то в то, то в другое. Размышляйте больше о творении Божиим и промыслении, о воплощении Бога Слова и совершенном Им деле спасения нашего, о Его смерти, воскресении и вознесении на небо, ниспослании Духа Святаго, устройении св. Церкви, хранительницы истины

и благодати, и об уготовании обителей небесных для всех верующих в Царстве Небесном — и для вас самих. Приложите размышление и о свойствах Божиих — неизреченной благодати, премудрости, всемогуществе, правде, вездесущи, вседержительстве, всеведении, всеблаженстве и величии. Все сие извольте обсуждать и во время молитвы, а лучше особо, при чтении. Когда обсудите все и ясно будете созерцать, то при мысли о Боге будете иметь не голую мысль, а мысль, сопровождаемую и привлекающую множество спасительных помышлений, действующих на сердце и возбуждающих энергию духа. Можете составить свою коротенькую молитовку Богохвальную, в которой бы все сие совмещалось. Например, хоть в таком виде: «Слава Тебе, Боже, в Троице покланяемый, Отче, Сыне и Душе Святой! Слава Тебе, создавшему всяческая! Слава Тебе, почтившему нас образом Своим! Слава Тебе, не оставившему нас в падении нашем! Слава Тебе, Господи Иисусе Христе, пришедшему, воплотившемуся, пострадавшему,

му, умершему за нас, воскресшему, вознесшему на Небеса и Пресвятаго Духа нам ниспославшему, Церковь Твою устроившему для спасения нас и Царство Небесное нам обетовавшему и устроившему! Слава Тебе, Господи, дивным образом устрояющему спасение и каждого лица, и целых народов. Слава Тебе, Господи, и меня влекущему ко спасению». (2, 181—182)

*Любовь не дает и на минуту
забыть любимого Господа*

Просмотрите еще всю жизнь свою с начала, как стали помнить себя, и заметьте все случаи нечаянного избавления от беды и нечаянного получения радостей. Много бед мы и не замечаем, потому что они минуют нас незаметно для нас. Но, обернувшись назад, не можем не увидеть, что там и там была беда и миновала нас, а как миновала — сказать не можем. Усмотрите же в своей жизни такие случаи и исповедайте, что то была милость к вам Бога, возлюбившего вас. Ведайте, что сокровенных к нам — к каждому из нас — милостей Божиих

несчетное множество, ибо все от Бога. Исповедайте же сии милости и благодарите Бога от всего сердца. Но, если вникнете хорошо в ход жизни вашей, то найдете немало случаев и явной милости к вам Божией. Быть бы беде, но она миновала — не знаете как. Бог избавил. Исповедайте сие и благодарите Бога, вас любящего.

И познание общих всем милостей согревает сердце, тем паче согреется оно от узрения милостей именно к вам. Любовь возжигает любовь. Восчувствовав, как любит вас Господь, не можете оставаться холодною к Нему: сердце само к Нему повлечется благодарением и любовью. Держите сердце под влиянием такого убеждения любви к вам Господа: и теплота сердечная скоро возрастет в пламень любви ко Господу. Когда сие совершится, тогда вам не нужны будут никакие напоминания, чтобы памятовали о Боге, и никакие наставления, как в этом успеть. Любовь не дает и на минуту забыть любимого Господа. Се — предел. Извольте сие принять в уме, и принять с убеждением. И затем к сему именно

направлять весь труд, приемлемый на утверждение в уме и сердце мысли о Боге. (2, 183—184)

*Стоять умом в сердце значит
зажечь в нем огонь,
который Господь пришел
вовреци на землю*

Сначала Бог сотворил свет разлитый; а в четвертый день сосредоточил его около солнца. Так и в духовной жизни — и при чтении, и при Богомыслии, и при молитве, и в Церкви, и при беседе бывает в сердце теплота; но какая-то легкая, навеянная, а не привитая. Надобно, чтоб она сосредоточилась в сердце, привилась к нему, затлела и горела. Тогда любо. Се есть огонь, который Господь пришел вовреци на землю. Благослови вас Господи. Трудитесь; но не думайте, что сами что можете, а с сокрушением взывайте: «Господи, помоги! Господи, зажги!» — Один старец два года умолял Пречистую Богородицу — и дала ему огонь, и стало, говорит, хорошо. — И вы молитесь и трудитесь, т. е. ищите, как установиться


в сердце. И Господь, видя труд ваш и то, что вы искренно желаете сего блага, подаст вам благодать горения сердечного. Это ведь значит — в сердце-то стоять. Тогда только и можно стоять, когда оно загорится, а дотоле труд. Не робейте. Воображений разных бегайте. Ничего во всем этом нет особенного. Это общий путь. Крепитесь. Матерь Божия вам помощница... Батюшка о. Серафим научит. Помните, как он однажды во время обедни обнят был огнем сердечным. Вот блаженное состояние! — Оно возможно и в нас. — И большого труда требует — только постоянного. Вот и рай! — Ищите и обрящете. Толцуйте и отверзется вам. (3, 44—45)

*Начните умственный подвиг
и все увидите сами*

Брат сказал: «В чем состоит умственный подвиг?» Старец отвечал: «Умственный подвиг есть напряжение ума хранить память о смерти, Суде, воздаянии, и проч.; но, главным образом, есть презрение Господа пред

собою выну и всегдашнее помышление о Боге». (18, 72)

Бог везде. И душа наша вся пред Ним насквозь. Надобно и сознанием своим стоять пред Ним. Как все Ангелы и Святые зрят Его и очей своих от Него не отрывают; так и нам, в теле еще сущим, надобно зреть Его. Как солнце держит планеты и водит их за собою; так весь духовный мир, стало и наши души, должны держаться Бога и водиться Им. И это не час или два, а непрестанно, с минуты пробуждения до самого забвения во сне. Вдруг поставить себя в это состояние нельзя. Нужен подвиг. — Вот он-то и требуется теперь. — Возьмитесь! Бояться нечего. — Для пояснения дела читайте в «Добротолюбии» статьи о трезвении. Вниманием надо стать над сердцем. Надобно из головы сойти в сердце. Теперь у вас помышление о Богах голове, а сам Бог — как бы вне, и выходит, что это работа внешняя. Пока вы в голове, мысли не улягутся покойно и все будет мястись, как снег или толкашки летние. По мере вхождения вниманием в сердце мысли начнут

A decorative border with a repeating scrollwork pattern surrounds the text.

улегаться, а потом и совсем улягутся — и станет атмосфера души чистая-чистая. Тогда и муха пролетит, заметите, а до того все тьма-тьмушая. Начало плода — сосредоточенная и непрестанная теплота в сердце. И всё тут. — Только фамилиарность с Господом надо оставить. Страх великий потребен. Как пред Царем в струнку стоят великие вельможи, так пусть и душа будет пред Богом. Что неприличное положение тела пред лицом Царя, то неисправные мысли души пред Богом; а забвение о Боге, хоть на минуту, — то же, что стать спиною к Царю.

