

протоиерей Сергий Баранов

БОГ, КОТОРЫЙ ЕСТЬ

*очерки
по Иисусовой молитве*

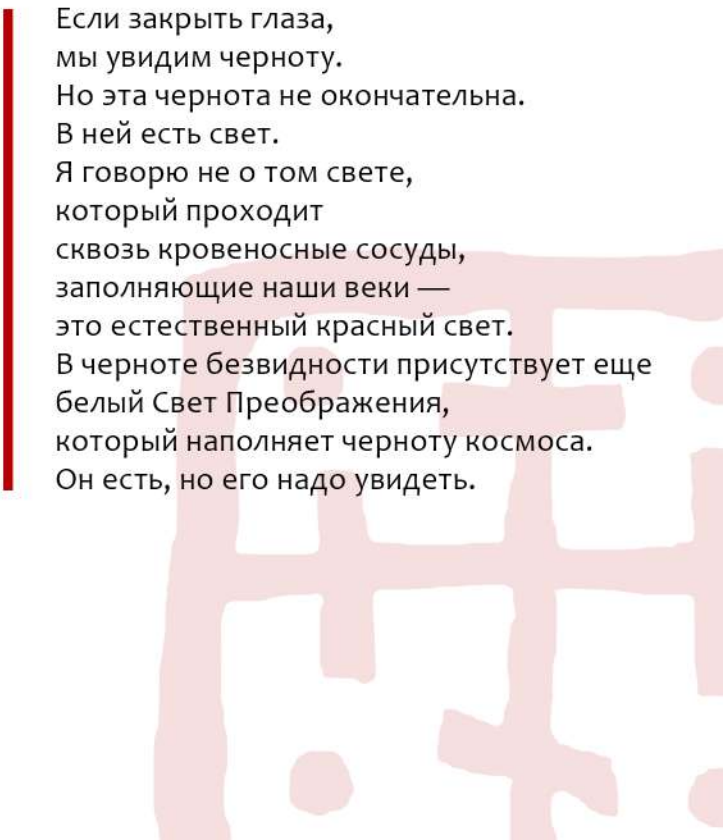


г. Оруск

Иверский
женский монастырь



г. Орск



Если закрыть глаза,
мы увидим черноту.
Но эта чернота не окончательна.
В ней есть свет.
Я говорю не о том свете,
который проходит
сквозь кровеносные сосуды,
заполняющие наши веки —
это естественный красный свет.
В черноте безвидности присутствует еще
белый Свет Преображения,
который наполняет черноту космоса.
Он есть, но его надо увидеть.

Протоиерей Сергей Баранов

Бог, Который есть

(очерки по Иисусовой
молитве)

• • •

Если закрыть глаза, мы увидим
черноту.

Но эта чернота не окончательна. В
ней есть свет. Я говорю не
о том свете, который проходит
сквозь кровеносные сосуды,
заполняющие наши веки.

Это естественный красный свет.

В черноте безвидности
присутствует еще

белый Свет Преображения, который
наполняет черноту космоса.

Он есть, но его надо увидеть.

+

Господи, благослови!

Бог, Который есть!

(очерки по Иисусовой молитве)

Бытие некоторых понятий становится объективным в силу определенных причин. Причин, без которых ничего не оживает, не начинает быть. Объективность пространства зависит от одного важного условия. В нём, в пространстве, должны появиться объекты, отношения между которыми и определяют пространство, расстояние, приближение или удаление. Нет объектов - нет пространства, ни как бытийной величины, ни как философского понятия.

В «пространстве» Бога, которое святые отцы называют Божественным мраком (состоянием безвидности),

также должны появиться объекты, которые актуализируют бытие этой сферы. Этих объектов должно быть минимум два, одного недостаточно. Два — это значит я и Бог. Бог, Который по Своей любви проявляется в сторону меня, становясь имманентным Богом, Богом, которого я определяю через отношения с Ним, а не в размышлении о Нём. Иначе Божественный мрак становится чёрной дырой, которая поглощает меня в ничто и сама, в свою очередь, перестаёт быть, даже дырой. Дыра — это уже что-то, нет объекта — нет дыры. Смерть не только как отсутствие бытия, но и как отсутствие понятий. Смерть как ничто.

Если мы верим в живого Бога, значит, Его бытие должно как-то определяться в нашу сторону. Я не хочу верить в нечто, которое сродни «ничто». Меня не удовлетворяет

говoreние в пустоту. Я, как объект, нуждаюсь в другом объекте, отношении с которым делает объективным моё бытие не только в формате этой земной, физиологической жизни, которая в момент смерти становится иллюзией, но и за её пределами. Если Божественный мрак определяется только апофатическими понятиями, то Бог лично для меня становится Богом-ничто, или, точнее, Богом-никто. Но я не агностик, а христианин, и я не собираюсь умирать в этой чёрной дыре, имя которой смерть. Смерть, которую победил мой Бог, имя Которому – Жизнь. Жизнь не только в Самом Себе, но и для меня, во мне. Для объективности пространства нужны минимум два объекта. Бог это понимает и становится Таким ради меня. У нас начинаются с Ним отношения. Но Он - Объект только

отчасти, потому что любой объект ограничен, а Бог не может быть ограничен ничем. Он – Бог. Когда Он в Ветхом Завете говорит Моисею, что «Ты увидишь только задняя Моя», это и есть понятие только отчасти, не в полной мере. Но и «отчасти» — это уже что-то. Часть от беспредельности — это уже океан. Океан, в котором я всё равно не вижу края, хоть есть он, хоть нет.

...

Нет на земле народа, в котором бы не было понятия Бога. Но это понятие наполнено страхом перед неведомым, непостижимым. И только у христиан страх сменяется благоговением перед Тем, Кто коснулся сердца твоего не как понятие, а как Бытие. Фразу «Бога никтоже нигдеже виде» принимают

все монотеистические религии, а продолжение ее «Сын Единородный, Он яви» - имеют только христиане. В этом наша существенная разница. Мы можем благоговеть, потому что входим с Ним в отношения.

Слово становится плотью. Смысл этих Евангельских слов очень деликатен. Самый важный момент — становится плотью, но и не перестаёт быть Богом в полной мере. И поэтому те люди, которые были вокруг Христа и видели только плоть, не видели ничего. И напротив, Апостол Павел говорит, что видел нечто, что не может объяснить, но это нечто очень определённо, объективно для него.

