



НЕОФИЦИАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

ТАМБОВСКИХЪ

ЕПАРХИАЛЬНЫХЪ ВЪДОМОСТЕЙ

1-го февраля № 8. 1888 года.

ИСКАТЕЛЬ

НЕПРЕРСТАНОЙ МОЛИТВЫ.

Бисеры и маргариты изъ Слова Божія.

1. Всякъ, иже призоветъ *Имя Господне*, спасется (Юиль 2, 32; Римл 10, 13).
2. Аще исповѣси усты твоими *Господа Исуса*, спасеши ся (Римл. 10, 9).
3. Нѣсть иного *Имене* подъ небесемъ, даннаго въ чело-

вѣдѣхъ, о Немъ же подобаетъ спастися намъ. (Имя Господа Иисуса)—(Дѣян. ап. 4, 10).

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

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

6) Душа молящаяся... ходитъ въ слѣдъ красоты Христоу, послѣдую Ему съ дѣвами честными чистою мысли и поя:— „Приведутся Царю дѣвы въ слѣдъ Его“ (Псал. 44, 15); Христа воображая и предзря, говоритъ: „Предзрѣхъ Господа предо мною выну, яко одесную мене естъ (Пс. 15, 8); прилѣпляясь любовію ко Христу, взываетъ: „Господи предъ Тобою все желаніе мое (Псал. 37, 10). На Христа (умно) взирая вопіетъ: „Очи мои выну (всегда) ко Господу (Пс. 24, 15). Ко Христу, бесѣдуя чистою молитвою, услаждаясь Имъ, весело взываетъ: „Да усладится Ему бесѣда моя, азъ же возвеселюся о Господь (Псал. 103, 34). (См. Доброт. 72-я, Θεολογία Φιλαδ. 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 чего просите во Имя Мое, Азъ сотворю. (Іоан. 14, 13, 14).

9. Аминь, аминь, глаголю вамъ, яко елика аще чего просите отъ Отца во Имя Мое, дасть вамъ. Доселѣ не просите ничегоже 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 ноцъ (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 творять мужіе на всякомъ мѣстѣ, воздѣюще пре- подобныя руки безъ гнѣва (въ мирѣ) и размышленія (безъ развлеченія посторонними помыслами и мечтаніями) (1 Тим. 2, 8).

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

Бисеры Божїи—драгіе, изъ св. Добротолубїи: Образы молитвенниковъ.

1. Былъ въ Константинополѣ юноша (Георгій) лѣтъ двадцати, благобразный тѣломъ, но еще болѣе—душею и сердцемъ. Познакомился онъ съ нѣкоторымъ мужемъ святымъ, инокомъ одной изъ Константинопольскихъ обителей, и открытъ ему всѣ тайны сердца своего, сказалъ, что усердно хочетъ спастись, и великое имѣеть желаніе оставить міръ и сдѣлаться инокомъ. Честный старецъ одобрилъ это намѣреніе, преподаль ему нужныя наставленія и далъ прочитати книгу св. Марка подвижника. Юноша принялъ эту книгу, какъ изъ рукъ Божїихъ, въ полной увѣренности, что получить отъ нея великую себѣ пользу и, пришедши домой, тотъ-часъ принялся читать ее съ благоговѣйнымъ вниманіемъ; прочиталъ всю трижды и четырежды, и послѣ все еще не выпускалъ ее изъ рукъ. Онъ напитался 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 дѣлать, дѣлай ихъ не тяготясь, и получишь пользу“. *Вторая:* „Ищущій и чающій получить дѣйствіе Св. Духа, прежде исполненія заповѣдей Божїихъ, подобенъ вушленному рабу,

который просить 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 принималъ 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 отверзнутся очи его и онъ узритъ Господа. Упованіе увидѣть неизреченную красоту Господню, уязвило сердце его любовію къ ней и онъ возимѣлъ великое желаніе узрѣть ее. И однакожъ онъ ничего особеннаго не дѣлалъ, а только всякій вечеръ, отходя ко сну, не прежде возлегалъ на одрѣ, какъ совершивъ молитву и поклоны, какъ заповѣдалъ ему старецъ тотъ. Такъ прошло нѣскольکو 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!*—многократно сколько сможешь. Онъ охотно внималъ 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 одрѣ 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, возсылая молитвы и къ Богоматери 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 умѣ 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 плотской помысль; 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, озаченный дѣлами житейскими и мірскими, и кромѣ ихъ ни

о чемъ вышемъ не помышлявшій, а только малое нѣчто слышавшій отъ старца, и тѣ три слова усвоившій изъ душевспасительной книги, малымъ тѣмъ подвигомъ, который несъ съ искреннею вѣрою и удиваніемъ, въ короткое время достигъ такого совершенства духовнаго, что плѣнень былъ въ видѣніе умное, сподобился Божественнаго просвѣщенія, и вкусилъ сладости духовной, облегчившей ему весь послѣдующій путь жизни. Такъ-то ни юность не вредить, когда она исполнена страха и вождельнія 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 Капсикалиота (это на Афонѣ): держать ли онъ *умную молитву*? Тотъ отвѣчалъ: не скрою отъ тебя, честный отче, милости, явленной мнѣ Богоматерію. Отъ юности имѣлъ я великую вѣру къ *Воспожѣ* моей *Богородицѣ* 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 ду-

шею, когда приходит это восхищеніе? Старець 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 изволить, изводитъ его: или въ невестественный 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 указывать, кажется, на самый надежный способъ стяжанія теплой молитвы,—самую молитву. Онъ говоритъ: *„Молись о молитвѣ, и дающій молитву молящемуся, дастъ и тебѣ молитву просимую.* Мысль о семъ св. Макарія Великаго: *„Нудь себя на молитву, и Господь, видя усердіе, съ какимъ домогаешься ты молитвы, дастъ тебѣ молитву“.*

3. Примѣръ молитвенника, который представляетъ свят. Исаакъ Сиринъ, въ 10 словѣ своемъ: „Въ одинъ день, пишеть онъ, пришелъ я въ келлію къ одному брату и, по болѣзни своей, прилегъ у него, чтобъ онъ походилъ за мною ради Бога, такъ какъ знакомыхъ у меня тамъ никого не было. И увидѣвъ я, какъ этотъ братъ совершаетъ свою молитву. Довольно времени онъ стихословилъ, (читалъ Псалтирь на распѣвѣ), и вдругъ оставляя правило, падалъ на лице свое, и до ста, или болѣе разъ, съ горячностію, какую возжигала въ сердцѣ его благодать, ударялъ головою въ землю. Послѣ сего онъ вставалъ, лобызалъ крестъ Вла

дичнѣй и снова повергался на лице свое. И такой обычаѣ соблюдалъ онъ всю жизнь, такъ что невозможно исчислить множества его колѣнопреклоненій. Разъ двадцать со страхомъ и горячностію, съ любовію, растворенною благоговѣніемъ, добызалъ онъ крестъ и опять начиналъ стихословіе; а иной разъ, отъ великаго возгоренія помысловъ распалывшихъ его горячностію 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 челоуку плѣнному и, въ продолженіи каждой читаемой имъ главы, не разъ падалъ на лице свое, и на многихъ стихахъ воздѣвалъ руки свои къ небу и словословилъ Бога. (Смотр. Твор. св. Исаака Сирина сл. 10).

