



# НЕПРЕСТААННО МОЛИТЕСЬ

СОВЕТЫ И МЫСЛИ СВЯТЫХ  
ОТЦОВ И СОВРЕМЕННЫХ  
ГРЕЧЕСКИХ ПРОПОВЕДНИКОВ



*Как научиться молиться непрестанно? Возможно ли это среди многих житейских забот и повседневной суеты? На страницах сборника «Непрестанно молитесь» святые отцы и современные греческие духовники доступными словами расскажут о молитве и о том, как преобразяется жизнь человека, приступающего к ней.*

Архимандрит Эмилиан (Вафидис)  
Архимандрит Андрей (Конанос)  
Преподобный Иосиф Исихаст  
Преподобный Паисий Святогорец  
Архимандрит Парфений (Мурелатос)  
Архимандрит Ефрем (Мораитис)  
Преподобный Порфирий Кавсокаливит  
Схимонах Иосиф Ватопедский  
Преподобный Амфилохий (Макрис)  
Старец Ефрем Катунакский  
Старец Арсений Исихаст  
Святитель Нектарий Эгинский  
Архимандрит Софроний (Сахаров)  
Преподобный Силуан Афонский  
Митрополит Афанасий (Николау)

# **Непрестанно молитесь**

**Советы и мысли святых отцов и  
современных греческих проповедников**

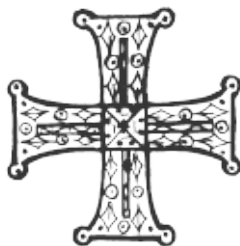
Фонд «Традиция», 2019

\* \* \*



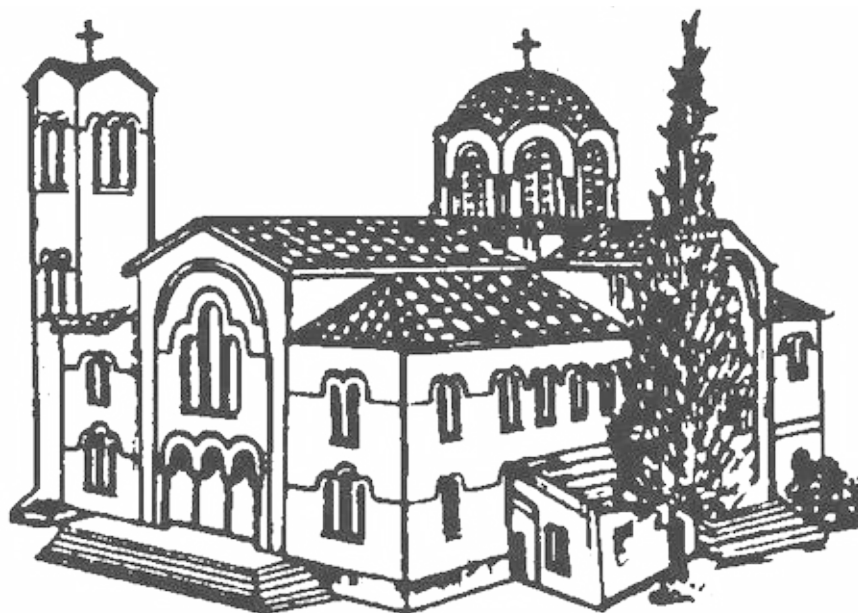


## Архимандрит Эмилиан (Вафидис)



*«Молитва Иисусова — это пульс Тела Христова, Церкви. Эта молитва доносит наши просьбы до слуха Небесного Отца, низводит Бога на землю, претворяя землю в небо»*





Да знаем ли мы, что такое молитва, и умеем ли мы молиться? С детских лет нас учили молиться, но идет ли наше моление по правильной дороге? Молитва — это путь души к Богу, она имеет своей целью достижение Его и соединение с Ним. Если маршрут выбран неверно, то автомобиль, или судно, или любое средство передвижения никогда не придет к пункту своего назначения. Если наша душа во время молитвы ступит на витиеватый путь, она никогда не придет к Богу и будет подобна лодочнику, который не занимается ничем другим, кроме гребли, но в результате кружится вокруг одного и того же места. То же можем испытать, сами того не осознавая, и мы.

\* \* \*

Беседа с Богом — это единение с Богом. Мы чувствуем, что Он живет в нас и вокруг нас. И тогда мы понимаем, что существуем не ради себя, что не осталось в нас больше ни помыслов, ни собственной воли, ни желания. Как это возможно, — спросите вы, — так явственно ощущать присутствие Безграничного вокруг? Все исчезает. Бог становится огромным и наполняет нас, придя и встав прямо перед нами. Не разбирая ничего вокруг, мы оказываемся под Его сенью.

\* \* \*

Представь, что ты смотришь на спящего льва. При таком зрелище ты забываешь обо всем на свете. А вдруг он сейчас проснется и подойдет к

тебе, заслонив собой все! Он подойдет совсем близко, положит свою морду на твое лицо, и ты увидишь лучи света, огонь, исходящий из его глаз. Он подойдет так близко, что вдруг ты окажешься у него в пасти, растворись в его существе. Тут уж не до воспоминаний! Так и при общении с Богом.

\* \* \*

При беседе с Богом, при единении с Ним, ты испытываешь страх, подобный тому, что чувствовал перед спящим львом, затем перед львом проснувшимся. Мурашки пробегают по коже! Чем ближе к Богу, тем страшнее. И когда, в конце концов, Он уже совсем близко, твой страх переходит все границы, и нельзя различить, жив ты или мертв. В действительности ты уже умер, а то единственное, что теперь существует, — это Он.

\* \* \*

Бог «держит тебя за руку». Постепенно это превращается в приятную и сладостную игру, к которой молящийся постепенно привыкает и все более и более ощущает ее. Бог поднимает тебя, ты поднимаешь Его. Он поднимает тебя к Себе на плечи в любви Своей и держит до тех пор, пока не произойдет абсолютное «единение». Ему на смену обязательно придет «отвержение». И так повторится вновь и вновь для нашего церковного возрастания.

\* \* \*

Что такое молитва? Это колесница души, сказали мы. Давайте скажем еще и так: это та атмосфера, внутри которой живет душа. Как легкие вдыхают воздух? Точно так же и душа дышит молитвой. Почему мы пришли в монастырь? Потому что здесь царит молитвенная атмосфера, и все совершается через молитву. Если же молитва не творится или творится неправильно, то как нам стать людьми духовными? Правильная молитва все приводит в порядок, отгоняет любые трудности, проблемы, мучения, грехи — все улаживает; и еще она способна творить чудеса на нашем пути, в подвиге и в жизни.





\* \* \*

Наша молитва в своем прогрессе, в своем исходе начинает выходить изнутри нас, чтобы стать действительно одним движением к Богу. Мы

увидим, что она есть некое молчание в молчании, абсолютное и глубинное, поэтому мне нужно или учиться молитве в шуме, потому что невозможно достичь абсолютного безмолвия, или каждому необходимо по мере возможности стремиться к абсолютному молчанию ради молитвы.

\* \* \*

Смирение вместе с молитвой одаряет нас присутствием Господа и радостным бытием. Жизнью такой радости, величественнее которой не бывает. Наша личная жизнь в смирении способствует нашему сильнейшему обожению. И чем более мы становимся святыми, тем лучше понимаем Господа. Во время молитвы, особенно Иисусовой, мы обнимаем все человечество словами: «Не только я, но и весь мир представляет одно целое с Богом». И в конце концов мы осознаем, сколь безгранично познание Бога в смирении. И сколь смиренно мы живем в Нем, с Ним и со святыми, читая Священное Писание и жития, столь явственно показывает нам Себя Господь.

\* \* \*

Если мы не имеем внутри себя богатств Духа, радости и мира, если у нас нет немедленно осязаемых, явных, великих плодов, то причиной этому наше собственное нежелание этих плодов либо неумение молиться. *Вы желаете и не имеете*, как дивно сказал брат Христов Иаков, *а не имеете, потому что не просите* (Иак. 4, 2). Дело в том, что мы не просим, а если и просим, то плохо. *Вы просите не на добро* (Иак. 4, 3), продолжает апостол.

\* \* \*

Молитва — это всё. Коль скоро я не умею молиться, как я уже говорил, то ничего и не делаю; и все заканчивается катастрофически, то есть саморазрушением.



\*\*\*

«Даже если мать забудет свое дитя, Я не забуду тебя» (см. Ис. 49, 15). Я не забуду тебя, человек, потому что знаю, что ты бог, созданный Мною. А

мы не имеем к Богу благодарности, не молимся, не верим, не хотим Его познать, хотя знаем, что мы — маленькие боги, не стараемся в смирении осознать величие Господа.

\* \* \*

Нужно научиться доверять Богу. Следить не за тем, сколь успешно мы продвигаемся в познании Бога через ученые штудии, но за тем, удастся ли нам стяжать дух смирения. И тогда Господь придет и подаст нам обол (мелкая монета. — *Ред.*). Ведь если человек не просит, то вы и не подумаете подать ему милостыню. Значит, должно просить. А как иначе нам заявить о своей духовной нищете? Только в смирении и молитве. И тогда придет Бог и дарует нам богопознание, просвещающее и непреходящее общение с Собой.

\* \* \*

Прежде всего, говоря о молитве, следует отметить, что она никогда не бывает сама по себе. Молитва соединена с богослужением, и особенно с Божественным Причащением. Без него молитва невозможна. Без него она неполноценна. С другой стороны, посещение богослужения и Божественное Причащение сделаются тщетными без напряженной духовной молитвы — внутренней, сильной, вырывающейся из глубины души — и будут всего лишь метанием грязи в лицо Господа, притворством в любви к Нему. И поскольку мы к Богу никакого отношения иметь не будем, то однажды услышим от Него: «не знаю вас» (см. Мф. 25, 12; Лк. 13, 25).

\* \* \*

Молитва имеет свое, совершенно особенное и таинственное место, где она культивируется. Чтобы вырастить цветок, нужно вскопать землю, положить навоз и все необходимое. Если ты позабудешь об удобрении или выберешь неподходящую, к примеру песчаную, почву, то бессмысленно высаживать рассаду. Так и молитва не при несет плода и не поднимется выше твоей головы (а должна превзойти облака и небеса), не обретя своего таинственного места и не подкормленная удобрением бдения, усердия и поста.

\* \* \*

Молитва всегда обращена к Богу, потому и называем мы ее «восхищением», поднимается изнутри и все ближе и ближе подходит к Богу; восходит к Нему, ибо ум должен научиться жить вместе с Богом, и это должно происходить не вовне, а внутри.

\* \* \*

Приступая к молитве, мы часто не чувствуем ревности, не ощущаем Божиего присутствия, Бог кажется нам каким-то неведомым, суровым, мрачным, нелюбящим и даже несуществующим. В таких случаях мы бросаем молитву. Но это неправильно. Если мы все-таки возьмем на себя эту тяжесть, осознаем, что должны молиться во тьме своего одиночества, потерпим адовы муки своей души и будем творить молитву в этой гееннской темнице без всякой надежды, без Бога, без единого луча света, как того недостойные, — именно тогда начнет действовать Бог, Он придет и снимет тяжесть с нашего сердца, успокоит нас.

\* \* \*

Молитва — это путь к Богу. Но Бог невидим. Он на небесах, а я внизу, на земле. Он есть свет, а я тьма. Ты знаешь, как это страшно, если тьма одержит победу над светом! Возможно ли, чтобы мрак уничтожил свет, подобно тому, как свет уничтожает мрак?! В молитве необходимо уничтожить мрак своей души, непременно при содействии Бога, для того, чтобы вступить в место света и самим сделаться светом.

\* \* \*

Молитва Иисусова — это пульс Тела Христова, Церкви. Эта молитва доносит наши просьбы до слуха Небесного Отца, низводит Бога на землю, претворяя землю в небо.

Диавол боится как присутствия бдительного наставника, так и внимательности монахов, то есть их послушания и молитвы. Именно поэтому преподобный Нил (преподобный Нил Калабрийский. — *Ред.*) целый день без усталости напоминал монахам о непрестанной молитве.

\* \* \*

В аскетических текстах под словом «молитва» имеется в виду умная молитва, благодаря которой христианин соединяется с Богом, достигает обожения, приобщается плодов искупительного подвига, совершённого

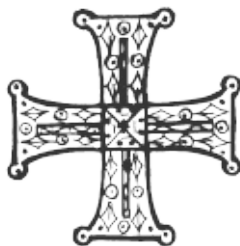


Христом. Ради чего пришел Господь? Ради того, чтобы истощить, то есть до конца опустошить, умалить Себя, и чтобы через это человек мог наполниться благодатью, принять в себя Бога. Так и в молитве, освобождаясь от всего, мы соединяемся с Богом.

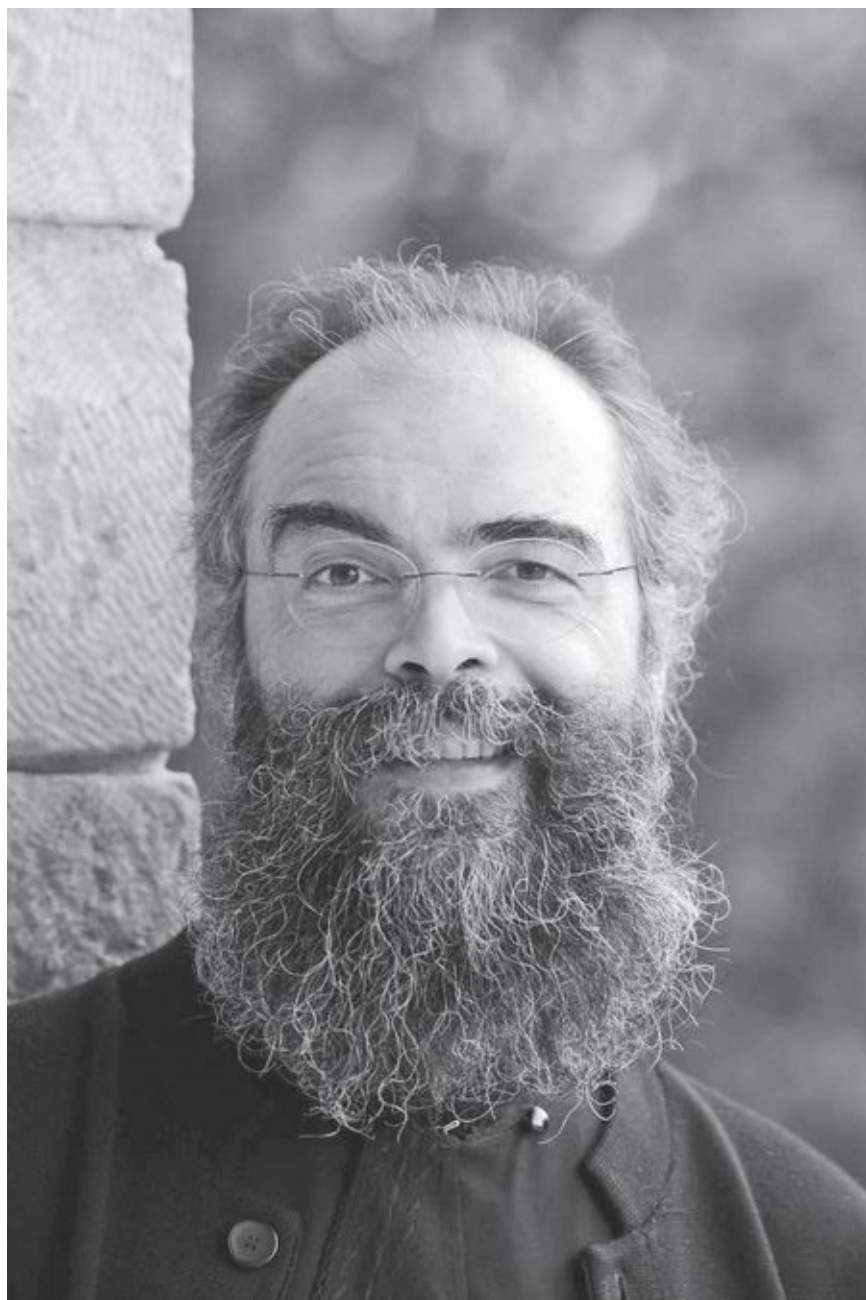
\* \* \*

Для чего нужна умная молитва? В молитве я умом обращаюсь к Богу и как бы поставляю Его перед собой, поэтому и молитва — это тоже чаяние Бога, аскетический подвиг.

