



«Праведникъ во вѣки живеть» ...

«О радости наша, Серафиме преподобне! великія твоя пустынные подвиги и труды, и сладость ученія твоего почитаемъ, нмѣже многія приходящія къ тебѣ просвѣтилъ еси и научилъ еси воспѣвати Единую Троицу».

(Изъ канона Всѣмъ Святымъ, въ землѣ Россійстѣи просіявшимъ).



По благословению
Святейшего Патриарха Московского и всея Руси
Алексия II

Репринтное издание



Издательство «Даниловский Благовестник»

© Московский Свято-Данилов монастырь

ИСКАТЕЛЬ
НЕПРЕСТАННОЙ МОЛИТВЫ
ИЛИ
СБОРНИКЪ ИЗРЪЧЕНІЙ И ПРИМѢРОВЪ
ИЗЪ КНИГЪ СВЯЩ. ПИСАНІЯ
И
СОЧИНЕНІЙ БОГОМУДРЫХЪ ПОДВИЖНИКОВЪ БЛАГОЧЕСТІЯ
О
НЕПРЕСТАННОЙ МОЛИТВѢ.

Собралъ Игуменъ Тихонъ.

МОСКВА.
Типо-Литографія П. Ефимова, Большая Якимовка, собств. домъ.
1901.



ИСКАТЕЛЬ НЕПРЕСТАННОЙ МОЛИТВЫ.

Бисеры и маргариты изъ Слова Божія.

1. Всякъ, иже призоветъ *Имя Господне*, спасется (Іоиль 2, 32; Римл. 10, 13).

2. Аще исповѣси усты твоими *Господа Іисуса*, спасешися (Римл. 10, 9).

3. Нѣсть иного *Имене* подъ небесемъ, даннаго въ человѣцѣхъ, о *Немъ же* подобаетъ спастися намъ. (*Имя Господа Іисуса*)—(Дѣян. ап. 4, 10).

4. Никтоже глаголетъ *Господа Іисуса*, точію Духомъ Святымъ (1 Коринѣ. 12, 3).

5. Безъ *Мене*, глаголетъ Господь, не можете творити ничесоже (Іоан. 15, 5).

6. Душа молящаяся... ходитъ въ слѣдъ красоты Христовы, послѣдуя Ему съ дѣвами честными чистою мысли и поя:—„Приведутся Царю дѣвы въ слѣдъ Его“ (Пеал. 44, 15); Христа воображая и предзря, говорить: „Предзрѣхъ *Господа* предо мною выну, яко одесную мене есть“ (Пе. 15, 8); прилѣпляясь любовію ко Христу, взываетъ: „*Господи, предъ Тобою все желаніе мое*“ (Пеал. 37, 10). На Христа (умно) взирая вопіетъ: „*Очи мои выну* (всегда) *ко Господу*“ (Пе. 24, 15). Ко Христу, бесѣдуя чистою молитвою, усаждаясь Имъ, весело взываетъ: „*Да усладится Ему бесѣда моя*,

азъ же возвеселюся о Господь“ (Псал. 103, 34). (См. Доброт. часть 2-я, Θεολинта Филад. сл. о сокров. дѣланіи, гл. 1-я стр. 50 на обор.).

7. Еже аще что просите отъ Отца во *Имя Мое*, то сотворю: да прославится Отецъ въ Сынѣ.

8. Аще чесо просите во *Имя Мое*, Азъ сотворю (Іоан. 14, 13, 14).

9. Аминь, аминь, глаголю вамъ, яко елика аще чесо просите отъ Отца во *Имя Мое*, дастъ вамъ. Доселѣ не просите ничесоже во *Имя Мое*: просите и примете, да радость ваша исполнена будетъ (Іоан. 16, 23, 24).

10. О *Имени Иисусовѣ* всяко колѣно поклонится небесныхъ и земныхъ... (Филип. 2, 10).

11. *Непрестанная молитва*. Богъ не имать-ли сотворити отмщеніе избранныхъ Своихъ, *вопіющихъ къ Нему день и нощъ* (въ молитвахъ), и долготерпя о нихъ? Глаголю вамъ, яко сотворитъ отмщеніе ихъ вскорѣ (Лук. 18, 7—8).

12. *Непрестанно молитесь* (1 Солун. 5, 17). Хочу, да *молитвы творятъ мужіе на всякомъ мѣстѣ*, воздѣюще преподобныя руки безъ гнѣва (въ мирѣ) и размышленія (безъ развлеченія посторонними помыслами и мечтаніями) (1 Тим. 2, 8).

13. Всякою молитвою и моленіемъ *молящеся* (будемъ) на всяко время духомъ, и въ сіе истое бдяще во всякомъ терпѣніи (Филип. 6, 18).

Бисеры Божіи — драгіе, изъ св. Добротолюбія: образы молитвенниковъ.

1. Былъ въ Константинополѣ юноша (Георгій) лѣтъ двадцати, благообразный тѣломъ, но еще болѣе — душою и сердцемъ. Познакомился онъ съ нѣкоторымъ

мужемъ святымъ, инокомъ одной изъ Константинопольскихъ обителей, и, открывъ ему всѣ тайны сердца своего, сказалъ, что усердно хочетъ спастись, и великое имѣетъ желаніе оставить міръ и сдѣлаться инокомъ. Честный старецъ одобрилъ это намѣреніе, преподаль ему нужныя наставленія и далъ прочитатъ книгу св. Марка подвижника. Юноша принялъ эту книгу, какъ изъ рукъ Божіихъ, въ полной увѣренности, что получить отъ нея великую себѣ пользу и, пришедши домой, тотъ-часъ принялся читатъ ее съ благоговѣйнымъ вниманіемъ; прочиталъ всю трижды и четырежды, и послѣ все еще не выпускалъ ее изъ рукъ. Онъ напился изъ ней духовною пищею, и все еще хотѣлъ питаться. Однакоже изъ всего, содержащагося въ той книгѣ, онъ избралъ себѣ въ руководство три только главы, которыя и положилъ исполнять со всѣмъ вниманіемъ, неопустительно. *Первая*: „Если желаешь исцѣленія душѣ твоей, всякимъ храненіемъ храни совѣсть свою чистою, чтобъ она ни въ чемъ не обличала тебя, и какія бы дѣла (добрыя) ни внушала она тебѣ дѣлатъ, дѣлай ихъ не тяготясь, и получишь пользу“. *Вторая*: „Ищущій и чающій получить дѣйствіе Св. Духа, прежде исполненія заповѣдей Божіихъ, подобенъ купленному рабу, который проситъ у господина своего себѣ свободы въ тотъ самый часъ, какъ тотъ еще только расплачивается за него“. *Третья*: „Кто молится только устами, и не стяжалъ еще разума духовнаго, и не *умѣетъ молиться умно*, тотъ подобенъ слѣпцу, который вопіялъ: „*Сыне Давидовъ, помилуй мя!*“ Кто же стяжалъ разумъ духовный и молится умно, тотъ подобенъ тому же слѣпцу, но уже исцѣленному отъ слѣпоты, когда онъ, получивъ просвѣщеніе очей своихъ, увидѣлъ Господа, и уже не именовалъ Его Сыномъ

Давидовымъ, а исповѣдалъ Сыномъ Божиимъ и поклонился Ему, какъ подобало“.

Эти три главы по душѣ были юношѣ тому, и онъ принялъ извѣщеніе въ сердцѣ своемъ, что незамѣтно получить великую пользу, если будетъ внимать своей совѣсти, что насладится дарами Духа Святаго и получить силу отъ Него, если будетъ хранить заповѣди. и что по дару Духа Святаго сподобится того, что отверзутся очи его и онъ узритъ *Господа*. Упованіе увидѣть неизреченную красоту Господню, уязвило сердце его любовію къ ней и онъ возымѣлъ великое желаніе узрѣть ее. И однакожъ онъ ничего особеннаго не дѣлалъ, а только всякій вечеръ, отходя ко сну, не прежде возлегалъ на одръ, какъ совершивъ молитву и поклоны, какъ заповѣдалъ ему старецъ тотъ. Такъ прошло нѣсколько времени.

„Въ одинъ вечеръ, когда исполнялъ онъ старцево молитвенное правило, совѣсть сказала ему: сотвори и еще другую такую же молитву и другіе поклоны, говоря, *Господи, Іисусе Христе, помилуй мя!*—множественно сколько сможешь. Онъ охотно внялъ совѣсти и усердно исполнилъ, что она внушала ему, вѣруя, что Самъ Богъ говорилъ ему чрезъ совѣсть. Съ того времени онъ уже никогда не возлегалъ на одръ свой прежде, чѣмъ не исполнить всего, о чемъ говорила ему совѣсть, что онъ можетъ то исполнить. Это одно и могъ онъ дѣлать, ибо на немъ лежало управленіе дома одного вельможи, и днемъ онъ не имѣлъ свободнаго для молитвы времени; только вечеромъ всегда уже молился онъ столько, сколько заставляла его совѣсть“.

„Мало по малу начало согрѣваться сердце юноши и очи источать слезы умиленія; творилъ онъ частыя колѣнопреклоненія, возсылалъ молитвы и къ Богомате-

ри съ воздыханіями и болѣзнію сердечною. Помышляя, что предстоитъ предъ Господомъ, онъ мысленно припадалъ къ пречистымъ ногамъ Его и со слезами умиленія умолялъ Его, умилосердиться надъ нимъ, какъ надъ слѣпымъ, и даровать свѣтъ умнымъ очамъ его. День ото дня росла и свѣтлѣла молитва его и, углубляясь, длилась иногда до полуночи. Неподвижно стоялъ онъ тогда, какъ столпъ какой, и очей своихъ не обращалъ туда и сюда, чтобъ видѣть что нибудь, а стоялъ съ великимъ страхомъ и трепетомъ, не дремля, не тяготясь, не унывая“.

„Въ одинъ вечеръ, когда молился онъ по обычаю и въ умѣ своемъ говорилъ мысленно: „Боже, милостивъ буди мнѣ грѣшному“, внезапно осѣнилъ его умный свѣтъ Божественный. Будучи плѣненъ такимъ видѣніемъ, юноша забылъ себя и не понималъ: на землѣ-ли онъ, или на воздухѣ, весь міръ исчезъ предъ нимъ, и самъ онъ весь измѣнился, бывъ проникнутъ тѣмъ Божественнымъ дѣйствіемъ, и исполненъ слезъ и радости неизреченной, которая не отходила отъ него и тогда, когда онъ пришелъ въ себя. Всю эту ночь не спалъ онъ; сонъ и на умъ не приходилъ ему отъ сладости духовной, наполнявшей сердце его. Послѣ этого сладость умиленія не отходила уже отъ сердца его, и отгоняла отъ него всякій мірской и плотскій помыслъ: онъ сталъ ко всѣмъ вещамъ безчувственъ до того, что сонъ и пища не приходили ему на умъ, и онъ проводилъ въ постѣ и бдѣніяхъ многіе дни“.

„Дивно и достохвально, что двадцатилѣтній юноша, озабоченный дѣлами житейскими и мірскими, и кромѣ ихъ ни о чемъ высшемъ не помышлявшій, а только малое нѣчто слышавшій отъ старца, и тѣ три слова усвоившій изъ душеспасительной книги, малымъ тѣмъ

подвигомъ, который несъ съ искреннею вѣрою и упованіемъ, въ короткое время достигъ такого совершенства духовнаго, что плѣненъ былъ въ видѣніе умное, сподобился Божественнаго просвѣщенія, и вкусилъ сладости духовной, облегчившей ему весь послѣдующій путь жизни. Такъ-то ни юность не вредитъ, когда она исполнена страха и вожделѣнія Божественнаго, и жизнь среди міра въ самомъ шумномъ городѣ не помѣшаетъ намъ творить заповѣди Божіи и преуспѣть въ жизни духовной, если только имѣемъ усердіе“. (Добротол. ч. 1, стр. 76).

Выразить нельзя сколько назиданія источаетъ опытъ сей!..

2. А вотъ и другой, бывшій съ инокомъ, но удобоподражаемый для всѣхъ:

„Препод. Григорій Синаитъ спросилъ Авву Максима Капсокаливота (это на Аѳонѣ): держитъ-ли онъ *умную молитву*? Тотъ отвѣчалъ: не скрою отъ тебя, честный отче, милости, явленной мнѣ Богоматеріею. Отъ юности имѣлъ я великую вѣру къ *Госпожѣ* моей *Вогородицѣ* и молился Ей со слезами, да дастъ мнѣ благодать умной сей молитвы. Однажды пришедши въ храмъ, по обычаю, съ большимъ усердіемъ и съ обильнѣйшими слезами, помолился я Ей объ этомъ, и когда потомъ приступилъ со страхомъ приложиться къ иконѣ, изображавшей ликъ Ея, вдругъ ощутилъ теплоту, впадшую въ перси мои и въ сердце, которая не палила, но услаждала и орошала, и къ умиленію подвигала душу мою. Съ этой минуты умъ мой началъ непрестанно поучаться въ молитвѣ, и сердце услаждаться памятію *Господа* моего *Исуса* и *Богоматери*, и никогда уже эта молитва не оскудѣвала въ сердцѣ моемъ. Я желалъ тогда безмолвія и уходилъ въ пустынные мѣста,

чтобъ сподобляться явленнѣйшаго и богатѣйшаго плода молитвы—восхищенія ума къ Господу. Блаженный Григорій спросилъ: „а что съ душею, когда приходитъ это восхищеніе?“ Старецъ отвѣчалъ: „когда благодать Св. Духа придетъ въ молитвѣ и плѣнитъ умъ, тогда перестаетъ молитва (дѣлательная, нашими усиліями творимая), потому что умъ бываетъ тогда обладаемъ пришествіемъ Св. Духа, и не можетъ простирать силъ своихъ, но бываетъ празденъ, и покоряется только Духу Святому, Который, какъ изволитъ, изводитъ его: или въ невещественный воздухъ Божественный (въ созерцаніе Божества), или въ другое изступительное зрѣніе (плѣненіе въ созерцаніе Божественныхъ свойствъ и дѣйствій промысленія и искупленія), или въ Божественную бесѣду. Утѣшитель Духъ Святой, каждому по достоинству, подаетъ утѣшеніе, какъ и въ какой мѣрѣ хочетъ; Онъ не показываетъ ему что либо обычное, но тайно научаетъ тому, чего онъ прежде не видывалъ и не воображалъ никогда“. (Доброт. Часть 1-я, стр. 130).

Этотъ опытъ указываетъ, кажется, на самый надежный способъ стяжанія теплой молитвы, — самую молитву. Онъ говоритъ: „*Молись о молитвѣ, и дающій молитву молящемуся, дастъ и тебѣ молитву просящую*“. Мысль о семъ св. Макарія Великаго: „*Пудь себя на молитву, и Господь, видя усердіе, съ какимъ домогаешься ты молитвы, дастъ тебѣ молитву*“. (Епипск. Θεοφανъ).