Образы молитвы умной.

1. Нужда настоять *уму*, въ часъ молитвы, бѣжать *внутри до сердца*, и стоять тамъ глухимъ и нѣмымъ для всѣхъ помысловъ.
2. Затвори умъ твой во внутренней клѣтѣ сердечной, и тогда насладишься покоемъ отъ злыхъ помысловъ, и вкусишь радости духовной, приносимой *умною (Иисусовою) молитвою* и вниманіемъ сердечнымъ. (Схимонахъ Василій спостникъ Паисія Величковскаго — архимандрита Нямецкаго.
3. Умъ во время молитвы да пребываетъ неисходно *внутри сердца*, и оттуда, тоесть, 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 помышленія злая*: убійства, прелюбодѣянія, любодѣянія, татьбы, лжесвидѣтельства, хулы и сквернѣя челоука, слыша также заповѣдь Его — очищать *внутреннее склянницы*, да *будетъ и внѣшнее чисто*, — оставили всякое иное дѣло, и всю ревность свою, весь подвигъ свой обра-

тили 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 назвали *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: „затвори въ двери келліи, сядь въ безмолвномъ мѣстѣ, въ углу, прилѣпи къ персямъ браду твою, стѣсни нѣсколько и дыханіе твое; затѣмъ отвлеки умъ отъ всякой суетной и временной вещи, низведи его въ сердце, туда-же обращая и чувственныя 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 вниманія день и ночь, обрѣтешь непрестанное веселіе. Умъ, подвизаясь въ этомъ, найдетъ мѣсто сердечное и тогда скоро увидитъ тамъ то, чего никогда не видалъ и не вѣдалъ, увидитъ себя свѣтлымъ, исполненнымъ благоразумія и разсужденія, и оттолѣ впередъ, 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 Іисусовымъ*, говоря: „*Господи, Іисусе 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 сердце *Іисуса*, тоестъ: означенную молитву *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*

6. Дѣйствіе умной (сердечной *Іисусовой*) 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 призыванію *Господа Иисуса* и благоговѣйному Ему предстоянію. (Препод. Григорій Синаитъ). (Первая молитва есть *трудова*, вторая—*самодвижная*. Еп. Теофанъ).

7. Дѣятельная умно-сердечная молитва совершается такъ: „сядъ на низменномъ сѣдалищѣ (въ одну пядь), низведи умъ свой изъ головы въ сердце и придержи его въ немъ; потомъ болѣзненно преклонившись и боля персями, руками и выею, (отъ напряженія мышцъ), взывай 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 и добрые, а не только суетные и нечистые. Держа дыханіе, 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 Лѣствичикъ говоритъ: *Иисусовымъ Именемъ* бей ратниковъ (демоновъ); крѣпче этого оружія нѣтъ другаго ни на небѣ, ни на землѣ. (Препод. Григорій Синаитъ).

8. Надобно знать, что вѣрный признакъ доброты подвига и вмѣстѣ условія преуспѣянія чрезъ него есть *приблизимость*. 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 (Мѡ. 11, 12). Если, по пророку, не сокрушатся чресла наши, изнемогши отъ постныхъ трудовъ, и если мы не водрузимъ въ сердцѣ болѣзненныхъ чувствъ сокрушенія и не

возболѣзнуеть, 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 вѣриѣ, тѣлесный трудъ, или храненіе сердца? На это старецъ отвѣчалъ: „человѣкъ подобенъ дереву; трудъ тѣлесный— листья, а храненіе сердца— плодъ.“

12. Св. Іоаннъ Лѣствичникъ говоритъ: „заключай 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 твоемъ.“

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 проводитъ воздухъ до сердца. Итакъ, 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 священныя тлаголы: „*Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшника!*“ И пусть онъ повторяеть ихъ день и ночь непрестанно. Попекись

навыкнуть этому внутри пребыванію и блюди,^f 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 научитъ 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 бесѣдуемъ съ собою), есть въ персяхъ его: ибо тамъ, внутри персей, когда молчатъ 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, Иисусе 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 Иисусовой.

1. Славные наставники наши и учителя, съ живущимъ въ нихъ Всесвятымъ Духомъ, премудро поучаютъ насъ, прежде всякаго другаго 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 спать, и бодрствовать, и ходить, и ѣсть, и пить. Ибо какъ въ то время, когда нѣтъ въ насъ такого призванія, стекаетъ въ насъ все худое и пагубное: такъ и въ то время, когда оно въ насъ есть, все сопротивное отгоняется, ничто благое не оскудѣваетъ. Итакъ, все упованіе свое возложивъ на Господа, все тщаніе свое обрати на то, *чтобы навънукнуть 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, Исусе 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 учитъ: „молю васъ, братіе, никогда не переставать исполнять правилъ молитвы сей (Иисусовой). Въ другомъ мѣстѣ: „должно всякому (иноку и даже мірянину), ѣсть-ли онъ, пьеть-ли, сидить-ли, служить-ли, путешествуетъ-ли, или другое что дѣлаетъ, непрестанно вопить: „*Господи, Исусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго*, да имя Господа Иисуса Христа, сходя въ глубину сердечную, смиритъ змія пагубнаго, душу-же спасетъ и оживотворитъ. Пребудь-же непрестанно въ призваніи *Имени Господа Иисуса*, 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 Иисуса 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: *Иисусова* память да соединится съ дыханіемъ твоимъ“.

И св. Исахій Иерусалимскій пишетъ: „если хочешь покрыть стыдомъ помыслы (злые) и безпрепятственно трезвиться сердцемъ, молитва ко *Господу Иисусу* 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 *Иисуса Христа*; напротивъ исходя оттуда и простираясь на вѣшніе предметы, и не хотя 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 *Иисуса Христа*.

