

Протоиерей
Владимир Башкиров

О МОЛИТВЕ

Как молиться
современному человеку



Минск
Белорусская Православная Церковь

УДК 271.2-42
ББК 86.372
Б33

*Допущено к изданию Издательским советом
Белорусского Экзархата
Русской Православной Церкви
(решение № 240 от 25.01.2011 г.)*

Башкиров, В. Г. (прот.)

Б33 О молитве : как молиться современному человеку /
протоиерей Владимир Башкиров. — Минск :
Белорусская Православная Церковь, 2011. — 23 с.
ISBN 978-985-511-369-1.

**УДК 271.2-42
ББК 86.372**

ISBN 978-985-511-369-1

© Башкиров В., протоиерей, 2011
© Оформление. Белорусская Православная
Церковь (Белорусский Экзархат
Московского Патриархата), 2011

Говорить о молитве трудно, очень непростая это тема. Иногда не знаешь, с чего начать, и это несмотря на обилие литературы. Невольно чувствуешь, как прав был безвестный старец, который однажды в шутку сказал: «Никто не может говорить о молитве, если он не молится. Если же он молится, у него нет ни малейшего желания об этом говорить» (Отцы-пустынники смеются. М., 1996. С. 61).

Но говорить тем не менее надо, хотя бы уже потому, что тема молитвы чрезвычайно актуальна. Люди ищут альтернативу молитвословам с их огромными сводами малопонятных текстов, на прочтение которых у современного человека просто нет времени, и потому часто приходится слышать такие вопросы:

1) Что же, все-таки, такое молитва, и нет ли каких-либо аналогий, чтобы проще было уразуметь ее действие?

2) Какова ее цель, и нельзя ли ее достичь более кратким и простым способом, чем предлагает молитвослов?

3) Как вести себя, если молитва осталась неслышанной?

Мне хотелось бы ответить на эти вопросы подборкой высказываний нескольких подвижников разных эпох о доступной молитве. Эти мнения до сих пор не потеряли своего значения, более того, остаются весьма востребованными.

В Священном Писании о молитве или молении упоминается более 240 раз. Обращение к Богу в любой жизненной ситуации было обычным, и потому напоминания апостола Павла: «Непрестанно молитесь» (1 Сол. 5, 17), «Молитесь во всякое время духом» (Еф. 6, 18), «Будьте постоянны в молитве, бодрствуя в ней с благодарением» (Кол. 4, 2) проникнуты глубоким библейским духом.

Я посмотрел в этимологическом словаре, откуда произошли слова «молить», «молиться». Оказывается, праславянский глагол *modliti* (из *modliti*) близок к греческому прилагательному *malthakos* (мягкий, нежный) и древнесаксонскому *mildi* (мягкий, добрый, милостивый) и имел основное значение: делать кого-либо мягким, добрым (см.: Преображенский А. Этимологический словарь русского языка. М., 1914. Т. 1. С. 548).

Невольно удивляешься мудрости наших предков. Они удивительно точно уловили основной смысл молитвы: она изменяет человека настолько, что он становится способным общаться с Богом.

Обычно ей дают такое определение, как, например, святитель Феофан Затворник († 1894): «Молитва есть возношение ума и сердца к Богу» (Феофан Затворник, свт. Начертание христианского нравоучения. М., 1895. С. 406).

Он резюмирует здесь классические определения молитвы, в частности святителя Иоанна Златоуста († 407): «Молитва – основание всякого блага и способствует к достижению спасения и вечной жизни... Всякий, молясь, беседует с Богом; а как много значит, будучи человеком, говорить с Богом, знает каждый... Что могло бы быть святее беседующих с Богом? Что праведнее?



Что благороднее? Что мудрее?» (Иоанн Златоуст, свт. О молитве // Творения. СПб., 1898. Т. 2. Кн. 2. Слово второе. С. 837).

Похожее определение находим у преподобного Иоанна Лествичника († 649): «Молитва по качеству своему есть пребывание и соединение человека с Богом; по действию же своему она есть утверждение мира, примирение с Богом, мать и вместе дочь слез, умилоствление о грехах, мост для переходения искушений, стена, защищающая от скорбей, сокрушение браней, дело Ангелов, пища всех бесплотных, будущее веселие, бесконечное делание, невидимое преуспеяние, пища души, просвещение ума, секира отчаянию, указание надежды, уничтожение печали, укрощение гнева, зеркало духовного возрастания, обнаружение духовного устройства, знамение славы. Молитва истинно молящемуся есть суд и престол Судии прежде Страшного Суда» (Иоанн Лествичник, прп. Лествица. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1901. С. 232–233).

Известное полемическое Послание восточных патриархов (1723 г.) дает такое развернутое понятие о молитве:

«Молитва есть собеседование с Богом, прошение приличных благ у Бога, от Которого надеемся получить их; она есть восхождение к Богу, благочестивое, устремленное к Богу, расположение, мысленное искание горнего, врачевство души... служение, приятное Богу, признак покаяния и твердого упования. Она бывает или в одном уме, или в уме и на устах. Во время молитвы мы созерцаем благость и милость Божию, чувствуем свое недостойнство, исполняемся чувством благодарения, даем обет впредь покоряться Богу.