3. Примѣръ молитвенника, который представляетъ свят. Исаакъ Сиринъ, въ 10 словѣ своемъ: „Въ одинъ день, шншеъ онъ, пришелъ я въ келлію къ одному брату и, по болѣзни своей, прилежъ у него, чтобъ онъ походилъ за мною ради Бога, такъ какъ знакомыхъ

у меня тамъ никого не было. И увидѣлъ я, какъ этотъ братъ совершаетъ свою молитву. Довольно времени онъ стихословилъ (читалъ Псалтирь на распѣвъ), и вдругъ оставлялъ правило, падалъ на лице свое, и до ста, или болѣе разъ, съ горячностью, какую возжигала въ сердцѣ его благодать, ударялъ головою въ землю. Послѣ сего онъ вставалъ, лобызалъ крестъ Владычній и снова повергался на лице свое. И такой обычай соблюдалъ онъ всю жизнь, такъ что невозможно исчислить множества его колѣнопреклоненій. Разъ двадцать со страхомъ и горячностью, съ любовію, растворенною благоговѣніемъ, лобызалъ онъ крестъ и опять начиналъ стихословіе; а иной разъ, отъ великаго возгорѣнія помысловъ распалывшихъ его горячностью своею, когда не въ силахъ былъ вынести разжженіе того пламени, препобѣждаемый радостію, вскрикивалъ, будучи не въ силахъ удержаться. По утру же, послѣ перваго часа, когда садился онъ за чтеніе, то дѣлался подобенъ чело-
вѣку плѣнному и, въ продолженіи каждой читаемой имъ главы, не разъ падалъ на лице свое, и на многихъ стихахъ воздѣвалъ руки свои къ небу и славословилъ Бога“. (Смотр. Твор. св. Исаака Сирина сл. 10).

Образы молитвы умной.

1. Нужда настоятъ *уму*, въ часъ молитвы, бѣжать *внутрь до сердца*, и стоять тамъ глухимъ и *нѣжнымъ* для всѣхъ помысловъ.

2. Затвори умъ твой во внутренней клѣти сердечной, и тогда насладишься покоемъ отъ злыхъ помысловъ, и вкусишь радости духовной, приносимой *умною (Иисусовою) молитвою* и вниманіемъ сердечнымъ. (Схи-
монахъ Василій спостникъ Пансіа Величковаго-
архимандрита Немецкаго).

3. Умъ во время молитвы да пребываетъ неисходно внутри сердца, и оттуда, то есть, изъ глубины сердца, да возсылаетъ молитвы къ Богу. (Симеонъ Новый Богословъ). Въ этомъ существе дѣла умной сердечной молитвы...

4. Св. отцы наши, слыша Слово Господа, что *отъ сердца исходятъ помысленія злыя*: убійства, прелюбодѣянія, любодѣянія, татьбы, лжесвидѣтельства, хулы и сквернѣя чело-
вѣка, слыша также заповѣдь Его — очищать *внутреннее скляницы*, да *будетъ и внѣшнее чисто*, — оставили всякое иное дѣло, и всю ревность свою, весь подвигъ свой обратили на храненіе сердца, навѣрно зная, что этимъ дѣланіемъ удобно стяжать и всякую другую добродѣтель, а безъ него не успѣютъ ни въ одной. Это дѣланіе нѣкоторые изъ отцевъ называли *безмолвіемъ* сердечнымъ, иные — *вниманіемъ*, иные — *трезвеніемъ*, иные — *храненіемъ* ума. Они всѣ упражнялись въ немъ и оставили на счетъ его подробныя наставленія. Кто хочетъ знать о томъ, пусть читаетъ: св. Марка подвижника, Іоанна Лѣствичника, препод. Исихія, Филоея Синайскаго, аввы Исаи, Варсонофія и другихъ учителей трезвенія въ Добротолубіи...

5. Препод. Симеонъ Новый Богословъ: „Затворивъ двери келліи, сядь въ безмолвномъ мѣстѣ, въ углу, при-
лѣпи къ персямъ браду твою, стѣсни нѣсколько и дыха-
ніе твое; затѣмъ отвлеки умъ отъ всякой суетной и при-
временной вещи, низведи его въ сердце, туда-же обра-
щая и чувствѣнныя очи, и внимая ему держи тамъ умъ свой, гдѣ сердце твое, тамъ совершенно да будетъ и умъ твой. Сначала тамъ встрѣтишь ты тьму и жестокость; но потомъ, если будешь продолжать дѣло такого вни-
манія день и ночь, обрѣтешь непрестанное веселіе. Умъ, подвизаясь въ этомъ, найдетъ мѣсто сердечное

и тогда скоро увидить тамъ то, чего никогда не видалъ и не вѣдалъ, увидить себя свѣтлымъ, исполненнымъ благоразумія и разсужденія, и оттолѣ впредь откуда бы ни возникъ и не явился какой помысль, прежде чѣмъ войдетъ онъ въ сердце и изобразится въ немъ, будетъ онъ отгонять его оттуда и потреблять *Именемъ Иисусовымъ*, говоря: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя!* Прочее же, что обычно бываетъ при этомъ, узнаешь послѣ, съ помощію Божіею, самъ своимъ опытомъ посредствомъ вниманія ума твоего, держа въ сердцѣ *Иисуса*, то-есть, означенную молитву: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*

6. Дѣйствіе *умной* (сердечной *Иисусовой*) *молитвы* въ сердцахъ бываетъ двоякимъ образомъ: „иногда умъ предваряетъ прилѣпляясь къ Господу въ сердцѣ непрестанно памятію; иногда дѣйствіе молитвы, само подвигшись предварительно огнемъ веселія, привлекаетъ умъ въ сердце и привязываетъ его къ призванію *Господа Иисуса* и благоговѣйному Ему предстоанію“. (Препод. Григорій Синаитъ). (Первая молитва есть *трудовая*, вторая — *самодвижная*. Еп. Теофанъ).

7. Дѣятельная умно-сердечная молитва совершается такъ: „сядь на низменномъ сѣдалищѣ (въ одну пядь), низведи умъ свой изъ головы въ сердце и придержи его въ немъ; потомъ болѣзненно преклонившись и боля персями, раменами и выею (отъ напряженія мышцъ), зывай умно-сердечно: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Удерживай при этомъ и дыханіе, не дерзостно дыша, потому что это можетъ разсѣвать мысли. Если увидишь, что возникаютъ помыслы, не внимай имъ, хотя бы они были простые добрые, а не только суетные и нечистые. Держа ды-

ханіе, сколько тебѣ возможно, заключая умъ въ сердцѣ и призывая *Господа Иисуса* часто и терпѣливо, ты скоро сокрушишь и истребишь ихъ, поражая невидимо *Божественнымъ Именемъ*. Св. Іоаннъ Лѣстничникъ говоритъ: *Иисусовымъ Именемъ* бей ратниковъ (демоновъ); крѣпче этого оружія нѣтъ другого ни на небѣ, ни на землѣ“. (Препод. Григорій Синаитъ).

8. Надобно знать, что вѣрный признакъ доброты подвига и вмѣстѣ условія преуспѣянія чрезъ него есть *приболѣзненность*. Не болѣзненно (безтрудно) шествующій не получитъ плода. Болѣзнь сердечная и тѣлесный трудъ приводятъ въ явленіе даръ Духа Святаго. Въ небреженіи и расслабленіи дѣлающіе (*Иисусову молитву*), трудятся будто и много, но никакого не пожинаютъ плода, по причинѣ безболѣзненности (Мѣ. 11, 12). Если, по пророку, не сокрушатся чресла наши, изнемоги отъ постныхъ трудовъ, и если мы не водрузимъ въ сердцѣ болѣзненныхъ чувствъ сокрушенія и не возболѣзнуетъ, какъ рождающая, то не возможемъ родить духъ спасенія на землѣ сердца нашего.

9. Самыя слова молитвы иногда всѣ говорили: „*Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя!* Иногда половину: *Иисусе, Сыне Божій, помилуй мя!* Последнее удобнѣе начинающему, по причинѣ младенчества ума его. Говори ихъ—или въ умѣ только, или и звукомъ голоса“. (Преподобный Григорій Синаитъ).

10. „Когда нападаютъ помыслы и отвлекаютъ отъ молитвы, самъ своимъ оружіемъ не борись съ ними; но призывай *Господа Иисуса* часто и терпѣливо, и отбѣгутъ“. (Онъ же).

11. Братъ спросилъ авву Агаѳона: „что вѣрнѣе, тѣлесный трудъ, или храненіе сердца?“ На это старецъ

отвѣчалъ: „человѣкъ подобенъ дереву; трудъ тѣлесный—листья, а храненіе сердца—плодъ“.

12. Св. Іоаннъ Лѣствичникъ говоритъ: „Заклучай дверь келліи—отъ тѣла, дверь языка—отъ вѣщаній, и внутреннюю дверь (сердца)—отъ лукавыхъ духовъ“.

13. Св. Исаакъ Сиринъ: „Потщись войти во внутреннюю сокровищницу твою, и узришь сокровище небесное. Лѣствица въ царство оное сокрыта внутри тебя, то-есть, въ сердцѣ твоёмъ.“

14. Препод. Никифоръ монахъ: „Если нѣтъ у тебя наставника (въ умномъ дѣланіи), то, призвавъ Бога на помощь въ сокрушеніи сердца и слезахъ, дѣлай что я тебѣ скажу: извѣстно что дыханіе, которымъ дышемъ, чрезъ легкія проводить воздухъ до сердца. И такъ, сядь и, собравъ умъ свой, вводи его симъ путемъ дыханія внутрь, понудь его вмѣстѣ съ симъ вдыхаемымъ воздухомъ снизойти въ самое сердце, и держи его тамъ не давая ему свободы выйти, какъ бы ему хотѣлось. Держа же его тамъ, не оставляй его празднымъ, но дай ему эти священные глаголы: *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* И пусть онъ повторяетъ ихъ день и ночь непрестанно. Попекись навикнуть этому внутри пребыванію и блюди, чтобъ умъ твой не скоро выходилъ оттуда: ибо вначалѣ онъ очень будетъ унывать отъ заключенія внутри и тѣсноты. За то, когда навикнетъ, не станетъ уже носиться по внѣшнимъ вещамъ; ему тамъ будетъ весело и радостно пребывать. Если ты успѣешь войти въ сердце тѣмъ путемъ, который я тебѣ показалъ, воздай благодареніе Богу, прославь Его, и держись этого дѣланія навсегда: оно научить тебя тому, о чемъ ты и не думалъ. Если-же и много потрудившись, ты не можешь войти въ страны сердца тѣмъ способомъ,

который я тебѣ показалъ, то дѣлай, что я тебѣ еще скажу и, съ Божіею помощію, найдешь искомое. Извѣстно, что словесность всякаго человѣка (внутреннее слово, слово какимъ бѣсѣдуемъ съ собою), есть въ персяхъ его: ибо тамъ, внутри персей, когда молчать уста, говоримъ мы съ собою и совѣщаемся, тамъ молитвы творимъ (когда читаемъ ихъ на память) и псалмопѣнія, тамъ ведемъ и всякую другую бесѣду съ собою. Этой-то словесности, отнявъ отъ ней всякій помысль, и дай говорить непрестанно: *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй-мя грѣшнаго!* И понудь себя, вмѣсто всякой иной рѣчи, это одно всегда вопить внутри. Продержись терпѣливо въ этомъ дѣланіи только нѣсколько времени, и тебѣ откроется чрезъ это входъ въ сердце, безъ всякаго сомнѣнія, какъ и мы сами опытомъ это дознали. Вмѣстѣ съ этимъ многожелательнымъ и радостнымъ вниманіемъ, придетъ къ тебѣ и весь ликъ добродѣтелей: любовь, радость, миръ, долготерпѣніе, кротость и проч.“ (Добротолюб. ч. 2 я, стр. 39—43).

Преподобныхъ Каллиста и Игнатія о молитвѣ умной Іисусовой.

1. Славные наставники наши и учителя, съ живущимъ въ нихъ Всесвятымъ Духомъ, премудро поучаютъ насъ, прежде всякаго другого дѣла, *Господу молиться*, и отъ Него, безъ сомнѣнія, просить себѣ милости, и *всесвятое сладчайшее Имя Его* непрестанно имѣть и носить всегда, и въ сердцѣ, и въ умѣ, и въ устахъ, съ Нимъ непрестанно жить, и снать, и бодрствовать, и ходить, и ѣсть, и пить. Ибо какъ въ то время, когда нѣтъ въ насъ такого призыванія, стекается въ насъ все худое и пагубное, такъ и въ то время, когда оно въ насъ

есть, все сопротивное отгоняется, ничто благое не оскудѣваетъ... И такъ, все упованіе свое возложивъ на Господа, все тщаніе свое обрати на то, *чтобы навъннуть и утвердиться въ этомъ непрестанномъ призваніи спасительнаго Имени Господня*, разрушительнаго для всякаго зла, и созидательнаго для всякаго добра.

2. Правило для этого дѣланія слѣдующее: „Сядь въ уединенномъ мѣстѣ и, собравъ умъ, введи его путемъ дыханія въ сердце, и остановившись тамъ вниманіемъ, взывай непрестанно: *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Такъ дѣлай до тѣхъ поръ, пока къ сердцу привьется это призваніе и станетъ непрерывнымъ.

3. И всѣ св. отцы такъ учили: Св. Златоустъ учить: „Молю васъ, братіе, никогда не переставать исполнять правилъ молитвы сей“ (Іисусовой). Въ другомъ мѣстѣ: „Должно всякому (иноку и даже мірянину), ѣсть-ли онъ, пьеть-ли, сидитъ-ли, служить-ли, путешествуетъ-ли, или другое что дѣлаетъ, непрестанно вопить: *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* да имя Господа Іисуса Христа, сходя въ глубину сердечную, смирить змія пагубнаго, душу-же спасетъ и оживотворить. Пребудь же непрестанно въ призваніи *Имени Господа Іисуса*, чтобы сердце поглотило Господа, и Господь сердце, и стали сіи два во едино“. И еще: „Не отлучайте сердца вашего отъ Бога, но храните въ немъ всегда память Господа нашего Іисуса Христа, пока Имя Господа водрузится внутрь сердца, и ни о чемъ другомъ не помышляйте, какъ только о томъ, чтобъ возвеличился въ васъ Христосъ“. Св. Іоаннъ Лѣствичникъ также учить: „*Іисусова* память да соединится съ дыханіемъ твоимъ“.

И св. Исахій Іерусалимскій пишетъ: „Если хочешь

покрыть стыдомъ помыслы (злые) и безпрепятственно трезвиться сердцемъ, *молитва ко Господу Іисусу да прильпится къ дыханію твоему*, и въ немного дней увидишь желаніе свое исполненнымъ“.

4. Вѣдомо да будетъ, что если мы научимъ умъ свой вмѣстѣ съ дыханіемъ сходить въ сердце, то замѣтимъ также, что, сходя туда, онъ единиченъ и нагъ бываетъ, держась одной памяти и призванія *Господа нашего Іисуса Христа*; напротивъ исходя оттуда и простираясь на внѣшніе предметы, и нехотя раздѣляется на многія представленія и воспоминанія.