# Архимандрит Андрей (Конанос)



*«Самое прекрасное, что может быть в мире, — это человек, который молится»*





Ты должен знать, чадо мое, что Бог смотрит не на количество времени, которое ты проводишь в молитве, а на твою ревность и расположение сердца. Одна краткая, живая и искренняя молитва стоит гораздо больше безжизненной, сухой, хотя и долгой. Главное — это ревность и теплое расположение. Старайся молиться утром и вечером и не забывай на протяжении дня как можно чаще обращать свои мысли и сердце к Богу. Только тогда будет благословен твой день, когда свои первые мысли ты посвятишь Ему. И сон твой будет мирным и безмятежным, когда прежде того, как ляжешь в постель, ты снова обратишь их к Богу.

\* \* \*

Оглянись вокруг, дитя мое: каждое творение по-своему молится и хвалит премудрого Создателя. Растения распускают свои цветы и воссылают свой живительный аромат к Престолу Творца. Птицы своими сладкозвучными голосами кого еще воспевают, как не Всесильного?

Для Него жужжит пчела, кружится веселая бабочка. Его славят своим блеском молнии. Его песнословит гром своим устрашающим величием. Да! Вся природа горячо молится Ему, сама того не осознавая. А ты, чадо мое, разумный человек со свободной волей, отвергаешь то, что так непринужденно исполняет лишенная сознания природа?

\* \* \*

Самое прекрасное, что может быть в мире, — это человек, который молится. Это высказывание очень верное. Человек, который молится, живет в другом мире. Он дышит Божией благодатью и напояется нектаром Божественного присутствия.

Я тебе говорил уже, чадо мое, что вся природа молится. Конечно, это символизм. Ведь истинная умная молитва присуща одному лишь человеку. Только человек может сознательно возносить свою душу к Богу и беседовать с Ним. И на самом деле, молитва — это достоинство человека. Это критерий, который отличает его от других творений.

\* \* \*

На крыльях молитвы мы можем стремительно взлететь к Божию престолу и оказаться вдали от суетного мира. Мы можем восходить туда, где жадно вдохнем живительный воздух Божественного присутствия. Молитва — это источник сил в тяжелой борьбе, которую ведем мы каждый день. Когда ты летишь на крыльях молитвы, это изменяет тебя.

Давай, чадо мое! Когда восстанут на тебя скорби и бьют тебя, как бушующий шторм, пади на колени и открой сердце Отцу своему! Помолившись, ты увидишь, насколько ты изменился. Тогда небо прояснится и наступит штиль.

\* \* \*

Как трудно сосредоточиться и помолиться! Очень легко говорить, очень легко осуждать, очень легко обсуждать, очень приятно говорить о чем-нибудь хорошем, но очень трудно перебороть свой ум и душу и войти глубоко в себя, прекратить вести разговоры — и почувствовать Бога и Его прикосновение к душе. Это и значит молитва — прикоснуться к Богу, убегать от своих мыслей и погружаться вглубь, туда, где, как написано на вывесках некоторых ресторанов, на заднем дворе у нас есть сад.

\* \* \*

Внутри нас есть сад, пространство молитвы, то есть место, где ты перестаешь думать, как ты высок, красив ли, женат ли, есть ли у тебя деньги, — тыходишь туда, где вообще не существует помыслов и действует уже не ум, а душа, то естьходишь глубоко в себя. Если мы войдем туда, то для нас больше не будет существовать никаких проблем.



\* \* \*

Молитва — это не фантазия, а соприкосновение с Богом, живущим в нашем сердце. В Священном Писании сказано: *мы Им живем и движемся и существуем* (Деян. 17, 28). Движемся, живем и дышим в Боге. Бог здесь. Каким образом Он здесь, я не знаю, но Он здесь, и мы в Нем, а Он в нас — Его любовь, тепло, благословение, милость. Он повсюду: в твоей комнате, спальне, на кухне, во дворе, на улице, в метро, — куда бы ты ни пошел, ты можешь почувствовать, что Бог рядом с тобой.

\* \* \*

Молитву, говорит преподобный Никодим Святгорец, ты можешь возносить в течение дня по любому поводу. И знаете, как он называет эти молитвы? Стреляющими молитвами, то есть они как стрелы — ты отправляешь стрелу Богу, говоришь Ему маленькую молитву: одну минуту утром, одну минуту у духовки, у которой стоишь, одну минуту — когда ждешь автобуса, — где бы ты ни был, ты всюду можешь молиться.

\* \* \*

Очень хорошо — молиться о ком-нибудь другом, чтобы вводить его в свою любовь, в Божию любовь, и успокаиваться после этого, спать по ночам.

И если ребенок никак не возвращается домой, ты помолись и предай его Богу. Оставь его на Бога. А мы не оставляем его на Бога, молимся, и сердце наше уже готово выскочить из груди от волнения, тогда как настоящая молитва означает, что «я поставил своего ребенка пред Голгофой, увидел Христа, как Он его обнимает, окутывает Своим святым светом Воскресения. Я оставил своего ребенка Пресвятой Богородице и лег спать. Я ничего не сделаю, если буду бодрствовать, если буду названивать по телефонам, и не успокоюсь, если буду за ним следить».

\* \* \*

Доказательством того, что молитва коснулась нас, служит спокойствие. Спокоен ли ты после своей молитвы? Тогда ты на верном пути. Смущен ли? Посмотри на себя.

\* \* \*

Это тайна — довериться в молитве Богу во всех своих проблемах и

успокоиться. Успокойся. В противном случае мы преждевременно стареем, заболеваем, изводим себя, и это поражает и наше тело: начинаются головные боли, боли в желудке, какие-то еще непонятные недомогания, прыгает давление, растет сахар — возникают проблемы со здоровьем из-за сильных переживаний. А переживание — это что? Оно означает, что мы не прикасаемся к Богу.



\* \* \*

Плодотворная молитва означает, что ты видишь чудо в своем сердце и перемену в своем поведении и характере.

\* \* \*

Если уж у вас так нет времени на молитву, вложите молитву во все, что делаете. Молитесь во время работы, по дороге, всюду, где вы находитесь. Отправляясь спать, помолитесь умной молитвой и скажите, перед тем как заснуть: «Христе мой, благослови меня, прости меня, помоги моим детям. Благодарю Тебя за все!»

\* \* \*

Кто молится Богу, тот доволен всем и вся. И никто нам не мешает. Если ты нашел Бога, то доказательством тому служит твое счастье. Счастлив ли ты? В какой-то мере? Если счастлив, это значит, что ты обрел радость, которая больше всякой другой радости, и это есть соприкосновение с Богом. А если не нашел этой радости, то ты по справедливости ропщешь, раздражаешься, плачешься и прочее.

\* \* \*

В час искушения, то есть когда начнется ссора, очень трудно не дать вскружить себя этому вихрю. Поэтому молитесь в те моменты, в которые можете, и говорите Богу: «Боже, сейчас, когда у меня все хорошо, прошу Тебя: благослови меня! Когда придет искушение, помоги мне хотя бы сдержаться, удержать положение, чтобы мое поведение не сильно изменилось в тот трудный час, когда я не смогу контролировать свои нервы, гнев, замешательство, неверие, сомнение».

\* \* \*

В греческом языке слово «молитва» (греч. *προσευχή*) имеет динамический предлог *προς*, указывающий на направление молитвы. Вопрос в том, куда именно она направлена. Может, к нам самим? Возможно, мы говорим через себя к себе? Или действительно есть выход из своего «я» к Богу? Может, мы посредством молитвы лично контактируем с Богом? Если бы действительно этот контакт имел место, многое было бы по-другому... Как важно сказать: «Я в контакте с Богом», то есть с Тем, Кто есть правда, свет, блаженство, сила, слава, надежда, радость, здоровье, богатство.

\* \* \*

Говоря об аскезе, мы постоянно упоминаем Бога. Это потому, что наш

аскетизм направлен на Личность. Мы делаем все это не для того, чтобы потом сказать: «Прекрасно! Я достиг определенного уровня концентрации и самоконтроля! Теперь, когда я могу так замечательно себя контролировать, я ощущаю себя на более высокой ступени». Нет. Здесь мы любим Личность — Иисуса Христа, Который видит все, что мы делаем. И мы делаем это для Него.

И если Христос прикоснется к нашей душе и одарит нас без наших духовных подвигов — потому что смысл не в том, чтобы совершить как можно больше подвигов, а в том, чтобы не потерять Христа, — то в таком случае мы должны от всего сердца поблагодарить Его.

\* \* \*

Научимся чтить дары, которые дает нам Бог, и не быть неблагодарными. Научимся замечать то, что Бог уже дал нам, и не роптать непрерывно из-за того, что нам чего-то недостает. И когда придет испытание, мы будем готовы. Но, возможно, если испытание придет и застигнет тебя врасплох, ты снова будешь ошеломлен. Но потом включишь свой здравый смысл и скажешь: «Я очень мал, чтобы понять столь великие дела. Что мне делать? Буду плакать». Плакать не грех. Плачь! «Помолюсь, преклоню колена, пожалеюсь Богу». Жалуйся. Это не плохо. Делай это! «Разве это не плохо?» Нет, не плохо. Но только сделай из своей жалобы молитву.

И это будет очень хорошо.





\* \* \*

Ты молишься сегодня, а завтра уже хочешь видеть результат твоей молитвы? Может, так и произойдет. Но ты, когда берешь четки в руки, не

жди моментального плода молитвы. Многие приезжают на Святую Гору, ходят с четками в руке и желают увидеть Бога уже после первого всенощного бдения. Хотят узреть нетварный свет уже после первой ночной молитвы. Так не бывает. Требуется много терпения и прилежания, надо все предоставить Богу, говоря: «Господи, когда Ты Сам этого захочешь, подай мне все полезное для меня. А я буду ждать». *Терпя, потерпех Господа, и внят ми, и услыша молитву мою* (Пс. 39, 1). Поверь, на самом деле ждать Бога и Его обетований доставляет большую радость.

\* \* \*

Насколько все было бы иначе, если бы мы имели очень живую и явную связь с Богом. То есть, как когда ты видишь человека и обращаешься к нему, а он обращается к тебе и говорит ясно то, что думает, так мы могли бы живо общаться с Творцом, с нашим Богом, Господом. И тогда бы мы Ему говорили: «Господи, а вот тут как мне поступить?» И сразу бы слышали Его голос в ответ: «В этой ситуации поступай так-то. Иди вперед. Это самый верный путь». Затем, дальше: «Господи, а это движение верное?!» А Он бы тебе отвечал: «Нет, не делай этого! Это не приведет тебя ни к чему хорошему. Не продолжай. Поменяй свои планы». Вот если бы у нас была такая живая и явная связь с Ним, наша жизнь была бы прекрасна.

\* \* \*

Прошу Бога, чтобы Он подал нам необъятное богатство Своих даров, Своей любви, Своей милости, каждому дал то, в чем он нуждается, чего он просит. Что хотите — то просите у Бога, и Он вас сделает богатыми. В конце скажите следующую молитву: «Господи, дай мне не только то, что я прошу, но и условия для того, чтобы это удержать и не потерять», — потому что много раз Бог нам угождает и посылает нам дары, а мы снова их теряем. Мы их не использовали должным образом.

\* \* \*

Как же нам подступиться ко Христу, как Его приклонить, как к Нему правильно приблизиться, чтобы произошло то, о чем мы Его молим, чтобы совершилось чудо? Где прерывается наша связь с Богом, где мы ошибаемся? Я хочу, чтобы сегодня мы направили свое внимание на это.

Думаю, первое очень важное условие того, чтобы была услышана твоя молитва о ребенке, муже или жене, — это безнадежность. Когда ты перестанешь надеяться на свои деньги, ум, красоту, возможности, на свои

права, когда «отчаешься» во всем этом, думаю, тогда твоя молитва к Богу начнет совершаться должным образом, и, думаю, потерявшие *эту* надежду люди обладают наилучшей молитвой.

\* \* \*

Нужно, чтобы ты отсекал всякую надежду на этой земле и говорил себе: «Всё, конец! Один только Бог может помочь мне, я дошел до самого предела, до края пропасти, я в полном отчаянии!» И когда ты скажешь: «У меня нет надежды!» — тогда и начинаешь надеяться на Бога. Тогда наступает час Бога.

\* \* \*

Когда ты молишься о другом, твоя душа должна гореть, и ты должен сделать его боль своей, его проблему — своей проблемой. Это должно так сильно жечь тебя, чтобы ты чувствовал это, чтобы ты чувствовал то, что говорит святой апостол Павел: *Кто изнемогает, с кем бы и я не изнемогал? Кто соблазняется, за кого бы я не воспламенялся?* (2 Кор. 11, 29).

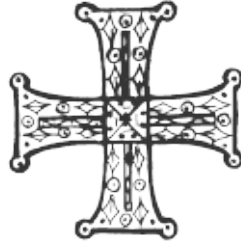
Любовь приводит к этому отождествлению, к этому единству, к этому состраданию. «Я страдаю другому» — вот как происходят чудеса на молитве. Когда ты страдаешь, когда болеешь вместе с другим, за другого. Когда ты совершаешь подвиг ради другого.

\* \* \*

Второй шаг, вторая ступень к тому, чтобы Бог услышал твою молитву о ближнем, — это чтобы твое обезкураживание не превратилось в депрессию, не парализовало твоего «я» и ты не оцепенел бы и ничего не делал, а чтобы оно стало толчком ко Христу, к Богу, Иисусу.

Много людей теряют надежду и хотят куда-нибудь обратиться, но не обращаются к должной Личности. Надо понять это и воззвать: «Господи, помилуй». Ты не просто зовешь, не просто кричишь, а *взываешь* ко Христу. Ты понимаешь это? Ко Христу. Никуда больше.

# Преподобный Иосиф Исихаст



*«Дитя мое, говори Иисусову молитву — она будет утешением в твоей жизни»*







Бог не просто какая-то формальность, Он прежде всего Личность, говори с Ним, полюби Его!

\* \* \*

Ум сразу после сна — отдохнувший, чистый. И поскольку он находится в таком состоянии чистоты и покоя, это подходящее время сразу дать ему, как первую духовную пищу, имя Христово.