Молитва укрепляет веру и надежду, учит терпению, соблюдению заповедей и особенно испрашиванию благ небесных; она произращает многие плоды, исчисление которых было бы излишне; совершается во всякое время, или в прямом положении тела, или с коленапреклонением.

Столь велика польза от молитвы, что она составляет пищу и жизнь души. Все сказанное основывается на Священном Писании, и тот, кто требует доказательств этому, подобен безумному и слепому, во время ясного полудня сомневающемуся в солнечном свете» (Послание патриархов Восточно-Кафолической Церкви о православной вере. Некоторые вопросы и ответы на оные // Догматические послания православных патриархов XVII–XIX веков о Православной вере. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1995. С. 191).

Преподобный Максим Исповедник († 662) подчеркивает в молитве элемент прошения: «Молитва есть испрашивание тех благ, которые Богу присуще даровать людям для их спасения» (Максим Исповедник, прп. Творения. М.: Мартис, 1993. Кн. 2. С. 137).

Преподобный Иоанн Дамаскин († 749) говорит о том же: «Молитва есть восхождение ума к Богу или прошение у Бога того, что прилично» (Иоанн Дамаскин, прп. О молитве Господней // Полн. собр. творений. СПб., 1913. Т. 1. Точное изложение Православной веры. Кн. 3. Гл. 24. С. 290).

Для разъяснения действия молитвы Святые Отцы обычно искали аналогии в окружающем мире и в самом человеке. Этот метод вообще характерен для святоотеческого предания и широко использовался не только в аскетике, но и в триадологии, христологии и антропологии. Достаточно упомянуть святителя Григория Нисского (ок. † 395), который пользовался им настолько широко, что без аналогий из природы не начинал ни одного из своих размышлений



о Божественных вещах. «...В художественном устройстве мира, – отмечает известный русский богослов В. Несмелов, – св. Григорий видел не вспомогательное только средство для укрепления внутреннего религиозного чувства, а совершенно самостоятельное доказательство, которое будто бы необходимо должно было привести атеиста к признанию истины бытия Божия» (Несмелов В. Догматическая система святого Григория Нисского. СПб., 2000. С. 120).

Подобным же образом обстояло дело и с молитвой. Ограничимся лишь несколькими яркими аналогиями. Так, святитель Филарет Московский († 1867) сравнивал молитву с магнитом, который привлекает благодатную и чудодейственную силу (см: Великие мысли, кратко реченные. СПб., 2001. С. 502).

А святитель Феофан обращается к аналогии вдыхаемого кислорода:

«Кто-то, – говорит он, – называет молитву дыханием духа. Она и есть дыхание духа... Как в дыхании расширяются легкие и тем привлекают животворные стихии воздуха, так и в молитве раскрываются глубины нашего сердца, и дух возносится к Богу, чтобы приобщением к Нему воспринять соответствующий дар. И как там кислород, принятый в дыхании через кровь, расходится затем по всему телу и оживляет его, так и здесь принятое от Бога входит внутрь нас и оживотворяет там всё» (Феофан Затворник, свт. Начертание христианского нравоучения. М., 1998. С. 406).

Вообще, святитель Феофан предлагает целую палитру аналогий молитвы с природными явлениями (см. подробнее: Феофан (Крюков), игумен. Святитель Феофан Затворник. Страсти и борьба с ними. М.: Даниловский благовестник, 2003. С. 291—309).



Образ воздуха использует и святой праведный Иоанн Кронштадтский († 1908): «Молитва, как внешний воздух — тело, освежает душу и оживляет ее. В ней бодрее и веселее чувствуешь себя, подобно тому, как прогулявшись на свежем воздухе, чувствуешь себя и физически и духовно, бодрее и свежее» (Сергиев Иоанн, прот. Моя жизнь во Христе: Извлечения из дневника протоиерея. М., 1894. Т. 2. С. 348).

Вот еще одно характерное сравнение: «Молитва есть дыхание души, как воздух дыхание естественного тела. Дышим Духом Святым. Ни одного слова молитвы не можешь сказать от всего сердца без Духа Святого. Молясь, устами к устам с Господом беседуешь, и если имеешь открытые верою и любовью сердечные уста, в то же время как бы вдыхаешь из Него просимые духовные блага» (Там же. С. 196).

Красивую аналогию зажигательного стекла предлагает святой праведный Иоанн Кронштадтский: «Зажигательное стекло, когда зажигает дерево или бумагу, когда мы наведем его на предмет так, что лучи солнечные, сосредоточенные в фокусе стекла, все сосредотачиваются в одной точке зажигаемого предмета, всю свою совокупность действуют на него, и таким образом, как бы всё солнце в уменьшенном виде помещается в предмете. Так и в молитве, тогда наша душа согревается, оживляется и воспламеняется умным Солнцем — Богом, когда умом своим, как зажигательным стеклом, мы наведем на сердце, как на духовную точку в нашем существе, это мысленное Солнце, и когда Оно будет действовать на сердце всей Своей простотой и Своей силой» (Там же. Т. 1. С. 115).