6. Итакъ, хочешь ли самымъ дѣломъ сподобиться *жизни о Христѣ Иисусѣ*, 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 разорять 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 Сиринъ, тогда достигъ ты конца всѣхъ добродѣтелей и сталъ жилищемъ Свят. Духа: тогда не перестанетъ молитва: сидишь-ли, или ходишь, ѣшь

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

Изволяяй, самъ да прочтеть, въ святомъ Добротолюбіи 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 непрестанной молитвы мы приблизиться къ Богу не можемъ.

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

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 руководіемъ, или гдѣ либо будучи на послушаніи, твори безпрестанно молитву: *Господи, Іисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшного!* Въ молитвѣ внемли себѣ, то есть, умъ собери и соедини 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 *Іисусову* твори на всякомъ мѣстѣ на всегда. (См. житіе старца).

Зри: Отецъ *Теодоръ Санакарскій*, подвижникъ и настоятель: „Всѣмъ жившимъ въ Санакарѣ, подъ руководствомъ отца Теодора, заповѣдано было отъ него: въ вечеру, по отпускѣ церковнаго правила, въ келліи творить: *триста молитвъ Іисусовыхъ*, и при нихъ полтораста поклоновъ чрезъ десятокъ, то есть: десять молитвъ Іисусовыхъ просто, и десять съ поклонами.

Отецъ *Теодоръ* поучалъ: „*Долженъ* есть всякій человекъ, паче же монахъ, во *всегдашней молитвѣ* пребывать, 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 заповѣдая, Божеств. апостоль *разумѣть умную*, а не словесную тоѣмо; ибо двойственна есть молитва: одна словес-

сная, другая же *умная*. Словесная есть молитва временная, елико кто и въ какое время хочет; умная же и всегда быть может, по апостольскому слову: аще ясте, аще ли пиете, 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 просить Его Божественныя помощи на побѣду супостата нашего и душевредныхъ того страстей, добродѣтелей же во исполненіе. (См. житіе о. Феодора Сарав. стр. 18, 19. Поуч. его).

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

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

Строитель *Саровскій*, смиренный подвиголюбивый старецъ отецъ *Ефремъ*, живя въ обители, возлюбилъ совершенное безмолвіе. Любимое его занятіе было: уединенный трудъ въ

келліи, *безмолвная молитва (Иисусова)* и чтеніе духовныхъ книгъ. (Тамъ же).

Строитель Саровскій, старецъ Пахомій, современникъ святаго Задонскаго Тихона, былъ точный исполнитель обѣтовъ монашескихъ: кротокъ, смиренномудръ, молитвенникъ и постникъ. Онъ поучалъ: „да будетъ прилеженъ безмолствующій въ испытаніи совѣсти своея, 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. пустынь).

Старецъ игумень *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 удостоились говорить: Господи, Иисусе Христе, помилуй мя!* Что за радость?!

Онъ же: „Въ келліи не выпускай изъ мысли твоей *Иисусову молитву*, и старайся стяжать душевное умиленіе сердца въ тишинѣ и глубококомъ молчаніи ума твоего. Собери разумъ и вся помышленія твоя; стани на молитву, вперись въ Бога умъ твой и сердце, и молися... Старайся, дабы отнюдь твои мысли не могли парить по сторонамъ и ничѣмъ изъ сего міра не занимались; въ такой тишинѣ и глубококомъ молчаніи ума твоего стани, потупи главу, рудъ приложи къ персямъ, ноги соедини вмѣстѣ, очи сложи 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 Іисусову*, всегда съ нею перебирая въ рукахъ четки. (См. Житіе его въ описан. Саров. пустыни).

Іеромонахъ о. *Илларионъ* (духовникъ Саровскій) *сладкоглаголивый* о молитвѣ *Іисусовой*: „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 подобаеъ призывать *Имя Божіе*; сице бо потребляется искушеніе вражіе, пишетъ Златоустъ. Бей супостатовъ, глаголетъ Лѣствичникъ святой, *Именемъ Іисусовымъ* и крѣпче сего оружія не обрящешь ни на небѣ, ни на землѣ. Молитва есть—печали и уныніа прогнаніе, кротости и безгнѣвіа прозаченіе, радости и благодаренія явленіе и безчисленныхъ благъ приобрѣтеніе и приумноженіе. (См. Опис. Сар. пуст.).

Богомолецъ св. Кіево-Печерской Лавры, іеросхимонахъ о. *Парвеній*: 1) Въ одномъ изъ своихъ молитвенныхъ пѣснопѣній вопіеть къ Богу Духу Святому: „Неописанный *Параклите*, отъ Отца исходяй и въ Сынѣ пребываай! Установи во мнѣ храмъ Своему Величеству!“

2. Св. *Парвеній* 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, ни кого не оскорбить и не осудить; да мнѣ и некогда было смотрѣть за поступками другихъ, я только себя зналъ. (См. Житіе его).

3. Богомолецъ отецъ *Парвеній* говорилъ: „Всякому хотя-

щему спастися, надо всё́мъ сердцемъ въискать Господа; а въискать Его можно только *прилежнымъ и докучнымъ къ Нему моленіемъ*. Ты только молись, проси отъ всей души Господа, чтобы Онъ не оставилъ тебя, а Онъ вразумить, наставить 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 *Парвенія*, 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 полу-сонномъ видѣніи, свое сердце, объятное пламенемъ. Это *символъ непрестанной молитвы*, въ которой сердце его непрестанно возносило горѣ—къ Богу.

5. Молитвенная бесѣда съ Богомъ была для отца *Парвенія* предвкушеніемъ блаженства небеснаго. Вотъ что говорить онъ о правилѣ своемъ келейномъ: (изложивъ 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 Бозѣ 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 человѣколюбива 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 *Парвеній* 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 онъ часто въ святомъ упоеніи благодатной любви къ Сладчайшему Спасителю и Препоблагословенной Матери Его..