\* \* \*

Имей любовь ко всем и смотри, чтобы не огорчил чем-нибудь и не навредил кому, ибо во время молитвы встанет препятствием скорбь твоего брата.

\* \* \*

Отец Иосиф был одним из тех редких монахов, кто за свою чистоту и ревность с самого начала своего отречения от мира получил полноту Божественной благодати. В первые же годы своего пребывания на Святой Горе он обрел безценный дар — созерцание нетварного света и непрестанную Иисусову молитву.

\* \* \*

Молитва — это единственная помощь, которая содействует очищению

разума, и без нее мы не можем жить духовно.

\* \* \*

Начало пути к чистой молитве есть борьба со страстями. Невозможно быть преуспеянию в молитве, пока действуют страсти. Но даже они не препятствуют пришествию благодати молитвы, не было бы только нерадения и тщеславия.



\* \* \*

Когда ты приступаешь к исполнению своего долга, к молитве, то приступай с великим смирением, прося милости Божией. Не потому, что

Он у тебя в долгу и обязан дать тебе благодать, но ты — узник, и просишь благодати!

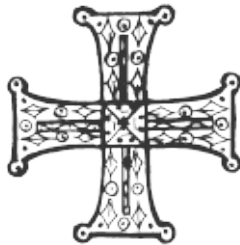
\* \* \*

Дитя мое, говори Иисусову молитву — она будет утешением в твоей жизни.

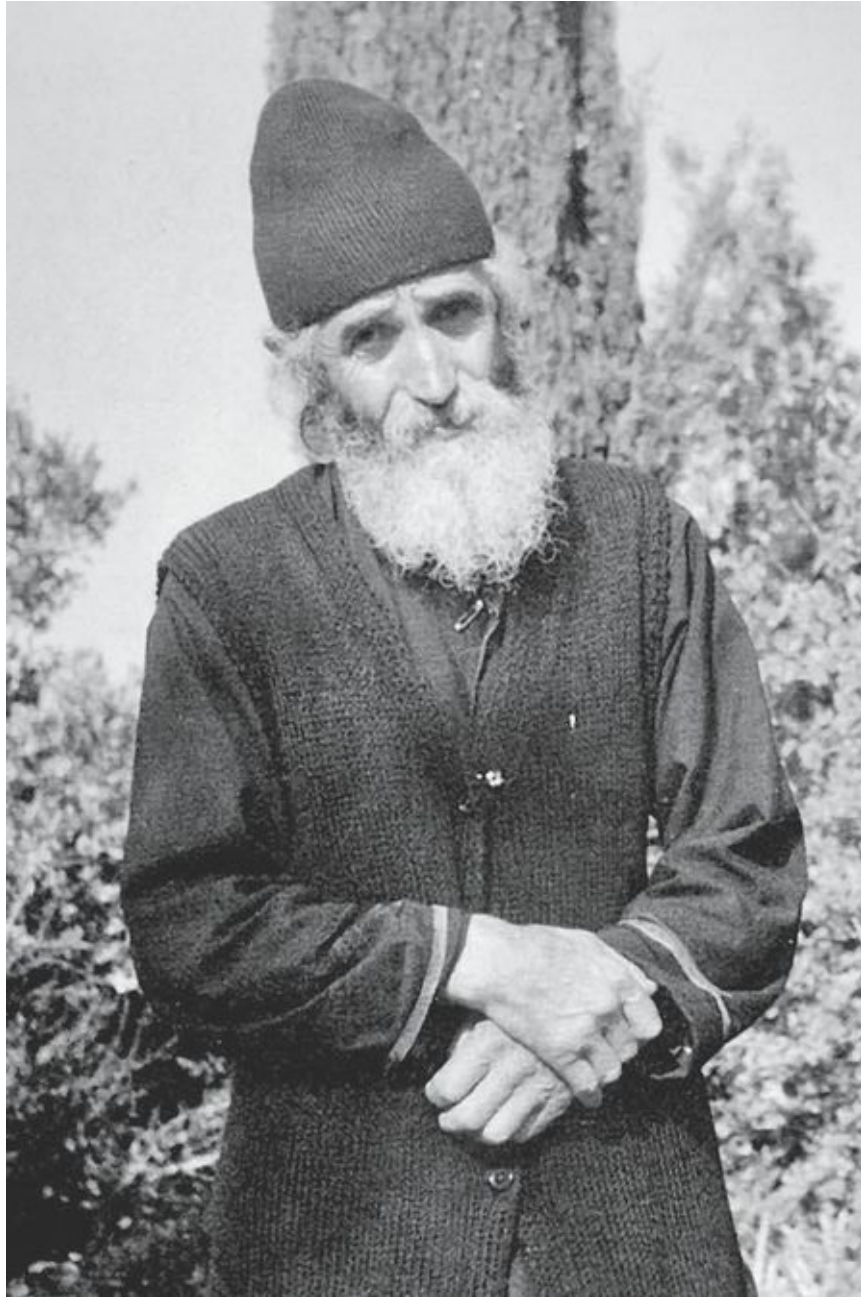
\* \* \*

Так как ты в миру и у тебя есть разные хлопоты, совершай молитву, когда находишь время. Но понуждай себя постоянно, чтобы не расслабиться.

# Преподобный Паисий Святогорец



*«Нам надо научиться уставу рая — непрестанной молитве»*





Когда молишься, думай, с кем говоришь. Ты говоришь с Богом! Неужели это неважно? Когда кто-то говорит с каким-нибудь высокопоставленным чином, то с каким вниманием произносит каждое слово! Следит, чтобы не сказать какой глупости, порой даже дар речи теряет от смущения. Если с человеком мы с таким вниманием говорим, то с каким вниманием надо говорить с Богом? Малое дитя, когда идет говорить с отцом или каким-либо взрослым человеком, испытывает смущение. А когда собирается сказать что-то учителю, которого к тому же немного побаивается, то смущается еще больше. А мы говорим с Самим Богом, Божией Матерью, святыми и этого не понимаем?

\* \* \*

— Геронда, что значит для Вас молитва?

— Посылаю сигнал, прошу помощи. Постоянно прошу помощи у Христа, у Божией Матери, у святых, для себя самого и для других. Если не буду просить, то и не получу.

\* \* \*

Бог для того попускает случаться у нас разным нуждам и затруднениям, чтобы мы прибегали к Нему, но лучше, когда по любви ребенок бежит к

своему отцу или матери. Возможно ли представить ребенка, знающего, как его любят родители, которого приходилось бы силой заставлять идти на руки к матери или отцу? Бог есть нежный Отец, и Он любит нас. Поэтому нужно с нетерпением ждать часа молитвы и никогда не насыщаться общением с Ним.

\* \* \*

— Геронда, когда мало времени и я молюсь торопливо, может, ворую время, которое должна посвятить Христу?

— У Христа всего много, сколько ни воруй, Он ни в чем не имеет нужды, а ты вот не получаешь пользы. Не Христу нужна наша молитва, а нам нужна Его помощь. Мы молимся, потому что так общаемся с Богом, Который нас сотворил. Если не будем этого делать, то впадем в руки диавола, и тогда горе нам. Видишь, что говорит авва Исаак? «Бог не спросит с нас, почему мы не молились, но почему не пребывали с Ним в общении и таким образом дали право диаволу мучить нас».

\* \* \*

— Геронда, как мне полюбить молитву?

— Почувствуй потребность в молитве. Как телу, чтобы жить, нужна пища, так и душа, чтобы жить, должна питаться. Если она не будет питаться, то ослабеет, а потом наступит духовная смерть.

\* \* \*

— Геронда, что нам мешает в молитве?

— Нам трудно молиться только тогда, когда мы не чувствуем в молитве потребности. Кто не понимает смысла молитвы, не ощущает потребности в ней, тот считает ее повинностью, уподобляется неразумному дитю, которое отворачивается от материнской груди, материнской нежности и потому растет слабое и болезненное.

\* \* \*

— Геронда, когда я занята каким-нибудь умственным трудом, то не могу молиться.

— Если во время работы ум твой находится в Боге, то это и есть молитва. Ведь если молишься, а ум при этом не в Боге, то какая польза? Если даже, когда человек устает молиться, он приведет на ум мысли о



Христе, Божией Матери, то это опять молитва.

\* \* \*

Нам надо научиться уставу рая — непрестанной молитве.

\* \* \*

Старайся всегда ощущать присутствие Христа, Божией Матери, святых и веда себя так, как будто они здесь, рядом. Ведь они на самом деле здесь, хотя мы их и не видим телесными очами. Все возводи к Богу и говори: «Бог меня видит. То, что я сейчас делаю, угодно Ему? Чего мне нужно избегать, чтобы не огорчать Его?» Постепенно это станет твоим внутренним состоянием. Будешь думать о Боге и делать все возможное, чтобы Его угодить. Так развивается и растет любовь к Богу, услаждается ум и сердце, и постоянно пребывают в молитве без труда.

\* \* \*

Во время работы руки должны трудиться, а ум устремляться к Богу. Каждый час делайте перерыв на молитву, а затем продолжайте работать. Пусть в келье у вас будет открытая книга. Почитайте немного, чтобы собрать мысли, — и снова трудитесь. Помолитесь по четкам — и за работу.

\* \* \*

Рукоделие, совершаемое с умиротворенностью и молитвой, освящается само и освящает людей, которые им пользуются. Действуя с благоговением и трудясь с молитвой, вы всегда освящаетесь сами и освящается все, что вы делаете.

\* \* \*

Чтобы духовная жизнь стала легкой, нам не надо на себя давить. Мы должны спрашивать наш ум: «Хочешь, совершим богослужение суточного круга? Хочешь, почитаем Псалтирь? Или погуляем по тропинке, творя Иисусову молитву? Или, может быть, споем молебный канон Пресвятой Богородице с великими поклонами?» Так человек не устает, потому что все, что он делает, он делает с внутренним расположением. Когда наша душа испытывает недомогание и мы не можем совершать поклоны, то помолимся Иисусовой молитвой сидя, почитаем что-то духовное, сделаем то, что нас привлекает.

Если у ребенка нет аппетита, ты не можешь его заставить есть. Ты даешь ему что-то вкусное, что ему нравится. Потом, когда он выздоровеет, то начинает есть и ревит (нут, бараний горох). Так же ведет себя и душа. В молитве должно соучаствовать все сердце человека, без остатка. Молитва, аскеза, духовные занятия должны совершаться от сердца. Человек получает духовный доход только в том случае, если ему предшествует духовный вклад, если ему предшествует жертва.

\* \* \*

Бог ждет, чтобы мы попросили Его о помощи, и только потом вмешивается. Господь уважает нашу свободу.

\* \* \*

Когда человек перестает молиться, удаляется от Бога и становится как вол: работает, ест, спит. И чем больше он удаляется от Бога, тем хуже становится. Сердце охлаждается, и потом он уже совсем не может молиться. Чтобы прийти в себя, сердце должно смягчиться, обратиться к покаянию, умилиться.

\* \* \*

Когда мы оставляем Иисусову молитву и свои духовные обязанности, враг занимает наши духовные высоты и с помощью плоти и помыслов ведет с нами брань. Он приводит в негодность все наши силы — и душевные, и телесные, он прерывает наше общение с Богом, следствием чего является пленение страстями нашей души.

\* \* \*

Опыт приобретается от демонского обстрела, который принимает воин Христов в духовной брани. Прежде, чем начать войну, враг бомбардирует помыслами. Иисусова молитва является самым сильным оружием против помыслов врага.

\* \* \*

В начале духовной жизни подвигающийся прогоняет плохие помыслы духовным поучением, непрестанной молитвой и усердным подвигом. Потом приходят уже только благие помыслы. Позже останавливаются и благие помыслы и чувствуется некая пустота, и затем приходит к человеку

Божественное просвещение.

\* \* \*

Спокойная ночная молитва приносит большую пользу своим безмятежием и очень полезна для нашего духовного возрастания подобно тому, как тихий ночной дождь много помогает всходу растений.

\* \* \*

Сон после захода солнца приносит телу большую пользу, но и бдение с усиленной молитвой после захода солнца очень полезно для души.

\* \* \*

Непрерывно перебирай четки, пока не растают духовные льды, чтобы впоследствии привести в действие духовный механизм, когда сердце уже само будет творить молитву.

\* \* \*

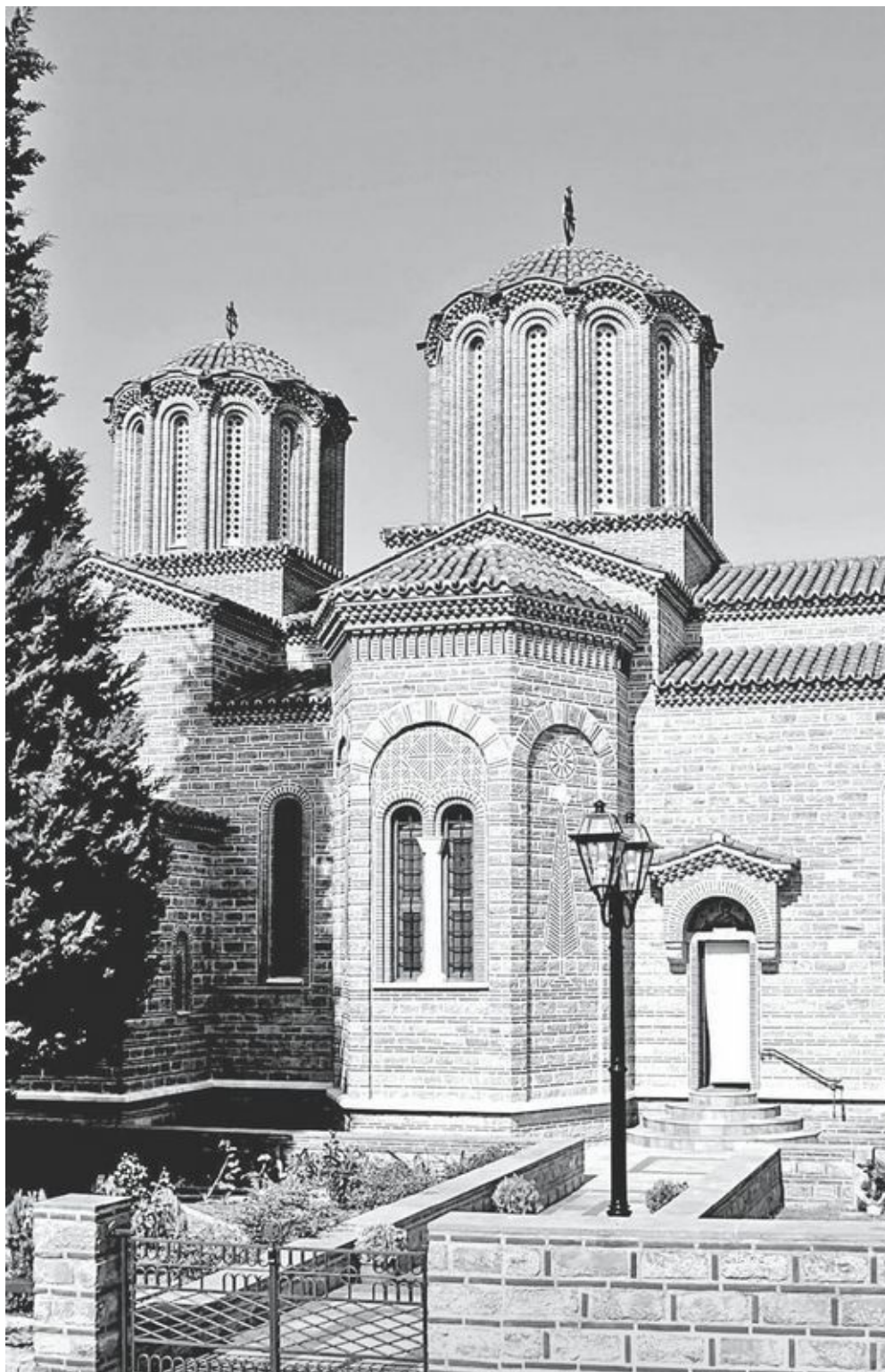
В соответствии с жертвой и молитвой, которую совершает человек за себя и за своего ближнего, подастся ему и Божественная помощь.