Еще одну аналогию, теперь уже из техники, приводит святитель Феофан Затворник, когда разъясня-



ет, как святые слышат наши молитвы: «Вы знаете, как действует электрический телеграф? В Петербурге, например, заводят известный аппарат; в то же мгновение то действие петербургское отражается в Москве в подобном же аппарате и в том же значении, в каком там происходит движение. Почему так бывает? Потому что и аппараты те однородны, и соединяющая их проволока к ним же подлажена. Что действие такого телеграфа – то наша молитва. Мы и святые – как бы два аппарата – однородные, среда, в которой святые и которой окружены наши души, – это проволока. Когда истинная молитва – сердечная – подвигнется в душе, тогда она, по той стихии, воздействуя на нее, как лучом света, пролетает до святых и сказывает им, чего мы хотим и о чем мы молимся. Между нашей молитвой и услышанием нет промежутка, – только надо, чтобы молитва шла из сердца. Оно у нас и есть телеграфный для неба снаряд. Те же молитвы, которые не из сердца, а из головы только и с языка идут, не дают луча, восходящего на небо, и не бывают услышаны там. Да это и не молитва, а только приемы молитвенные» (Феофан Затворник, свт. Что есть духовная жизнь и как на неё настроиться? // Письма. М., 1914. С. 55).

Эти сравнения – не случайны. Они наводят на мысль о том, что молитва – это не занятие в определенное время суток, а состояние духа, причем всегдашнее. Но тогда получается, что стоять пред иконой и класть поклоны – совсем не молитва, а только прием или средство; читать молитвы на память или по книжке – тоже не молитва, а способ ее возбуждения. Признаком же настоящего молитвенного делания служат возвы-



шенные чувства к Богу: богомыслие, благодарность, преданность, славословие, ощущение своего недостойнства (см. подробнее: Дьяченко Г., свящ. Общедоступные беседы о богослужении Православной Церкви. М.: Изд. Т-ва И. Д. Сытина, 1898. С. 197–200). И молюсь я только тогда, когда имею эти чувства. Ими-то и надо наполнять свой ум, иначе он, как быстродвижный, сам найдет себе занятие, начнет плодить помыслы и будет заниматься, по словам блаженного Феофилакта Болгарского († ок. 1126), любопытством, пересудами, празднословием и пустословием (см. подробнее: Феофилакт Болгарский, блж. Толкование на второе послание к Солунянам святого апостола Павла. М.: Скит, 1993. С. 477–478).

Святитель Иоанн Златоуст в комментарии на слова апостола Павла *«Всякою молитвою и прошением молитесь во всякое время духом»* (Еф. 6, 18) подчеркивает именно такой смысл молитвы:

«Не ограничивайся одним известным временем дня. Слышишь, что говорит? Во всякое время приступай к молитве. Беспреданно, говорит, молитесь. Не слышал ли ты о вдовице, как она победила (судию), благодаря своей настойчивости? Не слышал ли, как один друг в самую полночь крепко молил и умолил (своего друга)? Не слышал ли и о хананеянке, как она своей неотступной просьбой возбудила к себе участие Владыки? Эти люди достигли цели настойчивостью... Нужно молиться непрестанно с бодростью духа» (Иоанн Златоуст, свт. Творения. СПб., 1905. Т. 11. Кн. 1. С. 213).

Отсюда и цель молитвы – **постоянно держать в себе память о Боге.**



Древние подвижники указывали на именно такой характер молитвы. Например, преподобный Исаак Сирин († ок. 700), строгий аскет и подвижник, на первый взгляд неожиданно широко толкует понятие молитвы, которая, по его мнению, включает в себя все действия человека, совершаемые с мыслью о Боге. Однако для него самого здесь нет ничего необычного и странного:

«Надо нам знать, что всякая беседа (с Богом), совершаемая втайне (внутренне), всякое попечение доброго ума о Боге, всякое размышление о духовном устанавливается молитвой и нарицается именем молитвы, и сюда входят различные чтения, славословие Богу, заботливая печаль о Господе, телесные поклоны или псалмопение в стихословии, или всё прочее, что составляет всё учение чистой молитвы, от которой рождается любовь Божия; потому что любовь от молитвы...» (Исаак Сирин, прп. Слово 39 // Слова подвижнические. Сергиев Посад, 1911. С. 166).

Так же думает и преподобный Силуан Афонский († 1938), когда рассуждает о трех видах молитвы: «Молитва есть творчество, творчество по преимуществу, и в силу этого – она бесконечно разнообразна, но всё же есть некоторая возможность различения ее на виды в зависимости от установки или направленности духовных сил человека... Святые Отцы устанавливают три образа молитвы: первый, в силу неспособности ума восходить к чистому богомыслию, характеризуется воображением; второй – размышлением, а третий – погружением в созерцание» (Софроний, иером. Преподобный Силуан Афонский. Патриарший Ставропигиальный Монастырь св. Иоанна Предтечи. Ессекс, 1990. С. 55).