Страхом пропитайте душу вашу. Он не болезнен, а освежителен. Он есть начало; но и во всю дорогу не оставляет, только все чище и чище становится. Уединение да чтение — два крыла в сем занятии. Но начинайте — и узрите сами все. Что помогает и что разоряет, откроется сейчас. Но надо уже и строго исполнять узнанное. Совесть вступит в свои права — и начнет журить. Слушайтесь. Сколько придинок будет! Исполняйте. После все уравниется и пойдет гладко. Помогите вам Господи! (3, 48—49)

*Ложные состояния — не укор истине,
но призыв к отрешению от всего*

Как привязанная птица и полетит, и опять падает на землю, хотя привязана за малейший член; как запорошивший глаз и открывает его, но ничего не видит им — так и имеющий пристрастие думает, будто углубился в Бога, но тем только себя обманывает. В сем состоянии бывают ложные видения, обольщения фантазии, а вместе — и обаяния сатаны, который любит и умеет пользоваться всякою нашею слабостью. Многие от сего изумились и навсегда погибли. Однако ж это не должно служить укором истине или останавливать усердие и желание ищущих. Следует только не забывать мудрых правил, оставленных Богомудрыми отцами, то есть, устремляясь к Богу, не забывать и отрешения от всего и строже начать с последнего или преимущественно обратиться на него. (3, 345)

*Монахам удобнее, но и мирянам
не невозможна жизнь в Боге*

В степенях сего отрешения различают сначала болезненное отторгание

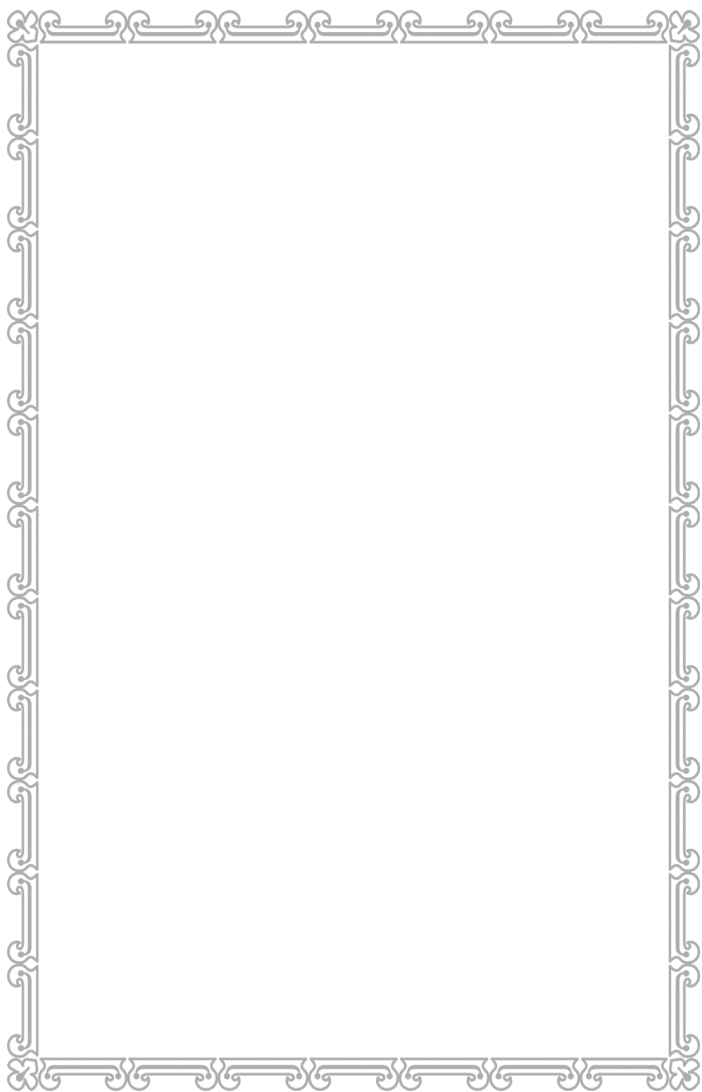
сердца от вещей чувственных чрез гнев, потом безвкусие к ним, а далее созерцание их из Бога, не отводящее от Бога. Для отрешения от всего, а равно для жизни в Боге, всего лучше избрать желающим, способным, призванным особый род жизни — монашеский, или отшельнический. При сем удобнее то и другое является во всей своей чистоте и зрелости. И в порядке обыкновенной жизни сие не невозможно, но сопряжено с большими трудностями и препятствиями. Лучше бывает, когда кто, утвердившись жить в Боге в удалении от мира, исходит или вызывается потом в общую жизнь на делание. В том жизнь по Богу имеет особое действие, тот есть представитель Бога для людей, разносящих Его благословение на все. (3, 345—346)

*Плоды непрестанной молитвы
приготавливают душу
к будущему лицезрению Бога*

Бог же не имеет вида или образа, потому истину любящие всеми мерами

стараются возводить себя в состояние зреть Господа пред собою без образа, мыслию простою, чистою. Это верх совершенства в хождении пред Богом. Плоды сего хождения бесчисленны; но — главное — от него естественно переходит в жизнь нашу чистота и непорочность слов, мыслей, желаний, дел...

Другой плод от сего есть некоторая теплота духа. Зрение Бога не может быть холодным, если оно есть истинное. По мере усовершеня в лицезрении Божиим возрастает и теплота. После же они сливаются и, как лицезрение, так и теплота, превращаются в единое, непрерывное действие духа. Такое настроение духа есть самое лучшее приготовление к будущему всеблаженному лицезрению Бога. Кто утвердился в нем, тот стоит уже в преддверии рая, созрел для него. Всякий же, кто не умеет зреть Бога или, помывливши о Нем, отвращается от Него, чувствуя, что это неприятно и страшно и ко многому обязывает, пусть позаботится о себе; ибо от сего можно заключить и о будущем. (3, 343—344)





О МОЛИТВЕ ИИСУСОВОЙ

Что есть молитва Иисусова

Когда молимся, надо умом стать пред Богом и о Нем Едином помышлять. Между тем в голове непрестанно толкутся разные мысли и отвлекают ум от Бога. Для того, чтоб научить ум стоять на одном, святые отцы употребляли молитовки и навывкли проносить их непрестанно... Это непрестанное повторение молитовки держало и ум в помышлении о Боге, и разгоняло все сторонние мысли. Эти коротенькие молитовки были разные... У нас особенно установилась и вошла в общий обычай молитва Иисусова: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго.