\* \* \*

Доверие Богу в том, что ничего не бывает без Божией воли, есть тайная непрерывная молитва с реальными результатами.

\* \* \*

Настоящая, чистая радость обретается близ Христа. Соединившись с Ним в молитве, ты увидишь свою душу наполненной.



\* \* \*

Молитва очень поможет тому, чтобы Христос дал людям немного света. Ведь как Христос [поступает]: возьмет отверточку, где надо — чуть

подкрутит, где надо — чуть ослабит, и — порядок, любо-дорого поглядеть — все налаживается.

\* \* \*

— Геронда, а хлопоты всегда препятствуют духовной жизни?

— Если человек сам выходит за пределы [послушания], сам добавляет к возложенному на него делу хлопоты, заботится о том, в чем нет необходимости, то его ум рассеивается и уходит от Бога. А если ум человека не в Боге, то как он ощутит Божественную радость? Сердце легко охлаждается. Если я весь день принимаю людей, то, несмотря на то что это духовное дело, ночью, когда я встаю на молитву, сердце мое находится в ином состоянии — отличном от того, когда я молюсь целый день. Голова забивается множеством услышанного от людей, а отбросить все это нелегко. Насколько возможно, произноси днем молитву Иисусову и тихонечко напевай что-то церковное.

\* \* \*

— Геронда, как усиливается вера?

— Вера усиливается молитвой. Человек, не возделавший в себе веру измлада, но расположенный к этому, может возделать ее молитвой, прося у Христа прибавить ему веру. Будем просить Христа прибавить нам веру и умножить ее.

\* \* \*

Духовное здравие равняется чистым помыслам, просвещенному уму и очищенному сердцу, постоянно имеющему в себе Христа и Пресвятую Богородицу. Многое внимание, самонаблюдение и молитва весьма помогают приобрести здравие души. Молитва необходима для очищения души, и благоразумие — для сохранения доброго духовного состояния.

\* \* \*

Доверие Богу есть нескончаемая таинственная молитва, в необходимый момент безшумно привлекающая Божественные силы туда, где в них есть нужда. И тогда Его любочестные дети нескончаемо, со многим благодарением славословят Его.

Будь, насколько возможно, внимательна, молись, вверяй себя Богу, и в любой трудности Он поможет тебе. Чтобы избавиться от тревоги и

волнения, упрости свою жизнь безусловным доверием Богу.

\* \* \*

Доверие Богу — это постоянная молитва, и в нужный час она приводит к Божественным результатам.

\* \* \*

Действие прежде мысли есть гордость. Поэтому надо не торопиться действовать, но предварительно все обдумывать и молиться. Когда предшествует молитва, то работает не рассудочная пена, не легкомыслие, но освященный разум.

\* \* \*

Бог не оставит нас, однако и мы должны делать то, что можно сделать по-человечески. А о том, что по-человечески сделать нельзя, мы должны молиться, чтобы подал Свою помощь Бог.

\* \* \*

Лучше не полагаться единственно на наши собственные человеческие старания, но молиться и давать действовать Богу.

\* \* \*

Знайте, что Бог любит, когда человек, перенося испытания, терпит их безропотно, прославляя Его святое имя. «Блажен муж, иже претерпит искушение», — говорит святой апостол Иаков. Поэтому будем молиться, чтобы Благой Бог дал нам терпение, так чтобы нам все терпеть безропотно, со славословием.

\* \* \*

Что бы ни происходило, надо молиться, думать и действовать. Самое лучшее — это всегда стараться духовно противостоять трудной ситуации.

\* \* \*

Когда совершается сердечная, с болью молитва о нуждах мира, люди, просящие в тот час помощи у Бога, сразу же ее получают.

\* \* \*

Сердечная молитва помогает не только другим, но и нам самим, поскольку она содействует тому, чтобы в нас появилась внутренняя доброта. Когда мы ставим себя на место другого, в нас естественным образом появляются любовь, боль, смирение, благодарность Богу с непрестанным Ему славословием. И тогда, став благоприятной Богу, наша молитва о ближнем помогает ему.

\* \* \*

Одна молитва смиренного человека, который верит в то, что он хуже всех, имеет достоинство большее, чем целое всенощное бдение, которое совершается с гордым помыслом. Молясь с гордостью, мы издеваемся над самими собой.

\* \* \*

Произноси Иисусову молитву и будь внутренне собрана. Если же твой ум куда-то уходит, снова возвращай его назад. Делай это постоянно. Не позволяй уму кружиться. Ведь даже если твой ум постоянно находится в области не прямо греховных предметов, но вращается среди вещей нейтральных, эти нейтральные вещи, развлекая ум, тоже «нейтрализуют» его, и он расточает себя понапрасну. А кроме того, помыслы, которые рождаются от рассеянности, коварнее, чем помыслы [откровенно] злые.

\* \* \*

Пусть ваш ум постоянно будет в Боге, думайте о Боге. Творите молитву, разговаривайте с Богом. Когда человек занимается таким деланием, то вначале слабо ощущает любовь Божию, но чем дальше, тем чувствует ее все сильнее. Теперь его ум постоянно пребывает в Боге, его не занимает ничто земное и суетное. В его сердце растет любовь к Богу, наполняет, и он не хочет думать ни о чем, кроме Бога. Его не волнует ничто из того, что есть в мире, он постоянно думает о Небесном Отце.

\* \* \*

Молитва — это разговор с Богом. Я иногда завидую людям, жившим во времена Христа, ведь они видели Его своими глазами и слышали своими ушами, даже могли с Ним говорить. Но думаю, что мы находимся в лучшем по сравнению с ними положении, потому что они не могли часто

безпокоить Его своими нуждами, а мы можем в молитве постоянно общаться со Христом.

\* \* \*

Проси у Бога просвещения, чтобы ко всему относиться с рассуждением. Вооружись терпением и молитвой и постепенно приобретешь рассуждение.

\* \* \*

В молитве нужно потрудиться, невозможно во мгновение ока достичь такого состояния, чтобы ум совсем не уходил. Необходимо терпение.

\* \* \*

Себя ощущай маленьким ребенком, а Бога своим Отцом и проси Его обо всем, в чем имеешь нужду. Беседуя таким образом с Богом, тебе не захочется потом от Него отходить, потому что только в Боге человек обретает безопасность, утешение, невыразимую любовь, соединенную с Божественной нежностью. Молитва означает поместить Христа к себе в сердце, возлюбить Его всем своим существом.

\* \* \*

Чем больше человек молится, тем больше чувствует духовной уверенности. Молитва — это защита.

\* \* \*

Молитва имеет великую силу, это страшное оружие против диавола. Произнося ее, ты словно стреляешь в диавола духовными пулями, и он не может к тебе приблизиться.

\* \* \*

Молитва, которая творится с верой, болезнованием, настойчивостью и терпением, если просимое будет нам во благо, бывает услышана.

\* \* \*

Смирением, незлобием, жертвенностью, безкорыстием, исповеданием помыслов, подвигом, молитвой, а главное, молитвой Иисусовой очищается сердце. Молитва освобождает сердце от всякого хлама. Если молишься, но не стараешься соблюсти другое, о чем я сказал, тогда это напрасный труд.



Или если соблюдаешь остальное, а о молитве нерадишь, опять же напрасный труд. Подвизаешься и одновременно молишься, просишь помощи Божией молитвой, и так постепенно очищается сердце. Подвиг и молитва идут вместе.

\* \* \*

Всегда имей на устах сладчайшее имя Иисуса, чтобы услаждалась душа. Большое дело — весь день проводить с молитвой. Начинаешь день с молитвой, далее делаешь свою работу, повторяя молитву, и так освящается дело, которое делаешь, и люди, которые в нем участвуют. Когда, например, готовишь с молитвой, то освящается еда, которую делаешь, и люди, которые ее едят.



\* \* \*

Думай, молись, внимай и действуй с рассуждением, и потом придет Божественное просвещение. Когда, к примеру, тебя о чем-то спрашивают,

не торопись отвечать, но проси у Бога, чтобы Он тебя просветил. «Боже мой, — молись, — вразуми меня что сказать», — и Бог будет подавать тебе слово в соответствии со случаем. Торопливый ответ — от ума, а ответ, который проходит через молитву, — от Бога.

\* \* \*

— Геронда, я стараюсь тружусь в молитве, но не чувствую утешения.

— Это хорошо, потому что ты работаешь безвозмездно. Предадим сердце свое Богу, смиренно испрашивая Его милости, а Он знает, что нужно нам дать. Духовный человек не ищет ничего, кроме спасения своей души. Подвизается не ради Божественных наслаждений, подвизается с любочестием и принимает, что ему дает Бог.

\* \* \*

— Геронда, когда я болею, то из-за боли не могу сосредоточиться на молитве.

— В молитве в этом случае есть и труд, и страдание; есть подвиг, поэтому она слышна лучше, чем молитва здорового.

\* \* \*

Перед молитвой нужно подумать о том, что в нас не так, на это направить свой ум, настроить прицельную рамку, а потом... огонь!

\* \* \*

Старайся каждый день хоть немного времени уделять духовному чтению и молитве. Чтение, молитва, псалмопение — это витамины, которые нужны душе каждый день. Нельзя допускать, чтобы день проходил совсем без молитвы.

\* \* \*

По-настоящему человек отдыхает только в молитве. Когда молитва идет от сердца, она прогоняет и усталость, и сон, и голод, потому что душа согревается, так что уже не хочешь ни спать, ни есть.

\* \* \*

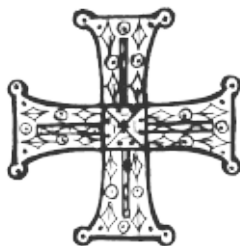
Представь себе благодеяния Божии, подумай о Боге, своем Благодетеле, ощути свое непотребство и греховность и взыщи Его милости. Когда

человек ощущает великие благословения Божии, то укрепляется, согревается сердце и он достигает непрестанной молитвы.

\* \* \*

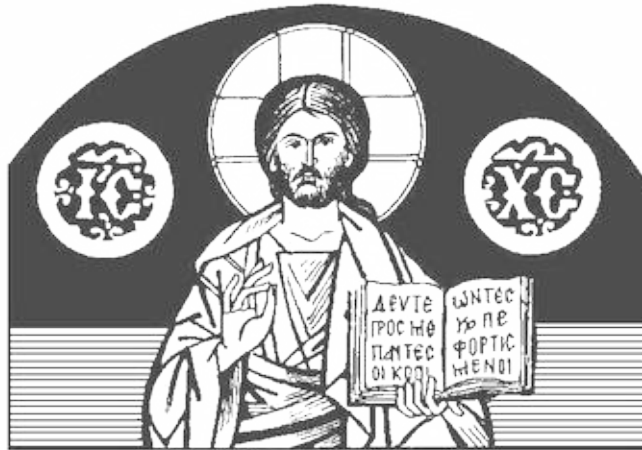
Главное — обратиться к молитве, чтобы соединиться с Богом. Только это имеет ценность, потому что человек роднится с Духом Божиим и духом соединяется с Богом неким священным образом через молитву. Мы много раз повторяем сладчайшее имя Христа не потому, что Христос не слышит с первого раза, но чтобы ум наш соединился с Ним, потому что Христос для нас всё и к Нему мы все придем.

# Архимандрит Парфений (Мурелатос)



*«Господь повсюду, Он рядом с нами каждую минуту, слышит каждую нашу просьбу и воздыхание»*





В духовной жизни пост, бодрствование и молитва имеют ключевое значение. Именно эти три подвига соединяют человека с Богом. Также для спасения необходимо иметь веру и любовь к Богу.

\* \* \*

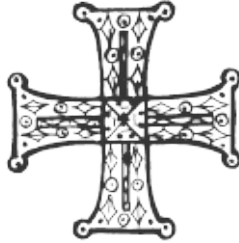
Мы должны помнить, что Господь повсюду, Он рядом с нами каждую минуту, слышит каждую нашу просьбу и воздыхание. Но мы сами должны к Нему обратиться, Бог насильно никого к Себе не привлекает.

Мы, православные христиане, должны помнить: Господь повсюду. Наша жизнь — это Христос, Пресвятая Богородица, арх ангелы, ангелы и наши святые. Вне Церкви нет Предания. Вне Церкви нет спасения.

\* \* \*

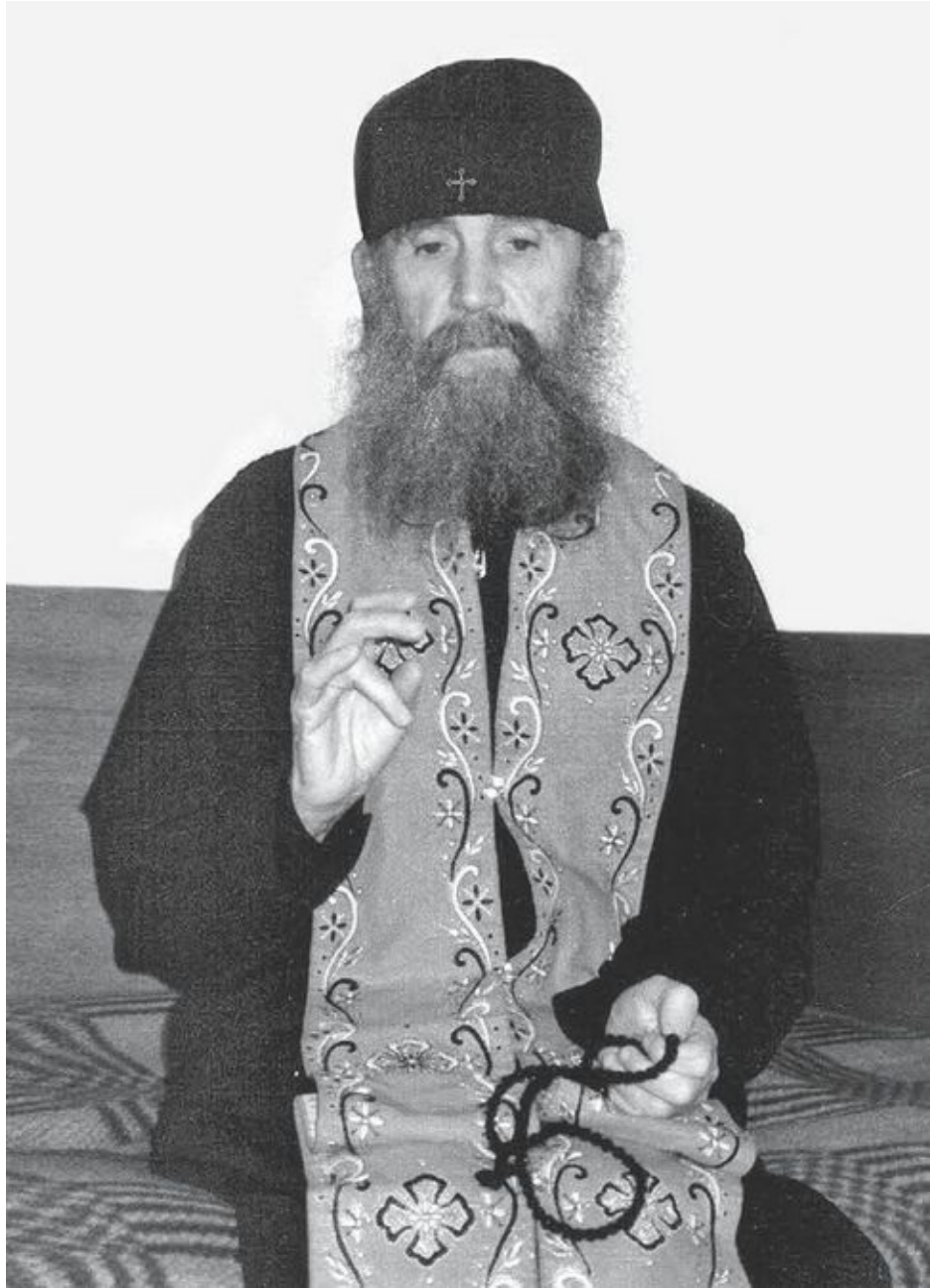
Бог оставил людям свободу. Пока мы не упадем, не опомнимся и не обратимся к Нему с призывом о помощи — Он вмешиваться не будет. А когда попросим Бога — Он даст нам просимое, потому что наш Господь — не злой, но милосердный и человеколюбивый. Он всегда хочет нам только добра.