5. Замѣть тщательно, что *существо* этого подвига (умной — сердечной молитвы) состоитъ въ единомысленномъ, сердечномъ, чистомъ и непарительномъ призваніи съ вѣрою *Господа* нашего *Іисуса Христа*.

6. И такъ, хочешь ли самымъ дѣломъ сподобиться *жизни о Христѣ Іисусѣ*, потщись достигнуть того, чтобы во всякое время и всякій часъ, и при всякомъ дѣлѣ, *чисто и непарительно молиться Господу въ сердцѣ*. Не забудь при этомъ, что когда по временамъ будетъ приходить тебѣ самоохотная, чистая молитва, ты ни подъ какимъ видомъ не долженъ раззорять ее своими правилами молитвенными. Такъ учить препод. Филимонъ: „Ночью-ли, днемъ-ли, сподобить тебя Господь чистую и непарительную ощутить въ себѣ молитву, оставь тогда правила свои и, сколько есть силъ, простирайся прильпиться къ Господу Богу, и Онъ просвѣтитъ сердце твое въ дѣланіи духовномъ. Когда же сподобишься неотходнаго пребыванія молитвы въ сердцѣ, какъ говоритъ преподобный Исаакъ Сирійскій, тогда достигъ ты конца вѣхъ добродѣтелей и сталъ жилищемъ Святаго Духа: тогда *не перестанетъ молитва*; сидишь-ли, или ходишь, ѣшь, или пьешь, или другое

что дѣлаешь, даже въ глубокомъ снѣ — молитвенныя благовонія восходить будутъ изъ сердца безъ труда; если и умолкнетъ она во снѣ, то внутри тайно всегда священнодѣйствовать будетъ, не переставая.

Изволяй, самъ да прочтеть, въ святомъ Добротолубіи прочее сокровище о молитвѣ умной *Иисусовой* — непрестанной.

Родные намъ, наши молитвенники умные, ученики *Иисусовы*.

1. Приснопамятный подвижникъ, отецъ *Серафимъ*, молитвенникъ *Саровскій* училъ такъ: „Истинно рѣшившіеся служить Господу Богу должны упражняться въ памяти Божіей и непрестанной молитвѣ ко *Иисусу Христу*, говоря умомъ: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Въ часы же послѣ-обѣденные можно говорить сію молитву такъ: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, молитвами Богородицы помилуй мя грѣшнаго!* Или же прибѣгать собственно къ Пресвятой Богородицѣ, моляся: *Пресвятая Богородице, спаси мя грѣшнаго!* Или же говорить поздравленіе ангельское: *Богородице Дѣво, радуйся...* Таковымъ упражненіемъ, при охраненіи себя отъ разсѣянія и при соблюденіи мира совѣсти, можно приблизиться къ Богу и соединиться съ Нимъ. Ибо, по словамъ св. Исаака Сирина, кромѣ непрестанныя молитвы мы приблизиться къ Богу не можемъ“.

2. Онъ же: „Въ церкви на молитвѣ стоятъ полезно съ закрытыми глазами во внутреннемъ вниманіи (*Иисусовой* молитвѣ); открывать же очи развѣ тогда, когда уныешь, или сонъ будетъ отягощать и склонять тебя къ дреманію; тогда очи обращать должно на образъ и горящую предъ нимъ свѣщу“

3. „Когда умъ и сердце соединены будутъ въ молитвѣ и помыслы души не разсѣяны, тогда сердце согрѣвается теплотою духовною, въ которой возсіяваетъ свѣтъ Христовъ, исполняя мира и радости всего внутренняго челоѣка“...

4. „Посему должно стараться, чтобъ не предавать себя разсѣянію мыслей; ибо чрезъ сіе уклоняется душа отъ памяти Божіей и любви Его, по дѣйствию діавола, какъ говоритъ св. Макарій (сл. 2, гл. 15): „все усиліе у противника о томъ, чтобы отвлечь умъ отъ памяти о Богѣ и отъ любви Божіей“.

5. Онъ же: Новонаначальному иноку отецъ *Серафимъ* говорилъ: „За рукодѣліемъ, или гдѣ либо будучи на послушаніи, твори безпрестанно молитву: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Въ молитвѣ внемли себѣ, то-есть, умъ собери и соединяй съ предметомъ молитвы, и не устремляй ни на что другое. Когда Господь согрѣетъ сердце твое теплотою благодати Своея, тогда потечетъ въ тебѣ молитва оная безпрестанно и всегда будетъ съ тобою, наслаждая и питая тебя“. (Смотри житіе его).

6. Схимонахъ *Маркъ Саровскій*, говаривалъ каждому монаху: „Умную молитву *Иисусову* твори на всякомъ мѣстѣ навсегда“. (См. житіе старца).

Зри: Отецъ *Теодоръ Санакарскій* подвижникъ и настоятель, всѣмъ жившимъ въ *Санакарѣ*, подъ руководствомъ отца *Теодора*, заповѣдано было у него: „въ вечеру, по отпущкѣ церковнаго правила, въ келліи творить: *триста молитвъ Иисусовыхъ*, и при нихъ полтора поклоновъ чрезъ десятокъ, то есть: десять молитвъ *Иисусовыхъ* просто, и десять съ поклонами“.

Отецъ *Теодоръ* поучалъ: „*Долженъ* есть всякій челоѣкъ, паче же монахъ, во всегдашней молитвѣ пребы-

вать, по апостольскому словеси: *непрестанно молитесь* и всегда молитесь, зане супостатъ вашъ діаволь, яко левъ рыкая ходитъ, искій кого поглотити; сего ради, рече Господь: молитесь, да не внидете въ напасть. Молитву же всегдашнюю заповѣдуя, Божеств. апостоль разумѣетъ *умную*, а не словесную токмо; ибо двойственна есть молитва: одна словесная, другая же *умная*. Словесная есть молитва временная, елико кто и въ какое время хочетъ; умная же и всегда быть можетъ, по апостольскому слову: *аще ясте, аще ли піете, аще ли ино что творите, все во славу Божию творите, то есть: на всякое время Господа Бога своего поминайте. Молитва же умная* почему разумѣется? Еже умъ свой человѣку, паче же монаху, всегда возводитъ къ Богу и проситъ Его Божественныя помощи на побѣду супостата нашего и душевредныхъ того страстей, добродѣтелей же во исполненіе“. (См. житіе о. Феодора Санак. стр. 18, 19. Поуч. его).

Старецъ *Димитрій*, 2-й строитель *Саровскій*, проводилъ дни въ непрестанной молитвѣ. Онъ училъ: „Ничтоже тако досаждаетъ бѣсомъ и опаляетъ ихъ, якоже *молитва Іисусова*; зѣло бо страшна бѣсомъ молитва Іисусова... Молитвою умъ очищается и свѣтлѣетъ, и просвѣщеннымъ дѣлается“.

„Умилительна бываетъ для сердца вечерняя молитвенная тишина (во время правила на сонъ грядущимъ въ *Саровской пустыни*), прерываемая неспѣшнымъ возгласомъ: „*Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй насъ грѣшныхъ!*“ Это дѣйствительно есть искренній вопль души къ своему Искушителю: изъ глубины возвахъ къ Тебѣ Господи!.. Всякій братъ, при глубокомъ молчаніи, прерывающемъ поклоны и чтеніе молитвенное, творить въ умѣ своемъ безмолвную молитву, съ

глубокимъ чувствомъ умиленія, взывая о помилованіи къ своему *Господу*: „*Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“ Это есть великое благо для души, когда она погружается внутрь себя, отвлекаясь отъ міра и приближаясь къ Богу“. (См. Общежит. *Саровск. пустыни*).

Строитель *Саровскій*, смиренный подвиголюбивый старецъ отецъ *Ефремъ*, живя въ обители, возлюбилъ совершенное безмолвіе. Любимое его занятіе было: уединенный трудъ въ келліи, *безмолвная молитва (Іисусова)* и чтеніе духовныхъ книгъ. (Тамъ же).

Строитель *Саровскій*, старецъ *Пахомій*, современникъ святителя Задонскаго Тихона, былъ точный исполнитель обѣтовъ монашескихъ: кротокъ, смиренномудръ, молитвенникъ и постникъ. Онъ поучалъ: „Да будетъ прилеженъ безмолствующій въ испытаніи совѣсти своей, въ самоукореніи, смиреніи, *въ непрестанной молитвѣ ко Христу Богу*, и во внимательномъ Богомыслии, вседневно воспоминаая смерть свою, судъ Христовъ, царство небесное и вѣчныя муки“. (См. Общежит. *Саров. пустыни*).

Старецъ игуменъ *Назарій* (подвижникъ и безмолвникъ *Саровскій*) училъ: „Помолимся духомъ, помолимся и умомъ“. Взойдите въ слова апостола Павла: „хощу рещи пять словъ умомъ, нежели тысячу языкомъ“. Изобразить не могу, сколько мы счастливы, что сіи пять словъ удостоилися говорить: *Господи, Іисусе Христе, помилуй мя!* Что за радость?!

Онъ же: „Въ келліи не упускай изъ мысли твоей *Іисусову молитву*, и старайся стяжать душевное умиленіе сердца въ тишинѣ и глубокомъ молчаніи ума твоего. Собери разумъ и вся помышленія твоя; стани на молитву, вперя къ Богу умъ твой и сердце, и мо-

лися. . Старайся, дабы отнюдь твои мысли не могли парить по сторонамъ и ничѣмъ изъ сего міра не занимались; въ такой тишинѣ и глубокомъ молчаніи ума твоего, стани потупи главу, руцѣ приложи къ персямъ, ноги соедини вмѣстѣ, очи смежи и, собравъ умъ и сердце во едино, *молися Иисусовою молитвою*“...

Онъ же: „Если, въ церкви стоя, не можешь понимать, слушая пѣніе и чтеніе церковное, то съ благоговѣніемъ тайно твори *Иисусову молитву*: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Старайся углубить сію молитву въ душу и сердце твое. Твори оную умомъ и мыслию, не попускай оной на малое время удалиться изъ устъ твоихъ; соединяй оную какъ можно съ дыханіемъ твоимъ“.

Старецъ игуменъ *Назарій* былъ кротокъ и смиренъ и сердце его пылало любовію къ Богу такъ, что онъ, ни въ какое время, не переставалъ творить *молитву Иисусову*, всегда съ нею перебирая въ рукахъ четки. (См. Житіе его въ описан. Саров. пустыни).

Іеромонахъ о. *Илларионъ* (духовникъ Саровскій) *сладкоглаголивый* о молитвѣ *Иисусовой*: „Глава и начало всѣмъ добродѣтелямъ есть молитва, по апостолу: *непрестанно молитесь*, еже есть призывать *Имя Божіе* всегда, аще убо бесѣдуемъ, аще сѣдимъ, аще ходимъ, аще дѣлаемъ, аще ѣдимъ, аще ино что творимъ, на всяко бо время и на всякомъ мѣстѣ подобаетъ призывать *Имя Божіе*; сие бо потребляется искушеніе вражіе, пишетъ Златоустъ. Бей супостатовъ, глаголетъ Лѣстничникъ святой, *Именемъ Иисусовымъ* и крѣпче сего оружія не обрящешь ни на небѣ, ни на землѣ. Молитва есть — печали и унынія прогнаніе, кротости и безгнѣвія прозябеніе, и радости и благодаренія яв-

леніе и безчисленныхъ благъ приобрѣтеніе и приумноженіе“. (См. Опис. Сар. пуст.).

Еще старецъ о. *Илларионъ*: „Надѣюсь, что и въ добродѣтеляхъ благоуспѣваете, а паче потому, если живете во вниманіи и не оставляете *Иисусову молитву*. Понеже она есть глава и начало всѣмъ добродѣтелямъ. И ни что же тако лукавому бѣсу входъ заграждати обыче, якоже молитва (*умная Иисусова*) и моленіе прилежно. Свѣтъ убо въ храминѣ отъ горящей свѣщи, свѣтъ же во умѣ есть молитва. Молитвою потребляется всякое искушеніе и смущеніе вражіе. Отъ молитвы рождается страхъ Божій, который, по писанію, есть *начало премудрости*. Сей страхъ имѣя, пророкъ восклицалъ: „*предзрѣхъ Господа предо мною*“ (умными очами), *яко одесную мене есть, да неподвижуся*. Потомъ изъясняя отъ онаго пользу, съ похвалою глаголетъ: *Блаженъ мужъ бояйся Господа, въ заповѣдяхъ Его восхощетъ зло,— обаче близъ боящихся Его, спасеніе Его*. Страхъ Божій есть отецъ вниманію (умной сердечной молитвѣ), а вниманіе—матерь внутренняго покоя. Внимающіе своему спасенію (умные дѣлатели), не внимаютъ недостаткамъ ближнихъ. Таковые и успѣваютъ... О *безмолвіи* же сказано: „О, безмолвіе, колесница, везущая на небеса! Начало очищенія души—безмолвіе о Господѣ! (упражненіе въ молитвѣ *умной Иисусовой*)... Ухо безмолствующаго (умнаго молитвенника) слышитъ дивная!.. (Изъ письма къ Настоят. Кадомск. жен. монаст. Описаніе Кадом. монаст. стр. 45, 46).

Богомолецъ св. Кіево-Печерской Лавры, іеросхимонахъ о. *Парвентій*: 1) Въ одномъ изъ своихъ молитвенныхъ пѣснопѣвій вопіетъ къ Богу Духу Святому: „*Неописанный Параклитѣ*, отъ Отца исходяй и въ Сынѣ пребывай! Установи во мнѣ храмъ Своему Величеству!“

2. Св. *Пароеній* говорилъ: „Въ началѣ моего житія (въ монастырѣ) я вовсе не раздумывалъ о подвигахъ монашескихъ, о томъ, чтобы установить себѣ такое или другое правило, избрать такой или другой образъ жизни, я думалъ только о томъ, какъ бы молиться — да молиться непрестанно и трудиться, сколько силъ есть, слушать во всемъ, какъ Бога, начальника, чьего не оскорбить и не осудить, да мнѣ и некогда было смотрѣть за поступками другихъ, я только себя зналъ“. (См. Житіе его).

3. Богомолецъ отецъ *Пароеній* говорилъ: „Всякому хотящему спастися, надо всѣмъ сердцемъ взыскать Господа; а взыскать Его можно только *прилежнымъ и докучнымъ къ Нему моленіемъ*. Ты только молись, проси отъ всей души Господа, чтобы онъ не оставилъ тебя, а Онъ вразумитъ, наставитъ и отъ грѣха сохранить тебя, а самъ по себѣ ничего не сдѣлаешь: „безъ Бога ни до порога“.

4. Приобрѣтеніе истиннаго молитвеннаго духа составляло главнѣйшій подвигъ блаженнаго отца *Пароенія*, и онъ стяжалъ сей благодатный духъ въ высшей степени. *Молитва*, по словамъ его, обратилась для него въ такую потребность, какъ пища или питіе, или же сдѣлалась у него, по его выраженію, *какъ бы болячкою вросшею въ сердце*. Она сама собою при внѣшнихъ даже развлеченіяхъ и даже во снѣ въ немъ дѣйствовала. Онъ самъ видѣлъ однажды, въ полусонномъ видѣніи, свое сердце, объятые пламенемъ. Это *символъ непрестанной молитвы*, въ которой сердце его непрестанно возносилось горѣ — къ Богу.