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

„Возлюбленная Богу Отцу Дщерь, безмужная Емануила Мати, Кристалловидная Параклита (Духа Св.), Невѣсто и вмѣстилище всякія святыни, радоватися Тебѣ о Господѣ!... О, святоглаголивая Горлице, высшая небесъ Владычице, и чистшая свѣтлостей солнечныхъ, бѣлолилейный Творца Ковчеже, молніелучный Христа Сосуде, орошенная Духомъ ро-соноснымъ 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 Владычннн и брагу не причастная и не искусомужная Царице, нескораемая свѣща мірови и слѣпотствующимъ свѣтящая, всецѣтая Мати—Утѣшительница и Спасительница, спаси меня отъ неприязни въ пагубной сей суетѣ! Архангельскій Гавріиловъ гласъ вопію Ти, увѣнчанная Троицею, пронареченная Отроковице, между-же Богомъ и людьми посредницею обрѣтае-шися, *Царюющая* радуйся, съ Тобою Господь, и торжествуй,

сподобившаяся быти Матерію Владыки—Мессіи. *Общій ангелъ нашъ еси Дѣво, и скоропослушная въ призваніи. Полезному-же прошенію помощи можещи, поручница ми и житія исправительница буди. Не хошу бо болѣе ничего, ниже дневно пропитанія, а единого точію желаю: даждь ми возлюбити всѣмъ сердцемъ Сына Твоего, Господа и Бога нашего Иисуса Христа, и Твоимъ Матернымъ ходатайствомъ получить наслѣдіе жизни вѣчной, стяжанной намъ честною кровію Его.*

8. *Зри:* „Однажды размышляя, съ нѣкоторымъ сомнѣніемъ о читанномъ имъ гдѣ-то, что Пресвятая Дѣва была первою инокинею на земль; отецъ Парвеній задремалъ, 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 отецъ Парвеній, въ благоговѣйномъ чувствѣ пламенной любви Божіей долго повторялъ въ себѣ молитву: „Иисусе живи во мнѣ, и мнѣ даждь въ Тебѣ жити“, и услышалъ тихій и сладкій гласъ: „Ядый Мою плоть, и пійя Мою кровь, во Мнѣ пребываетъ и Азъ въ немъ“ (Евангеліе—матерь всѣхъ книгъ; она молитва надъ молитвами)...

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

11. Онъ-же: „стяжавшій молитву (умную непрерывную въ сердцѣ) не имѣеть 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 труд-

но. 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 жалуй себя!*“

14. Онъ-же: „*Монаху* самый вѣрный путь ко спасенію *удиненіе* 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. Онъ-же: „*молитва* истинная есть та, которая *вросла въ душу* и совершается духомъ. Для стяжанія ея великій потребенъ подвигъ умственный и тѣлесный“. (См. жизнь старца Геросх. Паренія Кіевскаго).

Отца Иларіона духовника Симонова Московскаго монастыря: о молитвѣ Иисусовой.

„Никто не заставлялъ о Иларіона безъ занятія, но находилъ непремѣнно: или пишущимъ и обложеннымъ книгами и тетрадами, или сидящимъ среди келліи съ четками въ рукахъ и предавшимся *внутренней Иисусовой 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 Иисусову молитву, произнося тихо: Господи, Иисусе 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 простосердечное его учение! (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, чаши и ковши, промѣнивая ихъ на хлѣбъ.

2. Наученный своимъ старцемъ *сердечно молиться о имени Іисуса Христа*, о. Іона и самъ бывалъ многократнымъ зрителемъ высокой молитвы въ старцѣ своемъ Алексѣѣ (Адріанѣ). Однажды, напримѣръ, (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 никому, 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 умиленную радость.

3. Живя въ Синовомъ монастырѣ, отецъ Іона любилъ ходить къ службамъ церковнымъ, гдѣ представлялъ образецъ глубокаго благоговенія и усердной молитвы въ назиданіе братьевъ, которые всѣ были духовными его дѣтьми. Келейное же его занятіе большею частію состояло въ томъ, что онъ безмолвно сживалъ на своемъ одрѣ, завѣшенный со всѣхъ сторонъ ветхимъ холстомъ, и *глубокопреданный внутренней молитвѣ*, держалъ постоянно шерстяныя четки въ рукахъ и непрерывно повторялъ *Іисусову молитву, сердцемъ и уста-*

ми. На вопросъ: что ты, отче, дѣлаешь? Онъ простосердечно отвѣчалъ: „узлы на четкахъ считаю“. Для чего занавѣлся этими лахмотьями? 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 *Навелъ*, бывшій ученикъ архимандрита *Паисія Величковскаго* (благодатнаго молитвенника *Иисусова*). По болѣзни ногъ, старецъ, болѣе семи лѣтъ, лежалъ постоянно на одрѣ и съ благодареніемъ 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 руководствуетъ уединеніе и себѣ вниманіе, соединенное съ *Иисусовою молитвою, которая всему глава*“. (См. жур. Стран. 1885 г. авг. мѣсяцъ).

(Окончаніе будетъ).

ИСКАТЕЛЬ

НЕПРЕСТАННОЙ МОЛИТВЫ

(Окончаніе)

Ученіе преосвященнаго Теофана (проживающаго на покоѣ въ Вышинской пустыни), о молитвѣ умной Исусовой и другихъ подвижниковъ.

1. Всѣ мы молимся, но *есть молитва*, которая сама *молится*, и увлекаетъ вслѣдъ за собою всего внутренняго человека. Кто это испытываетъ, тотъ только и знаетъ: что есть молитва (Толк. псл. 118 ст. 2).

2. Еще для первыхъ учениковъ св. Антонія положено было правиломъ заучивать на память нѣсколько псалмовъ, точь по приходѣ ихъ въ пустыню. Потомъ внушалось: когда ты въ келліи не занятъ, или идешь куда нибудь, то переи тывай на память заученные псалмы. Это называлось *поучіе*. У насъ въ славянскихъ отеческихъ книгахъ, часто

читается заповѣдь: „имѣй сокровенное поученіе“. Это значитъ: собери вниманіе и повторяй непрестанно: *Господи, Исусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* (Псал. 118 ст. 16).

3. *Се возжелашъ заповѣди Твоя: въ правду Твоею 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 молитвъ Исусовой*. Мало въ ней словъ, но они совмѣщаютъ все!.. Изстари признано, что навывнувъ молиться этою молитвою, можешь замѣнить ею всѣ молитвословія. И есть-ли кто изъ ревнующихъ о спасеніи, кто не былъ-бы знакомъ съ этимъ дѣланіемъ!!.. 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 благодати 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 Добротолубіи инокъ Никифоръ, дѣло и плоды нашихъ усилій. Остановиться на этомъ, значитъ тоже, что удовольствоваться умѣншемъ понугая произносить извѣстные слова, даже такія, какъ: „Господи помилуй“. Плоды 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, все ожидаемаго 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 одолавають меня*! Молитва молитвѣ разнь. Настоящая молитва никогда не дастъ въ обиду... Она никакъ не допустить, чтобы занятый ею былъ одоленъ страстьми.. 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 влѣзаю на дерево. Подойдутъ звѣри, постоятъ—постоятъ и отойдутъ. Это влѣзаніе 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 объ

емлющая 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. Послѣднее выше перваго (Толк. 118 псал. ст. 171).