Человек создан по образу и подобию Божию, но он, как ограниченный объект, облечён в форму, в отличие от совершенного, безграничного Бога. И Бог, чтобы стать

понятным творению, «осязаемым», по Божественной своей любви входит в ограниченность формы, вочеловечивается. Но не для того, чтобы остаться Таковым, а для того, чтобы, взяв человека за руку, потянуть его за пределы рационального в пространство Божественного мрака, который живёт совершенно иными ощущениями по сравнению с привычными психофизическими понятиями этого материального мира. Объективность этого пространства не вызывает сомнений для тех уникальных людей, которые подвигом духовной жизни по благодати Божией прорывали границу между двумя пространствами.

...

Бог входит в Таинство пресуществления не для того, чтобы

стать хлебом и вином, а для того, чтобы хлеб и вино соделать Своим Телом и Кровью. Спаситель мистически живет в Своем Имени не потому, что Он есть Имя, а потому что имя Божие есть Бог. Для не практикующих Иисусову молитву эти фразы могут звучать, как тавтология. Так оно и будет, если мы будем пытаться понять, когда это нужно жить.

Фраза, сказанная отцом Иоанном Кронштадтским "Имя Божие есть Бог" – очень глубокая. Это его реальный духовный опыт. Опыт, в который многие афонские иноки-мяславцы, к сожалению, попытались войти интеллектуально. Они рассуждали о том, что превышало их меру ("Духовные знания без духовного опыта – демоническое богословие" –

Максим Исповедник), вследствие чего повредились, о чём говорит их духовный результат – дух. Агрессивный, немирный, спорливый. Прелесть развивалась через категоричное мнение, что, в свою очередь, спровоцировало категоричность и в другую сторону. Всё, что связано с именем Божьим, стало встречаться также с непримиримой агрессией. Но святой праведный Иоанн не мог сказать безответственную фразу. В чём же была суть?

Когда подвижник, занимаясь умной молитвой, много, в идеале – непрестанно, навывает держать её умно, безвидно в сердце, в какой-то момент она выходит из области слова в саму Личность Христа, то есть

делатель молитвы начинает в каждом призывании жить не слово (имя), а Самого Христа, Которому принадлежит имя. То, есть, произнося слово, мы молимся не имени, а Тому, Кому оно принадлежит. Богословская комиссия, созданная специально для рассмотрения имяславских споров, резюмировала одной короткой фразой своё отношение к данному вопросу. "Имя Божие есть Бог, но Бог не есть имя". Эта формула родилась Духом Святым, и она очень точная.

Кроме того, о имени Божиим хотелось ещё сказать в таком аспекте. Бог, как Существо Совершенное, не может быть ограничен никакой формой. Он – Чистейший Дух. Но человек создан Богом в формате этого мира, и он

нуждается не в идее о Боге. Он всегда ищет Его Самого. И Любящий Бог по своей великой любви выходит ему навстречу. Он умаляется, становится формой отчасти.

Когда Святой Григорий Палама спорил со своим оппонентом Варлаамом, теоретиком, не знающим практики умной молитвы, Варлаам категорично утверждал, что Бога человек может познавать только апофатически, и никак иначе. Преподобный Духом Святым объяснил суть вопроса, разделив понятия «сущность Божия» и «Божественные энергии». Сущность Бога непостижима для человека, но Господь проявляется в этом мире через Свои энергии. Энергии, которые могут наполнять собой форму. Нетварный

свет – это не иллюзия, это не «как бы» свет – это свет. Природа Богочеловека Христа была в полной мере Божественной и в полной мере, кроме греха, человеческой. Перед тем, как Христос в Своём Божественном Вознесении оставляет учеников, Он даёт им Своё Тело и Кровь в виде хлеба и вина. И опять же, входит в форму своим содержанием. В православной традиции иконопочитания, почитания мощей действует то же Таинство – неограниченный, трансцендентный Бог входит в ограниченную форму своими энергиями. Эта форма становится Богом по благодати.

Но Господь входит не только в форму материи. Он в Таинстве умной молитвы входит и в форму слова, то

есть Своего Божественного Имени, наполняя его энергиями. И в этом смысле имя Божие становится Богом по благодати. Нетварный свет – это свет Божества. Но Бог не есть только Свет. Имя Божие есть Бог, но Бог не есть имя.

Самая драгоценная часть Иисусовой молитвы — это её мистическая сторона. В ней присутствует и чисто практические моменты, как-то: организация нашего ума, поражённого рассеянностью, пассивностью, дезорганизованностью, мобилизация его на борьбу с помыслами, чуткость, внимательность в этой борьбе, тренировка воли для того, чтобы быть стабильным, функциональным. Всё это касается нашего очищения, стремления к девственности души. Но главная цель — не девственность. Девство ради

девства — пустое дело. Девство сохраняется ради Жениха, как дар Ему, для сочетания с Ним. Так вот, в Таинстве Иисусовой молитвы главным является Жених, всё остальное — второстепенно. Иисус Христос — это, в первую очередь, мистическая Личность. Сначала — Совершенный Бог, а затем — Совершенный Человек. Входя с самого начала в это сокровенное Таинство, мы должны понимать конечную цель. Мы не просто стремимся к очищению. Очищение происходит через соединение, обожение. В противном случае, мы будем повторять грех прародителей — попытку стать богом без Бога, или глупость строителей Вавилонской башни, которые, имея искренность, труд, стабильность, пытались своими силами подняться до небес. Иисусова действительно через свои практические упражнения

позволяет достичь некоторых психофизических результатов, но без главного — Христа — это будет труд антихриста.

...

«Царство Божие внутри вас есть» — так говорит Христос. Но Царство Божие — Он и есть. Царство — не «что», Царство — «кто». Поэтому в Иисусовой молитве мы ищем не состояние (что), а Его Самого (Кто). Первая ошибка для начинающих — искание состояний (мира, умиления, просвещения).

Если Он, как Царство, внутри нас есть, то наш ум в поисках Его должен изменить направление поиска извне вовнутрь себя, в сердце. Никифор Уединенник в «Добротолюбии» говорит важное понятие: после грехопадения ум

человека направился вовне. Чтобы вернуться к Богу, нужно изменить направление деятельности ума извне внутрь человека. Чем быстрее ум бежит в поисках Бога вперёд, в безграничность пространства, тем быстрее Бог от него удаляется. Измени направление - и Бог извне направится внутрь тебя. Поэтому Иисусова называется умно-сердечной. Ум соединяется с сердцем и начинает жить в нём Христа.