5. Молитвенная бесѣда съ Богомъ была для отца *Пароенія* предвкушеніемъ блаженства небеснаго. Вотъ что говоритъ онъ о правилѣ своемъ келейномъ: (изло-

живъ молитвословія свои) паче меда и сота сія молитва мнѣ пріятна — она мнѣ охотна, помогательна, спасительна и враговъ отгнательна. Я на *Богоматерь* тако надѣюсь, яко на каменную гору: понеже я Богомъ о Ней тако увѣренъ, что отъ Адама и до скончанія вѣка не будетъ тѣхъ людей, лишенныхъ вѣчной славы наслажденія, кои по Божѣ на Нее уповали и надѣялись частымъ своимъ воплемъ и докучаніемъ къ Ней, хотя бы и мнѣ изъ нихъ кто подобенъ былъ грѣшникъ и беззаконникъ. Ей *вся* предана отъ Сына Ея; Она же милосерда и челоуколюбива и незлобива. Ея ради и меня Прелюбезный мой *Иисусъ Христосъ* Господь приметъ въ вѣчныя свои обители, за изліянную свою кровь. Будетъ-ли тако?! — Ей, будетъ по сердцу моему!

6. *Зри*: „отецъ *Пароеній* дѣвственникъ питалъ особенную, чрезвычайную, самую умиленную и, можно сказать, нѣжную дѣтскую любовь и преданность къ *Пресвятой Матери Божіей*, и не находилъ довольно словъ, чтобы выразить и Ея любовь къ людямъ, и свою къ Ней. Тоже внушалъ онъ и всѣмъ просившимъ у него наставленій особенно ученикамъ своимъ монахамъ. *Миро* изліянное было для него имя *Богородицы, Иисусе и Маріе!* Вы бо радости моя! повторялъ онъ часто въ святомъ упоеніи благодатной любви къ Сладчайшему Спасителю и Преблагословенной Матери Его...

7. Къ чтенію псалтыри о. *Пароеній* прибавлялъ между каѳизмами и словами архангельское привѣтствіе Богородицы и отъ полноты души составлялъ молитвенныя къ Ней воззванія, исполненные любви и упованія:

„Возлюбленная Богу Отцу Дщерь, безмужная Еммануила Мати, Кристалловидная Параклита (Духа Св.), Невѣсто и вмѣстилище всякія святости, радоватися

Тебѣ о Господѣ!.. О, святоглаголивая Горлице, высшая небесъ Владычице, и чистшая свѣтлостей солнечныхъ, бѣлолилейный Творца Ковчеже, молніелучный Христа Сосуде, орошенная духомъ росоноснымъ и воспитанная отъ ангела манною, получившая благодать свыше и превосходящая всѣхъ тварей, *дражайшая моя Покровительнице, умилосердися надо мною—бѣднымъ инокомъ!* Недомыслимаго слова Престоле и неизслѣдимаго Жениха Чертоже, благородное гнѣздо Орла Небеснаго и зеркало Христовымъ Таинствамъ, красото безплотнымъ ангеломъ и похвало Божіимъ угодникомъ, *желанная моя Защитница и Помогательница, не отринь просьбы моей въ крайней нуждѣ!* Нетлѣнная Родительница Владычня и браку не причастная, и не искусомужная Царице, несгораемая свѣща мірови и слѣпотствующимъ свѣтящая, всепѣтая Мати—Утѣшительница и Спасительница, спаси меня отъ непріязни въ пагубной сей суетѣ! Архангельскій Гаврііловъ гласъ вопію Ти, увѣнчанная Троицею, пронареченная Отроковице, между-же Богомъ и людьми посредницею обрѣтаешися, *Царюющая* радуйся. съ Тобою Господь, и торжествуй, сподобившаяся быти Матерію Владыки—Мессіи. *Общій ангеле нашъ еси Дѣво*, и скоропослушливая въ призваніи. Полезному же прошенію помощи можеша, поручница ми и житія исправительница буди. *Не хочу бо болѣе ничего, ниже дневнаго пропитанія, а единого точію желаю: даждь ми возлюбити вѣсьмъ сердцемъ Сына Твоего, Господа и Бога нашего Иисуса Христа, и Твоимъ Матернымъ ходатайствомъ получить наслѣдіе жизни вѣчной, стяженной намъ честною кровію Его.*

8. *Зри:* „Однажды размышляя, съ нѣкоторымъ сомнѣніемъ о читанномъ имъ гдѣ-то, что Пресвятая Дѣва была первою инокинею на землѣ, отецъ Парвеній задре-

малъ, и видитъ отъ св. воротъ Лавры Печерской идущую, въ сопровожденіи многочисленнаго сонма иноковъ, величественную монахиню въ мантии, съ жезломъ въ рукахъ. Приблизившись къ нему, Она сказала: *Парвеній, я монахиня!* Отецъ Парвеній пробудился и съ той поры съ сердечнымъ убѣжденіемъ именовалъ Пресвятую Богородицу Пещеро-Лаврскою Игуменіей. Подъ внѣшнимъ образомъ монашества, старецъ конечно разумѣлъ монашество внутреннее, дѣвственную, молитвенную, смиренную жизнь Пренепорочной Дѣвы“.

9. Однажды о. Парвеній въ благоговѣйномъ чувствѣ пламенной любви Божіей долго повторялъ въ себѣ молитву: „*Иисусе живи во мнѣ, и мнѣ даждь въ Тебѣ жити*“, и слышалъ тихій и сладкій гласъ: „*Ядый Мою плоть, и пій Мой кровъ, во Мнѣ пребываетъ и Азъ въ немъ*“. (Евангеліе—матерь всѣхъ книгъ; она молитва надъ молитвами)...

10. Отецъ Парвеній училъ: „Уединеніе и молитва выше всякаго блага“.

11. Онъ же: „Стяжавшій молитву (умную непрерывную въ сердцѣ) не имѣетъ времени подумать о чемъ либо земномъ, ему тяжелы бесѣды и видѣніе людей и все отвлекающее его отъ Бога“.

12. Онъ-же: „Истинную молитву стяжать неизреченно трудно. Не разъ душа, за подвигъ сей, приблизится къ вратамъ смертнымъ. Но кто уже сподобится стяжать ее (истинную молитву), у того она какъ *болячка* вросетъ въ сердце, и ни что не изметъ ее“.

13. Онъ-же: „Для истиннаго монаха не существуетъ ни кто и ни что на землѣ. Его радость и наслажденіе *непрестанная молитва. Крѣпко молись, не жалѣй себя*“.

14. Онъ-же: „Монаху самый вѣрный путь ко спасенію *уединеніе* и въ немъ *непрестанная молитва*. Безъ

молитвы нельзя снести уединенія, безъ уединенія нельзя стяжать молитвы, безъ молитвы никогда не соединиться съ Богомъ, а безъ сего соединенія сомнительно спасеніе“.

15. Опъ-же: „*Молитва* истинная есть та, которая *вросла въ душу* и совершается духомъ. Для стяжанія ея, великій потребенъ подвигъ умственный и тѣлесный“. (См. жизнь старца іеросх. Парѣнія Кіевскаго).

Отца Иларіона духовника Симонова Московскаго монастыря: о молитвѣ Іисусовой.

Никто не заставлялъ о. Иларіона безъ занятія, но находилъ непремѣнно, или пишущимъ и обложеннымъ книгами и тетрадями, или сидящимъ среди келліи съ четками въ рукахъ и предавшимся *внутренней Іисусовой молитвѣ*. Касательно сей молитвы онъ говаривалъ обыкновенно такъ: „я не искусенъ и малоопытенъ во внутренней молитвѣ; но если усердно желаешь научиться, то св. отцы учатъ сему слѣдующимъ образомъ: *старайся какъ можно болѣе, или даже непрестанно при всѣхъ занятіяхъ творить Іисусову молитву, произнося тихо: Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій помилуй мя грѣшнаго!* Когда же утомятся уста, произноси ее умомъ и старайся отгонять помыслы и внимать тому, что ты произносишь. По времени Богъ поможетъ тебѣ достигнуть и того, что само сердце твое будетъ творить молитву самодѣйственно, по писанію: *сердце мое бдитъ*“. И какъ было (и есть) плодоносно это просто-сердечное его ученіе! (См. житіе о. Иларіона, жур. Странник. 1863 г. апрѣль).

Іеросхимонаха о. Іоны Симоновскаго: о молитвѣ Іисусовой.

1. Во время пустыно-жительства въ лѣсу, Отецъ *Іона*, при *непрестанной умной молитвѣ*, по руководству своего старца іеросхимонаха Алексѣя (Адріана), занимался рукодѣліемъ: дѣлалъ ложки, чашки и ковши, промѣнивая ихъ на хлѣбъ.

2. Наученный своимъ старцемъ *сердечно молиться о имени Іисуса Христа*, о. Іона и самъ бывалъ многотратнымъ зрителемъ высокой молитвы въ старцѣ своемъ Алексѣѣ (Адріанѣ). Однажды, на примѣръ, (разсказывалъ і. Іона), мы, живя въ Брянскомъ лѣсу, пошли съ молитвою въ глубь того лѣса для собиранія грибовъ; это было въ ненастную погоду. Старецъ мой шелъ босой. Слѣдуя за нимъ, я увидѣлъ кровавые слѣды на тропинкѣ, по которой мы пробирались. Замѣтивъ, что эта кровь изъ ногъ моего старца, изъязвленныхъ сучками и камешками, я остановилъ его и хотѣлъ подать ему помощь. Но старецъ при этомъ сказалъ: «смотри, не сказывай ни кому, а самъ знай, что *внутренняя сладость сердечной молитвы не допускаютъ чувствовать наружную боль*». При этихъ словахъ я увидѣлъ на лицѣ старца, (говорилъ о. Іона), тихое спокойствіе и умилительную радость.

3. Живя въ Симоновомъ монастырѣ, отецъ *Іона* любилъ ходить къ службамъ церковнымъ, гдѣ представлялъ образецъ глубокаго благоговѣнія и усердной молитвы въ назиданіе братій, которые всѣ были духовными его дѣтьми. Келейное же его занятіе большею частію состояло въ томъ, что онъ безмолвно сиживалъ на своемъ одрѣ, завѣшанный со всѣхъ сторонъ вет-

химъ холстомъ, и *глубокопреданный внутренний молит-
въ, держалъ постоянно шерстяныя четки въ рукахъ
и непрерывно повторялъ Иисусову молитву, сердцемъ и
устами...* На вопросъ: что ты, отче, дѣлаешь? Онъ
простосердечно отвѣчалъ: *«узлы на четкахъ считаю»*.
Для чего занавѣсился этими лохмотьями? „Для того,
чтобы не подать соблазна живущимъ со мною“.

4. Предъ концемъ своей жизни о. *Иона* пребывалъ
въ невозмущаемомъ внутреннемъ безмолвіи и *сердечной
молитвѣ*, не выходя изъ келліи своей никуда, кромѣ
церкви.

5. Одновременно съ о. *Ионою* въ *Симоновѣ* жилъ
старецъ схимонахъ *Павелъ*, бывшій ученикъ архиман-
дрита *Паисія Величковскаго* (благодатнаго молитвен-
ника *Иисусова*). По болѣзни ногъ, старецъ, болѣе
семи лѣтъ, лежалъ постоянно на одрѣ и съ благо-
дареніемъ несъ крестъ свой. Одинъ, ищущій назиданія,
сподобился посѣтить болящаго сего старца, который
на прошеніе сообщить что либо изъ нравственныхъ
правилъ христіанской жизни, съ любовію отвѣчалъ
такъ: „сколько возможно возбуждай въ себѣ любовь
къ ближнимъ, и имѣй простое око... Къ сему руко-
водствуетъ уединеніе и *себѣ вниманіе, соединенное съ
Иисусовою молитвою, которая всему глава*“. (См. жур.
Стран. 1885 г. авг. мѣсяцъ).

**Ученіе преосвященнаго Теофана (про-
живающаго на покоѣ въ Вышенской
пустынѣ), о молитвѣ умной Иисусовой
и другихъ подвижниковъ.**

1. Всѣ мы молимся, но *есть молитва, которая сама
молится*, и увлекаетъ вслѣдъ за собою всего внутрен-

няго человѣка. Кто это испытываетъ, тотъ только и
знаетъ: что есть молитва. (Толк. псал. 118 ст. 2).

2. Еще для первыхъ учениковъ св. *Антонія* поло-
жено было правиломъ заучивать на память нѣсколько
псалмовъ, тотчасъ по приходѣ ихъ въ пустыню. Потомъ
внушалось: когда ты въ келліи не занятъ, или идешь
куда нибудь, то перечитывай на память заученные
псалмы. Это называлось *поученіе*. У насъ въ славян-
скихъ отеческихъ книгахъ, часто читается заповѣдь:
„имѣй сокровенное поученіе“. Это значить: собери вни-
маніе и *повторяй непрестанно: Господи, Иисусе Христе,
Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* (Толк. псал. 118
ст. 16).

3. *Се возжелахъ заповѣди Твоя: въ правдѣ Твоей
живи мя...* Представляю то, что отъ меня требуется,
всей душой желаю и ищу, даруй же и Ты, Господи,
мнѣ то, что зависитъ отъ благодати Твоей — оживи
мя... *Ими же вси судьбами спаси мя!*... Желаю, ищу,
но оживить меня силенъ только Ты, Господи, правдою
Твоею. „Въ обычныхъ опытахъ благочестной жизни
до очевидности оправдывается это надъ *навыкомъ мо-
литвы Иисусовой*. Мало въ ней словъ, но они совмѣ-
щаютъ все... Изстари признано, что навывнувъ мо-
литесь этою молитвою, можешь замѣнить ею всѣ
молитвословія. И есть-ли кто изъ ревнующихъ о
спасеніи, кто не былъ-бы знакомъ съ этимъ дѣла-
ніемъ!.. Велика сила этой молитвы, по изображенію
св. отцевъ; а между тѣмъ, на дѣлѣ видимъ, что не
всѣ, имѣющіе навыкъ къ ней, причастны этой силѣ,
не всѣ вкушаютъ отъ плодовъ ея. *Отчего это?* Оттого,
что сами хотятъ забрать въ свое владѣніе то, что
принадлежитъ дарованію Божію, и есть дѣло благо-
дати Господней. Начать повторять эту молитву: утромъ,

вечеромъ, ходя и лежа, за дѣломъ и на досугѣ,— есть наше дѣло: на это не требуется особой помощи Божіей. Трудясь все въ томъ-же порядкѣ, можно самому дойти до того, что языкъ и безъ нашего сознанія, все будетъ повторять эту молитву. Можетъ послѣдовать за этимъ и нѣкое умирненіе помысловъ и даже своего рода сердечная теплота; но все это будетъ, какъ замѣчаетъ въ Добротолюбіи инокъ Никифоръ, дѣло и плодъ нашихъ усилій. Остановиться на этомъ, значитъ тоже, что удовольствоваться умѣньемъ попугая произносить извѣстные слова, даже такія, какъ „Господи помилуй“. Плодъ отъ этого такой: будешь думать, что имѣешь, тогда какъ ровно ничего не имѣешь. Это и случается съ тѣми, у кого, во время навыкновения этой молитвѣ, поколику то зависитъ отъ насъ, не раскрывается *сознаніе того, въ чемъ существо ея*. Не сознавая же того, они довольствуются указанными естественными начатками дѣйствій ея и прекращаютъ исканіе. Но у кого сознаніе то—раскроется, тотъ не прекратитъ исканія, а видя что сколько ни усиливается дѣйствовать по старческимъ указаніямъ, всеожидаемаго плода не обнаруживается, пресѣкаетъ всякое ожиданіе плода отъ одного своего усилія, и все упованіе возлагаетъ на Бога. Когда это образуется, тогда открывается возможность и благодатному воздѣйствію: *приходитъ благодать въ моментъ ей одной въдомый*, и прививаетъ молитву *Иисусову* къ сердцу. Тогда, какъ говорятъ старцы, все тоже будетъ по внѣшнему порядку, но не тоже по внутренней силѣ. (Толк. 118 псал. ст. 40).