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

7. Онъ-же: „иной годы, иной десятки годовъ проводить трудясь, пока успѣетъ стать въ сердцѣ. Господь подаетъ это установленіе, но безъ исканія и усилія не подаетъ. Видитъ исканіе усердное и трудъ болѣзненный и томленіе жаждущаго сердца, сжаливается 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 *трудова*я когда человѣкъ самъ напрягается на нее, и *самодвижная*, когда она сама собою стоитъ и дѣйствуетъ“.

12. Епископъ Теофанъ: „въ умномъ предстоаніи Богу—трудономъ и самодвижномъ, надобно быть въ томъ убѣжде-

ніи, что Богъ Вездѣсуцій есть и въ насъ, зрѣтъ насъ и
внимаетъ 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 *внимаетъ, зываетъ 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 постели, словомъ съ той минуты, какъ отроешь глаза, до той, когда закроешь ихъ. (См. письма о духов. жизни Еп. Теофана).

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 моли 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 всъ день, чтобы всѣ моменты дня наполнить молитвою“.

3. *Онъ-же*: „эта спасительная молитва сначала обыкновенно бываетъ *трудовая* *дѣлательная*. Но если не полѣнит-ся то потрудиться надъ нею, она станетъ и *самодвижною*, сама будетъ твориться, *словно ручеекъ журчащій въ сердцѣ*. (Слова тарца о. Царенія Кіевскаго).

7. „Это благо великое, и потрудиться стоитъ чтобы до-

стигнуть его. Трудности, 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: „сядь, а лучше стой молитвенно, сосредоточься вниманіемъ въ сердцѣ предъ Господомъ, воздвигнувъ убѣжденіе, что Онъ тутъ и внимаетъ тебѣ, и зывай къ Нему: „Господи, Исусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго! И влады 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 привѣтается 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 *Феофанъ*: „Чѣмъ болѣе внѣдряется въ сердце молитва *Исусова*, тѣмъ болѣе согрѣвается сердце и тѣмъ самодвиженіемъ становится молитва, такъ что огонь жизни духовной возгарается... и горѣніе ея становится непрестаннымъ, вмѣстѣ съ тѣмъ какъ молитва *Исусова* займетъ все сердце и станетъ непрестанно движущеюся. (См. письмо о духовной 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 величійи и близкому въ благоснисхожденіи къ намъ. (Тамъ же).

20. „Внимай себѣ тщательно, рачитель Божьяго дѣла, писать препод. *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 воображеніямъ, не поддавайся, держась внутри, и совершай дѣло вниманія къ Богу безъ всякихъ образовъ.” (Письм. о дух. жизни Еп. Теофана).

Бисеры Божіи изъ твореній Еп. Теофана о молитвѣ.

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

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

3. *Молтва* (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.. Иоклоны—слѣдъ внутренней молитвы.

4. Молитвою испрашивается и приобрѣтается *хожденіе 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 навывкомъ ходить предъ Богомъ начнется перечетка сердца, чувствъ, желаній, помысленій; а до того времени въ душѣ великая сумятица... Бывала ли у васъ молитва теплая, при которой все убѣгало 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 самоуничженно 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 всѣ ихъ въ нѣкоемъ напряженіи! *Господи помилуй насъ!*.. (См. письм. о. Хр. жизни).

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

2. Говорять, однообразіе (даже въ молитвѣ и хожденіи напр.: къ службамъ Божіимъ) рождаетъ равнодушіе и холодность. Міръ свое переноситъ и на Божіе. Въ вещахъ земныхъ однообразіе точно надоскучиваетъ... Въ отношеніи къ Богу совсѣмъ не то... Спросите: отъ чего это *отцу Серафиму Саровскому* и *отцу Парвенію Кіевскому* не наскучила такая однообразная и даже однообразнѣйшая жизнь?.. Церковь да келлія, церковь да келлія... а то еще и *заворъ*...! *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*? Ряса, клобукъ, четки и проч., точно не Спасителемъ учреждены... 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, умою и сердцемъ, пребываніе въ Божіи!*“ Монахъ тотъ, у кого такъ устроено

внутреннее, что только и есть Богъ да онъ исчезающій въ Богъ!

5. Говорятъ: *нѣтъ пользы отъ монашества?* Мало-ли было и есть пользы отъ *батьюшки о. Серафима Саровскаго?* Отъ *о. Парвенія 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 изъятія? 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!*.. Долучать надобно, а права нѣтъ, 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 сидя, и ходя, и бесѣдуя... Трудно!—Да, не легко! За то и называется сіе трудомъ молитвеннымъ.*

9. Когда будете стоять въ сердцѣ съ мыслию о Господѣ, тогда умъ постоитъ — постоитъ, и уморится, начнетъ вилать гуда и сюда, какъ бы убѣжать. Тогда дайте ему *сладчайшее имя Господа* нашего *Исуса Христа*, то есть, молитву *исусову*, и пусть твердить... Но при этомъ должно быть внутреннее благоговѣйное и уничиженное къ Богу припаданіе, обращающее человѣка въ пыль и прахъ предъ Господомъ. (Читай 47 главу св. Исаака Сирина).

10. Вы думаете, что напрасно трудитесь надъ молитвою *исусовою*, приходятъ такіе мысли? Но не думаете ли вы, то въ словахъ вся сила? Слова пособіе *немощному уму*, который *неохотно* стоитъ на одномъ мѣстѣ и на одномъ

предметъ. А существо сего дѣла: умное стояніе предъ лицемъ 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 зрѣтъ 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 лицемъ Господа, молитва Иисусова будетъ воспроизводить его; только со вниманіемъ, съ мыслію 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. Іоанникія Великаго было: „упованіе мое Отецъ, прибѣжище мое Сынъ, покровъ мой Духъ Святыи“.. 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 помози! Господи заживи!* 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 юртнѣя сердечнаго*. Это вѣдь и значить: *въ сердцѣ стоять*... Матерь Божія вамъ помощница... Батюшка о. Сердфимъ научить: помните, какъ онъ однажды во время обѣдни объять былъ огнемъ сердечнымъ!.. Вотъ блаженное состояніе, вотъ и рай!.. Ищите и обряцете, толдыте и отверзется вамъ...“