Святитель Василий Великий († 379) подчеркивает деятельный характер такой молитвы. Для него, как потом и для преподобного Симеона Нового Богослова († 1022), слово, не подтвержденное делом, является текучим и пустым (см.: Симеон Новый Богослов, прп. Слово 63 // Слова преподобного Симеона Нового Богослова. М., 1890. Вып. 2. С. 108), потому что молитву нельзя сводить только к словам. Ее сила и энергия – в душевном настроении и в добрых делах, которые, по меткому определению святого апостола Павла, следует совершать всю сознательную жизнь: *«Едите ли, пьете ли, или иное что делаете, всё делайте во славу Божию»* (1 Кор. 10, 31) (см. подробнее: Дьяченко Г., прот. Уроки и примеры христианской надежды. М., 1998. С. 149–150). К этой мысли святитель Василий возвращается часто. Приведем еще одно его характерное размышление:

«...Для молитв и псалмопения, как и для многого другого, пригодно всякое время. Посему, двигая руку на дело... если возможно, языком, а если невозможно, то сердцем воспевай Бога... псалмами, славословиями и песнопениями духовными (Еф. 5, 19), и между делом совершай молитву... благодаря Того, Кто дал силу рук на дела и мудрость ума на приобретение знания...» (Василий Великий, свт. Вопрос 37 // Правила, пространно изложенные в вопросах и ответах // Творения. СПб.: Изд. П. П. Сойкина. 1911. Т. 2. С. 374–375).

Так же думает и святитель Феофан Затворник: *«Что значит непрестанно молиться? Быть непрестанно в молитвенном настроении. Молитвенное настроение есть мысль о Боге и чувство к Нему. Мысль о Боге – мысль о Его Вездесущии, о том, что Он везде есть, всё видит*

и всё содержит. Чувство к Богу – страх Божий, любовь к Богу, ревностное желание во всем угождать Ему одному и избегать всего, Ему неугодного, и, главное, предание себя в Его святую волю беспрекословно, и принятие всего случаемого, как от руки Его непосредственно» (Феофан Затворник, свт. Письмо № 947 // Собрание писем. М., 1899. Вып. 6. С. 20–21; Собрание писем. М., 2000. Т. 2. Вып. V, VI, VII, VIII).

Святитель предлагает простые способы подготовки к молитве и приемы ее совершения, которые хорошо известны и по другим источникам. Нужно отвлечься от земных дел и предметов, постоять немного, походить, отрезвить мысль, подумать о том, кто такой я, и кто Тот, к Которому я намереваюсь обратиться с молитвой. Чрезвычайно важно настроить себя так, чтобы произносить слова молитвословий с благоговением и страхом Божиим в сердце (см. подробнее: Феофан Затворник, свт. Письмо № 227 // Собрание писем. Издание Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря, 1994. Вып. 1–2. С. 34–40). Начав же молиться, пробуй сопровождать молитву покаянным чувством, без которого молитва, как мертвый выкидыш. А еще приучай себя мысленно становиться на Суд Божий (см. подробнее: там же. Письмо № 256. С. 87–95). Здесь же, рассуждая о покаянии, святитель Феофан приводит такой потрясающий образ: «Приучитесь голосить над собой, как над мертвым – и с причетами... Как не плакать, не могли утвердительно сказать, что Он не скажет: “Отойди”» (С. 94)). Если же молитва стала рассеянной и поспешной, то надо напрячься и проследить, чтобы ни одно слово не произносилось без чувства и осознания смысла (см. подробнее: он же. Письмо № 763 // Собра-

ние писем. М.: Правило веры, 2000. Т. 2. Вып. 5. С. 16. В этом же письме святитель Феофан использует в борьбе с поспешностью аналогию военных действий и образ военачальника: «Наложите на себя труд сей с решимостью главнокомандующего, чтобы отнюдь никакого не породилось возражения против сего... Враг внушает, то надо и другое надо, а вы ответьте: “Без тебя знаю, поди прочь”»).

Старайся вниманием быть в сердце и больше нигде (святой праведный Иоанн Кронштадтский дает простой и мудрый совет о том, как приучить себя внимательно произносить или читать молитвы: «Когда мы в первый раз и нечасто читаем какие-либо молитвы, тогда по новости их, мы охотно, с великим чувством, читаем их, но потом чем чаще их повторяем, тем менее чувствуем к ним охоты; они перестают занимать нас и мы с трудом преодолеваем себя, чтобы читать их с прежним чувством. Против этого, относительно молитвы, надо вот что. Нужно представлять, что мы в первый раз читаем прекрасные молитвы, к которым мы так привыкли и которые так сильно занимали нас в первое время, как мы стали их читать; вдумываться сердцем в каждое слово и дорожить каждым словом» (Сергиев Иоанн, прот. Указ. соч. Т. 2. С. 412–413)), потому что от ослабления внимания ум удаляется из сердца, где он должен быть во время молитвы, и теряет память Божию, а без внимания нет молитвы (см. подробнее: Феофан Затворник, свт. Письмо № 898 // Собрание писем. М.: Правило веры, 2000. Т. 2. Вып. 5. С. 167–169). Бывает и так, что молитва не идет на ум, тогда ненадолго ее можно отложить. Но если не пойдет и дальше, то силой заставь себя исполнить свои молитвы (см. подробнее: он же. Письмо № 113 // Собрание

писем. Издание Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря, 1994. Вып. 1–2. С. 110–114), как голодный, желая тех благ, особенно духовных, т. е. прощения грехов, очищения, освящения, утверждения в добродетели, о которых говорится в молитвенных прошениях (Сергиев Иоанн, прот. Указ соч. Т. 1. С. 383).