Так вот что есть молитва Иисусова. Она есть одна из кратких молитовок, словесная, как и все другие краткие молитовки. Назначается на то, чтоб ум держать на одной мысли о Боге. (7, 63)

Не забывайте, что не должно ограничиваться одним механическим повторением слов молитвы Иисусовой... Суть дела — сознательное стояние в присутствии Господа со страхом, верою и любовью. (3, 194)

Главное — стояние и хождение пред Богом *с вопиянием к Нему из сердца*. (10, 189)

Главное тут: стать вниманием в сердце и взывать к Господу, везде Сущему. (10, 163)

Почему эта молитва необходима всякому христианину

...**Всякому** покаявшемуся или начавшему искать Господа можно и должно на первый же раз и преподать

полное наставление в делании молитвы Иисусовой, а с нею уже вводить и во все другие, потому что этим путем скорее укрепиться можно, скорее прозреть духовно и дойти до мира внутреннего. Не зная сего, иные, или большая часть, останавливаются на телесных и душевных деланиях и почти праздно иждивают труды и время. (1, 244)

Кажется, простая вещь; но, не узнав о ней, можно долго пропотеть — и все малопродуктивно. И это по свойству телесной деятельности. Она легче, потому и привлекает; внутренняя же трудна, потому и отталкивает... И выходит, что сначала оставит иной внутреннее, будто до времени созреть: придет-де срок, — но после, оглянувшись, находит, что срок пропущен и, вместо приготовления, он вовсе стал к нему неспособным. (1, 223)

И от чего совесть непокойна и недовольна?.. Тут же сами отвечаете: от того, что Бога не помню. — Это правда: без памяти Божией, без страха

Божия, без чувства к Богу сделать душу довольною нельзя... Если так, то об этом теперь и заботу всю надо иметь. Молитва, о коей все толкуем, и есть прямой к сему путь... Мысль, будто заниматься молитвою (Иисусовой. — Сост.) вам еще не время, — не верна. Все должны молиться сердцем и умом. Всякая другая молитва не молитва. Извольте же трудиться, не лениться. (10, 173)

Если не трудишься и не попотеешь, чтоб напечатлелось в сердце и уме твоём сие страшное имя, все ты безмолвствуешь, все поешь, все постишься, все бдишь. Одним словом, весь труд монаха ни во что без такого делания, без памяти о Боге. (20, 26)

...Худо делают увольняющие себя от них (духовного делания и Иисусовой молитвы. — Сост.). Они сами причиною того, что у них труд идет без плода, — потеют, но не видят плода, затем скоро остывают и всему конец. (1, 246)

И молитву сию творить всякому, не монаху только, но и мирянину. Это не

есть какое-либо высокое дело, а простое. И молитва Иисусова (одна, сама по себе) не чудотворная какая, а, как всякая другая краткая молитва, словесная и, следовательно, внешняя. Но она может перейти в умную и сердечную... (7, 193)

Место Иисусовой молитвы среди других молитв

*Она легчайшее средство
к непрерывности в молитве*

Есть степени молитвы. Первая степень — молитва телесная, более в чтении, стоянии, поклонах. Внимание отбегает, сердце не чувствует, охоты нет: тут — терпение, труд, пот... Вторая степень — молитва внимательная: ум привыкает собираться в час молитвы и всю ее проговорить с сознанием, без расхищения. Внимание срастворяется с словом писанным и говорит, как свое. Третья степень — молитва чувства: от внимания согревается сердце, и что там в мысли, то здесь становится чувством... И вот общий святым

совет — не пропускать этого без внимания: то есть, когда чувство есть, прервати всякое другое делание (чтение, мышление. — *Сост.*) и стой в нем... Вниманием к этим проявлениям молитвы спееется воспитание молитвы, а невниманием разоряется... Как бы, впрочем, ни полагал себя кто усовершенствовавшимся в молитве, правила молитвенного оставлять никогда не должно, а творить его, как указано, и всегда начинать с молитвы делательной. С нею должна быть умная, а за ними придет и сердечная. Без этого растеряются сии последние и человек будет думать, что молится, а на деле этого не будет... Легчайшее средство восхождения к непрерывности в молитве есть навывкновение молитве Иисусовой и вкоренение ее в себе. (1, 242—243)

*Главное условие
для успеха в Иисусовой молитве*

...Молитва Иисусова может идти ко всем этим (степеням молитвы. — *Сост.*), но настоящее ее место при непрестан-

ной молитве. Главное условие для успеха в молитве есть очищение сердца от страстей и всякого пристрастия к чему-либо чувственному. Без сего молитва все будет оставаться на первой степени, или читательной. По мере очищения сердца молитва читательная будет переходить в умно-сердечную, а когда оно совсем очистится, тогда водрузится и непрестанная молитва. (7, 61)

*Когда Иисусова молитва сильнее
других молитв*

Молитва Иисусова есть как и всякая другая. Она сильнее всех только всесильным именем Иисуса, Господа, Спасителя, когда оно призывается с верою полною, теплою, не колеблющеюся, — что Он близ есть, все видит и слышит, и тому, чего просят, вседушно внимает — и готов исполнить и даровать просимое. Упование такое не посрамляет. Если замедляется иногда исполнение, это зависит от неготовности еще просящего принять просимое. (10, 113)

Чего искать молитвою Иисусовою

Путь ко спасению

Ищите и обрящете, толщете и отверзется вам. Кузнец знает, что если он будет бить молотом, то выйдет гвоздь... Ревнующий же о духовном никак не может сказать: то и то сделаю и получу вот что. Бейся, как рыбка об лед, ища, а получишь, что Господу угодно будет дать и когда будет угодно: эту грамотку напишите на сердце. Искать, вопиять с сокрушением сердца, с крайним самоунижением и с несомненною верою, что Господь все нужное даст; когда же что получится... это не наше... Если и ничего не даст Господь — и то слава Богу! Все свое спасение отдать надо в руки Господу — самый верный, надежный, благой и мудрый путь. (10, 28—29)

Господь близ и даже в сердце

Чего искать должно? Живого осязаемого общения с Господом. Дает сие благодать Божия, но нам необходимо

и самим трудиться о том. Куда же обращать труд? На то, чтоб всегда памятовать о Господе, яко близ и даже в сердце сущем... Первый труд — навык повторять непрестанно молитву Иисусову... И начинайте, все твердите и твердите, но все и с мыслию о Господе. И все тут... (10, 164—165)

Теплота в сердце

Когда внимание сойдет в сердце, то привлечет туда в одну точку все силы души и тела... Это сосредоточение всей человеческой жизни в одно место тотчас отзывается там особым ощущением; сие ощущение и есть начало будущей теплоты... Ощущение сие, сначала легкое, все усиливается, крепнет, углубляется и из холодного, каково оно вначале, переходит в теплое чувство и держит на себе внимание. И происходит, таким образом, что сначала внимание держится в сердце напряжением воли, силою своею внимание порождает теплоту в сердце. Теплота же сия затем держит внимание без особого его напряжения. Они

затем друг друга поддерживают и должны пребывать неразлучно, ибо рассеяние внимания охлаждает теплоту, а умаление теплоты ослабляет внимание. Отсюда закон духовной жизни: держи сердце в чувстве к Богу — всегда будешь в памяти Божией... Теперь вопрос — духовная ли эта теплота? Нет — не духовная! А обыкновенная, кровяная... Духовной можно назвать сию теплоту только тогда, когда она сопровождается духовными, молитвенными движениями. (7, 64—65)

Принять искру и раздуть пламень

Чего ищут молитвою Иисусовою? — Того, чтоб канул в сердце благодатный огонь и началась непрестанная молитва, чем и определяется благодатное состояние. Ведать подобает, что молитва Иисусова, когда искра Божия падет в сердце, раздувает ее в пламень; а сама не дает сей искры, а только способствует к приятию ее. — Чем способствует? Тем, что собирает мысли воедино и дает душе возможность стоять пред Господом и ходить в присутствии Его. (10, 189)

Восторгов не домогаться

То, чего должно искать молитвою, это есть водружение в сердце тихого, но теплого чувства к Богу неотходного; восторгов же и особенных движений не домогаться; а когда Бог пошлет особенные молитвенные чувства, благодарить за них, а не присвоять себе и не жалеть, когда отойдут, как бы о потере великой, а всегда от них смиренно нисходить к тихому чувству к Господу. (21, 47)