# Архимандрит Ефрем (Мораитис)

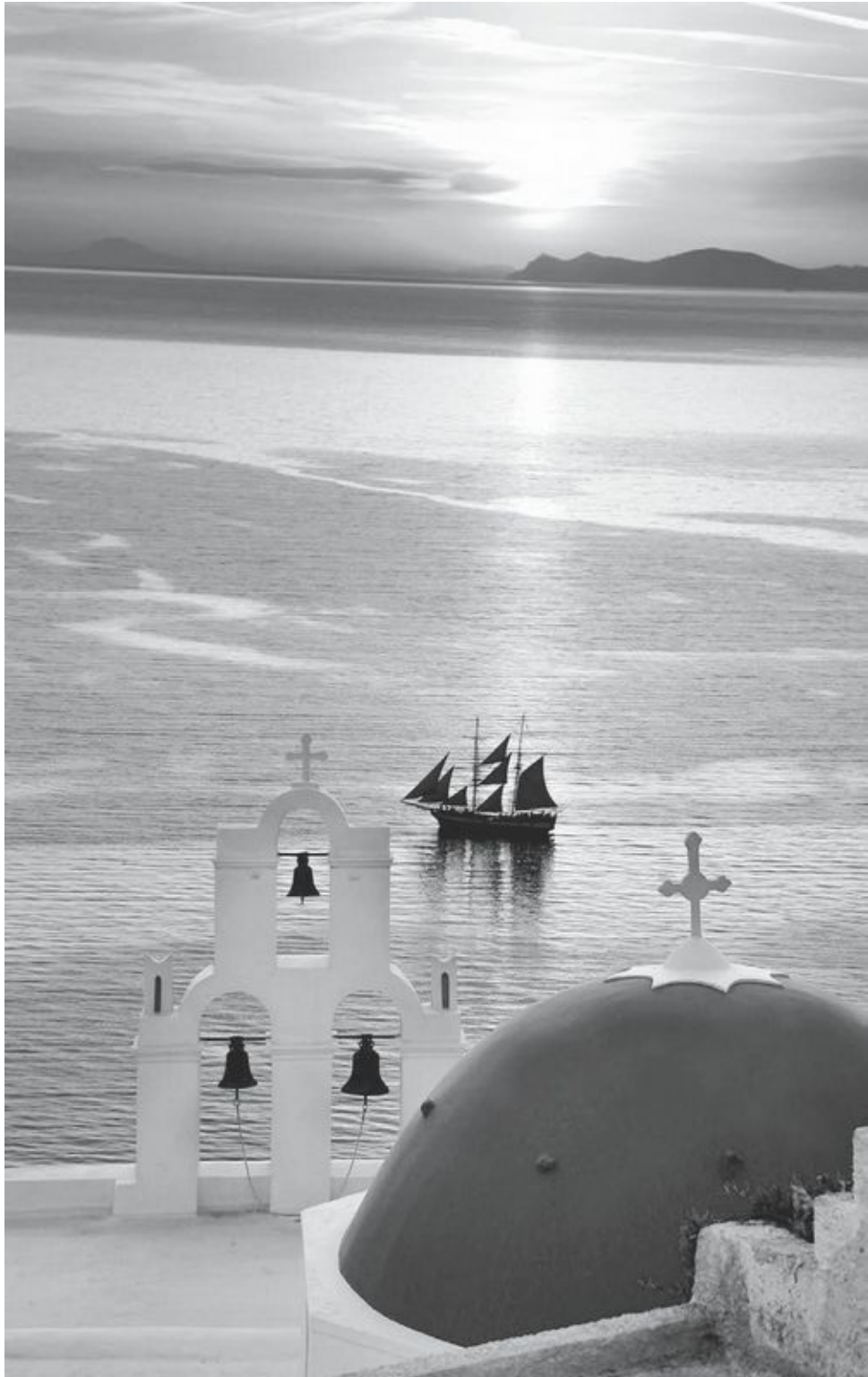


*«Молитва да будет непрестанной, ибо это наше оружие»*

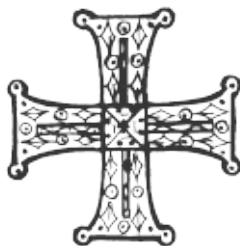




Борьба наша должна быть постоянной. Не будем делать пауз, поскольку их использует диавол: проникая в них, он ставит нас в опасное положение. Молитва да будет непрестанной, ибо это наше оружие. Когда мы молимся, диавол не может с легкостью подойти к нам.



# Преподобный Порфирий Кавсокаливит



*«Молитва является матерью всех благ. Лишь бы она всегда была смиренна, совершенно лишена эгоизма и полна любви ко Христу»*





Старец в качестве средства для разрешения всех проблем советовал обращаться к молитве. Один человек жаловался ему, что он часто страдает бессонницей. Отец Порфирий рекомендовал ему лекарство — молитву. Тот последовал его совету и совершенно излечился от своей бессонницы. Кроме того, он стяжал нечто куда более важное — хорошо усвоенный урок молиться при всех своих трудностях.

\* \* \*

Ты знаешь, что надо делать, когда ты болеешь? Надо просить Бога, чтобы Он простил тебе твои грехи. И Бог, поскольку ты, будучи преисполнен страдания, со смирением будешь обращаться к Нему, простит тебе грехи и исцелит и твоё тело. Но будь внимателен: никогда не молись с задней мыслью, не говори: «Боже мой, прости мне грехи мои», в то время как твой ум всецело занят твоим телесным недугом. Такая молитва не будет иметь результата. Когда ты встаёшь на молитву, забудь о своей телесной немощи, принимай её как епитимью, наложенную для отпущения твоих грехов. И не беспокойся о том, что будет дальше. Предоставь это Богу, Он знает, что делает.

\* \* \*

Сам Господь научит нас молитве. Сами мы ей не научимся, и никто другой нас не научит. Не будем говорить: «Я сделал столько-то поклонов, теперь благодать мне обеспечена». Но будем просить, чтобы воссиял в нас

нетленный свет Божественного познания и открыл наши духовные очи для постижения Его Божественных словес.

Таким образом мы незаметно для себя возлюбляем Бога без насилий, усилий и подвига. То, что трудно для людей, для Бога очень легко. Мы полюбим Бога внезапно, когда посетит нас благодать. Если сильно полюбим Христа, то молитва будет произноситься сама собой. Христос непрестанно будет в нашем уме и нашем сердце.

\* \* \*

В молитве будем просить лишь спасения нашей души. Разве не сказал Господь: *Ищите же прежде Царства Божия... и это все приложится вам* (Мф. 6, 33; Лк. 12, 31)? Достаточно сказать: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя». Богу нет нужды узнавать у нас, в чем мы нуждаемся. Он знает о всем этом несравненно лучше нас с вами и подает нам Свою любовь. Задача состоит в том, чтобы ответить на эту любовь молитвой и хранением Его заповедей. Будем просить, чтобы исполнилась воля Божия. Это самое полезное, самое безопасное для нас и для тех, о ком мы молимся. Христос все нам подаст в изобилии. Когда есть хотя бы малейший эгоизм, не бывает ничего.

\* \* \*

Ключ к духовной жизни — молитва. Молитве никто не может научить, ни книги, ни старец, никто. Единственным учителем является Божественная благодать. Если я расскажу вам, что мед сладок, что он текуч, он такой-то и такой-то, то вы не поймете, пока не вкусите его. То же самое и в молитве.

\* \* \*

Как Он с благородством стучит в двери нашей души, так и мы будем благородно просить того, чего желаем. И если Господь не отвечает, будем прекращать просить о том. Если Бог не дает нам то, чего мы так усиленно просим, то для этого у Него есть своя причина. У Бога тоже есть Свои «тайны». Если мы верим в Его благой промысел, если верим в то, что Ему известно исключительно все в нашей жизни и Он всегда хочет добра, почему нам не довериться Ему?

\* \* \*

В любом деле, которое ты предпринимаешь, знай, что тебя ждет множество препятствий. Ты будешь скорбеть. Однако не отступай, но молись, и Бог устранил все преграды и скорби, и ты достигнешь успеха.

\* \* \*

Старец сказал мне:

— Дитя мое, Христос заповедал нам любить наших врагов (см. Мф. 5, 44). Ты это понимаешь? Великое дело — всех любить и за всех молиться. Искусил кого-либо из вас сатана, и он стал раздражительным спорщиком-скандалистом. Если другие не готовы молитвой отразить искушение, то это его состояние передастся и им.

Напротив, если кто-либо молится за братьев, то волнение утихает. Воссиявает благодать Божия и через этого человека изливается на всех, все освящая.

\* \* \*

Все меняется благодаря труду — и душа, и тело. Не оставляй молитву. В простоте, неспешно, но горячо молись Богу обо всех. Молитвой ты принесешь ближним больше пользы, чем своими словами.

\* \* \*

Только по Божественной благодати два человека могут действительно составить одно целое. Творя молитву, они могут таинственным образом соединиться, хотя на деле будут находиться в километрах друг от друга. Это единство приносит великую радость. Мы можем составить одно целое, если будем жить таинственной жизнью во Христе, не говоря одни только слова о любви. Тогда соединение происходит без усилий, посредством таинственной жизни во Христе, посредством любви. Тот, кто любит, посылает «добрую силу».





\* \* \*

Каким бы несправедливым ни было против тебя обвинение, не нужно негодовать, даже внутренне. Это тоже зло. Ведь начало зла — злые

помыслы. Когда ты огорчаешься и негодуешь, пусть даже мысленно, то разрушаешь свое духовное устроение. Ты препятствуешь действовать Святому Духу и позволяешь диаволу умножать зло. Всегда молись, люби и прощай. Изгоняй из себя всякий дурной помысел.

\* \* \*

Когда отец Порфирий говорил об Иисусовой молитве, его лицо озарялось детской радостью. Своим слабым голосом, очень внятно, он, радостно взмахивая в такт рукой, медленно, разделяя каждое слово, говорил: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя». На одной из наших бесед о молитве он сказал: «Мне Бог даровал благодать, чтобы я много упражнялся в этом делании». Деланием он называл сердечную молитву. «Это делание приносит большую пользу всем верующим. Оно очищает душу и удерживает ум».

\* \* \*

Старец всегда повторял, что Бог — это всё, и говорил, что без молитвы к Богу не бывает ничего. «Молитва, — наставлял он, — является матерью всех благ. Лишь бы она всегда была смиренна, совершенно лишена эгоизма и полна любви ко Христу».

\* \* \*

Систематическое занятие умной молитвой предполагает, согласно учению отца Порфирия, во-первых, наличие опытного старца, который будет наблюдать за учеником, а во-вторых — свободу подвизающегося от эгоизма, злопамятства, неприязни, своеволия, тщеславия и подобных страстей. Старец особо подчеркивал необходимость совершать переданные нам святыми отцами богослужебные последования Божественных служб. Его наставление «Непрестанно твори Иисусову молитву» обращено ко всем нам. Но здесь надо иметь рассуждение: это наставление не предполагает отмену церковных последований. Также не надо думать, что, сказав несколько раз: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя», мы сразу же чего-то достигнем.

\* \* \*

Когда ты молишься, молись не только за одного себя. Говоря «Господи Иисусе Христе, помилуй мя», почувствуй рядом с собой все твое братство,

всю Церковь во всех уголках земли, воинствующую, живую нашу Православную Церковь, а также и торжествующую, совершенную нашу Церковь. Все мы пред Богом являемся одним целым. И мы, и те, кто будет жить после нас, до конца веков.

\* \* \*

Во время одной из наших встреч старец сказал мне: «Почему Бог советует нам непрестанно молиться? Может быть, потому, что Он хочет, чтобы мы стояли перед Ним “навытяжку”? Нет, Бог этого не хочет. Бог хочет, чтобы мы получали пользу. Он знает, что когда мы, подобно ангелам, по своему собственному желанию, славословим Его непрерывно, день и ночь, тогда наша душа действительно отдыхает, потому что это приносит нам истинную пользу»...

\* \* \*

Однажды я спросил отца Порфирия: «О чем лучше мне просить на молитве?» Старец ответил: «Ни о чем. Бог лучше тебя знает, что тебе больше всего нужно. Непрестанно твори молитву Иисусову».

\* \* \*

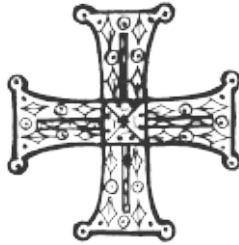
Старец мне как-то раз сказал: «Всегда молись Богу. Все хорошее исходит от Бога: и жажда молитвы, любви, смиренномудрия, покаяния, и стремление к добру. Всякий раз, когда ты чувствуешь в душе желание пойти поисповедоваться, обращай к своему духовнику. Это очень хорошо». Из этих слов я сделал вывод: все хорошее, для меня и для других, я должен ожидать только от Бога. Оно приходит посредством молитвы.

Отец Порфирий еще сказал мне: «Проси в молитве от Бога, чтобы на тебе свершилась Его воля. Это принесет тебе большую пользу, чем все другие твои просьбы».

\* \* \*

Всегда твори Иисусову молитву. Возлюби Христа, возлюби людей, не говори ничего о других, неизменно посещай храм Божий, читай Евангелие, чтобы Бог вразумил тебя.