Но реально ли это? А если да, то как? Опытные молитвенники рекомендуют очень простой метод – краткие и частые молитвы. Вспомним известное правило преподобного Серафима Саровского: «Он особенно советовал всегда хранить на устах и в сердце молитву Господню “Отче наш”, молитву Архангела “Богородице Дево, радуйся”, Символ веры и молитву Иисусову – “Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного”, которые считал особенно действенными и спасительными» (Жития святых. М., 1904. Кн. 5: Январь. С. 87).

Интересно отметить, что краткое правило, правда, в несколько другой связи, предлагал уже преподобный Симеон Новый Богослов:

«Когда придет вечер, после повечерия пойдя в какое-либо особое место и исполни такое молитвенное правило: Трисвятое; 50-й псалом; Господи помилуй – 50 раз; Господи, прости мне грешному – 50 раз; 6-й псалом; Господи, елика согрешил я словом, делом и помышлением, прости мне; приложи и 25 поясных поклонов» (Симеон Новый Богослов, прп. Слово 32 // Слова преподобного Симеона Нового Богослова. М., 1892. Вып. 1. С. 277).

Такие молитвы лучше и дольше поддерживают молитвенное настроение, их даже сравнивают с искрами, которые воспаляют сердце. Святитель Филарет Московский сравнивает действие молитвы с искрами, как

отблесками Божественного света, которые оживляют даже самые закоренелые сердца: «...Бог и в... омраченных сердцах оставляет некоторые искры Своего света, который просвещает всякого человека, грядущего в мир, и которого тьма не объемлет (Ин. 1, 9, 5), который и во плоти возбуждает некое чувство потребности духовной, дает некое предчувствие о возможности ее удовлетворения...» (Филарет, митрополит Московский и Коломенский, свт. Слово 12. На Преображение Господне // Слова и речи. М., 1873. Т. 1. С. 101).

«Для того надо часто, но кратко молиться, – говорит преподобный. Иоанн Кассиан Римлянин († 435), – чтобы враг-наветник не смог всевать что-нибудь в наше сердце. Это – истинная жертва, потому что жертва Богу – дух сокрушенный (Пс. 50, 19). Это спасительное приношение, это – чистое возлияние, это жертва правды, это – жертва хвалы (Пс. 49, 14), это – мысленное всеожжение (Пс. 65, 15), которое приносится сокрушенным и смиренным сердцем» (Иоанн Кассиан Римлянин, прп. Собеседование 9-е. О пользе краткой и безмолвной молитвы // Писания. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1993. Гл. 36. С. 348–349).

Подобную же мысль высказывает и святой праведный Иоанн Кронштадтский, для которого молитва – это вместе прошение, благодарение и славословие:

«У искренних христиан молитва всегдашняя, потому что всегда грешим; благодарение всегдашнее, потому что ежедневно, ежеминутно получаем новые милости Божии, а и старых без числа много; славословие всегдашнее, потому что видим славу дел Божиих в нас и в мире, особенно славу Его бесконечной любви к нам» (Сергиев Иоанн, прот. Указ. соч. Т. 2. С. 365).



У святителя Феофана Затворника я прочитал очень дельные советы о том, как это надо делать: «Средство к тому – краткая молитовка, непрестанно в мысли повторяющаяся: “Господи, помилуй”... Сидя, ходя, делая что или говоря, при всяком случае и во всякий момент, держите в мысли, что Господь близко, и взывайте к Нему из сердца: “Господи, помилуй”» (Феофан Затворник, свт. Что есть духовная жизнь. С. 166).

Многие привыкли повторять эти слова «Господи, помилуй», даже не считая их молитвой. На самом деле – у нее глубокий смысл, и обычно ее толкуют так:

«Это первая молитва каждого из нас, ибо она легче всего печатлется в слабой памяти младенцев. Она есть и последняя молитва, которую на смертном одре произносит умирающий, отходя в другую жизнь. В каком бы горестном состоянии человек ни был: грех ли тяготит душу, скорбь ли раздирает сердце, болезнь ли изнуряет тело, – во всех этих случаях он взывает к Творцу: Господи, помилуй. Что это значит? Это самый естественный вопль нашей души, уязвленной грехом, самое верное выражение нашей духовной немощи... Но и в радостных случаях не надо забывать произносить эту молитву. Мы, ведь, легко можем терять и во зло употреблять дары Божии, если Господь не помилует нас... Пока мы можем произносить: Господи, помилуй, – у нас всё еще есть надежда спасения» (Дьяченко Г., прот. Общедоступные беседы о богослужении Православной Церкви. С. 308–309).

Святитель Феофан предлагает составить свои собственные краткие молитвы, в которых совмещалось бы всё. Например, Слава Тебе, Боже, в Троице покланяемый, Отец, Сын и Святой Дух! Слава Тебе, создавшему всё!