Зри особенно: 2. „Главное надо стать умомъ въ сердцѣ предъ Господомъ, и стоять предъ Нимъ неотходно и день и

нов до конца жизни. Употреби не большой трудъ, съ неосабнымъ усердіемъ... Будеть и подозрѣніе къ совѣтующу (наставнику), и неблаговоленіе къ самому дѣлу молитвы, хула на нее, изнеможеніе, желаніе бросить, именно поому, что мудрено. *Опасно! Не слушай!* Держи свое дѣло. Врагъ паче всего всѣваетъ *хулы на сію молитву* (умну *Иисусову*). Ибо тогда огонь палитъ его и отгоняетъ; ему прступа нѣтъ къ тому лицу, *въ сердцѣ котораго вьдрена молитва Иисусова. Сладчайшее Имя Господа* непрестанно звучащее и глаголющееся въ сердцѣ, даже безъ твоего вѣдоа, будетъ бить врага. Ибо бываетъ такъ, что душа, по переженію и неразумію, забудется и замечтается, но опомнясь и возвратясь къ себѣ, находитъ, что въ сердцѣ поестсяодно и тоже: „*Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!*“

Въ терпѣніи вашемъ, стяжите души ваша. Въ началѣ дѣлѣ (*Иисусовой молитвѣ*), попятитесь назадъ весьма паубно. Не смущайся безуспѣшностью. Наше дѣло трудиться и искать и гнаться; а когда дѣло придетъ, про то *однѣ Господь* знаетъ. Одинъ старецъ Аѳонскій два года доучалъ Матери Божіей даровать ему *огнь въ сердцѣ*, и быь услышанъ. Не назначай сроковъ, а дѣлай и проси, *чтобы дающій (Господь) молитву молящемуся, даровалъ и тебѣ ее. Ищите и обряцете!*.. (См. письма о хр. жизни Епископа Теофана ч. 1-я).

Преосв. Еписк. Игнатій о молитвѣ Иисусовой.

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

Сперва должно обучиться устно *молитвѣ Иисусовой*. Пдвижникъ переходитъ отъ *устной* молитвы къ *умной* самою, при условіи, когда устная молитва внимательна.

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, присоветуй другое *сто*. По времени, можешь и еще умножить число молитвъ. Не произноси 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 въ молитвенномъ подвигѣ, проводи время до сна. Склоняясь ко сну, повторяй молитву, насыщай съ нею. Приучи себя такъ, чтобы проснувшись отъ сна, первую твоею мыслию, первымъ словомъ и дѣломъ была *молитва Иисова*.

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 братьямъ въ монастырѣ заниматься *молитвою Иисусовою*? Оувѣтъ: „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 совѣ-

тыяль 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 внутренней, (умною *Иисусовою*), не суть монахи. (См. Слово о мол. *Иисусов*. Еп. Игн. стр. 9 и 10).

Еп. *Иматій*: „при упражненіи *молитвою Иисусовою*, влияя и со всею вѣрностію, предохраняетъ отъ прелестивыхъ смиренія, называемый *плачемъ*. Плачь есть сердечное чувство покаянія, спасительной печали о грѣховности и ранообразной многочисленной немощи человѣка. *Плачь* есть *духъ сокрушенъ, сердце сокрушено и смиренно, которое Богъ не уничтожитъ* (псал. 50, 19), то есть, не предастъ вовласть и поруганіе демонамъ.

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

О. Подвизающійся въ безмолвіи достигъ чистой молитвы, долженъ шествовать мысленнымъ путемъ молитвы со многими трепетомъ и плачемъ, съ испрошеніемъ наставленія у исусныхъ, всегда плакать о своихъ грѣхахъ. Если дьяволъ увидитъ, что подвижникъ живетъ плачевно, то не пребывать при немъ, не терпя смиренія, происходящаго отъ плача (препод. Григорій Синаитъ).

1. Какъ предстоять на молитвѣ? При упражненіи въ *молитвѣ Иисусовой* 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 въмолитвѣ предъ Бога; содѣлайся въ помыслѣ своемъ какъ бы муравьемъ, какъ бы пресмыкающимся по землѣ, какъ бы пиявицею, и какъ бы нѣмотствующимъ ребенкомъ“ (сл 49).

Епископъ *Иматій*: 12. Имя Господа нашего *Иисуса Хри-*

ста—Божественно; сила и дѣйствіе этого имени—Божественны; онъ—всемогущи и спасительны... Непрестанное *призываніе имени Божія*, говоритъ св. Варсонофій Великій, есть врачеваніе, убивающее не только страсти, но и самое дѣйствіе ихъ (см. о мол. *Иисусовой* Еп. Игнатія стр. 42—89).

Наставленіе Еп. Игнатія о молитвѣ Иисусовой для новоначальныхъ.

1. Св. Іоаннь 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, Иисусе 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, ободря ихъ къ усердію и тщательности въ молитвенномъ подвигѣ, св. Лѣствичникъ говоритъ: „отъ монаховъ, занимающихся послушаніями, Богъ не требуетъ молитвы вполне чистой отъ развлеченія. Не унывай, будучи окрадываемъ разсѣянностію! Благодумствуй и постоянно понуждай умъ твой возвращаться къ себѣ. Совершенная свобода отъ разсѣянности принадлежность ангеловъ (сл. 28 и 4).“

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

5. Если ты неослабно будешь приобучать умъ твой, чтобъ онъ нигуда не удалялся изъ словъ молитвы; то онъ и во время трапезованія твоего будетъ при тебѣ. Если же попу-

щено ему тобою невозбранное скитаніе повсюду, то онъ невозможенъ никогда пребывать у тебя.

6. „Мы, какъ младенцы, заботясь о качествахъ (не разсѣянности) молитвы, будемъ молиться очень много. Количество служить причиною качества. Господь даетъ чистую молитву тому, кто молится безлѣпно, много и постоянно своею осверняемою 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 приучитъ 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 человѣку, даруется Богомъ въ свое время такому подвижнику молитвы, который постоянствомъ и усердіемъ въ подвигѣ докажетъ искренность своего желанія стяжать молитву (см. о молитвѣ Иисусовой Еп. Игнатія Брянчанинова стр. 90—92).