Я употребляю странное словосочетание «жить Христа», делая сознательный акцент, различие между понятиями «думать о Христе» и «жить Христа». Думаем мы о внешнем объекте, который перед нами, а живём тем, что внутри нас. Ветхозаветные праведники ходили пред Богом. (Авраам был праведен и ходил пред Богом, Исаак, Иаков). Так

было в Ветхом Завете, а в Новом, с пришествием Христа, появилось понятие «жить в Боге», «носить в себе Христа». «Не я уже живу, но живёт во мне Христос». Одним из главных условий Иисусовой молитвы является жизнь вовнутрь, там, где Царство. Царство — Христос.

То, что я называю жизнью вовнутрь, имеет свою особенность. Логика, логическое мышление, которым мы по ошибке ограничиваем ум — это мышление направлено поступательно вовне, от мысли к мысли, от образа к образу. В связи со своей сложностью оно не очень точно. Так вот, направление вовнутрь, в сердце, теснит мысль в простоту, и, в связи с этим, живёт очень точно. «Иисусе, Иисусе» — и всё, без сопутствующих мыслей, образов, впечатлений. По неопытности это

может показаться умиранием ума, который привык жить широтой мыслей, впечатлений. Так оно вначале и есть, и любое умирание приносит кризис, дискомфорт. Но за точкой этой психологической смерти, оказывается, есть жизнь. Жизнь через Христа. Удивительная, богатая, безграничная, потому что Он безграничен.

...

Мы в нашей общине не практикуем очень медленную молитву, с перерывами на «вдумывание». Мы просто не позволяем уму думать. Думать — это сложно. А Бог прост и живётся Он просто. Мы просто произносим молитву внутрь, в обратную сторону от размышления. Произносим и

произносим и ни о чём не думаем. В этом и состоит наше внимание. Я много пытался бороться с помыслами — выходил к ним навстречу и противоречил, но всё безрезультатно, пока не понял, что нужно направлять ум внутрь, в сердце, находить там Христа, обхватить Его ноги, закрыть глаза, уши и замереть, повторяя одно и то же: «Иисусе, Иисусе...». Помысел кружит возле тебя, но подойти не может, и через время отходит посрамленный. Помыслам нужна мутная вода — много мыслей. Убегая от помысла, мы останавливаем логику и держим в уме одну короткую мысль — «Иисусе...», которая движется не поступательно вперёд, а по кругу, одна сменяя другую. Думать и молиться — это разные состояния ума. Умная молитва — это не думать, это — жить. Не путайте внимание с думанием. Мы

просто держим ум в словах молитвы, и всё.

Бог входит в форму слова, но со временем, когда ум навикает в молитве жить Бога в сердце безвидно, безобразно, в Божественном мраке имя Божие выходит из формы слова и живётся, как Сам Бог. «Иисусе, Иисусе...». Я переживаю это уже не как имя, а как Его Самого, к Которому обращаюсь через имя. Но в какое-то время и имя прекращается, остаётся сама суть, то есть, Он. И в это время Божественный мрак становится Светом. Прекращается форма. Остаётся содержание.

...

Иисусова молитва начинается с устной её формы, то есть, мы начинаем произносить её гласно: «Господи, Иисусе Христе, помилуй

мя», как можно чаще и больше, чтобы приобрести навык непрерывного пребывания пред Богом. Неслучайно целью Иисусовой молитвы является непрерывная молитва. В сутках двадцать четыре часа. Если мы будем уделять молитве утром короткое время и вечером, остальная часть будет оставаться незаполненной, и в этот вакуум войдёт постороннее. Ладно ещё нейтральное, хуже — греховное. Природа не терпит пустоты. Конечно же, это не получится сразу и совершенно. Но Царство Божие нудится, и прилагающие усилия и постоянство достигают результата. Результата, который приходит не скоро. Быстро приходят иллюзии от психологического разгорячения. Настоящий духовный результат достигается постепенно, долготерпением и стабильностью.

Иллюзии как быстро приходят, также быстро и рассыпаются.

...

Существует мнение, что невнимательная молитва кощунственна, вследствие чего лучше произнести немного молитв внимательно, нежели твердить много языком. Чаще всего в этом случае ссылаются на апостола Павла. В слове о молитве преп. Иоанн Лествичник отвечает на этот вопрос так: «И я бы желал всегда творить молитву внимательно умом, но вам придётся принять тот факт, что прежде чем вы приобретёте навык умной, внимательной молитвы, вам придётся терпеть период несовершенной, рассеянной молитвы, произносимой языком». Это — данность, от которой не уйти. Грехом является

сознательное пренебрежение вниманием. А если это всего лишь по неимению навыка, то это естественно. Навык приходит со временем, но не сам по себе, а когда вы понуждаетесь снова и снова, много и много. Искусство приобретается усердием и постоянством.

Честно говоря, не верится в результат тех людей, которые молятся понемножку. Кто-нибудь видел великого музыканта, художника, учёного, который бы занимался своим делом понемножку? Это фантазии. А если молитву святые отцы называют наукой из наук, искусством из искусств, сколько усердия требует она? Святые отцы посвящали ей всю свою жизнь. Кроме того, если человек произносит молитву много, в идеале — постоянно, она со временем переходит из области логики в область

интуиции, становится естественной.
Привычка — вторая натура.

...

Часто встречается недоумение: в течение дня мы заняты многими трудами, в том числе умственным трудом, как это может сочетаться с непрестанной молитвой? Тело занято телесным трудом, логика умственным, а интуиция — молитвой, если молитва вследствие долгой практики вошла в интуицию. Не нужно смущаться, что якобы молитва, происходящая в интуиции, невнимательна. Просто это внимание другой природы. Логика живёт длинными мыслями, интуиция — коротким впечатлением. Коротким, но часто очень точным.

Радиостанция Бога работает на коротких волнах, а сатаны — на длинных. Неслучайно Господь в

Евангелии призывает нас к лаконичности мысли и слова: да-да, нет-нет, что сверх того, то от лукавого. Лукавому выгодны наши длинные мысли, в них много замороченности. Горе от ума — примерно так. Молитва (если есть навык), живущая в области интуиции — очень короткая и точная. Иисусова молитва, имеющая короткую форму по сравнению с псалмопением, имеющим сложные тексты, очень удобна для интуиции. Сложные тексты псалмопения стимулируют образное, логическое мышление. Короткая, простая форма Иисусовой живёт в подсознании, в самом сердце. «Иисусе. Иисусе. Иисусе». Сто раз, тысячу. Сначала сухо, невнимательно, затем даже скучно, противно, невероятно тяжело. Но со временем и количеством маховик достигает критической точки и переваливает через неё. Непривычное

становится потихоньку привычным, неприятное — приятным, естественным и необходимым. Это как дышать — мы же не планируем свой вдох и выдох, мы просто дышим, и за это отвечает не логика. Воздух приносит жизнь нашей физиологии. Молитва оживляет душу, даёт ей «кислород», реанимирует её.