4. Иной скажетъ: „Вотъ я и молюсь, а страсти все же одолеваяютъ меня!“ Молитва молитвѣ рознь. Настоящая молитва никогда не дастъ въ обиду... Она

никакъ не допустить, чтобы занятый ею былъ одоленъ страстями... Настоящая молитва, по словамъ св. Іоанна Колова, вотъ на что похожа: „сизу я, говорить онъ, подъ деревомъ и вижу, что издали подходятъ звѣри. Не имѣя силъ бороться съ ними, я взлѣзаю на дерево. Подойдутъ звѣри, постоятъ—постоятъ и отойдутъ. Это взлѣзаніе на дерево есть преданіе себя молитвѣ, въ часы приближенія страстныхъ искушеній. (Толк. 118 псал. ст. 117).

5. Епископъ Теофанъ о *молитвѣ*: „Сначала умъ съ напряженіемъ молится, нудитъ себя на молитву силою воли. И это, конечно, есть умная молитва. Умная молитва понемногу согрѣваетъ сердце и вводитъ его въ другую молитву умно-сердечную. Сердце, навыкнувъ молиться подъ дѣйствіемъ ума и согрѣвшись, само начинаетъ подвигаться на молитву и увлекаетъ въ нее умъ. Эта сердечная молитва—настоящая молитва, какъ ей слѣдуетъ быть,—молитва объемлющая все существо человѣка, ибо гдѣ сердце, тамъ и весь человѣкъ. Это состояніе обнаруживается тяготѣніемъ внутрь, бывающимъ во время молитвы, чтенія, размышленія, и даже безъ всего этого, такъ за дѣломъ какимъ. Последнее выше перваго. (Толк. 118 псал. ст. 171).

6. Епископъ Теофанъ: „Существо жизни христіанской (а тѣмъ паче иноческой) состоитъ въ томъ, чтобы стать умомъ въ сердце, *предъ Богомъ, въ Господи Иисусъ Христъ* благодатию Св. Духа.

7. Онъ-же: „Иной годы, иной десятки годовъ проводитъ трудясь, пока успѣетъ стать въ сердце. Господь подаетъ это установленіе, но безъ исканія и усилія не подаетъ. Видитъ исканіе усердное и трудъ болѣзненный и томленіе жаждущаго сердца, сжалевается

и подаетъ чаемое благо. Почему Онъ такъ дѣлаетъ, Ему Единому вѣдомо!.. *Въ сокровищницу Божію нельзя вводить, не испытавъ вѣрности вводимаго*“.

8. Онъ-же: „Счастливый искатель находитъ сердце, и устанавливается въ немъ умомъ своимъ предъ Господомъ, и стоитъ предъ Нимъ неотходно, какъ вѣрно-подданный предъ царемъ“.

9. Онъ же: „Умная молитва состоитъ въ томъ, чтобы умомъ въ сердцѣ предстоять предъ Богомъ, или просто, или изъявленіемъ прошеній, благодаренія и славословія“.

10. Онъ-же: „Необходимо всячески напрягаться умомъ не отходить отъ Бога, удерживая память о Немъ, даже и при обычныхъ занятіяхъ; иначе сказать: *стараться ходить въ присутствіи Божіемъ*“.

11. Онъ-же: „Умная молитва бываетъ: или *трудовая*, когда человѣкъ самъ напрягается на нее, и *самодвижная*, когда она сама собою стоитъ и дѣйствуетъ“.

12. Епископъ *Феофанъ*: „Въ умномъ предстояніи Богу—трудоу и самодвижномъ, надобно быть въ томъ убѣжденіи, что Богъ Вездѣсущій есть и въ насъ, зрѣть насъ и вникаетъ намъ“.

13. Онъ-же: „Надобно умъ соединить съ сердцемъ. Какъ же это? Навыкни умомъ въ сердцѣ молиться: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“

14. Онъ-же: „Совершенство умной молитвы къ Господу Спасителю состоитъ въ слѣдующемъ: стань умомъ и вниманіемъ въ сердцѣ, и возставивъ убѣжденіе, что Господь близъ и *вникаетъ, взываетъ къ Нему* умиленно: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* и дѣлай это непрестанно и въ церкви, и дома, на пути, и за дѣломъ, и за столомъ, и въ по-

стели, словомъ съ той минуты, какъ откроешь глаза, до той, когда закроешь ихъ“.

(См. письма о духов. жизни Еп. Феофана).

15. Онъ-же: „*Что такое умная молитва?* Непрестанное обращеніе ума къ Господу въ сердцѣ, или непрестанное предстояніе Господу умомъ въ сердцѣ, съ воззваніями къ Нему, или безъ воззваній, съ одними чувствами преданности и сокрушеннымъ припаданіемъ къ Нему въ сердцѣ. Для навыка въ этомъ самопринудительномъ молитвенномъ трудѣ, опытные молитвенники избрали одну молитву къ *Господу Спасителю*, и установили правила, какъ ее совершать, чтобы съ помощію ея развить въ себѣ своеобразную молитву. Дѣло это просто: *стань умомъ въ сердцѣ предъ Господомъ, и молись Ему: Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Такъ дома предъ молитвословіемъ, въ промежуткахъ молитвословія, и въ концѣ, такъ и въ церкви, такъ и весь день, чтобы всѣ моменты дня наполнить молитвою“.

16. Онъ-же: „Эта спасительная молитва сначала обыкновенно бываетъ *трудовая дѣлательная*. Но если не полѣнится кто потрудиться надъ нею, она станетъ и *самодвижною*, сама будетъ твориться, *словно руческъ журчащій въ сердцѣ*“.

(Слова старца о. Пароенія Кіевского).

17. „Это благо великое, и потрудиться стоитъ, чтобы достигнуть его. Труженики, преуспѣвшіе въ молитвѣ, указываютъ для этого не многотрудное молитвенное упражненіе, именно: прежде или послѣ молитвеннаго правила утренняго, или вечерняго (церковнаго), а то и днемъ, опредѣли нѣсколько времени на совершеніе этой одной молитвы, и совершай ее такъ: „сядъ, а лучше стой молитвенно, сосредоточься вниманіемъ

въ сердцѣ предъ Господомъ, воздвигнувъ убѣжденіе, что *Онъ тутъ и внимаетъ тебѣ*, и зывай къ Нему: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* И клади поклоны, если есть охота, поясные и земные. Такъ дѣлать четверть часа, полчаса, больше или меньше, какъ тебѣ удобнѣе. Чѣмъ усерднѣе потрудишься, тѣмъ скорѣе молитва эта привѣтся къ сердцу. Лучше взяться за дѣло поревностнѣе и не отступать, пока не достигнешь желаемаго, или пока эта молитва не начнетъ сама двигаться въ сердцѣ; послѣ того только поддерживай“.

18. Епископъ *Геофанъ*: „Чѣмъ болѣе внѣдряется въ сердце *молитва Иисусова*, тѣмъ болѣе согрѣвается сердце и тѣмъ самодвижнѣе становится молитва, такъ что огонь жизни духовной возгарается... и горѣніе ея становится непрестаннымъ, вмѣстѣ съ тѣмъ какъ *молитва Иисусова* займетъ все сердце и станетъ непрестанно движущеюся“. (См. письмо о духов. жизни).

19. Онъ же: „Самый простой законъ для молитвы, ничего не воображать, а собравшись умомъ въ сердцѣ, стать въ убѣжденіе, что Богъ близъ, видитъ и внимаетъ, и въ этомъ убѣжденіи припадать къ Нему, страшному въ величій и близкому въ благоснисхожденіи къ намъ“. (Тамъ же).

20. „Внимай себѣ тщательно, рачитель Божьяго дѣла, пишетъ преп. *Григорій Синаитъ*, и разумно совершай дѣло свое. Если увидишь свѣтъ, или огонь, внѣ себя или внутри, или образъ какой, Христа на примѣръ, или ангела, или кого иного, не принимай того, чтобъ не потерпѣть вреда. И уму своему не попускай строить въ тебѣ такіе образы: это внѣшнее дѣло и ведетъ къ прелести. И если замѣтишь, что будто тянетъ кто умъ твой къ такимъ внѣшнимъ во-

ображеніямъ, не поддавайся, держась внутри, и совершай дѣло вниманія къ Богу безъ всякихъ образъ“. (Письм. о дух. жизни Еп. *Геофана*).

Бисеры Божіи изъ твореній Еп. *Геофана* о молитвѣ.

1. Надо *быду зажечь* вокругъ себя... Внутренность свою надобно уязвлять и тревожить, чтобъ не уснуть... Что значитъ *зажечь быду вокругъ себя?* Это глубокое чувство опасности своего положенія и опасности крайней, отъ коей нѣтъ иного спасенія, какъ въ *Господѣ Иисусѣ Христѣ*... Сіе чувство и будетъ гнать насъ къ Господу и заставитъ непрестанно вопіять: *Господи, помилуй!* Помогите! Защитите!.. Оно было у всѣхъ святыхъ и никогда ихъ не оставляло. (См. письм. о христ. жизни ч. 1, стр. 5, 7, 8).

2. Трудитесь и навикайте *ходить предъ Господомъ*... Ходить предъ Господомъ значитъ не отрывать отъ Него вниманія.

3. *Молитва* (умная) болѣзненное къ Богу припаданіе въ сокрушеніи и смиреніи... Она можетъ быть и безъ поклоновъ... Напримѣръ: по нуждѣ, въ присутствіи другихъ, на пути; большею же частію она неразлучна съ поклонами... Поклоны—слѣдъ внутренней молитвы.

4. Молитвою испрашивается и пріобрѣтается *хождение предъ Богомъ*. Дѣйствіе это очень просто. Стоять *умно* предъ Богомъ, какъ стоять предъ Государемъ, въ благоговѣйномъ страхѣ, не отрывая отъ Него очей ума... въ этомъ все...

5. Съ навыкомъ ходить предъ Богомъ начнется перечистка сердца, чувствъ, желаній, помышленій; а до того времени въ душѣ великая сумятица... Бывала

ли у васъ молитва теплая, при которой все убѣгло изъ вниманія, а оставался только *Господь* и вопль къ Нему изъ сердца?.. Если бывала, то это состояніе есть непрестанное состояніе ходящихъ предъ Богомъ...

6. *Молитва* есть *главное дѣло*... Но не вдругъ къ Господу приступайте: *надобно принарядиться духовно*, какъ дѣлають, когда идутъ къ Царю, хоть немного подумать предъ тѣмъ и о себѣ и о Богѣ... *Главное же*, напередъ поставить себя самоуничиженно въ присутствіе Божіе, и говорить какъ во уши Его, просто, по дѣтски...

7. Какъ хорошо творить поклоны, какъ хорошо стоять въ струнку, не распуская лѣнливо и безпечно членовъ, держа все ихъ въ нѣкоемъ напряженіи! *Господи, помилуй насъ!*... (См. письм. о Хр. жизни).

Епископъ *Геофанъ*. 1. Намъ молиться надобно: „*Ими же вси судьбами спаси мя!*“ Болѣзненно къ Богу припадающій не бываетъ забыть.

2. Говорять, однообразіе (даже въ молитвѣ и хожденіи напр.: къ службамъ Божіимъ) рождаетъ равнодушіе и холодность. Міръ свое переносить и на Божіе. Въ вещахъ земныхъ однообразіе точно надоскучиваетъ... Въ отношеніи къ Богу совсѣмъ не то... Спросите: отчего это *отцу Серафиму Саровскому* и *отцу Пароенію Кіевскому* не наскучила такая однообразная и даже однообразнѣйшая жизнь?.. Церковь да келлія, церковь да келлія... а то еще и *затворъ!*... Господи, помилуй! Какъ можно убивать себя?.. А они и не думали мучить себя, а напротивъ блаженствовали...

3. *Молитва—атмосфера* (воздухъ окружающій), въ которой жить и коею дышать мы должны.

4. Что такое разумѣють подъ *монашествомъ*? Ряся, клобукъ, четки и проч., точно не Спасителемъ учреж-

дены... А *сила* и *духъ* монашества указаны Имъ Самимъ, въ Его собственномъ лицѣ, въ лицѣ Божіей Матери. Предтечи Господня, и всѣхъ, можно сказать, апостоловъ. „*Монашество есть, съ отрпшеніемъ отъ всего непрестанное, умомъ и сердцемъ, пребываніе въ Богѣ!*“ Монахъ тотъ, у кого такъ устроено внутреннее, что только есть Богъ да онъ исчезающій въ Богѣ!

5. Говорять: *нѣтъ пользы отъ монашества?*! Мало-ли было и есть пользы отъ *батюшки о. Серафима Саровскаго?* Отъ *о. Пароенія Кіевскаго?*... и друг.

6. *Чудный* и праведный отецъ *Серафимъ Саровскій* всю жизнь стоялъ предъ Господомъ, и горѣлъ какъ свѣчка... Такъ и всѣ другіе. А развѣ они не были люди? И предназначеніе ихъ развѣ другое, чѣмъ наше?! А слово Апостола: *непрестанно молитесь* (1 Сол. 5. 17), къ кому относится?.. Къ избранникамъ только, или ко всѣмъ безъ изыятія? Да, ко всѣмъ... Стало быть и исполнять надо сію заповѣдь.

7. Тихое молитвенное упованіе милость Божію привлекаетъ. Вѣдь не вырвешь ничего изъ рукъ Божіихъ силою, а слезами все можно! *Поддай Господи! Поддай Господи!*.. Докучать надобно, а права вѣтъ, все милость!