# Схимонах Иосиф Ватопедский



*«Не оставляйте вашего духовного оружия — молитвы, смиренного  
помышления и веры»*





Не оставляйте вашего духовного оружия — молитвы, смиренного помышления и веры, которая рождает свободу от страстей. Так мы избежим блуждания в лабиринте многозаботливости с его постыдными соблазнами, которые увлекают нас.

\* \* \*

У старца спросили: «Что такое молитва?» Отец Иосиф ответил: «Молитва есть основное средство, что соединяет все разумные существа с их Создателем Богом. Она будет и в новой жизни их основным занятием и обязанностью».

\* \* \*

Если хочешь молиться, как подобает, не огорчай никого, иначе все будешь молиться.

\* \* \*

Если держишь зло на кого-то, помолись о нем и прекратишь тем самым движение страсти, потому что молитва прогоняет печаль. Если же другой держит зло на тебя, окажи ему милость и смирись перед ним, постарайся приобрести его дружбу. Этим освободишь его от страсти.

\* \* \*

С помощью молитвы человек может просить и получить необходимое, влиять на изменение наказания, которое правосудие Божие на него

налагает, преизобильно получать благословение, узнавать то, чего не знает, оказывать поддержку ближним, умоляя Бога об этом, и вообще, через молитву человек может стать причастником многих свойств Бога нашего и Отца.

\* \* \*

Настолько величествен этот Божественный дар молитвы тварным существам, что и Сам Дародатель прибегал к молитве, пребывая в нашем тленном мире.

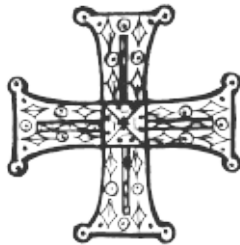
\* \* \*

В зависимости от целей и по тому, как совершается, молитва называется: молением, просьбой, воззванием, обращением и даже воплем, если к тому обязывает нас неотложная необходимость.

\* \* \*

Господь наш Иисус Христос — жертва нашей дерзости и настойчивости, которыми мы преклоняем Его и заставляем отменить Свой первоначальный приговор: «Да, Господи мой, исповедаю свою вину. Мои заблуждения и грехи — причина того жалкого положения, в котором сейчас нахожусь. Но я раскаиваюсь и припадаю, и прошу, и умоляю: оставь мне согрешения, не вмени мне в вину мое преступление. Не предай меня вразумлению и наказанию, которые мне подобают. Простри милость Свою и покрой меня, да не впаду во искушение и снова Тебя разгневаю».

# Преподобный Амфилохий (Макрис)



*«Когда я сижу на высокой скале молитвы, какие бы волны ни подступали, они мне не причинят вреда»*







Когда ты любишь человека, то желаешь постоянно думать о нем и с ним разговаривать. Так и душа, любящая Бога, должна непрестанно, и днем и ночью, думать о Господе. Молитва — лучшее делание и орудие монаха.

\* \* \*

Когда вы возделываете молитву, то не устаете, не испытываете тревоги, вас не клонит в сон на службах, потому что ваше тело уже — это скорее ваша одежда. А платье не печалится, не мерзнет, не утомляется. Сколько бы часов подряд я ни стоял на ногах, я не ощущаю усталости.

\* \* \*

Если вы возделываете молитву, вам не страшны ветра искушений. Их сила слабеет, и они ничего с вами не сделают.

\* \* \*

Через молитву человек делается словно ребенок. Молитва возвращает его к простоте и непорочности, которые имел Адам в раю до падения. Человек приобретает непостижимое для мирских людей, святое и благословенное смирение.

\* \* \*

Часто причащайтесь, тепло молитесь, терпите — и увидите сильную

Руку, Которая вас поддерживает.

\* \* \*

Молитва без любви, как птица, милая и красивая, но без крыльев, не может парить.

\* \* \*

Молитва все устрояет. Она делает ничтожными расстояния. Изменяет планы человеческие. Дает дерзновение, веру и терпение в нашей жизни. Ты можешь ходить по волнам.

\* \* \*

Возделывай молитву — и придет время, когда твое сердце взиграет от радости, как при встрече с любимым человеком.

\* \* \*

Через молитву ты освящаешь место, где живешь, и дело, которое делаешь.

\* \* \*

Благодать Бога, духовное единение с Ним преображают человека. Проходят страх, подозрительность, человек больше не боится смерти и смотрит на эту жизнь, сколь прекрасной она бы ни была, как на рабство.

\* \* \*

Дитя мое, телеграмма, которую мы отправляем на небо, идет гораздо быстрее земных телеграмм.

\* \* \*

Имей мужество, и Христос все разрешит благоприятно. Твоя вера не должна сгибаться из-за мелочей. Основания твои должны быть крепкими. В природе буря приносит пользу, и на море, и на суше, а следовательно, и для живущих духовной жизнью она полезна, даже более. Н., это рай! Разве не должны мы потерпеть ради Христа? Или ты думаешь, что мой жизненный путь устлан цветами? Нет-нет, там камни, грязь и колючки. И я прошу Бога дать мне мужество и терпение.

\* \* \*

Когда человек бросает камень в собаку, та часто, вместо того чтобы напасть на человека, бросается и кусает камень. Так же поступаем и мы. Искушение посылает кого-то нам, и он нас искушает — словами ли, поведением ли, а мы, вместо того чтобы разобраться с тем, кто бросил этот камень, то есть с искушением, кусаем сам камень, то есть нашего собрата, которого лукавый использовал в качестве камня. И кто знает, как веселятся наши искушители и насмеются над нами, когда видят всё это! В час искушения мы должны иметь терпение и молитву.

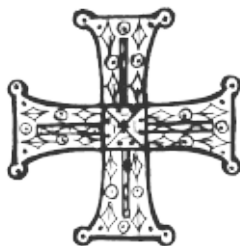
\* \* \*

Знаете, какие мастера эти искушители? Они и малое [искушение] делают большим. Искуситель тревожит, расстраивает и создает внешние войны. У него столько уловок. Он вводит человека в сомнение. А потому у нас так много кораблекрушений. Защита Божия ослабляет наши искушения. Когда у вас искушения, тогда нисходит благодать Божия. Когда человек сталкивается с искушениями, он убеждается в своей безсилии, смиряется, и к нему приходит благодать Божия. Да не влияют на вас ветры искушений; они ничего не могут вам сделать.

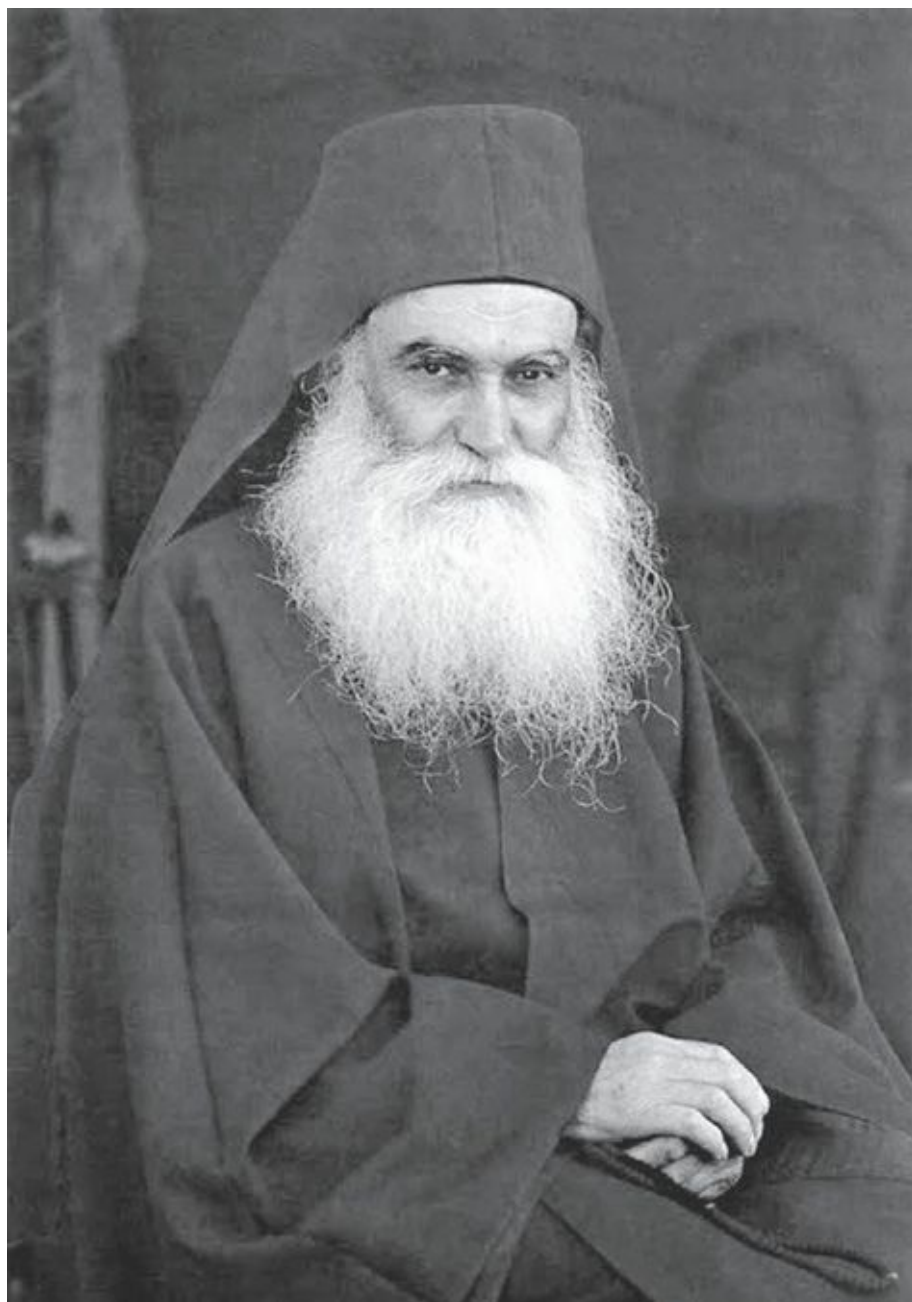
\* \* \*

Когда я сижу на высокой скале молитвы, какие бы волны ни подступали, они мне не причинят вреда. Но если застигнут меня внизу, то смоют в море. Умная молитва уподобляет, связывает, освящает, дитя мое. Когда в душе возгорается огонь молитвы, все сухое опалается и исчезает. Умная молитва — основа совершенства. Первая ступень духовного восхождения есть умная молитва. В начале молитвы ты ощущаешь большую радость, затем приходит сладость, и в конце, как плод, приходят слезы, потому что душа ощущает в себе присутствие Бога.

# Старец Ефрем Катунакский



*«Молитва даст все, молитва все в себе содержит, все в себе заключает: прошение, утешение, веру, исповедание, богословие и так далее. Молитва должна говориться без перерыва»*





Человек, когда молится Богу, как бы впитывает в себя свойства Божии. Бог, скажем, добр, не гневается, долготерпит. И к тебе после молитвы приходит долготерпение.

\* \* \*

У старца как-то спросили: «Батюшка, с каким настроением нужно молиться: славословия, радости, умиления, благодарения, печали, покаяния — как лучше?» Старец ответил: «С тем настроением, какое имеет душа в данный момент. Радостно тебе — молись с радостью, чувствуешь покаяние — молись с покаянием».

\* \* \*

И если... кто тебе навредит — нестрашно, неважно это, потому что благодать тебя одаривает и впоследствии соделает непрерывно молящимся. Да, получил этот дар, молясь Богу, — получил и свойства Самого Бога.

\* \* \*

Следите за тем, чтобы не огорчал один другого. Когда огорчается брат, не можешь творить молитву, молитва угасает.

\* \* \*

Старца спросили: «Без послушания совсем невозможно иметь молитву?» И отец Ефрем ответил: «Я вот что скажу. Был один старец и имел двух послушников. Один был примерен в послушании, но в молитве был сух, а другой был непослушен, но в молитве исполнен слезами. Недоумевал старец и пошел посоветоваться со своим духовником. Тот был мудр и посоветовал ему подождать немного и потом посмотреть, как у них пойдут дела. Действительно, спустя малое время прилежный послушник начал чувствовать благодать молитвы, исполнился слез и радости. Другой же послушник то, что имел, потихоньку растерял и остался опустошенным».

\* \* \*

Хочешь получить дар молитвы? Хочешь, чтобы, когда говоришь «Господи Иисусе Христе», из твоих глаз текли реки слез? Хочешь прожить ангельскую жизнь? Тогда: «Благословите», «Буди благословенно». Вот что такое послушание!

\* \* \*

Старец не требовал от человека того, что превышало его силы. Он лишь хотел, чтобы его духовное делание, каким бы малым оно ни было, совершалось ежедневно, чтобы он никогда не оставался без молитвенной защиты.

\* \* \*

Молитва, которую мы произносим, нас очищает мало-помалу от страстей.

\* \* \*

Когда Господь посещает нашу душу, Он желает найти ее в молитве. Да не будет душа наша и разум наш в парении! Это печалит Бога. Можем мы целый день держать себя во внимании? Это нам поможет.

\* \* \*

Придет момент, когда, если остановится молитва, почувствуешь себя плохо. Когда монах находит эту радость и мир от молитвы, тогда почитает за сор все сущее в мире. Тогда прославляет он Бога, Который его восхитил



из мирской суеты. Тогда думает: что же будет там, в раю, если так удостоил его Господь, что он еще здесь насыщается благодатью, что еще здесь испытывает такое блаженство? Думает: каковы же будут те невыразимые блага?!

\* \* \*

Чадó мое, произноси молитву «Господи Иисусе Христе, помилуй мя» день и ночь, постоянно. Молитва даст все, молитва все в себе содержит, все в себе заключает: прошение, утешение, веру, исповедание, богословие и так далее. Молитва должна говориться без перерыва.



\* \* \*

Молитва принесет мало-помалу мир, сладость, радость, слезы. Мир и сладость принесут еще больше молитвы, а следом молитва принесет еще

больше мира и сладости и так далее.

\* \* \*

Ты, чадо мое, говори молитву, понуждай самого себя говорить молитву, произноси молитву, даже если делаешь какую-нибудь работу. Иногда тебе трудно будет говорить молитву во время работы, но придет время, когда, хотя и будешь иметь какую-то работу, хотя и будешь чем-то заниматься, будешь говорить одновременно и молитву. Неким образом у тебя будет как будто бы две головы: одна будет говорить молитву, а другая будет продолжать исполнять любую работу, любое попечение.

\* \* \*

Я много раз представлял себе следующее: как будто произошло Второе Пришествие и Христос со Своими святыми уже уходит, отдаляется от меня, и я остаюсь в опасности быть навечно отделенным от Христа и Его Царства. Тогда, дитя мое, что говорить о настроении для молитвы? Вопиешь тогда в духе: «Иисусе Христе, спаси мя!» — и слезы льются рекой.

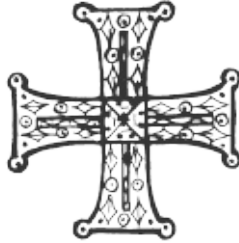
\* \* \*

Иногда же, в надлежащем состоянии души, в самых ее глубинах рождаются различные духовные понятия, и душа жаждет молиться так, как она сама того желает. Так пусть насытится!