Слава Тебе, почтившему нас Своим образом! Слава Тебе, Господи Иисусе Христе! Ты воплотился, пострадал, умер за нас и воскрес! (см.: Феофан Затворник, свт. Что есть духовная жизнь. С. 182).

Полезно взывать к Богу многократно в течение дня, в каждом конкретном случае составляя соответствующее прошение. Например, в начале дела: «Господи, благослови», в конце дела: «Слава Тебе, Господи», страсть обуяла: «Спаси, Господи, погибаю», в смущении: «Изведи из темницы душу мою», грех влечет: «Наставь меня, Господи, на путь», находит отчаяние: «Боже, милостив будь мне грешному» и так далее (см. подробнее: Феофан Затворник, свт. Письмо № 227 // Собрание писем. Издание Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря, 1994. Вып. 1–2. С. 39–40 (вып. 2)).

О молитве своими словами учит и святой праведный Иоанн Кронштадтский: «Хорошо иногда на молитве сказать несколько своих слов, дышащих горячею верою и любовью ко Господу. Да, не всё чужими словами беседовать с Богом, не всё быть детьми в вере и надежде, а надо показать и свой ум... притом же к чужим словам как-то привыкаем и хладеем. И как приятен бывает Господу этот наш собственный лепет, исходящий от верующего, любящего и благодарного сердца: пересказать нельзя... Не допусти, чтобы молитва твоя испарилась и от неё остались только сухие слова, но да дышит она теплотою духа, как влажный и теплый хлеб, вынутый из печи» (Сергиев Иоанн, прот. Указ. соч. Т. 1. С. 155; Т. 2. С. 152).

Чтобы удержать мысль о Боге, надо соединять с ней все известные каждому из нас понятия о Нем, Его свойствах и действиях, и углубляться умом то в одно, то

в другое. Полезно размышлять о величии Бога и Его все-совершенстве, творении мира, делах Божия промысла, о воплощении Сына Божия, нашем спасении, впечатляющих и поразительных событиях из нашей жизни и т. д. (см. подробнее: Никодим Святогорец, прп. Невидимая брань. М., 1912. С. 202–203).

Всё это возбуждает энергию духа. Замечательный образец истолкования окружающих нас предметов и явлений ради постоянного хранения памяти о Боге и о божественных вещах предлагает святитель Тихон Задонский (†1783), собравший целую книгу таких аналогий (Тихон Задонский, свт. Сокровище духовное, от мира собираемое. Киев, 1901).

Хорошо было бы научиться все вещи, которые попадают на глаза, перетолковать в духовном смысле так, чтобы глаз видел предмет, а ум созерцал духовную истину. Например, видишь пятна на белом белье, подумай, как неприятно видеть Господу пятна греховные на твоей душе. Слышишь беготню и гам детей, представь себе, какой гам и шум поднимается в душе, когда отходят от неё внимание к Богу, и так далее (см. подробнее: Феофан Затворник, свт. Что есть духовная жизнь. С. 185).

Кроме того, святитель Феофан советует: «А начать надо с дома и переосмыслите в нем всё – дом, стены, кровлю, фундамент, печи, столы, стулья. Затем – родителей, детей, братьев, сестер, родных, приезжих, а потом и весь порядок жизни: вставание, здорованье, обед, работы, отлучки, возвращения, чаепитие, угощение, пение, день, ночь, сон и всё другое... Как всё это сделаете, то всякая вещь будет для вас как книга святая или что статья в книге... И тогда всякая вещь и всякое занятие и дело бу-

дут приводить вас к мысли о Боге» (Там же. С. 186–189, ср.: Никодим Святогорец, прп. Указ. соч. С. 93–101).

Смотрите, как всё естественно и просто. На молитву как размышление о Божественных вещах не надо даже тратить дополнительного времени, ею можно всегда заниматься свой ум.

Но мы привыкли, если и обращаться к Богу, то только тогда, когда нам что-нибудь нужно, и часто с нами бывает так, как в одном смешном разговоре молодой девушки со священником:

– Батюшка, наконец, я стала молиться так, как вы учили, совсем бескорыстно!

– А можешь сказать как? – спросил священник.

– А вот как: “Господи, я ничего не прошу для себя. Но дай моей маме года через два хорошего зятя”» (см.: *Żarty niepoświęcone / Pozbierał i opowiedział ks. Jan Kracik. Kraków, 1993. S. 64*).

Ну, а что делать, если молитвы в том виде, в каком мы просим, не исполняются. Причина одна. Мы просим Бога без усердия, как бы мимоходом, и потому наши прошения часто похожи на прошения змеи и камня (Мф. 7, 9–10). Нам кажется, что мы испрашиваем реальные вещи, а на самом деле требуем, именно требуем, от Бога исполнения наших иллюзий и забываем, что молитва исполняется ровно в той мере, в какой к прошению был приложен молитвенный труд (см. подробнее: *Душеполезные поучения святителя Феофана Затворника. Изд. Введенской Оптиной пустыни, 2003. С. 360–363*).