Преподобный Симеон Новый Богослов пишет, что многие люди ещё живут физиологически, как бы по инерции, но душа их уже умерла. Господь в Евангелии говорит Никодиму о необходимости родиться свыше. Говорит живому человеку, что нужно ожить. Ожить в пространстве Духа.

...

В материальном мире человек живёт пространство пятью

рациональными чувствами, но духовный мир иррационален, его нельзя видеть, слышать, обонять, осязать. Человек входит туда шестым — духовным чувством. Интуицией, природа которой харизматична. Но в современном человеке это шестое чувство почти атрофировано в связи с неразвитостью. Человечество пошло путем рациональной науки и ограничило себя рамками понятного. Пытаясь познать этот мир, мы расчленяем его на детали, как патологоанатом, и теряем способность видеть цельно, саму суть. Патологоанатом видит сердце, почки, сосуды, мышцы, кости, но никак не может увидеть жизнь, которая всё это соединяет, потому что биоматериал рационален, а жизнь иррациональна, но объективна.

Так вот, занимаясь Иисусовой, умной молитвой, мы уходим из пространства пяти чувств в безвидность, безобразность, пытаюсь останавливать ум в Божественном мраке, тем самым стимулируя, оживляя наше шестое чувство, которое способно жить духовный мир объективно, реально, но в другом формате.

Святые не гадают о воле Божией, они её просто знают в состоянии чистой молитвы, чистой от размышлений, хоть плохих, хоть хороших. Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят. Чистое сердце — это сердце, свободное не от греха, или вернее, не только от греха! Оно свободно в состоянии умно-сердечной молитвы от пяти чувств и от логики. Оно стоит, трепетно замерев в духовном пространстве, не отвлекаясь

ни на что внешнее, кроме «Иисусе, Иисусе, Иисусе».

Не творите себе Бога, не выдумывайте Его. Остановитесь, замрите, почти не дышите. Он здесь, совсем рядом, просто вы не впускаете Его. Вы в стереотипах о Нём, и это мешает войти Ему.

Когда говорят очень категорично про внимание, это может стать маниакальным состоянием, которое, во-первых, зажимает человека, а во-вторых, стимулирует его добиваться искусственных, преждевременных состояний через разгорячение. Внимание не даётся сразу в связи с отсутствием навыка. Человек начинает сердиться, напирать, искусственно стимулировать то, что должно прийти естественно, постепенно. Не спешите, не горячитесь. Очень много и долго, терпеливо, снова

и снова, «Иисусе, Иисусе, Иисусе». Сто, тысячу, сто тысяч раз. Царствие Божие нудится. Очень точное слово — «нудится», а не берётся наскоком.

...

Некоторые духовники дают желающим заниматься Иисусовой молитвой по двадцать-тридцать молитв, не больше, опасаясь прелести. В таком случае самым прельщенным был апостол Павел, сказавший, «Непрестанно молитесь». Молитва — это естественная жизнь человека, как дышать, и наоборот, отсутствие молитвы противоестественно для жизни.

Святые отцы разделяли понятия молитвы и псалмопения, называя молитвой именно Иисусову. Человек не может непрестанно заниматься псалмопением, а иметь в сердце умную

молитву может. Об этом и сказал Апостол: «молитесь непрестанно».

На Афоне по сей день остаётся традиция бдения, когда и в будни Служба служитя очень длинно, большей частью ночью, а в праздники она может длиться десять, двенадцать, четырнадцать часов без перерыва. Невозможно такое количество времени держать ум в полном внимании. В чём смысл бдения? В это время монахи практикуют терпение и долготерпение. Терпение — это фундамент молитвы. Как фундамент дома, основанного на камне, а не на песке. Если ты заложил молитву на фундаменте терпения, ты будешь иметь её и в удобных условиях, и в условиях кризиса. Поэтому не нужно отчаиваться, если молитве не сопутствует внимание. В это время вы практикуете терпение. Не бросаете, не

опускаете руки, а смиренно делаете и делаете, снова и снова, закладывая фундамент, который и есть терпение.

В подвиге больше изматывает помысл. В физиологии, на самом деле, есть резервы. Но помысл начинает истерить: там, внутри, всё плохо, это конец, катастрофа. Иисусова молитва даёт нам средство. Ум стоит в сердце и повторяет: «Иисусе, Иисусе...», игнорируя помыслы, просто не обращая на них внимания. Внимание занято Христом, и в Нём нет места ни для чего другого. Это как полный кувшин, в который больше ничего не добавить.

Кроме того, терпение тяготы на молитве — это доказательство бескорыстия нашего делания. Мы молимся не потому, что нам приятно. Нам приятно, что мы терпим труд ради Христа, не требуя награды, когда и

сколько. Но Он всегда в конечном счёте отвечает нам с избытком. Бог не мерою даёт благодать, но даёт смиренным и бескорыстным. Кроме того, тягота притомляет нашу эмоциональность, которая мешает молитве, разжигает впечатлительность, рождая эмоции, ложные состояния, доверяя которым, мы входим в состояние прелести. Вся наука аскетики предполагает утомление эмоциональности и тренировку терпения.

...

Приступая к Иисусовой молитве, мы начинаем практиковать устную её форму как можно больше, чаще. Сначала от непрерывности она бывает утомительной, но со временем навывается, становится естественной. Но практикующий только устную

приходит к пониманию, что эта форма молитвы не избавляет от помыслов. Это не заклинание, которое действует само по себе. Помыслы остаются, они живут параллельно, оскверняя наше сердце. Такое состояние Господь сравнивает с гробами окрашенными, которые снаружи благовидны, а внутри полны костей и разложения. Внешний подвиг недостаточен, Христос ждёт от нас чистоты сердца. Пытаясь ответить на его призыв о внутренней чистоте, мы начинаем борьбу с помыслами, и в какой-то момент приходим в отчаяние. Помысел лёгок, как эфир, мы не можем его уловить, остановить, он проходит сквозь пальцы, ускользает и делает своё грязное дело. Создаётся впечатление, что поймать его невозможно. Часто в таком случае советуют не входить с ним в отношения, игнорировать, но не объясняют, как же это делать. Нет

другого средства, как только войти в келью и закрыть за собой дверь, оставив помысел снаружи. В келью — это значит направить ум извне вовнутрь, в сердце, и держать его там, повторяя молитву: «Иисусе, Иисусе...» Помысел ходит вокруг, но войти внутрь не может, так как там Христос, которого он боится.