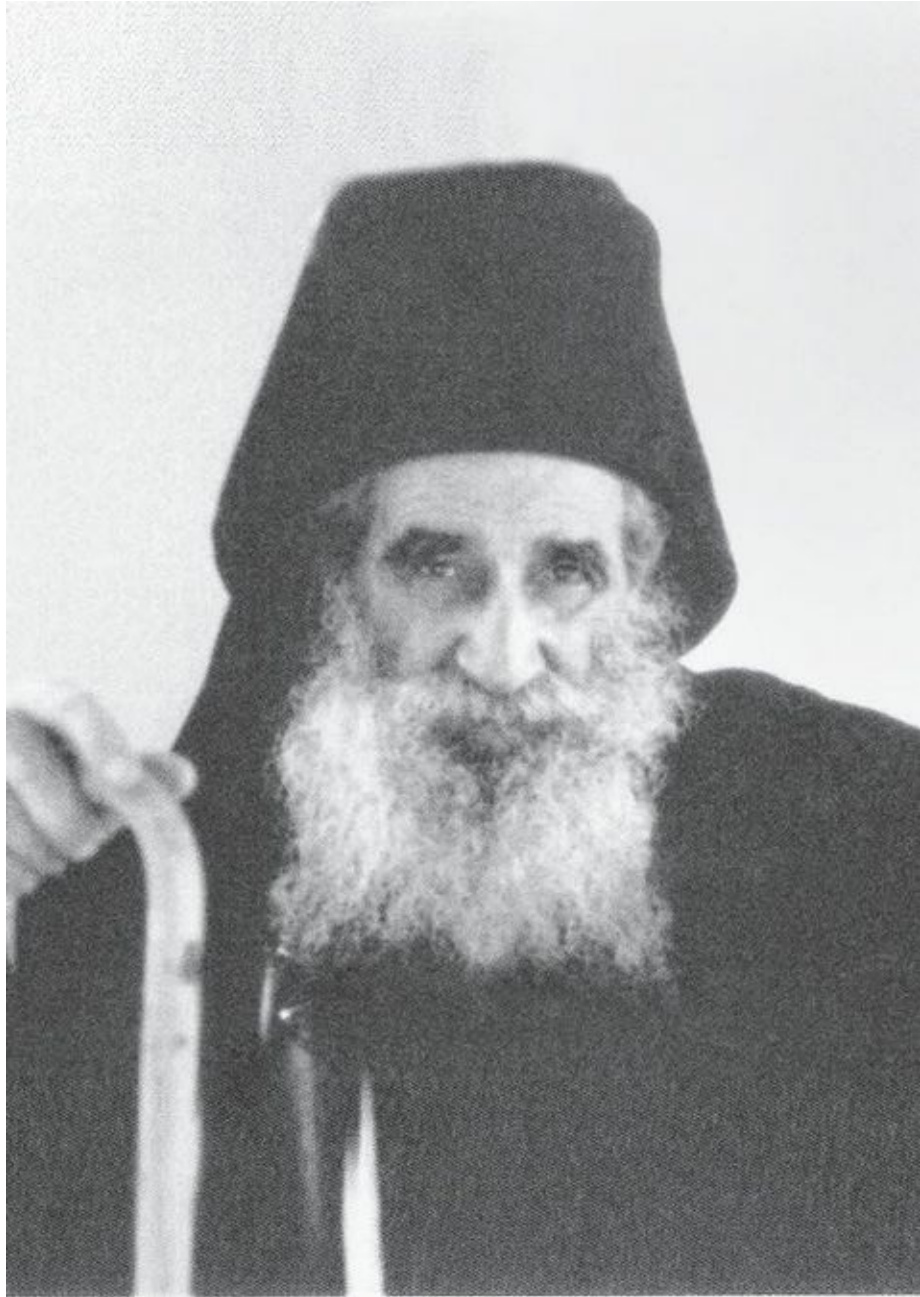
\* \* \*

Отец Ефрем служил литургию каждый день. Когда его спрашивали, будет ли завтра литургия, он отвечал однотипно: «Если даст Бог, то послужу». Он говорил: «Для меня литургия — это молитва. Самая значительная молитва».

# Старец Арсений Исихаст



*«...Говори непрестанно: “Господи Иисусе Христе, помилуй мя”. Ум, конечно же, рассеивается, бродит то там, то здесь. Но ухо-то слышит и опускает это в сердце...»*





Когда мы творим молитву столько, сколько есть у нас сил, то заставляем и ум понимать произносимое нами. Но чтобы добиться этого, требуется большое понуждение. Однако во время работы устами говори непрестанно: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя». Ум, конечно же, рассеивается, отвлекается на работу, бродит то там, то здесь. Но ухо-то слышит, кое-что схватывает и опускает это в сердце. И даже если ты и не понимаешь молитвы, то сатана понимает ее очень хорошо и трепещет от одного только слышания имени Христова.

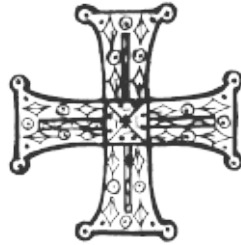
\* \* \*

Отец Арсений рассказывал: «Вчера повар говорит мне: “Благослови, у меня подгорела еда”. — “Верно, есть у тебя какой-то плохой помысл”, — отвечаю ему. “Не помню, геронда”. Тогда я говорю: “Ум твой о чем-то замечтался, и молитвы не стало”. — “Да разве это связано?” — “Связано, и еще как. Заметь, что, когда ты говоришь молитву непрестанно, пища никогда не отвлечет твоего ума, и увидишь, какую вкусную еду ты приготовишь!”»

\* \* \*

Когда днем ты с ревностью выполняешь послушание, и одновременно твои уста непрестанно шепчут молитву, то внутри ты чувствуешь такое успокоение и радость, что и дневные труды вменяешь ни во что. Особенно же ночью с теплотой, приобретенной днем, ты совершаешь бдение с такой легкостью, что оно не утомляет тебя, а проходит как праздник.

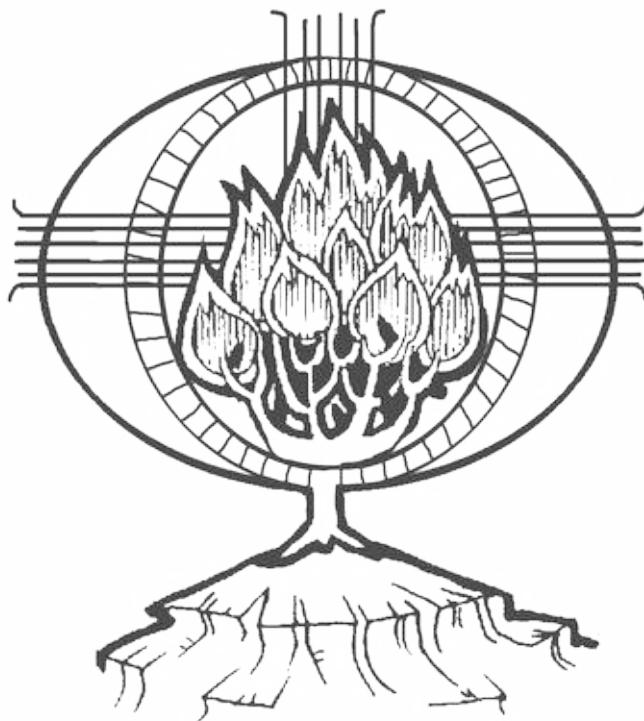
# Святитель Нектарий Эгинский



*«Вы же просите Бога и не теряйте смелость... Бог исполнит ваши пожелания тем способом, о котором вы не ведаете. Итак, успокойтесь и воззовите к Богу!»*





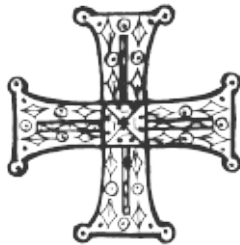


Святитель Нектарий стяжал непрестанную Иисусову молитву. Духовное чадо святителя, Кости, рассказывал: «Однажды ночью меня вдруг охватил страх и я начал кричать: “Пожар! Пожар!” Огненные языки исходили от лица и тела святителя. Я подбежал к нему. Но святитель был совершенно отрешен, он был весь со Христом. Я пытался погасить пламя, хватая моего святого наставника за рясу... То был огонь благодати».

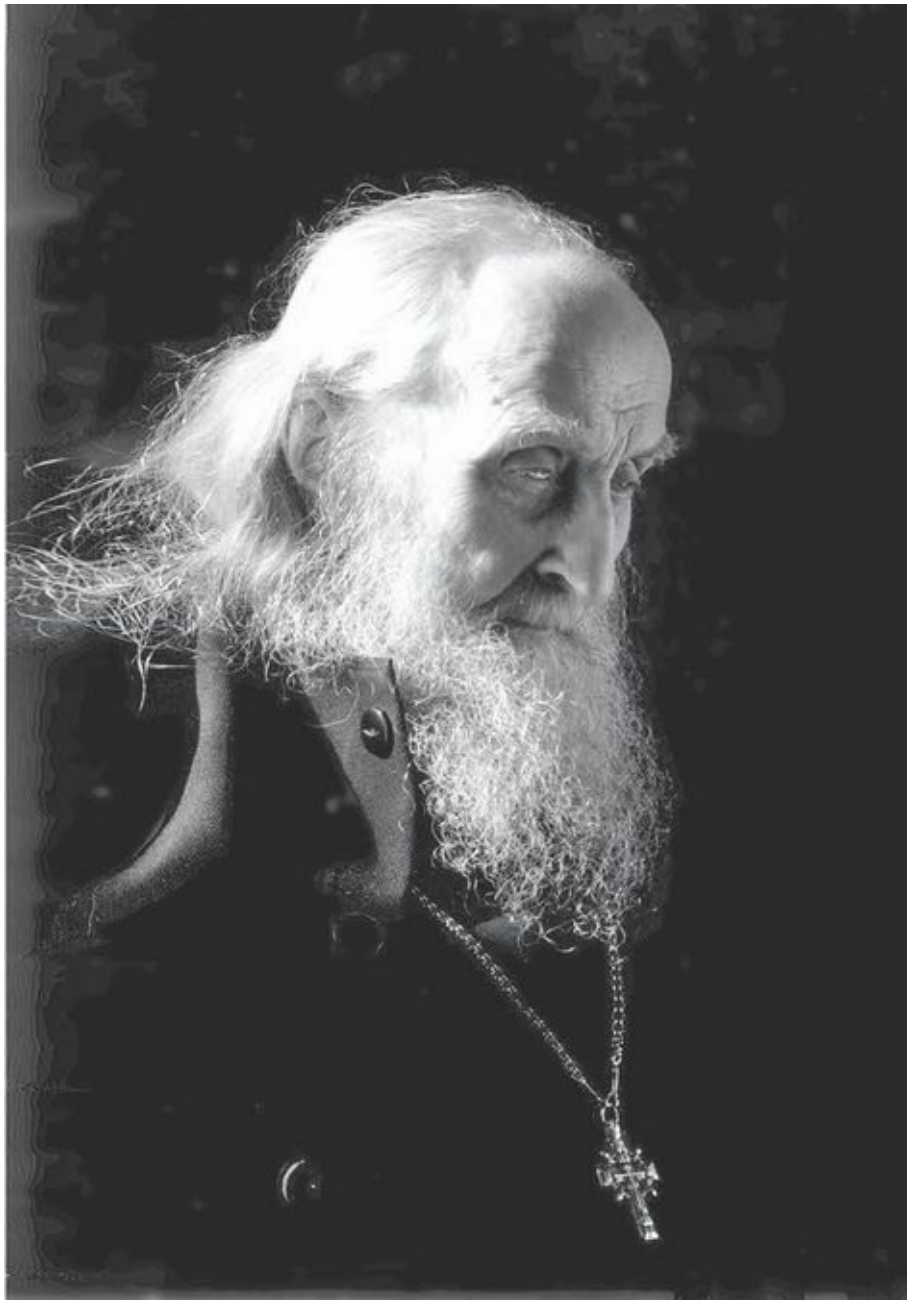
\* \* \*

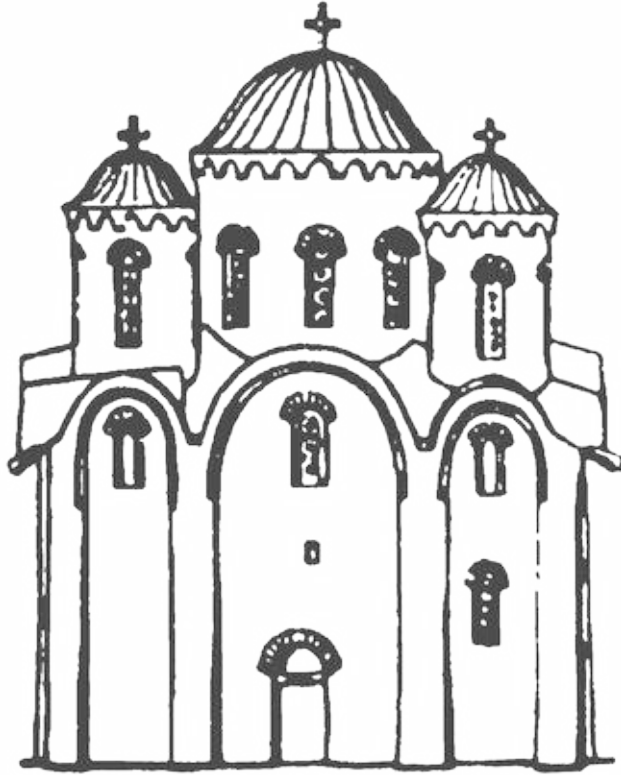
Святитель Нектарий наставлял: «Вы же просите Бога и не теряйте смелость. Не думайте, что, поскольку стремление ваше свято, у вас есть право жаловаться, когда молитвы ваши бывают не услышаны. Бог исполнит ваши пожелания тем способом, о котором вы не ведаете. Итак, успокойтесь и воззовите к Богу!»

# Архимандрит Софроний (Сахаров)



*«Достоинство молитвы превосходит ценность всякой иной деятельности... Познавший сие на опыте легко жертвует своим благосостоянием ради досуга для беседы с Богом»*





Отец Софроний ничего не делал без молитвы и даже не говорил ничего, предварительно не помолясь. Преподобный Силуан Афонский как-то задал вопрос: «Как говорят совершенные?» И ответил на этот вопрос сам: «Святые, совершенные ничего от себя не говорят». Услышав такой завет от преподобного Силуана, отец Софроний стал всегда молиться, чтобы Господь благословил его сказать слово на пользу людям.

\* \* \*

Господь открывал старцу по его молитве духовные нужды посетителей без того, чтобы они говорили ему о них. Так, однажды его посетила румынская паломница. Ей случилось присутствовать при разговоре отца Софрония с другими за трапезой. И вдруг она поняла, что все, что он говорит, и есть ответ на все самые сокровенные ее вопросы. По окончании трапезы, пораженная, она обратилась к нему, и, прежде чем она успела что-то сказать, старец с любовью произнес: «На все ли ваши вопросы я ответил?»

\* \* \*

Отец Софроний учил своих духовных чад искренней молитве, чтобы

молитва была не просто «вычитыванием» правила, отстраненным пробеганием глаз по тексту, а искренним, живым обращением к Господу.