9. Онъ-же: „священно-инокъ *Доровей*, нашъ соотечественникъ, великій наставникъ *умнаго дѣланія*, совѣтуетъ обучающемуся *молителю Иисусовой* сперва произносить ее *гласно*. Онъ говоритъ, что гласная молитва сама собою переходитъ въ *мнѹю* (Рукоп. Цвѣтникъ поуч. 30 и 32). „Отъ *молитвы гласной (Иисусовой)* *многой*, говоритъ священно-инокъ, истекаетъ молитва *умная*, а отъ *умной* молитвы является молитва *сердечная*. Произносить *молитву Иисусову* должно не промѣимъ голосомъ, но тихо, въ слухъ себѣ одному.

10. При особенномъ дѣйствіи разсѣянности, печали, унынія, лѣности, очень полезно совершать молитву *Иисусову* гласно: на *гласную* молитву *Иисусову* душа мало по малу

возбуждается отъ тяжкаго нравственнаго сна, въ который обычно ввергаютъ ее печаль и уныніе“.

11. Очень полезно совершать *молитву Иисусову 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 Иисусовой Еп. Игнатія стр. 92 и 93).

12. Онъ-же: „начинающему обучаться *молитвѣ Иисусовой* очень вспомошествоуетъ къ обученію оной ежедневное келейное правило, изъ извѣстнаго числа земныхъ и поясныхъ поклоновъ, соотвѣтственно силамъ.

Еп. Игнатій: 13. Полагаются поклоны не спѣшно, съ чувствомъ покаянія, и при каждомъ поклонѣ произносится молитва: *Господи, Иисусе 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 умеренное количество поклоновъ, отъ 12 до 20. Этими поклонами, съ молитвою *Иисусовою*, 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, но раченія и особеннаго усердія, и бываетъ учителемъ ея *Богъ* (Избран. классы 1848 г.).

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 значить *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).

Зри: 1. „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*, тоетъ, получить даръ заниматься ею внимательно и пролить при ней слезы покаянія.

2 Блаженный о. Серафимъ Саровскій свидѣтельствовалъ, наученный собственнымъ опытомъ, что молитва Иисусова естъ бичъ противъ плоти и плотскихъ похотѣній.

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

4 Нѣкоторый старецъ, преуспѣвшій въ *умной молитвѣ*, спросилъ другаго инока, также занимавшагося ею: „кто обуилъ тебя молитвѣ“? Инокъ отвѣчалъ: „демоны“! Старецъ улыбнулся и сказалъ: „какой соблазнъ произнесъ ты для незнающихъ дѣла?! Однако скажи: какимъ образомъ демоны выучили тебѣ молитвѣ? Инокъ отвѣчалъ: „мнѣ попушна была тяжкая и продолжительная брань отъ лютыхъ помсловъ, мечтаній и ощущеній, не дававшихъ мнѣ покоя

ни днемъ ни ночью. Я истомился и исхудалъ неимовѣрно 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 перетянуто какъ-бы веревкой. Потомъ при дѣйстви 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 покидаетъ малодушно молитвеннаго подвига, когда молитва долго не поддается ему.

6. Достоинъ замѣчанія то смиренное мнѣніе о себѣ, которое наслаждается правильною *молитвою Иисусовою* въ дѣлатель ея. Блаженный отецъ *Серафимъ молитвенникъ Саровскій* достигъ въ ней величайшаго преуспѣянія. 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. Смиранный о. *Серафимъ*, принявъ инока очень привѣтливо, отвѣчалъ: „и самъ я ничего не знаю“. При этомъ онъ повторилъ иноку слова Спасителя о *смиреніи* (Мѣ. 11, 29), и объясненіе ихъ св. Іоанномъ Лѣствичникомъ (Сл. 25 гл. 4), чрезъ дѣвствіе *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 Бранчанинова, — слово.

О „Добротолубіи“ или словесахъ и главизнахъ священнаго трезвѣнія.

1. Какой человекъ сыщется, могущій научить насъ собесѣдованію со *Иисусомъ* въ своемъ сердцѣ такъ, какъ учитъ *Добротолубіе*? Едва ли кто изъ самыхъ великихъ мудрецовъ вѣка сего можетъ взяться за это дѣло. *Безъ Бога жить скучно*. Христось 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 соединиться съ Богомъ умомъ въ сердцѣ. До изданія *Добротолубія* (на славян. нарѣчїи) желавшіе учиться *Иисусовой молитвѣ* ходили въ Молдавію и Немецкій монастырь къ истинному учителю *Иисусовой* молитвы старцу *Павсію 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 возни 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 вѣрую и чистосердечно возвѣщаю, что это дѣланіе душеполезно, но только требуетъ совершенного безмолвія. И тѣ люди лишаются этого дѣланія, которые едаются въ какое либо хлопотливое занятіе.

— Во первыхъ, какъ мнѣ говорили искусные старцы, надобно устами творить молитву по четкамъ, напимѣрь, 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 сотни, 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 Иисуса Христа за навькъ.

Зри! Упражняющийся въ *молитвѣ Иисусовой* не пренебрежетъ церковною службою. Онъ прежде всѣхъ слышитъ въ церковь и послѣдній исходитъ изъ нея. Одни самочинники пренебрегаютъ церковную службу. Я лучше хочу сказать въ церкви одно: *Господи помилуй*, нежели прочесть въ келли на воздухъ всю Псалтирь. (См. Патерикъ Соловецкаго іеросхимонаха Іеронъ.)

2. О *молитвѣ Иисусовой*. „Многіе, пребывая въ страстяхъ, тщатся 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 гнѣздятся еще страсти, скоро ли приметъ въ себя благодать Св. Духа? Поэтому, стараемся 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*, нимаю не заботясь объ исполненіи заповѣдей Господнихъ?!

Еще: И всесвятое *Имя Его Иисусъ* должно часто произносить устами. Писано есть: *мелзи (сбивай) молоко и бу-*

детъ масло: То есть: *поговори молитву Исусову* устами по долше, 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 прелесты! Потомъ не велѣлъ сказывать никому. Это слышалъ я отъ самаго Аѳанасія. У Амвросія въ томъ же монастырѣ былъ также подвижникъ и ученикъ *Паисіевъ*, имѣвшій не меньшую благодать.

Я зналъ въ Москвѣ простаго мужа Гр. *Фед—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 Исусову*. Послушалъ Гончаръ, началъ творить молитву, и потомъ просилъ у Платона дальнѣйшихъ наставленій. Владыка послалъ его въ Пѣсношскій монастырь въ іеромонаху Смуилу. Пошелъ къ нему Гончаръ, посовѣтывался и возвратился домой въ крайнемъ молчаніи, оставилъ всю домашнюю заботу; устроилъ себѣ въ домѣ скромный чуланецъ, по-

ставилъ въ ономъ образъ съ лампадкою, и началъ безмолвствовать. 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. іеросхимон. Геронима).