Похожую мысль высказывает и преподобный Иоанн Лествичник: «Не будем скорбеть, если, прося чего у Го-

спода, некоторое время не бываем услышаны. Все, которые просят чего-либо у Бога и не получают, без сомнения не приемлют по одной из следующих причин: или потому, что просят прежде времени, или потому, что, получив, они стали бы превозноситься, или потому, что вознерадели бы после исполнения их прошения» (цит. по: Дьяченко Г., прот. Уроки и примеры христианской надежды. С. 200). И продолжает: «Долго пребывая в молитве и не видя плода, не говори: я ничего не приобрел. Ибо самое пребывание в молитве есть уже приобретение; и какое благо выше сего, прилепляться ко Господу и пребывать непрестанно в соединении с Ним» (Иоанн Лествичник, прп. Указ. соч. С. 237).

Святитель Феофан Затворник придерживается такого же мнения: «Молитва никогда не пропадет даром, исполняет ли Господь прошение или нет. По неведению мы часто просим бесполезного и вредного. Не исполняя этого, Бог за труд молитвенный подаст другое, что незаметно для нас самих. – Потому речь: “Вот и Богу молитесь, – а что получили?” – бестолковая. Молящийся просит блага себе и сам назначает его. Видя, что просимое не поведет к благу, Бог не исполняет прошения и этим творит благо, ибо, если бы исполнил, плохо было бы просителю» (Феофан Затворник, свт. Письмо № 1406 // Собрание писем. Вып. 8. С. 146).

А преподобный Зенон, Синайский подвижник (IV в.), указывал путь, когда молитва обязательно исполнится: «Кто хочет, чтобы Бог скоро услышал его молитву, тот, когда станет перед Богом и прострет свои руки к Нему, прежде всего, даже прежде молитвы о душе своей, должен от всего сердца молиться о врагах своих. За это до-

брое дело Бог услышит его, о чем бы он ни молился» (Дьяченко Г., прот. Уроки и примеры христианской надежды. С. 196).

Первая реакция на такой призыв: «Да как же это так?» В самом деле, невозможно любить действия человека, который наносит нам обиды, нарушает и попирает законы, человеческие и Божественные. И все-таки надо найти в себе силы, чтобы, не одобряя его действий, желать добра ему самому, не платить ему злом за зло, помогать ему в жизненных трудностях и молитвенно желать ему вечных благ (Рим. 12, 17–20) (см. подробнее: Михаил, архим. Евангелие от Матфея. С предисловиями и подробными объяснительными примечаниями. М., 1871. С. 111–112). Ведь мог же преподобный Силуан Афонский (†1938) вообще не делить людей на врагов и друзей, а только на познавших Бога и не познавших Его.

Приведем еще два его кратких мнения об отношении к врагам: «Кто без жалости, ради пользы своей и интереса, вредит другим, замышляет или совершает убийства, тот или уподобился зверю и в глубине своей самого себя сознает существом скотоподобным, т. е. не верит в вечную жизнь, или встал на путь демонической духовности... Ненавидящие и отвергающие брата – урезаны в своем бытии, и Бога истинного, Который есть всеобъемлющая любовь, они не познали и пути к Нему не обрели» (Софроний, иером. Указ. соч. С. 44, 50).

В том же духе размышляет о врагах святой праведный Иоанн Кронштадтский: «Ты ненавидишь врага? Ты глуп. Почему? Потому что, когда враг тебя гонит, ты еще сам себя внутренне гонишь, ибо скажи, не гонение

ли, не самое ли жестокое гонение – мучить себя ненавистью к врагу? Люби врага – и ты будешь премудр. О если бы ты знал, какое торжество, какое блаженство – любить врага и делать ему добро... Итак, не раздражайся насмешками и не питай ненависти к ненавидящим и злословящим, а **полюби их как твоих врачей**, которых послал тебе Бог для того, чтобы вразумить тебя и научить смирению, и помолись о них Богу» (Сергиев Иоанн, прот. Указ соч. Т. 1. С. 83, 96).

Конечно, приведенные мнения о молитве – только крупница из сокровищницы аскетического наследия. И тем не менее хочется надеяться, что мысли подвижников и аскетов, собранные в этом издании, могут оказаться полезными для тех, кто хочет войти в благословенный мир молитвы (термин «мир молитвы» связан с именем святого праведного Иоанна Кронштадтского, так названа книга, посвященная его молитвенному подвигу, см.: Святой праведный о. Иоанн Кронштадтский. В мире молитвы. Нью-Йорк, 1987).