Как же спасаются те, кто не обрёл ещё сердечного места? Они спасаются плачем о своём несовершенстве. Но если Господь через искусных показывает тебе средство, грех игнорировать его. В какой-то момент ты понимаешь, что устной молитвы недостаточно, что есть более совершенная её форма — молитва умная, которая предполагает остановку ума от парения в воображении. Но эта остановка должна быть в определённом месте, в

области сердца. Там, где находится наше «Я», и там же находится Христос. Царство Небесное внутри вас есть. Мы, произнося устную молитву, начинаем теснить её в область сердца. Не нужно путать это со схождением в сердце. Это очень важный момент. Вход в Царство не в нашей власти, это дерзость. Эта дверь открывается изнутри наружу, то есть её открывает Господь, когда Он сам это решит. Наш ум всего лишь стоит у дверей и тихонько стучит: «Иисусе, Иисусе...», скромно и терпеливо. Но стоит именно здесь и говорит именно это: «Иисусе, Иисусе...». Нас отделяет всего лишь толщина двери, и помыслы, как дикие звери, это чувствуют и решаются приблизиться только самые дерзкие и злые. То есть, здесь мы ещё не совершенно безопасны. Мы то побеждаем, то проигрываем. Но это

уже средство, всё-таки мы отчасти уже побеждаем.

Господь медлит там, за дверью, чтобы каждый наш проигрыш совершенствовал нас в смирении, в трезвомыслии о самом себе. Господи, я сам по себе ничто, мне очень нужен Ты, как Спаситель. «На кого воззрю, только на кроткого и смиренного», говорит Господь. И по-другому: «Ничто нечистое не войдёт в Царство».

Хоть умная молитва ещё несовершенна, всё же это уже средство, которое даёт реальный результат для того, кто его практикует. Если раньше ты всего лишь плакал о том, что пропускаешь помыслы, то теперь уже что-то получается. Ты получил средство, и вместе с тем, вошёл в ответственность. Имеешь средство — пользуйся и достигай результата.

Для практики Иисусовой молитвы недостаточно целый день твердить её устно. Хорошо иметь стабильное правило, когда мы уединяемся в келье в тишине, и говоря её, пытаемся направить ум в сердечное место, чтобы там остановить его. Обычно ум совершает поступательное, линейное движение вовне, от мысли к мысли, от образа к образу. Мы изменяем направление движения вовнутрь, останавливаем ум в области физиологического сердца, в верхней его части, и стоим в этом месте безвидно, безобразно, повторяя: «Иисусе, Иисусе...», не представляя Его, не ожидая никаких ощущений, очень просто, предельно просто: «Иисусе, Иисусе...». И всё. Это не может получиться сразу или скоро. Многие даже не могут понять, что такое «безвидно», «безобразно». Всё

приходит постепенно, естественно.
Потерпите, смиренно.

...

По большей части, умная молитва — это мера человека, которой мы достигаем техникой и усердием. Выше этого — дело благодати. Стояние у сердца в нашей власти; вход в Царство возможен только по благодати, это в руках Божьих. Не пытайтесь дерзко прыгнуть выше головы, вы или надорвётесь, либо прельститесь, приняв иллюзию за реальность. Я не говорю, что совершенствование невозможно. Оно не в нашей власти. Совершенен только Бог, и мы выходим за границы естественного только по соединению со сверхъестественным, с благодатью. Это называется **обожением**, соединением двух природ —

Божественной и человеческой. Преподобные отчасти повторяли феномен Богочеловека, в котором соединились две природы, неслитно и нераздельно. Это суть преподобия — соединение с Богом. Уже не я живу, но живёт во мне Христос. Живёт и чудотворит, совершает сверхъестественное.

...

Мы не только можем, но и должны пользоваться умной молитвой, цель которой — достижение чистоты, целомудренности сердца. Наша душа — как невеста, сохранившая девство для соединения с Божественным Женихом. Соединения в одно целое. Об этом Господь говорит: «Вы бози есте». Не сами по себе, но по соединению с Ним. И наоборот,

разъединение с Господом умаляет нас до скотов.

...

Иногда приходится сталкиваться с мнением, что занятие Иисусовой молитвой сопряжено с искушениями. Это мнение и субъективно, и объективно. Суть в том, что вхождение в христианство уже предполагает крестоношение. «Хочешь быть Моим учеником — бери Крест и следуй за Мной». Мы объявляем войну нашему эгоизму, и это очень серьёзно. Я не говорю здесь о злых духах. Достаточно попробовать победить самого себя. Это пот и кровь, это насмерть. Эгоизм сначала мягко противоречит, сопротивляется, а затем

он приходит в состояние гнева, бешенства. Это не игра, это война, самая настоящая, на которой больно, опасно, смертельно опасно. И те христиане, которые пришли сюда поиграть, напоминают мне легкомысленных людей, расстилающих белоснежную скатерть на поле боя. Они сервируют стол, подбирают приборы, ставят цветы, а вокруг летят снаряды, разлетается грязь и кровь с кусками человеческих тел. Можно сказать, что я усугубляю, можно, но так кажется тем, кто смотрел это только в кино или читал в книгах.

Можно сдаться в плен и прожить более-менее тихо, спокойно. Но если ты выбрал свободу, она дорого стоит. Можно ли спастись без таких крайних жертв, следуя, так сказать, средним путём, умеренным относительно, спокойным? Спасти

можно однозначно. Но только спастись. В книге преподобного Софрония Сахарова о Силуане Афонском описывается случай, произошедший на Афоне с одним русским отшельником, которому явился Христос и сказал, что спасёт каждого, кто в жизни хоть раз призывал Его имя. На что отец с изумлением ответил: «Если так легко спастись, то для чего же мы здесь подвигаемся в аскетизме, ущемляя себя, умертвляя до крайности?». И Господь сказал, что те, кто призывал Его, просто спасутся, «А вы, подъявшие великий подвиг ради Меня, будете в непосредственной близости к Моей Славе».

Христианство полно сознательных ограничений, преодолений своего «не хочу», «не буду» и так далее. И это не просто

даже во внешнем подвиге. Но борьба за чистоту внутреннего пространства ещё более жестока. Но большая цена предполагает и соответствующее приобретение. Быть просто спасённым по сравнению с тем, что ты мог быть у Христа на груди — это великая разница. Разница, которая может стать адом.