Теплота духовная

Благодатная теплота особая есть, и она собственно есть духовная... Она отрешена от плоти, и в теле не производит заметных изменений, и свидетельствуется тонким сладким чувством. По сим чувствам всякий легко может определить и различить теплоту... Это каждому следует сделать; стороннему тут нет дела и места... Все же внимание обратите на духовные действия и чувства. Они будут проходить по душе и телу, как утренняя приятная прохлада. (7, 66)

Духовное горение

Духовное горение сердца к Господу есть любовь к Нему. Она загорается от прикосновения Господа к сердцу. Как Он весь есть любовь; то прикосновение Его к сердцу тотчас и зажигает любовь к Нему. А от любви и горение сердца к Нему. Вот это и должно быть предметом искания. (13, 93—94)

Как и когда Иисусова молитва привьется к сердцу

Незаметность успеха

Когда она привьется к сердцу, тогда не бывает внутри перерывов, а все одно и одно... Как привьется?! Кто знает — как? А прививается. Трудящийся сознает это, не зная, как то совершилось. Труд... хождение в присутствии Божиим с частым, сколько можно, повторением молитвы сей. Как только свобода — сейчас за нее... И дастся... (10, 49)

*Иным скоро,
а иным не скоро*

Буди вам известно, что умно-сердечная молитва приходит в сердце иным скоро, а иным не скоро. Я знаю трех лиц: одному пришла, как только было сказано, в самый этот час; другому пришла через шесть месяцев; третьему — через десять месяцев; а одному великому старцу — через два года. И это почему так бывает — одному Богу только известно. (10, 228)

*Срок — по мере сил
и усердия*

Не определяй времени, потребного для успеха в молитве сей. Положи только трудиться и трудиться. Пройдут месяцы и годы, пока покажутся слабые начатки успеха. Один из афонских старцев 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. (22, 212)

Урывочками проку не будет

А главное что подобает? Уж браться за дело, так браться, а урывочками ничего не будет. Когда запружают пруд — как делают? Вдруг спешат завалить проход. А если положить ком земли и бросить дело, то вода разнесет его. Опять положить ком и оставить — опять вода разнесет. И так — труд без конца, а пруда все-таки не соорюим. Примените это к душе. Ток помышлений, как река, быстро льется из головы и сердца. Вдруг надобно зажать проходы — и уж не отпускать. А если немного подержать и отпустить — ничего проку не будет. Это то же, что строить и разорять. (3, 51)

Совершенство в молитве бывает вместе со всеми добродетелями

Но если будем небрежно относиться к молитве, то никогда не преуспеем в ней. Помни также, что молитва одна не бывает в совершенстве, а вместе со всеми добродетелями. По мере усовершеншения добродетелей совершенству-

ется и молитва. Главнейшие суть: страх Божий, целомудрие, смирение, сокрушение, плоти умерщвление, терпение, любовь... Когда они будут, явятся и другие все, а с ними и молитва. (10, 168)

*Подается через
Таинства*

Настоящая сердечная молитва — дар благодати, подаваемый через таинства Исповеди или Причащения... Что дает благодать, того свой труд никак не может дать. Он только приготовляет к принятию дара, — и по получении его подогревает его — вместе с Таинствами. (10, 195—196)

Какое выбрать правило?

Общие наставления

Определи в молитвенном твоём правиле часть и молитве Иисусовой. Твори несколько раз сию молитву в начале своего молитвословия и несколько раз после него. Если есть усердие, и после каждой молитвы,

входящей в такое молитвословие, делай то же...

Число, сколько раз повторять сию молитву, в каком случае, сам себе определи или с совета духовного отца твоего. Только сначала много не назначай, а потом, по мере услаждения сею молитвой, 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.

Не спеши гнать одну молитву за другою, а с мерною длительностью произноси их, как обыкновенно говорят перед 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...

Творя сию молитву на правиле или кроме его, становясь для нее в молитвенное положение, при каждом разе ее произношения делай поклон: де-

сять раз поясной, а затем земной — так, пока кончишь. (22, 209—210)

«Количеством ли молитв и поклонов себя определить или о внимании более заботиться?» — Без внимания молитва не молитва. Следовательно, это главное. Но при этом надо и правилом определить количество молитв и поклонов. Это для домашнего молитвословия. Лучше всего для успеха в молитве ходить в церковь на все службы и там стараться в благоговеющей быть молитве. (10, 168—169)

Не надо желудок наполнять пищею, пусть чувствуется пустота там, — и сну поблажать не должно. Не должно и развлечений допускать — и смехов, и балагурства. Держать себя всегда, как бы находились в присутствии царя. Если будете внимательно все делать, само дело научит многому. В книгу *(Откровенные) рассказы (странника духовному своему отцу)* не смотрите. Там есть советы, не пригожие для вас, которые могут повести к прелести. Читайте книгу *О трезвении и молитве*. (10, 112)

*Начальное правило:
весь урок зараз*

Стоя сознанием и вниманием в сердце, произноси непрестанно: *Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя*, — без всякого образа и лика, по вере, что Господь зрит тебя и внимает тебе. Чтобы утвердиться в этом, должно назначать известное время утром или вечером, четверть, полчаса и более, кто сколько может, на то, чтобы только творить эту молитву. Это после утренней и вечерней молитвы, стоя или сидя. Этим положатся начатки навыкновению. (1, 244—245)

*Другое правило:
понемногу, но чаще*

Для занятия молитвою Иисусовой *определите особое время* от утреннего и вечернего молитвословия. Раза два становитесь до обеда, раза два после обеда, всякий раз творя сто молитв Иисусовых с поклонами: поясными — при маленьких узелках и земными — при больших. Положив так, неотложно исполняйте каждый день, ничем не отговариваясь.

Став на молитву, тотчас вспоминайте, что Господь близ есть — и видит, и слышит, и желает дать вам, что для вас спасительно... Постоянство в исполнении — главное условие успеха. (10, 111)

*Еще правило: часто,
с удвоением и утроением*

Желательно вам сочетать ум свой с помышлением о Господе. Способ к сему наилучший — навык молитве Иисусовой, как впереди написано. Назначьте себе раза три-четыре в день становиться перед иконами для творений сей молитвы с благоговением и с предзрением Господа перед собою, и творите ее всякий раз по 100, 200, 300 раз, как вам под силу. Положивши срок на это, не отменяйте уже. Мысль весь день и будет видеть впереди — вот-вот надо становиться. И будет Господь близ. (9, 52)

Художество

Из Симеона Нового Богослова о художественном прохождении умной

молитвы... Телесные при этом положения и приемы не составляют главного дела — они не больше, как приспособления. Я их тут означу еще особо: сесть в уединенном месте, преклонить голову к персям, стеснить несколько дыхание и телесные очи обратить тоже внутрь, к месту сердца, и в этом положении, собравши ум в сердце, говорить: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя!». (16, 180—181)

Как творить Иисусову молитву кроме правила

Весь день в подвиге внимания

С утра поглубже утвердитесь в помышлении о Господе, станьте перед Ним утром во время молитвы, и потом весь день напрягайтесь не отступать от Него, взявши в пособие сладчайшее Его имя. Делаете ли что, говорите с кем, идете, сидите, кушаете — ум все с Господом да будет. Забудетесь, и опять воротитесь ко Господу, и себя побраните с сокрушением... и всё так... в этом подвиг внимания. (3, 37)