Духовно-просветительное издание

**Протоиерей Владимир Башкиров
(Башкиров Владимир Григорьевич)**

О МОЛИТВЕ КАК МОЛИТЬСЯ СОВРЕМЕННОМУ ЧЕЛОВЕКУ

Ответственный за выпуск *В. В. Грозов*
Редакторы *И. А. Старостина, Н. Г. Куцаева*
Технический редактор *М. В. Мартинович*
Дизайн обложки *Ф. С. Кряжев*

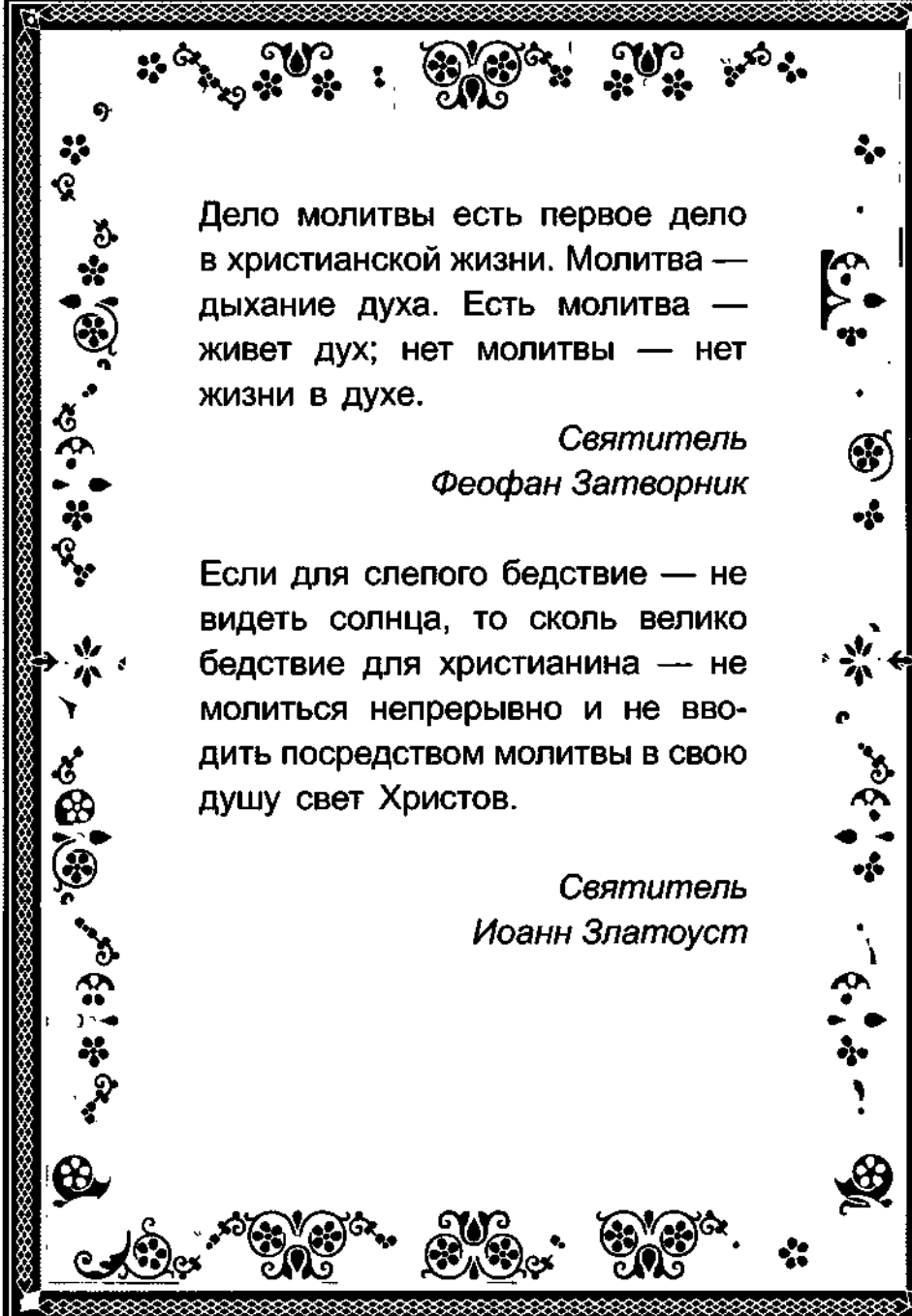
Подписано в печать 23.05.2011. Формат 60×84 ¹/₁₆.
Бумага офсетная. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 1,4. Уч.-изд. л. 1,0. Доп. тираж 1000 экз. Заказ 914

Белорусская Православная Церковь
(Белорусский Экзархат Московского Патриархата).
ЛИ № 02330/0494462 от 08.04.2009.
Ул. Освобождения, 10, 220004, г. Минск.

По вопросам приобретения книги обращаться
по тел.: (+375 17) 254 79 56, 254 79 57; тел./факс 254 79 58.
E-mail: ibe@inbox.ru
Web: www.drukar.hram.by

Издано при участии ООО «Спутник Христианина».
Ул. Большая Серпуховская, д. 44, оф. 19, 115093, г. Москва.

Отпечатано с готового оригинала-макета
в Обществе с ограниченной ответственностью
«Типография Макарова и К».
ЛП № 02330/0150429 от 19.11.2008.
Ул. Ф. Скорины, 40, к. 211, 220141, г. Минск.



Дело молитвы есть первое дело
в христианской жизни. Молитва —
дыхание духа. Есть молитва —
живет дух; нет молитвы — нет
жизни в духе.

*Святитель
Феофан Затворник*

Если для слепого бедствие — не
видеть солнца, то сколь велико
бедствие для христианина — не
молиться непрерывно и не вво-
дить посредством молитвы в свою
душу свет Христов.

*Святитель
Иоанн Златоуст*