...

Существует распространённое мнение о среднем пути, который предполагает осторожность и сохраняет от прелести. Церковь много говорит об опасности прелести. Но эта же самая Церковь в своей гимнографии, агиографической литературе всё время прославляет чрезвычайные подвиги святых, подвиги, выходящие за рамки повседневности. И сам Господь в

Евангельской притче о талантах очень строго осуждает того осторожного раба, закопавшего Божий талант. Бог, имя Которому Любовь, гневается и осуждает.

Осторожность благословлена Богом. Но осторожность — это не паралич, не остановка. Это движение вперёд. В чём смысл осторожности? В недоверии себе. Тогда ты будешь советоваться. Человек, который советуется — это уже относительная безопасность. Если ты занимаешься Иисусовой молитвой и не можешь найти опытного наставника, можно пользоваться взглядом со стороны просто доброго, верующего священника или даже духовного друга. Твоё повреждение сразу станет заметно со стороны. Обычно люди, страдающие прелестью, становятся

спорливыми, упрямыми, сердитыми, если встречаются с другими мнениями.

Если ты монах и попал в Таинство послушания к хорошему духовнику, так это золотое состояние для Иисусовой молитвы — состояние беспопечительности. Конечно, если правильно проходишь послушание. Само послушание тебя спасает двумя образами. Во-первых, оно научает смирению, то есть с миром принимать любую ситуацию, а мир для молитвы — первое дело. И во-вторых, Бог любит смиренных и даёт им Свою благодать. А благодать в молитве — это её жизнь. Молитва без благодати — как красивая кукла, которую оживляет только Дух Святой.

Конечно же, в науке умной молитвы лучше советоваться с человеком, который знает это искусство опытно. Но если вы такового

пока не находите, во-первых, ищите ещё, во-вторых, пробуйте, соблюдая условия: начинайте сначала, а не с конца, то есть, сначала устная молитва, много и долго; придёт навык — делайте её более умно, держась сердечного места, но не входя в него. Это будет ваша мера. Но это уже много, поверьте. Остальное — дело благодати, которая не в нашей власти. Внимание — это уже очень хорошо, и потом — больше и больше.

...

Скорби делают нас искусными, смиренными, но ещё — отчасти Богоподобными. Что я имею в виду? Если Бог есть любовь, и одним из главных качеств любви является жертвенность, то практикуя в аскетике жертвенность, я стремлюсь к Богоподобию по качеству. Если, как

Апостол Павел пишет, любовь не ищет своего, то в Таинстве послушания я ради Христа отсекаю свою волю и вхожу в Богоподобие. Господь отвечает на мою искренность и с любовью даёт Свою благодать, которая творит со мной чудеса.

...

В Иисусовой молитве есть главная и единственная цель — это Христос. Всё остальное — это о другом. Мы не выпрашиваем чего-то земного, хотя имеем на это право: «Просите, и дастся вам», не ищем состояния умиротворения, просвещения, комфорта. Мы ищем

Христа, буквально. И если это так, то мы должны быть готовы принять Его, как Он есть. Он взял боль всего мира на Себя, и Он вне времени, то есть это произошло не две тысячи лет назад, это ныне и присно. Господь вмещает всего Адама — не только тебя, но и твоего оппонента, людей, не близких тебе, даже неприятных. «Да будут все едино». И Ему нельзя сказать: войди только Ты, а их оставь за дверь. Готов ли ты принять в себя Христа, Который приносит с Собой боль, дискомфорт, и, если говорить сугубо, даже смерть?

Да, Он победил её, но мы не перестали умирать. Человек также проходит её врата, но христианина она не смеет там задержать.

Гуманизм говорит, что самой высокой ценностью является человеческая жизнь. А христианство дорожит Жизнью во Христе, за

которую физиологически можно умереть.

Христианство — это больно.

Христианство — это страшно.

Это неудобно.

Христианство — это прекрасно. Прекрасно, потому что преодолевает всю эту скорбь мира. Но чтобы преодолеть, нужно войти в неё.

Чтобы продать всё имение, нужно знать цену жемчужины, как она драгоценна и ни с чем не сравнима. Знание даётся через опыт. Нельзя иметь понятие о Царстве не входя в него. Здесь мы знаем отчасти, а там будем знать Бога, как Он есть. Но это «отчасти» должно стать твоим объективным опытом. Не размышлением, а именно опытом. Мы

должны это практиковать, а не просто сочувствовать чужим рассказам. Самый первый совет в занятии Иисусовой молитвой — ею нужно заниматься. Понимание её приходит только с опытом, потому что многие моменты нельзя объяснить рационально — их нужно прожить. Это как нельзя объяснить, что такое любовь, просто невозможно. Любовь можно только прожить, и никак иначе. Также и благодать.

Это необъяснимо, но это реально. Бога нельзя доказать, Его нужно жить. Иисусова начинается со слова, но потом переходит в самую жизнь. «Иисусе, Иисусе...» — это уже не просто имя. В каждом имени — Он Сам. Необъяснимо, но очень реально. Таинство не понимается, оно переживается, хотя часто природа его

остаётся тайной. Я это не понимаю, я это живу. Аминь.

Очень красиво и точно сказал о Таинстве веры Святитель Григорий Богослов. Вера — это не пытливая убеждённость, убеждённость, приходящая не через размышления, а через объективный опыт, который не поддаётся рациональному объяснению.

...

Обожение — уникальное состояние, при котором в антиномии соединяются две природы — Божественная, совершенная, неограниченная, и человеческая, ограниченная. Совершенное

соединяется с несовершенным, сообщая ему отчасти свою сверхъестественную природу по соединению с ним. Уже не я живу, Но Живёт во мне Христос. Человек становится Богом с маленькой буквы. Его ум становится умом Бога и просвещается. Сердце отчасти становится сердцем Христа, способным любить врагов. Когда ученики вдруг поняли всю высоту учения Господа, один из них воскликнул в недоумении: «Так кто же может это вместить?» и получил короткий и очень определённый ответ, в котором смысл всей духовной жизни. Человекам это невозможно. Богу возможно всё. Чтобы наш ум стал просвещённым, прозорливым, он должен заниматься не философией, как земной мудростью, а молитвой, через которую происходит соединение со Христом. Христос есть Истина.