*Произносить непрестанно молитву
Иисусову не требуется*

Порождение молитвы во время рукоделия — милость Божия, — и молитесь тут же за работою. Жалеете, что молитва Иисусова не бывает непрерывною, что не произносите непрестанно, — это и не требуется... Требуется постоянное чувство к Богу, которое может иметь место и при разговоре, и при чтении, и при наблюдении и рассматривании чего-либо... Но как молитва Иисусова, когда вы молитесь ею, бывает в настоящем виде, то продолжайте так действовать, и молитва сия... расширит область свою. (9, 155)

*Пусть ум поработает
сидя в сердце*

Вы большею частью живете в голове, а в сердце сходите лишь тогда, когда головная работа возбудит какое-либо чувство. А надо, наоборот, в сердце быть неотходно, а голову совсем бросить, если встретится нужда, по потребности жизни духовной, поработать

умом, то пусть он тогда работает, сидя в сердце. (19, 527)

Когда в храме творить Иисусову молитву, а когда молиться общей молитвой

Спрашиваете: следует ли принуждать ум творить молитву Иисусову в храме, когда на душе мирно, безмятежно и когда ум при этой тишине внимает тому, что читается и поется? Следует стоять в присутствии Божиим и в чувстве к Богу, что бы вы ни делали... Так и в храме... Молитва сия оживляет и поддерживает внимание к Богу с соответственными чувствами. (8, 227)

Во время богослужения надо внимать службе., стоя вниманием там же, где и Иисусова молитва творится. А когда что невнятно читают и поют, тогда творить эту молитовку. (7, 194)

Как в церкви быть, внутренно ли молиться своею молитвою или слушать, что читается и поется? — Разогревайте свою внутреннюю молитву и при ней слушайте... Молитва внутри — печка, а слушание — дров в печку

подбрасывание... Но если слушание разбивает внутреннюю молитву, то лучше оставаться со своею молитвою, но на Литургии надо и мыслями, и чувствами идти вслед за службою. Вот еще что надо помнить: в церковь собираемся на общую молитву, чтоб и мысль, и чувство, и слово было у всех одно, иначе не получим, что обетовал Господь, когда два или три молятся. (19, 500)

**Что делать,
когда внимание отбегает**

*Ум ничем нельзя привязать,
как чувством*

Ум все перебегает с предмета на предмет. Чем его привязать? Ничем нельзя, как чувством. Когда на сердце есть какое чувство, то оно и ум привязывает к предмету чувства. Следовательно, кто хочет привязать ум к Богу, так чтобы он непрестанно зрел Бога, надобно оживить чувство к Богу. (7, 95—96)

А блуждание мыслей как? Когда будет чувство в сердце, они не будут

блуждать. Когда кран в самоваре от-
вернут, вода течет неудержимо, а как
завернешь, вода останавливается; так
и с мыслями: всё текут и текут, за-
вернешь кран — и перестанут. Это
завернутие крана есть возбуждение
святого чувства в сердце и держание
его. (19, 501)

*Память Божия и сокрушение
не дадут мыслям рассеиваться*

Рассеиваюсь... Кто виноват? — Не
рассеивайтесь. И, как только заметите,
что мысли пошли блуждать, тотчас
опять ворочайте их. Навыкайте быть
в памяти Божией и памяти смертной.
Будет сокрушение, и не даст мыслям
рассеиваться. (10, 175)

*Приложить самоукорение
и трезвение — и конец
убеганию внимания*

Но беда наша в том, что мысли раз-
бегаются, за ними уходит и внимание,
и ум начинает блуждать вне и не
знать, куда уходит. Молитва и пре-
секается, хоть и стоим на молитве.
Как же быть? Не вижу нигде указа-

ний, одно все говорят: когда опомнишься, воротись опять в сердце и начинай опять взывать из сердца, взывай о том, чтобы ум не убежал вовне. Опять убежит ум — опять вороти его и опять берись взывать, и всё так... Что же выйдет? Будет ли конец сему побеганию? Надо бы ему быть, но у нас с вами все не клеится. Мне думается, что если приложить к сему борению самоукорение на себя и прошение у Господа трезвения, то Господь, увидев наше терпеливое искание и искреннее желание трезвения, подаст нам по милости Своей. (19, 501)

Богомыслие необходимо

«Не могу, — говорите, — трезвиться и бодрствовать». Если это, как пишите, находит и отходит, то это ничего... А если тянется долго, надо подбодрить себя богомыслием или созерцанием таинства веры нашей, особенно: смерти, суда, ада и рая. Страх Божий надо разогревать, в нем великая возбуждательная сила. От ослабления его находит лень, нерадение и сонливость... (19, 500)

При молитве Иисусовой богомыслие все же необходимо: иначе это сухая пища. *Хорошо, у кого навязло на языке имя Иисусово.* Но можно при этом совсем не помнить о Господе, и даже держать мысли, противные Ему. Следовательно, все зависит от сознательного и свободного к Богу обращения и труда держать себя в этом с рассуждением. (6, 19)

*Непрерывно должно
каяться*

...Нет минуты, когда бы кто не имел чего на совести — вольного или невольного, а потому нет минуты, когда бы не возмущался его мир с Богом... Следовательно, непрерывно должно каяться. Ибо покаяние смывает всякую скверну с души и делает ее чистой. (5, 377—378)

*Иисусовою молитвою
тотчас изгладить греховный след*

Обычно помыслы кружатся в голове. Это пустые. Но вы смотрите за теми, которые как стрелюю пронизывают сердце и оставляют там след,

как царапину. Тотчас возьмитесь и изгладьте след сей молитвою, восставив на место его противоположное чувство. Когда хранится теплота, эти случаи редки и слабы. (9, 177)

*Частое памятование о Боге
без благоговеинства
лишает духовных плодов*

Относительно умной молитвы держите одну предосторожность, чтоб при непрестанном памятовании о Боге не забывать возгревать и благоговеинный страх, и позыв падать в прах пред лицом Бога, милостивейшего Отца, но и грозного Судии. Частое памятование о Боге без благоговеинства притупляет чувство страха Божия и чрез то лишает его того спасительного действия, которое ему принадлежит в кругу духовных движений и которого, кроме него, ничто произвести не может. (4, 412)

Основные опасности

Искушение от врага

Трудно вначале, и кажется какою-то нелепостью, вычурностью, и сколько

невыгодных мыслей о сем деле! Главное — *надо стать умом в сердце пред Господом* и стоять пред Ним неотходно и день и ночь до конца жизни. Употребите небольшой труд. Длительность изучения урока и долга и коротка, смотря по вере и усердию. Не ослабевайте. Будет и подозрение к советуемому, и неблаговоление к самому делу молитвы: хула на нее, изнеможение, желание бросить — именно потому, что мудрено. Опасно! Не слушайте, держите свое дело. Враг паче всего всевает хулы на сию молитву. Ибо тогда огонь палит его и отгоняет. Ему приступа нет к тому лицу, в сердце которого внедрена молитва Иисусова. Сладчайшее имя Господа, непрестанно звучащее и глаголющее в сердце, даже без вашего ведома будет бить его. (3, 49—50)