* Дѣлателью умной *Иисусовой молитвы* необходимо прочитывать *предостереженіе* старца Оптинской пустыни *іеросхимонаха* отца *Макарія*, помѣщенное въ концѣ книги его: „письма къ монахамъ.“ Написано *предостереженіе*, какъ говоритъ старецъ, отнюдь не съ тѣмъ, чтобъ удержать и отворотить 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 пудящимся къ сему дѣланію совѣтуемъ самимъ читать, съ должнымъ вниманіемъ, отеческія книги, да познають истину и прелесть, и подсады вражіи и соблюдутъ себя отъ начинаній выше мѣры своей.

Георгій Алексеевичъ затворникъ Задонскій: „Одно призваніе *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, громогласно взывалъ простершись ницъ: *Господи пощади! Кормилецъ помилуй! Потерни, благодать наша, грѣхамъ нашимъ! Услыши, Господи, и не полюби насъ со беззаконными 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 наноситъ оскорбленія; только лучше быть въ какомъ нибудь монастырѣ (неисходно); а повсюду надобно терпѣть и быть великодуш-

ну, не смотрѣть на то, что дѣлають, а внимать, чему Слово Божіе учить; знать келлію да церковь, и быть всегда заняту: 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 говорить: *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. Навыкни *непрестанно молиться* и истинно смиряться, такъ какъ *безъ молитвы* никакой даръ не стяжается, а *безъ смиренія* *хоть бѣги изъ монастыря*.

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

6. Не буди *безъ молитвы Иисусовой* ни на одну минуту. И вставая, и сидя, и ходя, и при трапезѣ, и при всякомъ заніи (руководліи) твоёмъ, даже во многочислствѣ, отнюдь не оставляй въ умѣ твоёмъ сей браткой молитвы: *Господи, Иисусе Христе, Сыне Божій, помилуй мя грѣшнаго!* Частое и уердное, съ вѣрою и любовію, произношеніе сей молит-

вы сохранить умъ твой отъ разсѣянiя и помысленiй злыхъ, и сердце—отъ похотей лукавыхъ.

7. Что мнѣ дѣлать? Спрашивалъ нѣкто отца Авраамiя: я еще не научился творить *молитву Иисусову* при занятiяхъ, но если что читаю или пишу, то умъ мой поглощается весь чтенiемъ или письмомъ?..

— Дабы стяжать это сокровище—даръ непрестанной молитвы, отвѣчалъ старецъ, нуженъ подвигъ: царствiе небесное нудится и нудящiе себя восхищаютъ его; а подвизаться за тебя кромѣ тебя же самаго ни кто не можетъ.

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

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

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

10. Не выроняй ни на одно мгновенiе ока изъ сердца твоего Пресладкаго и Всецедраго Иисуса. Безъ Него горько жить. (см. письма о. Авраамiя къ духов. дѣтямъ).

О. Авраамiй протоiерей Арзамасскiй: 1. Ума и сердца и очей (умныхъ) не спускай съ Того, съ Кѣмъ оприскреннѣ удостоился соединиться (въ таинствѣ причащенiя). Бди и молись!.. Кромѣ трезвенiя и молитвы не можешь устоять въ чистотѣ и правдѣ. При самомъ трезвенiи и молитвѣ берегись, чтобы не впасть тебѣ въ самомнѣнiе и самообольщенiе: Возлюби смиренiе и самоукоренiе. Одно, да одно намъ,

грѣшнымъ *нужно*—*смирение*. Безъ сего небеснаго дара ни истиннаго покаянія нельзя принести, ни добродѣтели какой стяжать не возможно“ (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 семя дьявольское, *именемъ Иисусовымъ* исторгай въ самомъ началѣ.

4. Имя *Иисуса Христа*, какъ бриллиантъ, 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 въ тому—вниманіе, молитва, воздержаніе“.

6. Замѣчаешь въ себѣ лѣность къ молитвѣ? Нудь себя грози себѣ, устрашай себя, обнадеживай себя наградою за трудъ, а паче и чаще разсуждай: *что есть молитва?* И по немногу станешь услаждаться молитвою. Не хотѣтъ молиться значитъ не хотѣтъ 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 письмо къ духов. дѣтямъ о. Авраамія Арзамасскаго).

9. *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

малпою небесною. Держись умомъ твоимъ и сердцемъ Сладчайшаго *Исуса*: Онъ все совершитъ въ тебѣ, во внутреннемъ твоёмъ человѣкѣ... Обучай себя смиренію и терпѣнію... Въ терпѣніи вашемъ 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 достопоклоняемое имя Господа Исуса*..

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

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

5. Уединяйся почаще въ себя, въ клѣть твоего сердца, и тамъ бесѣдуй съ Богомъ *чрезъ умную молитву*, которая такою радостію и сладостію наполнитъ душу твою, что ты не захочешь искать ни въ чемъ земномъ себѣ утѣшенія.

6. Приобучай себя посредствомъ *молитвы Исусовой* 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 Исусовой*, которую никто и ничто не можетъ препятствовать произносить тебѣ. (Если конечно самъ поревнуешь о семъ).

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

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

О. *Авраамій Некрасовъ* протоіерей *Арзамасскій*: 1. „Во-

ину царя небеснаго нужно оружіе на побѣжденіе враговъ спасенія. *Это оружіе есть—непрестанная молитва, какъ говорятъ св. апостолъ: непрестанно молитесь...* Начни, съ помощію Божіею, совершать въ глубинѣ души своей, на всякомъ мѣстѣ, во всякое время *молитву Іисусову.*

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 Христв.* 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 ничево не существуетъ. Его міръ—вѣчность. Тамъ Его сокровище, тамъ Его сердце. Съ живущими на землѣ, единственная связь—теплая о нихъ молитва. Вотъ *что—иноческая жизнь!*..

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

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

5. Безъ скорбей нѣтъ спасенія! Отнюдь ни на минуту не оставляй оружія духовнаго—*молитвы.* Спаситель увѣщаваетъ: *Бдите и молитесь, да не увидите въ напасть.* Значить *напасть насъ постигаетъ, когда мы не молимся.* (См. пись-

ма 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 семя, 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 глубинѣ дупъ нашихъ безъ молитвы засердится...:

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

3. Терпѣніе и 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).

Игуменъ Тихонъ.