Христос — мудрость. Он есть смысл всего. Бытие мира. Или христоцентрично, либо безумно. Безумно, как конечный результат — и личный, и общественный. Мир когда-то закончится не потому, что Бог его истребит, а потому, что человечество без Бога войдёт в состояние безумия и истребит само себя. В последние времена, как говорят святые отцы, люди помрачатся настолько, что, увидев нормального человека, будут говорить: «Смотрите, этот человек сумасшедший!» и будут гнать его.

...

Ум человека становится очень рассеянным, он живёт раздвоением. Вдруг становится очевидным факт, что я и мой ум — это два разных субъекта. Это шизофрения. Чтобы убедиться в

этом, попробуйте организовать свои помыслы. Печально... Но это не вся проблема. Даже если получится упорядочить помыслы, вы всё равно сможете рассуждать в формате рационального. Но премудрость Божия творила нас на вырост. Мы должны выходить в пространство Духа, иначе мы будем всего лишь животными, у которых есть чувства стаи, пары, потомства, которые могут даже умирать друг за друга. Это очень высоко, но у них нет чувства Бога, интуиции сверхъестественного. Мы можем развиваться в интеллекте, в формате сердца, как органа чувств, но совсем не чувствовать Бога. Самый прекрасный музыкант или учёный может быть неверующим человеком, потому что в нём что-то закрыто. Что-то, что другой природы, нежели интеллект или чувство. Евангельский слепец был в полной мере человеком

— в полной мере, кроме зрения. Когда Господь исцеляет его, Он делает это постепенно. «Что ты видишь?» — «Вижу людей, как деревья», потом — лучше. Занимаясь Иисусовой молитвой, люди проходят примерно такие же стадии. Ум, в котором мы пытаемся держать Христа, Христа, как истину, постепенно просвещается и начинает видеть не только земные, грубые моменты, но и духовный их смысл, не только предметы и события, но саму суть, так, как она в них заложена Богом. Ум становится прозорливым, он выходит из времени, так как Бог живёт вне времени, и человек начинает видеть Богом, ныне и присно и во веки веков, то есть, и прошлое, и будущее. И это Сверхъестественное состояние живётся личностью очень естественно, просто, потому что в это время ум его прост и не эмоционален.

...

Хороший духовник, наставник в Иисусовой молитве передаёт ученику не только теорию умной молитвы, он передаёт ему дух. Дух, без которого теория не живёт. Когда Пимену Великому ученик сказал: «Отче, что мне делать? Скажите мне слово», на что отец ответил: «Что я делаю, то и ты делай», то есть будь рядом, и ты войдёшь в мой дух.

Нужно понять важную вещь. «Иисусе, Иисусе...» — это не информация, это Дух Святой. Не подходите к умной молитве интеллектуально. Ум — это не интеллект, это тоньше. Интеллект — слишком грубый инструмент. Это как слон в посудной лавке, который в попытках познания только всё рушит. Когда мы пытаемся поймать тонкую

волну Святого Духа, и поймав, удержать, это похоже на то, как бы мы искали волну на радио. В это время мы даже почти не дышим, затаиваем дыхание, как канатоходец, который должен отключить свой ум, сосредоточившись только на канате. Ум его может отвлечь, и он потеряет равновесие.

...

В умной молитве ум должен быть предельно простым. Только «Иисусе», и больше ничего. В это время может мешать даже покаяние, которое приносит воспоминания, образы, чувства, точнее сказать, сложность. Только Христос, ничего больше. «Иисусе, Иисусе...». Если это будет чисто, несложно, придёт Покаяние через Него, как просвещение, откровение о самом

себе. Это будет невероятно глубже, точнее, искреннее, нежели ваше собственное покаяние. Это будет покаяние в Духе. Ваше ничтожество оголится, обострится в контрасте со святостью Христа. Не нужно будет искусственно стимулировать слёзы. Вы их просто не сможете остановить. И самое главное, в этом не будет театра, лицемерия, потому что Христос — это великая чистота. Можно перед Иисусовой немножко подумать о своих грехах, но во время молитвы мы не оставляем ничего, кроме «Иисусе», и всё. Здесь мы уже ничего не думаем. Мы Его живём, только Его, всё остальное — в Нём.

...

Часто возникает вопрос о том, как молиться о других во время Иисусовой молитвы. Если вы

приобретёте навык безобразной простой молитвы, личность, за которую молимся, будет проходить через вашу Иисусову, как простая точка, без сопутствующих примет, описаний, и всё человечество живётся в этот момент не как множество точек, а так же коротко и точно, потому что Христос вместил в себя всего Адама разом. Как мы были в уме Бога до создания мира, как идея, ещё не разлетевшись в отдельные точки.

...

Святые отцы-исихасты, делатели умной молитвы, по благодати Божией входили в состояние созерцания и видели Бога, как свет. Свет нетварный, чистый Свет, лишённый формы. Бог есть Свет, и нет в Нём никакой тьмы. Часто христиане понимают эту фразу только в формате

нравственности. Но Господь говорит здесь и буквально, о нетварном Свете. Опять мы сталкиваемся с противоположностью двух понятий: Божественный мрак и Божественный Свет. Божественный мрак — аллегория непостижимости, апофатичности природы Бога, Который в то же время по Своей милости выходит навстречу человеку и живётся, как нетварный Свет. Но эта встреча живётся человеком только в состоянии синергии. Чтобы видеть Бога, действующего в твою сторону, к тебе должна вернуться способность видеть, которая приобретается долгим, искренним стабильным аскетическим подвигом. Чтобы войти в Свет, нужно погрузиться во мрак.

Мы живём этот тварный мир пятью естественными чувствами. Стремясь к Свету нетварному, мы

обрываем всё тварное, рациональное. В Иисусовой молитве сознательно останавливается способность видеть, слышать, чувствовать. Человек погружается во тьму внутри своего сердца, почти умирает рационально. И в этой точке умирания нашего творчества вдруг начинает действовать Бог.

Приближение к этой точке смерти предполагает одно важное условие. Покаяние. То есть, благодатью Божией, погружаясь во тьму нашего внутреннего человека, мы в состоянии присутствия Духа Святого начинаем видеть чисто, объективно всю глубину нашей испорченности, греховности. И чем глубже мы погружаемся, тем обострённей покаяние и плач. Этот плач доходит почти до точки отчаяния, глубокой боли, почти смерти, и тогда приходит

Бог, уже не как мрак, а как Свет нетварный. Это непреложный закон непрелестной молитвы — глубокое покаяние. Но ещё раз повторяю, Покаяние от Духа Святого, а не наше собственное.