Голова болит

...**Вы** писали, что от внимания голова даже болит. Да, если головою только работать, а когда сойдете в сердце, никакого труда не будет,

голова опустеет и помыслам конец... Если же найдете сердце и сумеете стоять в нем, то всякий раз, как начнут смущать помыслы, стоит только низойти в сердце — и помыслы разбегутся. Это будет уютный уголок, безопасное пристанище. Не поленитесь низойти... В сердце жизнь, там и жить надобно. Не думайте, что это дело совершенных. Нет. Это дело всех, начинающих искать Господа. (5, 52)

Художество опасно

Творить молитву Иисусову, как все мы навываем делать, есть доброе дело. В монастырях возлагается это как долг. Стали бы разве возлагать, если б это было опасно?! Опасно то художество, какое придумали и приладили к сей молитве. Оно иного ввергает в прелесть мечтательную, — а иного, дивно сказать, в постоянное похотное состояние. Его потому надо и отсоветывать, и запрещать. А сладчайшее имя Господа в простоте сердца призывать всем надо внушать и всех к тому располагать. (12, 87)

*Легкая теплота
от естества*

...Из молитвы Иисусовой не знать что сделали. Думают, что как только стал кто творить сию молитву, то этим одним уже все сделал. Молитва сия стала у них, как заговор какой: твори ее, приложив к сему и телесные положения, о коих инде говорится, и все получишь. Вот и мурлычут, а сердце остается пусто, и мысли бродят, даже и срамные движения приходят, а им ничего, будто все такое в порядке вещей. У иных приходит при этом малая теплота, и они кричат: вот благодать, вот благодать! И не вспомнят, что говорят опытные: смотри, придет легкая теплота, не дивись, это от естества, а не от благодати. (10, 189)

*Начало
самопрельщения*

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 глас сей сразу. Иначе он, как труба, будет гудеть у тебя, питая самомнение. (22, 211—212)

Разлад от греховных привычек

Сумасшествие от молитвы Иисусовой может произойти тогда, когда, творя сию молитву, не отстают от каких-либо грехов и привычек грешных, кои осуждает совесть. При сем внутри происходит глубокий разлад, прогоняющий всякую мирность сердца... Отсюда помутиться может голова и понятия прийти в смятение и запутанность. (10, 192)

Ложный мистицизм

Истинно христианская жизнь есть жизнь сокровенная со Христом в Боге. Она таинственна и в зарождении, и в путях созревания, и в своем

совершенстве. Потому не всякий мистицизм есть ложный. Ложный мистицизм происходит от уклонения с правого пути восхождения к богообщению...

Уклонение в ложный мистицизм у отцов, подвижников трезвенных, называется уклонением в прелесть... Одни застревают на воображении..., другие останавливаются на умоголовном делании... Истинный шаг делают те, которые, минуя эти станции, проходят до сердца и укрываются в нем. Но и здесь еще возможно заблуждение, потому что часть умно-сердечной молитвы есть самодельная, трудовая; а где мы, там всегда есть возможность падения в прелесть точно так же, как и в грех. Безопасность начинается, когда утвердится в сердце чистая и непарительная молитва. (16, 231, 233—234)

Кто в сердце, тот безопасен. Еще безопаснее, кто болезненно припадает к Богу на всяк час в сокрушении, с молитвою об избавлении от прелестей. (1, 245)

Необходимость иметь руководителя

Чтобы избежать прелести

Итак, с самого начала движения отвне внутрь... возможно уклонение в ложный мистицизм. Как же избежать этого несчастья? У отцов для этого указывается один способ: не оставайся один, имей опытного советника и руководителя. Если нет его, сойдитеесь двое-трое и руководитесь взаимно при свете отеческих писаний. Другого пути к избежанию заблуждений мистицизма я не знаю, кроме разве особого благодатного руководства, которого сподоблялись немногие избранные Божии. Но это — особенности, а мы говорим о путях жизни, общих всем. (16, 234—235)

Где мирянину взять руководителя

Еще одно недоумение: в деле умной молитвы надо иметь руководителя; где взять его мирянину? Там же, в миру, — и между духовными отцами, и даже

между мирянами. То правда, что реже и реже становятся лица, к которым можно было бы обратиться за советами о духовной жизни. Но они всегда есть и будут. И желающий всегда находит их, по милости Божией. Жизнь духовная есть Божия жизнь; и Бог особое имеет попечение о взыскивающих ее. Возревнуешь только — и найдешь все благопотребное около себя. (4, 384—385)

Нужен опытный учитель

Когда внимание к Господу делается неотходным, то оно есть внимание благодатное; а наше собственное внимание всегда бывает принужденное. От такой умной молитвы бывает переход к сердечной внутренней молитве, если только есть опытный учитель, очень удобный и свободный. (10, 227)

Заключение

*Что нужно
помнить и делать*

Спрашиваете, что нужно... Припомяните и так делайте... Вниманием

надо сойти в сердце и стать там пред лицом Господа, Вездесущего — и в вас, и Всевидящего — и в вас...

Стоя пред лицом Господа, других мыслей не пускать... а только Господа зреть с должными к Нему чувствами: что видит, слышит, готов внять и исполнить. Не оставляйте слово (Иисусовой молитвы. — Сост.) без помышлений о Господе и о том, что Он есть для нас, но помышления имейте простые: что Он близ, хранит, держит, учит, руководит...

Когда начнете, тогда откроются определенные нужды по поводу сей молитвы... и спросите.

Зрите на конец дела... Мысль и чувство так сроднятся с Господом, что станут неразлучны, — будет чувство к Господу неотлучное — теплое и сладостное... Все же прочее станет вне, как чужое.

Когда будете смиренны, благодать Божия скоро приведет в силу сию молитву...

Забойтесь, чтобы все шло от сердца. О внешних положениях не думайте...

...Лишь родится такая мысль (что молитва установилась. – Сост.), наперед знайте, что она лжет, — и не останавливайтесь на ней.

Прочность начнется, когда огонек в сердце образуется. (11, 102—103)