8. Трудъ молитвенный вотъ въ чемъ состоитъ: „*умомъ въ сердце стать предъ Господомъ*“, зрѣть выну Господа, ходить предъ лицемъ Его возносясь къ Нему и падая предъ Нимъ въ самоуничиженіи непрестанно, и сля, и ходя, и бесѣдуя... Трудно!—Да, не легко! За то и называется сіе трудомъ молитвеннымъ.

9. Когда будете стоять въ сердцѣ съ мыслію о Господѣ, тогда умъ постоитъ—постоить, и уморится, начнетъ вилять туда и сюда, какъ бы убѣжать. Тогда дайте ему *сладчайшее имя Господа* нашего *Исуса*

Христа, то есть, молитву Иисусову, и пусть твердить... Но при этомъ должно быть внутреннее благоговѣнное и уничиженное къ Богу припаданіе, обращающее человека въ пыль и прахъ предъ Господомъ. (Читай 47 главу св. Исаака Сирина).

10. Вы думаете, что напрасно трудитесь надъ молитвою Иисусовою, приходятъ такіе мысли? Но не думаете ли вы, что въ словахъ вся сила? Слова пособіе немощному уму, который неохотно стоитъ на одномъ мѣстѣ и на одномъ предметѣ. А *существо* сего дѣла: *умное стояніе предъ лицомъ Господа*, со страхомъ и трепетомъ, *непрестанное*, неотходное, сопровождаемое теплотою сердца, стягивающею *во едино* всѣ мысли и чувства и расположенія. Когда у васъ тепло на сердцѣ, есть благоговѣніе, *умъ зритъ Господа*, это и есть существо дѣла... Облеките въ форму слова это состояніе и будетъ: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*... И обратно: когда нѣтъ умнаго предстоянія предъ лицомъ Господа, *молитва Иисусова* будетъ воспроизводить его; только со вниманіемъ, съ мыслию и сознаніемъ надобно произносить ее.

11. Можно, если хотите, читать молитву: „Богородице, Дѣво, радуйся“... Или: „Отче нашъ“... И отцы такъ дѣлали, не всѣ одну молитву творили. У препод. Іоаннікія Великаго было: „упованіе мое Отецъ, прибѣжище мое Сынъ, покровъ мой Духъ Святой...“ А потомъ всѣми признана *молитва Иисусова*, по чину Маріи, у ногъ Спасителя присѣдающей, въ *чемъ единое на потребу*. (Смотри письма Еписк. Теофана о Христ. жизни ч. 1-я).

Епископъ *Теофанъ о молитвѣ*: 1. „Трудитесь (въ молитвѣ), но не думайте, что сами что можете; а съ сокрушеніемъ взывайте: *Господи, помоги! Господи, зажги!*

Одинъ старецъ два года умолялъ Пречистую Богородицу, и даровала ему *огонь*, и стало, говорить, хорошо! И вы трудитесь и молитесь, то есть, ищите, какъ установиться въ сердцѣ. И Господь, видя трудъ вашъ, и то, что вы искренно желаете сего блага, подастъ вамъ *благодать горня сердцаго*. Это вѣдь и значить: *въ сердцѣ стоять*... Матерь Божія вамъ помощница... Батюшка о. *Серафимъ* научить; помните, какъ онъ однажды во время обѣдни объять былъ огнемъ сердечнымъ!.. Вотъ блаженное состояніе, вотъ и рай!.. Ищите и обряцете, толцете и отверзется вамъ“...

Зри особенно: 2. „Главное *надо стать умомъ въ сердцѣ предъ Господомъ*, и стоять предъ Нимъ неотходно и день и ночь до конца жизни. Употреби небольшой трудъ, съ неослабнымъ усердіемъ... Будетъ и подозрѣніе къ совѣтующему (наставнику), и не благоволеніе къ самому дѣлу молитвы, хула на нее, изнеможеніе, желаніе бросить, именно потому, что мудрено. *Опасно! Не слушай!* Держи свое дѣло... Врагъ паче всего всѣяетъ *хулу на сию молитву* (умную *Иисусову*). Ибо тогда огонь палитъ его и отгоняетъ; ему приступа нѣтъ къ тому лицу, *въ сердцѣ котораго внидрена молитва Иисусова. Сладчайшее Имя Господа* непрестанно звучащее и глаголющееся въ сердцѣ, даже безъ твоего вѣдома, будетъ бить врага. Ибо бываетъ такъ, что душа, по небреженію и неразумію, забудется и замечтается, но опомнись и возвратись къ себѣ, находить, что въ сердцѣ поется одно и то же: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“

3. „Въ терпѣніи вашемъ, *стяжите души ваши*. Въ началомъ дѣлѣ (*Иисусовой молитвѣ*), попятиться назадъ

весьма пагубно. Не смущайся безуспѣшностью. Наше дѣло трудиться и искать и гнаться; а когда дѣло придетъ, про то *одинъ Господь* знаетъ. Одинъ старецъ Аѳонскій два года докучалъ Матери Зожіей даровать ему *огнь въ сердце*, и былъ услышанъ. Не назначай сроковъ, а дѣлай и проси, чтобы *дающій* (Господь) *молитву молящемуся*, даровалъ и тебѣ ее. *Ищите и обрящите!*...“ (См. письма о хр. жизни Епископа Теофана ч. 1-я).

Преосв. Епископъ Игнатій о молитвѣ Иисусовой.

1. Собственно молитвою, свят. отцы называютъ *молитву Иисусову*, которая произносится такъ: „*Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“

2. Сперва должно обучиться устно *молитвѣ Иисусовой*. Подвижникъ переходитъ отъ *устной* молитвы къ *умной* самъ собою, при условіи, когда устная молитва внимательна.

3. Исполняется *Иисусова молитва* стоя, при изнеможеніи же силъ сидя, и даже лежа. Существенными принадлежностями этой молитвы должны быть: вниманіе, заключеніе ума въ слова молитвы, крайняя неспѣшность при произношеніи ея и сокрушеніе духа.

4. Первоначально положи себѣ хотя *сто* молитвъ *Иисусовыхъ* произносить, со вниманіемъ и неспѣшностію. Впослѣдствіи, если увидишь, что можешь произнести больше, присовокупи другое *сто*. По времени, можешь и еще умножить число молитвъ. Не производи молитвъ спѣшно, одной немедленно за другой, дѣлай послѣ каждой молитвы краткій отдыхъ, и тѣмъ

способствуй уму сосредоточиваться. Безостановочное произнесеніе молитвъ разсѣиваетъ умъ. Переводи дыханіе съ осторожностію, дыши тихо и медленно, это сохраняетъ отъ разсѣянности.

5. Окончивъ моленіе *молитвою Иисусовою*, то есть, положенное число молитвъ, не вдайся въ разныя размышленія и мечтанія, всегда пустыя, обольстительныя, обманчивыя, но по направленію, полученному зъ молитвенномъ подвигѣ, проводи время до сна. Склоняясь ко сну, повторяй молитву, засыпай съ нею. Приучи себя такъ, чтобы проснувшись отъ сна, первую твою мыслію, первымъ словомъ и дѣломъ была *молитва Иисусова*.

6. Постарайся столько приучиться къ *молитвѣ Иисусовой*, чтобъ она сдѣлалась твоею непрестанною молитвою. (См. соч. Еп. Игнатія Брянчан. Аскетич. опыты томъ 4-й).

7. *Епископъ Игнатій*: Вопросъ: „Можно ли всѣмъ братіямъ въ монастырѣ заниматься *молитвою Иисусовою*?“ Отвѣтъ: „Не только можно, но и должно. При постриженіи въ монашество, когда новопостриженному вручаются четки, называемые при этомъ мечемъ духовнымъ, завѣщается ему непрестанное денно—нощное моленіе *молитвою Иисусовою*. Слѣдовательно, упражненіе въ *молитвѣ Иисусовой* есть обѣтъ монаха“. *Блаженный* старецъ отецъ *Серафимъ* Саровскій, достигшій великаго преуспѣянія въ молитвѣ, постоянно совѣтывалъ всѣмъ инокамъ проводить внимательную жизнь и заниматься *Иисусовою молитвою*. Батюшка *Серафимъ*, говоря о молитвѣ Иисусовой, присовокуплялъ: „одна внѣшняя молитва недостаточна. Богъ внимаетъ уму, а потому тѣ монахи, которые не соединяютъ внѣшней молитвы со внутреннею, (умною Иисусовою), не суть

монахи“. (См. Слово о мол. *Исусов*. Еп. Игн. стр. 9 и 10).

8. Еп. *Иматій*: „При упражненіи *молитвою Исусовою*, вполнѣ и со всею вѣрностію, предохраняетъ отъ прелести видѣ смиренія, называемый *плачемъ*. Плачь есть сердечное чувство покаянія, спасительной печали о грѣховности и разнообразной многочисленной немощи человѣка. *Плачь* есть *духъ сокрушенъ, сердце сокрушено и смиренно, которое Богъ не уничтожитъ* (псал. 50, 19), то есть, не предастъ во власть и поруганіе демонамъ“.

9. „Да будетъ молитва наша проникнута чувствомъ покаянія, да совокупится она съ плачемъ, и прелесть никогда не воздѣйствуетъ на насъ“

10. „Подвизающійся въ безмолвіи достигъ чистой молитвы, долженъ шествовать мысленнымъ путемъ молитвы со многимъ трепетомъ и плачемъ, съ испрошеніемъ наставленія у искусныхъ, всегда плакать о своихъ грѣхахъ. Если діаволъ увидитъ, что подвижникъ живетъ плачевно, то не пребываетъ при немъ, не терпя смиренія, происходящаго отъ плача“ (препод. Григорій Синаитъ).

11. Какъ предстоять на молитвѣ? При упражненіи въ *молитвѣ Исусовой* мы должны предстоять предъ Богомъ молитвою въ глубочайшемъ благоговѣніи, въ величайшемъ страхѣ и трепетѣ, устремляя къ Нему все вниманіе наше... Прекрасно сказалъ св. Исаакъ Сиринъ: „когда предстанешь въ молитвѣ предъ Бога, содѣлайся въ помыслѣ своемъ какъ бы муравьемъ, какъ бы пресмыкающимся по землѣ, какъ бы пѣвицею, и какъ бы нѣмотствующимъ ребенкомъ“ (сл. 49).

12. Епископъ *Иматій*: „Имя Господа нашего *Исуса Христа*—Божественно; сила и дѣйствіе этого имени—Божественны; онѣ—всемогути и спасительны“... „Не-

престанное *призываніе имени Божія*, говоритъ св. Варсонофій Великій, есть врачеваніе, убивающее не только страсти, но и самое дѣйствіе ихъ“. (См. о мол. *Исусовой* Еп. Игнатія стр. 42—89).

Наставленіе Еп. Игнатія о молитвѣ Исусовой для новоначальныхъ.

1. Св. Іоаннъ Лѣствичникъ совѣтуетъ заключить умъ въ слова молитвы, и сколько бы разъ онъ ни устранился изъ словъ, опять вводитъ его. Когда умъ будетъ такимъ образомъ во вниманіи, тогда и сердце вступитъ въ сочувствіе уму умиленіемъ, молитва будетъ совершаться совокупно умомъ и сердцемъ.

2. Слова молитвы: „*Господи, Исусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“ должно произносить очень не спѣшно, даже протяжно, чтобъ умъ имѣлъ возможность заключаться въ слова.

3. Утѣшая и наставляя общежительныхъ иноковъ, занимающихся монастырскими послушаніями, ободряя ихъ къ усердію и тщательности въ молитвенномъ подвигѣ, св. Лѣствичникъ говоритъ: „отъ монаховъ, занимающихся послушаніями, Богъ не требуетъ молитвы вполнѣ чистой отъ развлеченія. Не унывай, будучи окрадываемъ разсѣянностію! Благодушествуй и постоянно понуждай умъ твой возвращаться къ себѣ. Совершенная свобода отъ разсѣянности принадлежитъ ангеловъ“ (сл. 28 и 4).

4. Порабощенные страстямъ! Будемъ молиться Господу постоянно, неотступно, потому что всѣ безстрастные перешли такою молитвою къ состоянію безстрастія изъ состоянія страстнаго. (св. Лѣствичникъ).

5. Если ты неослабно будешь пріобучать умъ твой, чтобъ онъ никуда не удалялся изъ словъ молитвы,

то онъ и во время трапезованія твоего будетъ при тебѣ. Если-же попущено ему тобою невозбранное скитаніе повсюду, то онъ невозможенъ никогда пребывать у тебя.

6. Мы, какъ младенцы, заботясь о качествахъ (не разсвѣнности) молитвы, будемъ молиться очень много. Количество служить причиною качества. Господь даетъ чистую молитву тому, кто молится безлѣнностью, много и постоянно своею оскверняемою развлеченіемъ молитвою. (Лѣств. сл. 28).

7. Новоначальные иноки нуждаются въ продолжительномъ времени для обученія молитвѣ... Не скоро инокъ справится съ умомъ своимъ: онъ не скоро пріучитъ умъ свой пребывать въ словахъ молитвы, какъ бы въ заключеніи и затворѣ. Отвлекаемый усвоившимися ему пристрастіями, впечатлѣніями, воспоминаніями, попеченіями, умъ новоначальнаго непрестанно расторгаетъ спасительные для него узы, оставляетъ тѣсный путь (молитвы), уносится на широкій... Соотвѣтственно ослабленію страстей уменьшается развлеченіе.

8. Непарительность (собранность), доступная человеку, даруется Богомъ въ свое время такому подвижнику молитвы, который постоянствомъ и усердіемъ въ подвигѣ докажетъ искренность своего желанія стяжать молитву. (См. о молитвѣ Іисусовой Еп. Игнатія Брянчанинова, стр. 90—92).

9. Онъ-же: „Священно-инокъ *Доровей*, нашъ соотечественникъ, великій наставникъ *умнаго дѣланія*, соотвѣтствуетъ обучающемуся *молитвѣ Іисусовой* сперва произносить ее *гласно*. Онъ говоритъ, что гласная молитва сама собою переходитъ въ умную“. (Рукоп. Цвѣтникъ поуч. 30 и 32). „Отъ *молитвы гласной (Іисусовой)* многой, говоритъ священно-инокъ, истекаетъ молитва *умная*,

а отъ умной молитвы является молитва сердечная. Произносить *молитву Іисусову* должно не громкимъ голосомъ, но тихо, вслухъ себѣ одному“.

10. „При особенномъ дѣйствіи разсѣянности, печали, унынія, лѣнности, очень полезно совершать молитву *Іисусову* гласно: на *гласную* молитву Іисусову душа мало по малу возбуждается отъ тяжкаго нравственнаго сна, въ который обычно ввергаютъ ее печаль и уныніе“.

11. „Очень полезно совершать *молитву Іисусову гласно*, при усиленномъ нашествіи помысловъ и мечтаній плотскаго вожделѣнія и гнѣва, когда отъ дѣйствія ихъ разгорячится и закипитъ кровь, отымутся миръ и тишина у сердца“. (См. слово о молитвѣ Іисусовой Еп. Игнатія стр. 92 и 93).