И вторая важная деталь. Господь попускает приблизится к точке отчаяния для того, чтобы в человеке родилось обострённое чувство нужды в Нём, как Спасителе. «Стой на краю ада и не отчаивайся». Это единственное и непреложное условие непрелестной молитвы. Если, приступая к занятию Иисусовой молитвой, вы боитесь искушений, лучше не начинайте. «Хочешь быть Моим учеником — бери Крест». Господь говорит очень определённо, однозначно. Крест на груди христианина символизирует наше согласие на умирание ради Христа, на

совершенную любовь даже до смерти. Обладание Светом нетварным предполагает глубокое погружение во тьму. Во тьму покаяния до боли, до смерти, за порогом которой — Свет Божества, Свет Жизни, Свет радости.

Если мы говорим о главном условии с нашей стороны, в Иисусовой умной молитве главным является покаяние. Покаяние в Духе, а не в добрых эмоциях. То есть, молитве должно сопутствовать покаяние, а покаянию — молитва. Ничего своего, кроме искренности, хотя и она зависит от Духа. «Иисусе, меня нет, всё — Ты». Поэтому — очень коротко и очень просто: «Иисусе, Иисусе, Иисусе...» — и всё. Больше ничего. Когда человек пережил очень глубоко видение своего ничтожества, духовного уродства, тогда он искренне говорит,

говорит с плачем: не хочу ничего своего. Только Бог. Бог, как Свет.

Позволительно говорить о высоком, без страха повредиться, только в случае видения своего ничтожества. Но христианство в принципе очень высоко, недостижимо. И если эта высота заставляет нас искренне восклицать, «Да кто же это может понести?», мы получаем главный ответ: «Человекам это невозможно. Богу возможно всё». Поэтому в Иисусовой всё просто — ничего нашего, только «Иисусе, Иисусе...» — много, долго, непрерывно, всю жизнь. «Иисусе, Иисусе, Иисусе...»

...

В заключении я хотел бы тезисно подвести итог. Иисусова молитва — это не молитва прощения,

благодарения, покаяния и так далее. Умная молитва — это молитва соединения, цель которой — соединение с Богом. Он становится частью тебя. Ты становишься частью Его. Не я уже живу, живёт во мне Христос. Это главное. Это конечная цель. Но начинается всё с малого. Мы очень далеко ушли от Отчего дома, поэтому и возвращение предполагает долгий, стабильный труд. Начните с устной молитвы. И, если в идеале, она должна стать непрестанной, говорите её много, очень много, чтобы она вошла в привычку, в интуицию. Чтобы вас ночью разбудили — и вы сразу сказали: «Господи, Иисусе Христе, помилуй мя», даже ещё не проснувшись. Не бойтесь на этом этапе невнимательной молитвы — это не грех, просто внимание придёт постепенно, через понуждение к нему. Сразу хочу сказать, что понуждение

должно быть мягким, «не борзась», без разгорячения, сердитости — всё это зажимает вас в спазм, и вы становитесь жёсткими, ломкими, нефункциональными. Мягко, со смирением, терпеливо, снова и снова: «Иисусе, Иисусе...». Отвлеклись — не психуйте, не сердитесь — просто, тут же, мягко: «Иисусе, Иисусе...». Не позволяйте сатане вас рассердить. Человек, когда сердится, теряет равновесие. Будьте спокойны, снова и снова. Устной молитвы должно быть много. Поверьте, это опыт, количество перейдёт в качество, если вы искренни, терпеливы.

Следующий момент — когда молитва устная перейдёт в навык, практикуйте умную её форму. Что это значит? Старайтесь во время внимательной молитвы уходить от логического образного мышления в

безобразное, иррациональное. То есть, ваш ум должен изменить направление от движения вперёд, в широту пространства, от мысли к мысли, от образа к образу, постарайтесь направить его внутрь, там, где сердце, и остановитесь там, в безвидности, в полной темноте и тишине, только «Иисусе, Иисусе». Эта короткая фраза там, внутри, движется не поступательно вперёд, а по кругу, одна сменяя другую.

Уму, привыкшему к информации, сначала будет очень скучно, но потом он привыкнет и, более того, во Христе он получит больше и глубже. Я почти тридцать лет служу Литургию, которая одна и та же, но она не наскучивает. Мы всю жизнь читаем Евангелие, которое уже хорошо знаем, но оно не наскучивает. Каждый раз оно звучит по-новому в

связи с духовной глубиной текста. Так и короткая Иисусова откроется вам, как бесконечное богатство. Богатство не информации, а Духа. Тесните ум в области сердца и стойте там в тишине.

Ещё раз повторяю важный момент: не вламывайтесь внутрь сердца ни упорством, ни искусством — это не в вашей власти — это дерзость. Дверь в Царство открывает Только Бог. Стойте смиренно и терпеливо у врат и скромно стучите: Иисусе, Иисусе. Это — ваша мера. Будьте довольны этим. Кстати, остановка внимания внутри с произношением молитвы — очень хорошее средство от помыслов. Нужно навикнуть, и будет получаться. Так, понемножку, сердце уцеломудрится от греха, и туда может прийти Жених. Целомудренная душа — это невеста Христова, которая сохраняет целомудрие ради Жениха, ради

сочетания с Ним. Душа должна быть не только целомудренна, но и скромна. «На кого воззрю, только на кроткого и смиренного», говорит Жених Христос. Поэтому ни в коем случае нельзя кичиться своим целомудрием. **Целомудрие без скромности безблагодатно.** Красной нитью вашего делания должна проходить мысль: всё, что я смог — это Бог помог. Без него я — ничто, ноль.

Помните, что молитва — это труд, и поэтому практикуйте терпение. Без него ничего не получится. Терпеливым может быть только тот, кто терпел. Не бойтесь искушений. Они вас закаляют, делают сильными. Но одного нашего терпения недостаточно. Нужна укрепляющая, вдохновляющая благодать. Черпайте её в Таинствах Церкви — в Причастии, исповеди. Проходите путь послушания. Бог любит

послушных и даёт им Свою благодать. Занимайтесь доброделанием. Это тоже благословенный труд.

И самый простой совет. Чтобы научиться молитве, просто начните ею заниматься. Господь поможет, только делайте всё не ради себя, а ради Него, совершенно бескорыстно, не ожидая, не выторговывая себе состояний, духовных даров. Самый драгоценный дар — просто говорить её в сердце: «Иисусе, Иисусе, Иисусе...»

Христос — самое сладкое Слово!!!