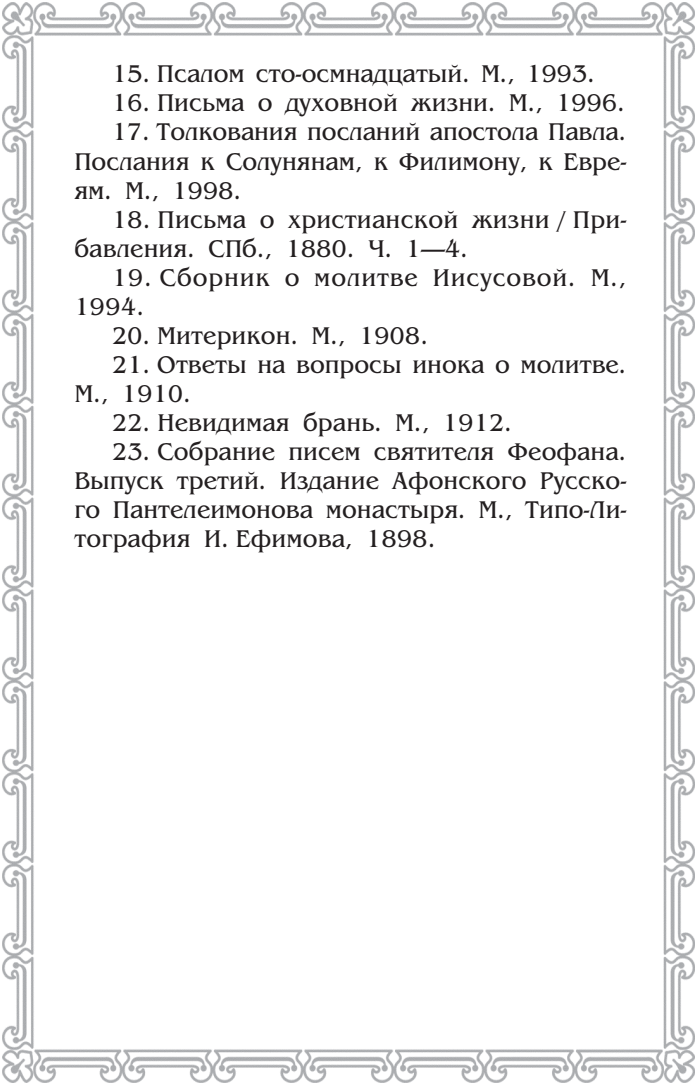
*Поимейте главным делом,
и тогда...*

Трудитесь так и молитесь Господа, чтоб дал вам наконец ощутить и познать, что такое есть болячка в сердце, по слову старца Парфения. Вдруг это не дается. Пройдет год усиленных трудов, а может быть, и больше, пока начнут показываться некие следы. Благослови вас, Господи, на труд и путь сей. — Но вы не считайте это каким-нибудь приделком, а поимейте главным делом... Вот когда, Бог даст, зародится болячка в сердце вашем, тогда само собою прибудет и то, чего вы желаете, или нечто, гораздо высшее того, — водворится особый некий такт, по которому все будет у вас идти ладно, складно и уместно, без думанья о том. Тогда внутри себя будете носить учителя, премудрее которого нет на земле. (4, 366)



Библиография

1. Путь ко спасению. Краткий очерк аскетике. М., 1899.
2. Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться? СПб., 1991.
3. Письма о христианской жизни. СПб., 1880. Ч. 1—4.
4. Письма к разным лицам о разных предметах веры и жизни. М., 1995.
5. Начертание христианского нравоучения. В 2-х тт. М., 1994.
6. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск I.
7. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск II.
8. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск III.
9. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск IV.
10. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск V.
11. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск VI.
12. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск VII.
13. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь, 1994. Выпуск VIII.
14. Толкования посланий апостола Павла. Послание к Ефесеям. М., 1998.

- 
- A decorative border with a repeating scrollwork pattern surrounds the text.
15. Псалом сто-оснадцатый. М., 1993.
 16. Письма о духовной жизни. М., 1996.
 17. Толкования посланий апостола Павла. Послания к Солунянам, к Филимону, к Евреям. М., 1998.
 18. Письма о христианской жизни / Прибавления. СПб., 1880. Ч. 1—4.
 19. Сборник о молитве Иисусовой. М., 1994.
 20. Митерикон. М., 1908.
 21. Ответы на вопросы инока о молитве. М., 1910.
 22. Невидимая брань. М., 1912.
 23. Собрание писем святителя Феофана. Выпуск третий. Издание Афонского Русского Пантелеимонова монастыря. М., Типо-Литография И. Ефимова, 1898.

СОДЕРЖАНИЕ

О НЕПРЕРСТАННОЙ МОЛИТВЕ

Навык к Иисусовой молитве — средство, а не существо дела	5
Иисусова молитва не есть непрерстанная молитва, но лишь подспорье к ней	5
Кто останавливается на одной Иисусовой молитве, тот останавливается на подороге	6
Дело не в словах, а в вере и чувстве	6
Бывает, и молитва Иисусова есть, и теплота есть, а молитвы настоящей нет	7
Не все, имеющие навык к Иисусовой молитве, вкушают плодов ее	7
Существо дела — установиться в памяти Божией	9
Навык к Иисусовой молитве должен быть с мыслию о Господе	9
Иные забывают о вопиянии из сердца и пусты бывают от благодати	10

Одно повторение слов Иисусовой
молитвы ничего не значит 10

Что есть непрестанная молитва 11

Молитва, которая сама молится 11

Она — от благодати
и чистой совести 11

Она — чувство к Богу неотходное,
не имеющее нужды в словах 13

Священное Писание заповедует
непрестанно молиться 14

**Главное событие непрестанной
молитвы — соединение**

ума с сердцем 16

Тайна духовной жизни —
сосредоточить ум в сердце 16

Существо христианской жизни —
стать умом в сердце пред Богом
и оттуда управлять всем в себе 17

Закон духовной жизни: держи сердце
в чувстве к Богу и всегда будешь
в памяти Божией 17

Постоянная память Божия в сердце
хранится, если есть соединение ума
с сердцем 18

Секрет духовной жизни:
нельзя стать в сердце
без болезненных исканий 19

Три силы души потребны
для непрестанной молитвы 20

Как согласовать непрестанную молитву и повседневные дела	22
К невозможному Бог не обязывает	22
Священное Писание не заповедует ничего невозможного	23
Работа не должна отвлекать от Бога	24
Труд телесный иногда отклоняет от Бога	25
Дела лучше не начинать, когда молитва идет	25
Надо и дело делать, и умом от Бога не отступать	26
Непрестанно молиться — долг всех	26
Как согласить дела и постоянное внимание Богу	27
Как могли Апостолы непрестанно молиться	27
Так повелевает делать Сам Господь	29

Степени восхождения к непрестанной молитве	30
Три степени молитвы	30
Умная молитва в силе, когда приходит влечение внутрь	32
Переход от умной к сердечной молитве — когда сердце исполняется любовью к Богу	33

Умная молитва переходит в умно-сердечную с зарождением теплоты и влечения внутрь	34
Умная молитва, согревая сердце, вводит его в умно-сердечную молитву	34
Самодвижная молитва сама собой стоит и действует	35
Чем более согревается сердце, тем самодвижнее умно-сердечная молитва	36
Два рода самодвижной молитвы — произвольный и несвободный	37
Отличие умно-сердечной молитвы от духовной в самодействии	37
Умно-сердечная молитва переходит в непрестанную, когда влечения внутрь делаются постоянными	38
Главное условие восхождения к непрестанной молитве — очищение сердца от страстей	39
Созерцательная молитва	39
Молитва находящая и молитва созерцательная	39
Созерцание выше деятельности	41
Отличительная черта созерцательной молитвы — выпадение из сознания всего окружающего	42
Совершенное безмыслие созерцания чуждо святым отцам	43

Молитва чистая дается одному
из тысячи, а созерцательная —
в родех и родех едва одному 44
Степени блаженной жизни в Боге
прежде оно́го века 45

**Молитвенное правило, ориентированное
на непрестанную молитву 46**

Правило непрестанно молиться 46

Прямой путь
к непрестанной молитве 48

Общее правило — с утра возгреть
теплоту и не делать ничего,
что ее расстраивает 49