12. Онъ-же: „Начинающему обучаться *молитвѣ Іисусовой* очень вспомоществуетъ къ обученію оной ежедневное келейное правило, изъ извѣстнаго числа земныхъ и поясныхъ поклоновъ, соотвѣтственно силамъ“.

13. Еп. Игнатій: „Полагаются поклоны не спѣшно, съ чувствомъ покаянія, и при каждомъ поклонѣ произносится молитва: *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“

14. Правило съ поклонами всего удобнѣе совершать, отходя ко сну: въ это время можно совершать правило продолжительнѣе и сосредоточеннѣе. Но и утромъ, и среди дня полезно, особенно юнымъ, полагать умѣренное количество поклоновъ, отъ 12 до 20. Этими поклонами, съ молитвою *Іисусовою*, поддерживается и укрѣпляется молитвенное настроеніе и распятіе плоти, и усиливается усердіе къ молитвенному подвигу.

15. „Молитва, сказалъ препод. Мелетій Исповѣдникъ,—учителя не требуетъ, но тщанія, раченія и

особеннаго усердія, и бываетъ учителемъ ея *Богъ*“.
(Избран. классы 1848 года).

16. Приступимъ (въ молитвѣ къ Иисусу), какъ погибшіе, какъ существенно нуждающіеся въ спасеніи, которое даруется Богомъ за истинное покаяніе.

17. Новоначальные должны держаться, при упражненіи *молитвою Иисусовою*, одного благоговѣйнѣйшаго вниманія, одного заключенія ума въ слова молитвы, произнося слова очень не спѣшно, чтобъ умъ успѣвалъ заключаться въ нихъ и производя дыханіе тихо, но свободно.

18. Вотъ тебѣ (новоначальный) завѣтъ мой: *не ищи мѣста сердечнаго*. Не усиливайся тщетно объяснить себѣ, что значитъ *мѣсто сердечное*; удовлетворительно (въ свое время) объясняется это однимъ опытомъ. Если Богу угодно дать тебѣ это познаніе, то Онъ дастъ въ свое время. Занимайся исключительно молитвою покаянія со всею тщательностію; старайся молитвою принести покаяніе. (См. слова о молитвѣ Иисусовой Еп. Игнатія стр. 94—109).

1. Зри: „Если инокъ будетъ вести себя въ монастырѣ, подобно страннику, не заводя знакомства внутри и внѣ монастыря, не ходя по братскимъ келліямъ и не принимая братію въ свою келлію, не заводя въ келліи никакихъ излишествъ, не исполняя своихъ пожеланій, трудясь въ монастырскихъ послушаніяхъ, со смиреніемъ и добросовѣстностію, прибѣгая часто къ исповѣди согрѣшеній, повинуюсь настоятелю и прочимъ властямъ монастырскимъ безропотно, *то безъ сомнѣнія преуспѣетъ въ молитвѣ Иисусовой*, то есть, получить даръ заниматься ею внимательно и проливать при ней слезы покаянія“.

2. Блаженный о. Серафимъ Саровскій свидѣтельство-

валъ, наученный собственнымъ опытомъ, что молитва Иисусова есть бичъ противъ плоти и плотскихъ похотѣній.

3. Діаволь зная, какое *великое благо молитва*, старается во время ея возмутить подвижника грѣховными суетными помыслами и мечтаніями, чтобъ отвратить его отъ молитвы, или молитву сдѣлать безплодною.

4. Нѣкоторый старецъ, преуспѣвшій въ *умной молитвѣ*, спросилъ другого инокъ, также занимавшагося ею: „кто обучилъ тебя молитвѣ?“ Инокъ отвѣчалъ: „демоны!“ Старецъ улыбнулся и сказалъ: „какой соблазнъ произнесъ ты для незнающихъ дѣла? Однако скажи: какимъ образомъ демоны выучили тебя молитвѣ?“ Инокъ отвѣчалъ: „мнѣ попущена была тяжкая и продолжительная брань отъ лютыхъ помысловъ, мечтаній и ощущеній, не дававшихъ мнѣ покоя ни днемъ ни ночью. Я истомился и исхудалъ неимоверно отъ тяжести этого неестественнаго состоянія. Угнетенный натискомъ духовъ, я прибѣгалъ къ *молитвѣ Иисусовой*. Брань достигла такой степени, что привидѣнія начали мелькать въ воздухѣ, предъ глазами моими чувственно. Я ощущалъ постоянно, что горло мое перетянута какъ бы веревкой. Потомъ при дѣйствіи самой брани, я началъ чувствовать, что молитва усиливается и надежда обновляется въ сердцѣ моемъ. Когда же брань, дѣлаясь легче и легче, наконецъ совсѣмъ утихла, внезапно появилась молитва въ сердцѣ моемъ сама собою“.

5. Будемъ молиться постоянно, терпѣливо, настойчиво, Богъ, въ свое время, даетъ благодатную чистую молитву тому, кто молится безъ лѣности и постоянно своею нечистою молитвою, кто не покидастъ малодушно молитвеннаго подвига, когда молитва долго не подается ему.

6. Достойно замѣчанія то смиренное мнѣніе о себѣ, которое наслаждается правильною *молитвою Иисусовою* въ дѣлатель ея. Блаженный отецъ *Серафимъ молитвенникъ* Саровскій достигъ въ ней величайшаго преемственія. Однажды настоятель прислалъ къ нему монаха, которому благословилъ начать пустынножитіе съ тѣмъ, чтобы о. Серафимъ наставилъ этого монаха пустынножитію столько, сколько самъ знаетъ этотъ многотрудный образъ иноческаго жительства. Смиренный о. *Серафимъ*, принявъ инока очень привѣтливо, отвѣчалъ: „и самъ я ничего не знаю!“ При этомъ онъ повторилъ иноку слова Спасителя о *смирѣніи* (Мѣ 11, 29), и объясненіе ихъ св. Іоанномъ Лѣстничникомъ. (Сл. 25 гл. 4), чрезъ дѣйствіе *сердечной молитвы Иисусовой*.

7. Подвигъ служенія Богу — подвигъ молитвы, долженъ быть совершаемъ отъ всей души, постоянно и непрестанно... И оставленіе молитвеннаго подвига и промежутка въ немъ крайне опасны. (См. о молитвѣ *Иисусовой* Еписк. Игнатія Брянчанинова, — слово).

О „Добротолубіи“ или словесахъ и гла- визнахъ священнаго трезвенія.

1. Какой человѣкъ сыщется, могущій научить насъ собесѣдованію со *Иисусомъ* въ своемъ сердцѣ такъ, какъ учить *Добротолубіе*? Едва ли кто изъ самыхъ великихъ мудрецовъ вѣка сего можетъ взяться за это дѣло. *Безъ Бога жить скучно*. Христосъ сказалъ: безъ Мене не можете творити ничесоже (Іоан. 15, 5), слѣдовательно, Онъ объявилъ намъ свою волю: быть намъ съ Нимъ неразлучно. Поэтому св. отцы оставили намъ въ *Добротолубіи* наставленія, какъ соединяться съ Богомъ умомъ въ сердцѣ. До изданія Добротолубія (на

славян. нарѣчіи) желавшіе учиться *Иисусовой молитвѣ* ходили въ Молдавію и Нѣмецкій монастырь къ истинному учителю *Иисусовой* молитвы старцу *Паисію Величковскому*, и тамъ получали наставленія, и согласно съ ними жили въ Россіи. Нынѣ же, по изданіи *Добротолубія*, для желающихъ заниматься *умною* молитвою открылся удобный случай, потому что всѣ козни діавола въ этой книгѣ объяснены (это говорилъ Соловецкій іеросхимонахъ Іеронимъ). Сердечная молитва есть даръ Божій, а не человѣческая хитрость. Обращаясь съ искусными молитвенниками, я насмотрѣлся, какъ они занимаются этимъ дѣланіемъ. Совершенно вѣрю и чистосердечно возвѣщаю, что-это дѣланіе душеполезно, но только требуетъ совершеннаго безмолвія. И тѣ люди лишаются этого дѣланія, которые вдаются въ какое либо хлопотливое занятіе.

— Во первыхъ, какъ мнѣ говорили искусные старцы, надобно устами творить молитву по четкамъ, наприкладъ, хоть сотню разъ наединѣ въ келліи, такъ чтобы и мысль наша внимательно прислушивалась къ словамъ молитвы, чрезъ что будетъ впечатлѣваться молитва въ памяти. Надобно тогда беречься отъ всякаго помысла и мечтанія; если же безъ помысла не можешь исполнить еотни, то опять начни и постарайся исполнить ее безъ (постороннихъ) помысловъ. Это наша азбука, съ нея начинаемъ мы всѣ, говорили старцы. И если кто навькнетъ, можетъ и болѣе ста разъ творить молитву, не внимая помысламъ. Я послушалъ этихъ старцевъ, и уже слишкомъ сорокъ лѣтъ учусь *умной Иисусовой* молитвѣ, и благодарю моего Господа Іисуса Христа за навькъ.

Зри! Упражняющійся въ *молитвѣ Иисусовой* не пренебрежетъ церковною службою. Онъ прежде всего

спѣшить въ церковь и послѣдній исходить изъ нея. Одни самочинники пренебрегаютъ церковную службу. Я лучше хочу сказать въ церкви одно: *Господи помилуй*, нежели прочесть въ келліи на воздухъ всю Псалтирь. (См. Патерикъ Соловецкій; Жизн. іеросхимонаха Герон.).

2. *О молитвѣ Иисусовой.* „Многіе, пребывая въ страстяхъ, тѣшатся стяжать благодать отъ *Иисусовой молитвы*. Если въ какой бочкѣ держали деготь, согласится ли кто и по испраздненіи дегтя, влить въ нее благовонное масло? Такъ и сердце, въ которомъ гнѣздились, или гнѣзятся еще страсти, скоро ли приметъ въ себя благодать Св. Духа? Поэтому, постараемся прежде очистить сердце отъ дегтя страстей, и потомъ уже можемъ надѣяться получить лучшее.

— Прежде молитвы *Иисусовой* подобаетъ испросить у Бога прощеніе прегрѣшеній и умертвить въ себѣ ярость и похоть. Тогда Самъ Богъ будетъ тебѣ Учителемъ въ молитвѣ сердечной. Сердечная молитва есть даръ Божій, подаваемый возлюбленнымъ рабамъ Божиимъ; сподобляется сего одинъ изъ тысящей. Мнится мнѣ, что одна молитва Иисусова, безъ дѣланія заповѣдей, быть не можетъ. Какъ нѣкоторые думаютъ, что они молитвенники, и учатъ другихъ молитвѣ Иисусовой, ни мало не заботясь объ исполненіи заповѣдей Господнихъ?!

— Еще: И всесвятое *Имя Его Иисусъ* должно часто произносить устами. Писано есть: *мельзи* (сбивай) *молоко и будетъ масло*. То есть: *поговори молитву Иисусову* устами подольше, заговорить и сердце. Возлюби количество, и придетъ качество, то есть, послѣ долгаго и многолѣтняго пребыванія въ устной молитвѣ стяжешь сердечную. Кто же сначала учитъ, или учится творить молитву въ сердцѣ, тотъ, видно, и устами творить ее

не умѣетъ. Божія благодать приходитъ незамѣтно. Иногда благодать дается подвижнику вначалѣ подвига, а иногда подъ конецъ житія.

— Не мни кто либо, чтобы нынѣ не было сподобившихся дара умной молитвы. Въ Гороховскомъ Николаевскомъ монастырѣ жилъ монахъ о. *Амвросій*, бывшій ученикомъ *Паисія* (архимандрита) *Молдавскаго*. Амвросій, не далеко отъ монастыря, въ селеніи, имѣлъ друга, художествомъ иконописца, именемъ Аѳанасія. Однажды Амвросій ночевалъ у Аѳанасія, расположившись для сна на дворѣ. Аѳанасій ночью, выйдя на дворъ, увидѣлъ Амвросія стоящимъ на колѣнахъ и молящимся, и лице его сіяло необыкновеннымъ свѣтомъ. Аѳанасій ужаснулся: когда же замѣтилъ это Амвросій, то закричалъ: „Не вѣрь, не вѣрь, это прелесть!“ Потомъ не велѣлъ сказывать никому. Это слышалъ я отъ самого Аѳанасія. У Амвросія въ томъ же монастырѣ былъ также сподвижникъ и ученикъ *Паисіевъ*, имѣвшій не меньшую благодать.

Я зналъ въ Москвѣ простого мужа *Гр. Оед—ча* по прозванію Гончара. Онъ былъ знакомъ митрополиту Платону и пользовался его расположеніемъ. Однажды между разговорами о спасеніи, Гончаръ сказалъ Владыкѣ: „*Научи меня молиться*“. Платонъ велѣлъ ему творить *молитву Иисусову*. Послушалъ Гончаръ, началъ творить молитву, и потомъ просилъ у Платона дальнѣйшихъ наставленій. Владыка послалъ его въ Пѣношскій монастырь къ іеромонаху Самуилу. Пошелъ къ нему Гончаръ, посовѣтывался и возвратился домой въ крайнемъ молчаніи, оставилъ всю домашнюю заботу, устроилъ себѣ въ домѣ скромный чуланецъ, поставилъ въ ономъ образъ съ лампадкою, и началъ безмолствовать. Въ церковь же ходилъ всегда, и былъ

до смерти церковнымъ старостою. За смиреніе и милосердіе къ нищимъ, Богъ явилъ ему его кончину. (Смотри Соловец. Патерикъ жизнеоп. іеросхимоп. Іеронима).

Дѣлателью умной *Иисусовой молитвы* необходимо прочитать *предостереженіе* старца *Оптинской* пустыни *іеросхимонаха* отца *Макарія*, помѣщенное въ концѣ книги его: „Письма къ монахамъ“. Написано *предостереженіе*, какъ говоритъ старецъ, отнюдь не съ тѣмъ, чтобы удержать и отвратить отъ *сего дѣланія* кого либо, въ разумѣ и по ученію св. отцевъ желающаго проходить *умное дѣланіе*. Мы радуемся о тѣхъ, которые разумно и достойно могутъ соединиться съ Господомъ чрезъ сіе блаженное дѣланіе; неопытнымъ же и нудящимся къ сему дѣланію, советуемъ самимъ читать, съ должнымъ вниманіемъ, отеческія книги, да познають истину и прелесть, и подсады вражін и соблюдутъ себя отъ начинаній выше мѣры своей.

Георгій Алексѣвичъ затворникъ *Задонскій*: „Одно призываніе *сладчайшаго Иисуса* можетъ усладить огорченное сердце и привести душу въ восторгъ небесной радости. Мирное спокойствіе снискивается въ самомъ сердцѣ единымъ *именемъ Христовымъ*“. (См. Пис 69 стр. 128, т. 1-й).

Зри! Св. *Тихонъ* чудотв. *Задонскій*, иногда, глубоко проникнутый чувствомъ умиленія и сокрушенія, громко и взывалъ простершись ницъ: „*Господи пощади! Кормилецъ помилуй! Потерпи, благодать наша, грѣхамъ нашимъ! Услыши, Господи, и не погуби насъ со беззаконьми нашими!*“ и головою ударялся о полъ. (См. житіе св. *Тихона*).