Пример дневного правила
с непрестанной молитвой 51

До непрестанной молитвы доходят
не вдруг, а перемежающимися
молитвованиями 52

Потомить себя, чтобы получить
память о Боге 53

Два приема привлечь ум к сердцу 53

Пока идет вхождение ума в сердце,
ничего другого не делать 55

Страх Божий доведет до цели 56

Что значит «зажечь беду
вокруг себя» 57

Богомыслие пролагает путь
к непрестанной молитве 58

Богомыслие — ключ молитвы
непрестанной 59

Правило всякое хорошо, которое держит душу в благоговении перед Богом.....	60
Правило должно быть в вашей собственной воле	61
Все правила могут оставлять лишь те, у коих умная молитва стала непрестанною	62

Плоды непрестанной молитвы и их связь с естественными плодами..... 63

Естественные плоды Иисусовой молитвы.....	63
Слезы — мера преуспевания	65
Навык всегда держать внимание на Гос-поде не даст скорбеть	66
Внимание в сердце и теплота — естественные действия молитвы	67
«Болячка» в сердце — натуральное дело	67
Когда человек все делает с полным сознанием и вниманием	68
Первое дарование уму — собранность внимания в молитве	69
Далее — неотступность хождения пред Богом	69
Теплота настоящая и теплота натуральная	70
Огонек приходит всегда почти через Таинства	70
Сердечная молитва — дар благодати, подаваемый через Таинства	71

Сердечная молитва никогда не преждевременна.....	71
Облагодатствованный ум всегда бывает собран, быстропонятлив и сообразителен, озарен истиной	72
Внутренняя светлость, прогнание недоброго, дерзновение в молитве, духовный огонь в сердце	72
Память Божия, созерцание совершенств Божиих, ревность по Богу, страх Божий	75
Чистая любовь — венец совершенства в богоугождении.....	76

**Об уклонениях от правого пути
непрестанной молитвы**

Два неправых способа молитвы — мечтательный и умно-головной	78
Уклонение внимания от сердца есть уклонение от пути к Богу	79
Нестройно внутри, когда ум идет своим чередом, а сердце своим — надо их соединить.....	80
Без покаянных чувств — молитва не в молитву.....	81
Никогда не навьикнет молитвы увлекшийся духом произвольного самочиния	82
Художественное творение молитвы не всем пригоже	82

Художественный образ молитвы может пресечь духовную жизнь	83
Как остерегаться от художественного образа молитвы.....	84
Избежать уклонения в прелесть можно лишь с помощью опытного руководителя или взаимного руководства	85
Умная молитва сама имеет крайнюю нужду в руководстве	87
Умная молитва минует опасность заблуждений, когда в ее огне сгорит самолюбие	89
Когда умная молитва не представляет никакой опасности и сама себе служит охраной	89
Две неправости с теплотой: теплотолюбие и сласть похотная.....	90
Похотное раздражение тотчас пресекать	91
Духовное сластолюбие от усиления внимания к теплоте	91
Духовное сластолюбие — от ухода страха Божия и болезнования	93
Смирением прелести нечего бояться	94
Неболезненно шествующий не получит плода	94
Не будет памяти о Боге — не будет духовной жизни	95

Заключение

**Кто получил непрестанную молитву,
тот уже стоит в преддверии рая** 96

Тайна непрестанной молитвы
в любви ко Господу 96

Богомыслие и коротенькая молитва
питают сердечные чувства 97

Любовь не дает и на минуту забыть
любимого Господа 99

Стоять умом в сердце значит зажечь
в нем огонь, который Господь
пришел воцариться на землю 101

Начните умственный подвиг
и все увидите сами 102

Ложные состояния —
не укор истине, но призыв
к отрешению от всего 105

Монахам удобнее, но и мирянам
не невозможна жизнь в Боге 105

Плоды непрестанной молитвы
приготавливают душу к будущему
лицезрению Бога 106

О МОЛИТВЕ ИИСУСОВОЙ

Что есть молитва Иисусова 109

**Почему эта молитва необходима
каждому христианину** 110

**Место Иисусовой молитвы среди
других молитв** 113

Она легчайшее средство к непрерывной молитве	113
Главное условие для успеха Иисусовой молитвы	114
Когда Иисусова молитва сильнее других молитв	115

Чего искать	
молитвою Иисусовой	116
Путь ко спасению	116
Господь близ и даже в сердце	116
Теплота в сердце	117
Принять искру и раздуть пламень ...	118
Восторгов не домогаться	119
Теплота духовная	119
Духовное горение	120

Как и когда Иисусова молитва	
привьется к сердцу	120
Незаметность успеха	120
Иным скоро, а иным не скоро	121
Срок — по мере сил и усердия	121
Урывочками проку не будет	122
Совершенство в молитве бывает вместе со всеми добродетелями	122
Подается через таинства	123

Какое выбрать правило	123
Общие наставления	123

Начальное правило: весь урок зараз	126
Другое правило: понемногу, но чаще	126
Еще правило: часто, с удвоением и устройением	127
Художество	127

Как творить Иисусову молитву 128

Весь день в подвиге внимания	128
Произносить непрестанно молитву Иисусову не требуется	129
Пусть ум поработает сидя в сердце	129
Когда в храме творить Иисусову молитву, а когда молиться общей молитвой	130

Что делать,

когда внимание отбегает 131

Ум ничем нельзя привязать, как чувством	131
Память Божия и сокрушение не дадут мыслям рассеиваться	132
Приложить самоукорение и трезвение — и конец убеганию внимания	132
Богомыслие необходимо	133
Непрерывно должно каяться	134
Иисусовую молитвою тотчас изгладить греховный след	134

Частое памятование о Боге
без благоговейства лишает
духовных плодов 135

Основные опасности 135

Искушение от врага 135

Голова болит 136

Художество опасно 137

Легкая теплота от естества 138

Начало самопрельщения 138

Разлад от греховных привычек 139

Ложный мистицизм 139

Необходимость

иметь руководителя 141

Чтобы избежать прелести 141

Где мирянину взять руководителя ... 141

Нужен опытный учитель 142

Заключение

Что нужно помнить и делать 142

Поимейте главным делом,
и тогда... 143

Библиография 145

**О МОЛИТВЕ:
Поучения свт. Феофана Затворника**

Составитель
игумен Феофан (Крюков)

ИЗДАНИЕ ДАНИЛОВА СТАВРОПИГИАЛЬНОГО
МУЖСКОГО МОНАСТЫРЯ



Директор Издательства — С. Дубинкин
Главный редактор Издательства — В. Малягин
Главный художник Издательства — А. Григорьев
Компьютерный дизайн — Д. Клыгин
Редакторы — Е. Барламова, Т. Петрова
Редактор-корректор — Е. Лазарева
Компьютерная верстка — О. Кулагина

Лицензия ЛР № 030571 от 20 октября 1998 г.

Подписано к печати 12.03.2008. Формат 70×100^{1/32}.

Печ. л. 5,0. Тираж 15 000 экз. Заказ №

Издательство «ДАНИЛОВСКИЙ БЛАГОВЕСТНИК»
115191, Москва, Даниловский вал, 20

Отпечатано в типографии Патриаршего
издательско-полиграфического центра
г. Сергиев Посад

A decorative rectangular border with a repeating scrollwork pattern surrounds the central text.

ĐẢÊËÀÌÀ