Онъ же: Жаждущему спасенія св. *Христовъ Тихонъ* совѣтуетъ: „Отъ искушеній никуда не уйдешь, когда врагъ чего самъ не можетъ, то чрезъ злыхъ людей

наносить оскорбленія; только лучше быть въ какомъ нибудь монастырѣ (неизходно); а повсюду надобно терпѣть и быть великодушнѣе, не смотрѣть на то, что дѣлають, а внимать, чему Слово Божіе учить; знать келлію да церковь, и быть всегда занята: то читать, то молиться, то дѣлать что пристойное, и такъ попеременно продолжать; мало ѣсть, мало пить, и *непрестанно Иисусову* молитву имѣть въ сердцѣ своемъ: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“ (См. письма *Георгія* затворн. ч. 3, стр. 605).

О молитвѣ *Иисусовой* отца *Авраамія* (протоіерея *Некрасова*) *Арзамасскаго*, ученика *Серафима Саровскаго*.

1. Спаситель говоритъ: *безъ Мене не можете творити ничесоже*; поэтому, по слову апостола: *непрестанно молитесь*; должно и нужно тебѣ упражняться въ *умной* сердечной молитвѣ, при самыхъ даже обыкновенныхъ занятіяхъ, въ глубинѣ души твоей, произнося со страхомъ и вѣрою: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*

2. Хочется тебѣ *спастись*? *Непрестанно молись*, и все терпи и терпи до конца; ибо точію претерпѣвый до конца спасенъ будетъ.

3. Бѣсовъ бей нещадно *именемъ Иисусовымъ*, вотъ и будешь добръ воинъ *Христовъ*.

4. Наыкни *непрестанно молиться* и истинно смиряться, такъ какъ *безъ молитвы* никакой даръ не стяжается, а *безъ смиренія хотѣ бѣги изъ монастыря*.

5. О. *Авраамій*: „О мірѣ болѣе не грусти (монахъ); о мірѣ же сердечномъ *непрестанно трости* (то-есть *непрестанно молись*).

6. Не буди *безъ молитвы Иисусовой* ни на одну ми-

нуту. И вставая, и сидя, и ходя, и при трапезѣ, и при всякомъ занятіи (рукодѣліи) твоёмъ, даже во многострадѣ, отнюдь не оставляй въ умѣ твоёмъ сей краткой молитвы: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Частое и усердное, съ вѣрою и любовію, произношеніе сей молитвы сохранить умъ твой отъ разсѣянія и помышленій злыхъ, и сердце — отъ похотей лукавыхъ.

7. Что мнѣ дѣлать? спрашивалъ нѣкто отца Авраамія: я еще не научился творить *молитву Иисусову* при занятіяхъ, но если что читаю или пишу, то умъ мой поглощается весь чтеніемъ или письмомъ?..

— Дабы стяжать *это сокровище — даръ непрестанной молитвы*, отвѣчалъ старецъ, нуженъ подвигъ: *царствіе небесное нудится* и нудящіе себя восхищаютъ его; а подвизаться за тебя, кромѣ тебя же самаго никто не можетъ.

— Подвизаюсь, да не успѣваю? Значитъ еще слабо внимаешь, мало подвизаешься. *Усугуби* твое вниманіе, *умножь* подвигъ твой, и ты, съ помощію Божіею, успѣешь въ твоёмъ подвигѣ столько, что *молитва Иисусова* также сдѣлается для тебя естественною, какъ и самое дыханіе твое, безъ котораго существовать не можешь.

8. Если душа твоя всегда уязвлена жаломъ сокрушенія и страхомъ суда будущаго, то старайся чрезъ тщательное упражненіе въ словѣ Божіемъ и чрезъ *умную молитву* этотъ даръ Божій (т. е. духъ сокрушенный) еще болѣе приумножить въ себѣ.

9. Противъ скуки и унынія есть средство: чрезъ *умную сердечную Иисусову молитву* старайся всегда быть въ Богѣ, Который есть Источникъ радости и утѣшенія.

10. Не *выроняй* ни на одно мгновеніе ока изъ серд-

ца твоего Пресладкаго и Всещедраго Иисуса. Безъ Него горько жить. (См. письма о. Авраамія къ духов. дѣтямъ).

О. Авраамій протоіерей Арзамасскій: 1. „Ума и сердца и очей (умныхъ) не спускай съ *Того*, съ *Кѣмъ* прискреннѣ удостоился соединиться (въ таинства причащенія). Бди и молись!... Кромѣ трезвенія и молитвы не можешь устоять въ чистотѣ и правдѣ. При самомъ трезвеніи и молитвѣ берегись, чтобы не впасть тебѣ въ самомнѣніе и самообольщеніе. Возлюби смиреніе и самоукореніе. *Одно, одно* намъ, грѣшнымъ *нужно — смиреніе*. Безъ сего небеснаго дара ни истиннаго покаянія нельзя принести, ни добродѣтели какой стяжать невозможно“. (См. письма къ духов. дѣтямъ).

2. Онъ-же: „Противъ враговъ спасенія оружіе твердое — молитва и постъ: *сей родъ* (бѣсовъ и страстей) *не исходитъ*, по слову Спасителя, не отгоняется, не побѣждается, *только молитвою и постомъ*. А со *смирениемъ* такъ будь друженъ, что безъ него отнюдь ни мысли, ни говори и не твори ничего“. (Тамъ-же).

3. Внемли себѣ опасно! Мысли злыя, какъ сѣмя дьявольское, *именемъ Иисусовымъ* исторгай въ самомъ началѣ.

4. Имя *Иисуса Христа*, какъ брилліантъ, да не угасаетъ выну въ сердцѣ твоёмъ. Бдительное вниманіе къ молитвѣ, какъ жемчужина, пусть будетъ единственнымъ украшеніемъ души твоей.

5. Очищай свой умъ и сердце, а средства къ тому — вниманіе, молитва, воздержаніе.

6. Замѣчаешь въ себѣ лѣность къ молитвѣ? Нудь себя грози себѣ, устрашай себя, обнадеживай себя наградою за трудъ, и паче чаще разсуждай: *что есть молитва?* И по немногу станешь услаждаться молит-

вою. Не хотѣть молиться значитъ не хотѣть быть съ Богомъ.

7. Не теряй вниманія, всегда пребудь съ Господомъ, чрезъ непрестанное памятованіе и призываніе *Его Сладчайшаго Имени*.

8. Молиться обучай себя столь-же часто, какъ часто и дышешь. Я разумѣю внутреннюю молитву, которая всегда и вездѣ можетъ быть совершаема съ такою же удобностію, съ какою совершается въ насъ бѣненіе сердца. (Смотри письма къ духов. дѣтямъ о. Авраамія Арзамасскаго).

О. Авраамій Арзамасскій: 1. „*Иисусова молитва* пусть будетъ дыханіемъ души твоей!... *Сладчайшій Иисусъ* да не выходитъ изъ ума и сердца твоего... Со Сладкимъ *Иисусомъ* все для тебя будетъ сладко: самыя скорби покажутся тебѣ манною небесною... Держись умомъ твоимъ и сердцемъ Сладчайшаго *Иисуса*: Онъ все совершитъ въ тебѣ, во внутреннемъ твоёмъ человѣкѣ... Обучай себя смиренію и терпѣнію .. *Въ терпѣніи* нашемъ стяжите души ваша... Претерпѣвый до конца той спасенъ будетъ .. Терпѣніе имате потребу“.

2. Онъ-же: „Продолжай дѣланіе свое внутреннее неослабно, *призывай непрестанно* съ вѣрою и любовію достопокланяемое имя *Господа Иисуса*“.

3. Молись умомъ своимъ непрестанно и смирайся сердцемъ, и *Господь дѣйствуя въ насъ, и еже хотѣти, и еже дѣяти*, сотворитъ съ тобою благодатный плодъ свой во время свое“.

4. Вотъ твое дѣло: *молиться*, сокрушаться, смиряться, молчать и отнюдь не горячиться.

5. Уединяйся почаще въ себя, *въ клятъ* твоего сердца, и тамъ бесѣдуй съ Богомъ *чрезъ умную молитву*, которая такою радостію и сладостію наполнить душу

твою, что ты не захочешь искать ни въ чемъ земномъ себѣ утѣшенія.

6. Приобучай себя посредствомъ *молитвы Иисусовой* къ тому, чтобъ всегда быть съ Господомъ. Нѣтъ столь твердаго оружія противу враговъ нашего спасенія, какъ молитва.

7. Во внутреннемъ святилищѣ души совершай выну (всегда) словесное служеніе посредствомъ *умной и сердечной молитвы Иисусовой*, которую никто и ничто не можетъ препятствовать произносить тебѣ, (если конечно самъ поревнуешь о семъ).

8. Держись паче всего молитвы *Иисусовой*, и при ней строгаго вниманія самому себѣ, въ страхъ Божию.

9. Предлагаю тебѣ совѣтъ мой: поучаться *непрестанному* произношенію въ умѣ и сердцѣ *Иисусовой молитвы*, безъ которой, по свидѣтельству св. отцевъ, человѣкъ не можетъ соединиться съ Богомъ. (Изъ писемъ о. Авраамія Некрасова протоіер. Арзамасскаго къ его дух. дѣтямъ).

О. Авраамій Некрасовъ протоіерей Арзамасскій: 1. „Воину царя небеснаго нужно оружіе на побѣжденіе враговъ спасенія. *Это оружіе есть—непрестанная молитва*, какъ говоритъ св. апостоль: *непрестанно молился*... Начи, съ помощію Божіею, совершать въ глубинѣ души своей, на всякомъ мѣстѣ, во всякое время *молитву Иисусову*“.

2. Иноческая жизнь, по мнѣнію одного подвижника, второе рожденіе; а потому будь младенецъ не умомъ, а беззлобіемъ и корыстію. Младенецъ мыслить умомъ своихъ родителей, водится ихъ волею; и *подвижникъ Христовъ—весь во Христѣ*. Умъ, чувства, правила—*все Христово*. Безмолвіе—его услажденіе. Молитва—

духовное созерцаніе. Слово Божіе—пища души его. Сладчайшая *бесѣда съ Богомъ*,— *въ непрестанной молитвѣ*. Храмъ единственное приѣжище. Ограда обители—предѣлъ, далѣе котораго для крестоносца болѣе ничего не существуетъ. Его міръ—вѣчность Тамъ Его сокровище, тамъ Его сердце. Съ живущими на землѣ, единственная связь—теплая о нихъ молитва. Вотъ *что—инокская жизнь!*...

3. Если ты и въ обители святой увидишь соблазны, преткновенія, грѣхопаденія, не чудись сему; ибо и на небѣ нѣкогда брань была, и тамъ былъ грѣхъ (паденіе діавола и ангеловъ его). Знай только самого себя, свою совѣсть; помни всегда Бога, молясь Ему изъ глубины души твоей, а все прочее оставляй внѣ себя, какъ-бы не сущее. *Бъсь* не перстовъ *боится*, а *молитвы*; а потому держись оной, какъ самага первѣйшаго и вѣрнѣйшаго оружія на брани твоей. Молчаніе полюби, терпѣнія пощи, послушаніе стяжи; а *со смиреніемъ* не только подружись, но и *породнись*.

4. Держись паче всего *Иисусовой молитвы*, и при ней строгаго вниманія самому себѣ.

5. Безъ скорбей нѣтъ спасенія! Отнюдь ни на минуту не оставляй оружія духовнаго—*молитвы*. Спаситель увѣщаваеъ: *Бдите и молитесь, да не внидете въ напасть*. Значитъ напасть насъ постигаетъ, когда мы не молимся. (См. письма къ духов. дѣтямъ о. Авраамія Некрасова протоіерея Арзам. женскаго монастыря).

О. Авраамій (Некрасовъ) протоіерей Арзамасскій:
1. „Къ добродѣтелямъ: чистотѣ и смиренію потребна молитва и *молитва непрестанная*. Кто изъ св. отцевъ стяжалъ себѣ Христа безъ молитвы? *Никто!*.. Молитва есть сѣмя, порождающее въ насъ Христа, молитва есть сила, оплодотворяющая въ душахъ нашихъ жизнь

Христову. Безъ молитвы самая чистота въ душахъ нашихъ будетъ нечиста, и самое смиреніе въ глубинахъ душъ нашихъ безъ молитвы засердится“...

2. „Старайся *всегда быть съ Господомъ!* А быть съ Господомъ это рай земной и царствіе Божіе... Глазамъ, языку, ушамъ воли не давай: глаза закрой, уста затвори, а уши заткни.. Болѣе всего, при *умной непрестанной Иисусовой молитвѣ*, держись смиренно-мудрія, которое есть вѣрное и твердое огражденіе души“.

3. „Терпѣніе вездѣ нужно, а въ монастырѣ столь-же необходимо какъ воздухъ для того, чтобъ дышать и жить“.

4. „Не можешь много поститься и предстоять на молитвѣ (тѣлесно), такъ упражняйся болѣе *въ умной и сердечной молитвѣ*. Паче же всего храни уста свои отъ празднословія и осужденія, ибо ничто такъ не препятствуетъ *вниманію умному* и теплотѣ сердечной, какъ празднословіе“. (Смотри письма о. Авраамія къ дух. дѣтямъ).

Собралъ Игуменъ Тихонъ.

ОГЛАВЛЕНІЕ.

Бисеры и маргариты изъ слова Божія.	3
Бисеры Божіи — драгіе, изъ Добротолюбія: Образы молитвенниковъ.	4
Образы молитвы умной.	10
Преподобныхъ Каллиста и Игнатія о молитвѣ умной Иисусовой.	15
Родные намъ, наши молитвенники умные, ученики Иисусовы.	18
Отца Иларіона духовника Симонова Московскаго монастыря: о молитвѣ Иисусовой.	28
Іеромонаха отца Іоны Симоновскаго: о молитвѣ Иисусовой.	29
Ученіе преосвященнаго Ѳеофана Затворника о молитвѣ умной Иисусовой и другихъ подвижниковъ.	30
Бисеры Божіи изъ твореній Епископа Ѳеофана о молитвѣ.	37
Преосв. Епископъ Игнатій о молитвѣ Иисусовой.	42
Наставленіе Епископа Игнатія о молитвѣ Иисусовой для новоначальныхъ.	45
О «Добротолюбіи» или словесахъ и главизнахъ священнаго трезвенія.	50
О молитвѣ Иисусовой отца Авраамія (протоіерея Некрасова) Арзамасскаго, ученика Серафима Саровскаго.	55

Московский

Свято-Данилов монастырь —

крупнейшій в Россіи поставщикъ православной литературы.

Низкие цены, широкий выбор!

Обеспечиваем доставку автотранспортом и железнодорожными контейнерами.

Наш адрес: 113191, Москва,

Даниловский вал, 22.

Тел. 952-72-89; 955-67-07

Богослужения в монастыре совершаются ежедневно утром с 7 часов и вечером с 17 часов.

Молебны и панихиды совершаются в течение дня с 9.30 часов.