\* \* \*

Старец говорил: «Весьма многие, не познавшие опытом благотворных действий молитвы, не знают, что через молитву духу человека раскрывается мир неопишемого величия: и мрачные глубины ада, и светоносные сферы небес. Без веры в воскресение едва ли не всякое страдание становится тупым, лишенным смысла; оно способно укрощать строптивую душу, но не излечивает ее от скрытой на дне души гордости; оно обогащает опыт жизненный, но без молитвы не возносит душу к безстрастию; постепенно убивает и тело, и сердце, и ум, без того, чтобы они усовершенствовались в познании Бога».

\* \* \*

Старец говорил: «Самое главное в духовной жизни — стремиться получить благодать Святого Духа. Она изменит нашу жизнь (прежде всего внутренне, а не внешне). Мы будем жить в том же доме, в той же обстановке и с теми же людьми, но жизнь наша будет уже другой. Но возможно это только при определенных условиях: если мы будем находить время молиться пламенно, со слезами на глазах. С утра просить благословения Божиего, чтобы молитвенный настрой определил весь наш день».



\* \* \*

Достоинство молитвы превосходит ценность всякой иной деятельности, будь то в сфере социальной или политической, научной или искусства.

Познавший сие на опыте легко жертвует своим материальным благосостоянием ради досуга для беседы с Богом.

\* \* \*

Старец молился со слезами и болью за весь мир. Он говорил: «Страшная боль — молиться со слезами о всем мире и чувствовать равнодушие людей, которых не занимает вопрос спасения».

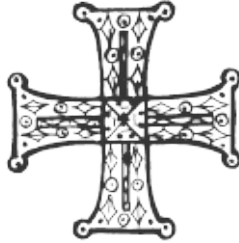
\* \* \*

Отец Софроний говорил: «Молитва зависит от окружения человека — оно может помогать или мешать молитве. Также влияет и кровное наследие — семейная традиция. Великое значение имеет тот факт, если в ребенке течет кровь молящихся родителей и если мать молилась, когда ребенок был еще в утробе».

\* \* \*

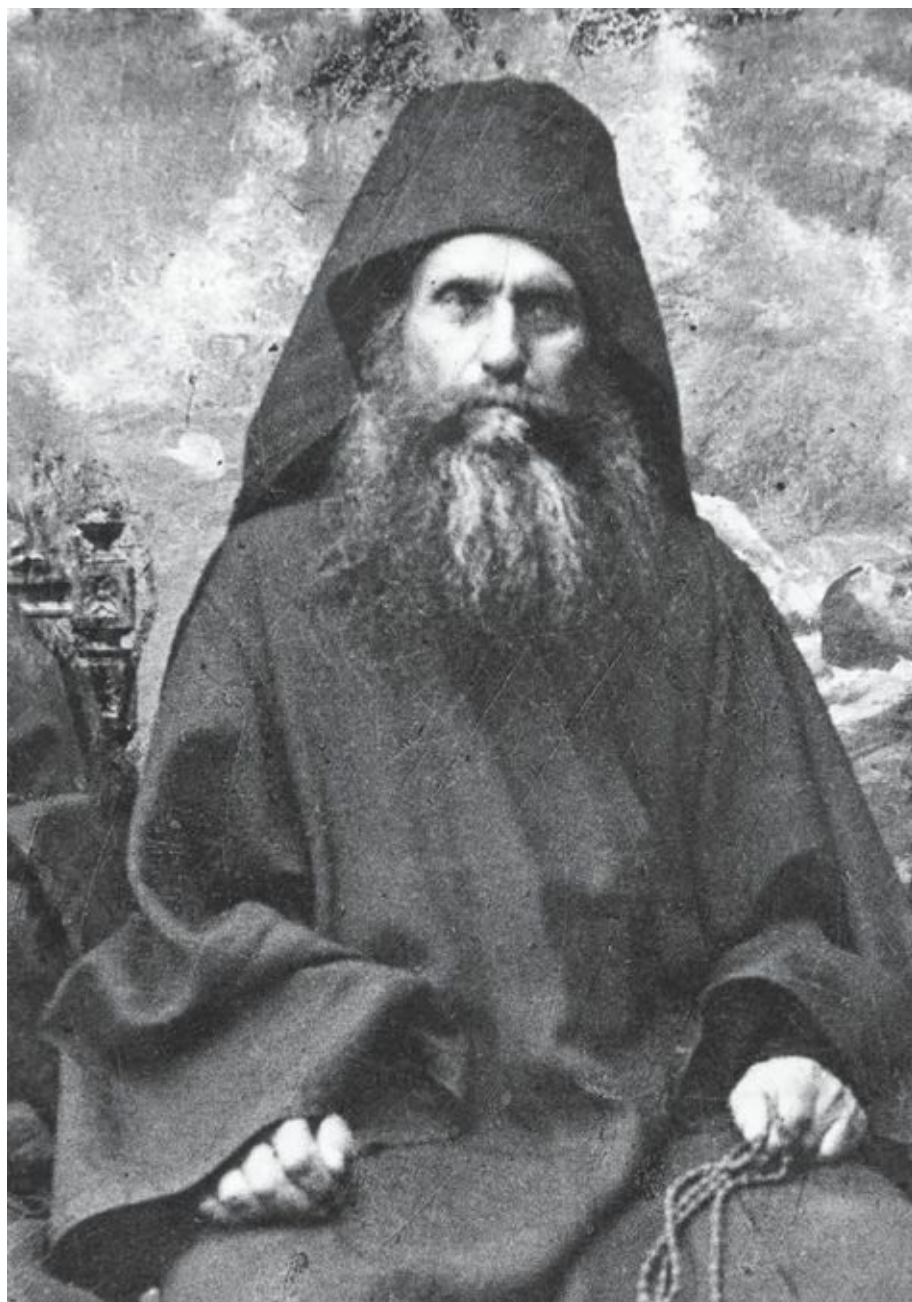
Еще говорил: «Цель состоит не только в том, чтобы младенец причащался нетленных Тайн Христовых, но и в том, чтобы он жил дома в атмосфере молитвы. Вся домашняя обстановка должна быть насыщена молитвой. Родители должны вдохнуть в детей свою любовь к Христу и Богородице».

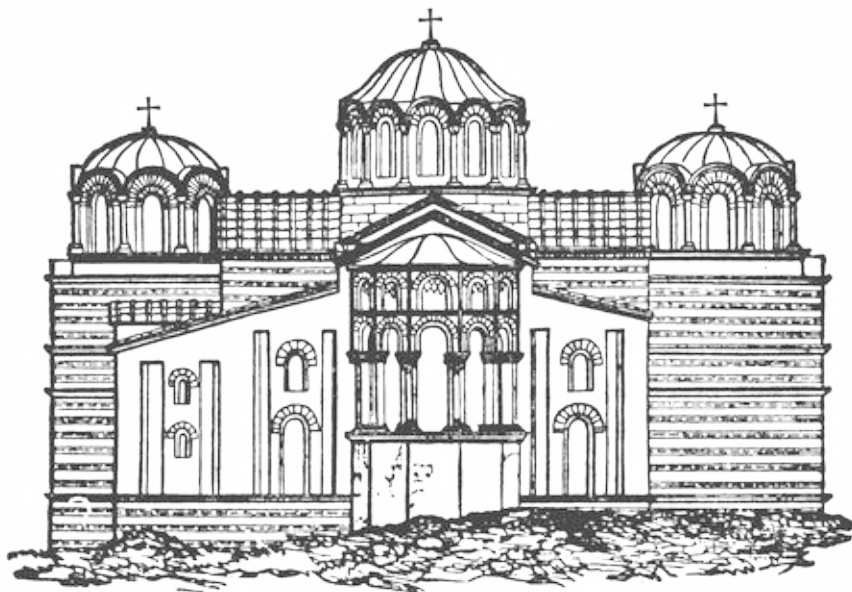
# Преподобный Силуан Афонский



*«Кто любит Господа, тот всегда Его помнит, а память Божия рождает молитву»*







Многие любят читать хорошие книги, и это хорошо, но лучше всего молиться, а кто читает плохие книги или газеты, тот наказуется голодом души; душа его голодная, потому что пища души и наслаждение ее — в Боге. В Боге и жизнь ее, и радость, и веселие, и Господь неизреченно нас любит, и любовь эта познана Духом Святым.

\* \* \*

Душа моя испытала и видела великие милости надо мной и над теми, за которых она молилась; и я понял, что когда Господь дает скорбь о ком-нибудь и желание молиться о нем, то это значит, что Господь хочет помиловать того человека. Поэтому если кому придет скорбь о ком-либо, то надо молиться за него, потому что Господь, ради тебя, хочет помиловать его. И ты молись. Господь услышит тебя, и ты прославишь Бога.

\* \* \*

Кто хочет непрестанно молиться, тот да будет во всем воздержен и послушен старцу, которому служит. Он должен чисто исповедоваться и помышлять, что и духовником его и старцем управляет Господь благодатью Своею, тогда не будет у него плохих мыслей против них.

\* \* \*

Чтобы удержать молитву, надо любить тех людей, которые тебя обижают, и молиться за них до тех пор, пока душа не примирится с ними, и

тогда даст Господь непрестанную молитву, ибо Он дает молитву молящемуся за врагов.

В молитве учитель — Сам Господь, но надо смирять свою душу. Кто правильно молится, у того на душе мир Божий. У молитвенника должно быть милующее сердце ко всей твари.

Молитвенник всех любит и всех жалеет, ибо благодать Святого Духа научила его любви.

\* \* \*

Молитва — дар Святого Духа. Бесы всеми силами стараются отвести человека от памяти Божией и от молитвы. Но душа, любящая Бога, скучает о Боге и прямо к Нему молится: «Скучает душа моя по Тебе и слезно ищю Тебя!»

\* \* \*

У молящегося сердце молится без принуждения: сама благодать творит молитву в сердце. Но ты смирай себя как можно больше; держи ум свой в сердце и во аде. Чем больше смиришь себя, тем большие получишь дары от Бога.

\* \* \*

Некоторые спорят о вере, и конца нет этим спорам, а ведь спорить не надо, а только молиться Богу и Божией Матери, и Господь без спора просветит, и скоро просветит.

Многие изучили все веры, но истинную веру, как должно, так и не познали, но кто будет во смирении молиться Богу, чтобы просветил его Господь, тому даст Господь познать, как много Он любит человека.

Горделивые люди всё думают постигнуть умом, но Бог не дает им этого.

\* \* \*

Когда душа в Духе Святом познает Божию Матерь; когда в Духе Святом она станет родною апостолам, пророкам, святителям и преподобным; и всем святым и праведным, тогда неудержимо влечется она в тот мир и не может остановиться, но скучает, и томится, и плачет, и не может оторваться от молитвы, но хотя и изнемогает тело и хочет лечь в постель, но и в постели лежа, душа рвется к Господу и в Царство святых.

\* \* \*

Несмиренная душа, которая не предалась на волю Божию, ничего не может познать, но от одной мысли переходит на другую, и так никогда не молится чистым умом и не прославляет величия Божия.

\* \* \*

Любящая Господа душа не может не молиться, ибо она влечется к Нему благодатью, которую познала в молитве.

Для молитвы нам даны храмы; в храмах служба совершается по книгам; но и храма с собой не возьмешь, и книги не всегда имеешь, а внутренняя молитва всегда и везде с тобою. В храмах совершаются Божественные службы и Дух Божий живет, но душа — лучший храм Божий, и кто молится в душе, для того весь мир стал храмом; но это не для всех.



\* \* \*

Кто любит Господа, тот всегда Его помнит, а память Божия рождает молитву.

Если не будешь помнить Господа, то и молиться не будешь, а без молитвы душа не пребудет в любви Божией, ибо чрез молитву приходит благодать Святого Духа.

Молитвою хранится человек от греха, ибо молящийся ум занят Богом и во смирении духа стоит пред лицом Господа, Которого знает душа молящегося.

\* \* \*

Молитва дается молящемуся, как сказано в Писании; но молитва только по привычке, без сокрушения сердца о грехах — не угодна Господу.

\* \* \*

О, все люди, смирим себя ради Господа и ради Царствия Небесного. Смирим себя, и даст нам Господь познать силу Иисусовой молитвы. Смирим себя, и Сам Дух Божий будет учить душу.

\* \* \*

Если ум твой хочет молиться в сердце и не может, то читай молитву устами и держи ум в словах молитвы, как говорит «Лествица». Со временем Господь даст тебе сердечную молитву без помыслов, и будешь легко молиться.

\* \* \*

О, человече, учись Христову смирению, и даст тебе Господь вкушать сладости молитвы. И если ты хочешь чисто молиться, то будь смирен, воздержан, чисто исповедуйся, и возлюбит тебя молитва. Будь послушлив, с благою совестью подчиняйся властям и будь доволен всем, и тогда ум твой очистится от суетных помыслов. Помни, что тебя видит Господь, и будь в страхе, как бы не оскорбить чем-либо брата; не осуди его и не опечаль его хотя бы видом, и Дух Святой возлюбит тебя, и Сам во всем будет тебе помогать.

\* \* \*

Дух Святой очень похож на мать милую, родную. Мать любит дитя свое и жалеет его, так и Дух Святой — жалеет нас, прощает, исцеляет, и вразумляет, и радуется, и познается Дух Святой во смиренной молитве.

\* \* \*

Непрестанная молитва приходит от любви, а теряется за осуждение, за празднословие и невоздержание. Кто любит Бога, тот может помышлять о Нем день и ночь, потому что «любить Бога никакие дела не мешают». Апостолы любили Господа, и мир им не мешал, хотя они помнили мир, и молились за него, и проповедовали. А вот Арсению Великому было сказано: «бегай людей», но Дух Божий и в пустыне учит нас молиться за людей и за весь мир.

\* \* \*

В этом мире каждый имеет свое послушание: кто — царь, кто — патриарх, кто — повар, или кузнец, или учитель, но Господь всех любит, и большая награда будет тому, кто больше любит Бога. Господь дал нам заповедь — любить Бога всем сердцем, всем умом, всею душою. А без молитвы как можно любить? Поэтому ум и сердце человека всегда должны быть свободными для молитвы.

\* \* \*

Некоторые говорят, что от молитвы приходит прелесть. Это ошибка. Прелесть приходит от самочиния, а не от молитвы. Все святые много молились и других призывают к молитве. Молитва есть лучшее дело для души. Молитвою приходят к Богу; молитвою испрашивается смирение, терпение и всякое благо. Кто говорит против молитвы, тот, очевидно, никогда не вкушал, как благ Господь и как много Он нас любит. От Бога зла не бывает. Все святые непрестанно молились; они и одной секунды не оставались без молитвы.

\* \* \*

Душа, теряя смирение, теряет вместе с нею благодать и любовь к Богу, и тогда угасает пламенная молитва; но когда душа успокоится от страстей и стяжает смирение, тогда Господь дает ей Свою благодать, и молится тогда она за врагов, как за самого себя, и за весь мир молится с горячими слезами.

\* \* \*

Кто хочет непрестанно молиться, должен быть мужественным и мудрым и во всем спрашивать духовного отца. И если духовник сам не

проходил опытом молитву, то все равно спроси, и за твое смирение Господь помилует тебя и сохранит от всякой неправды; а если ты подумаешь, что духовник неопытен, что он в суете, буду я сам руководиться по книгам, то ты на опасном пути и не далек от прелести. Много я знаю таких, которые так обманулись в помыслах своих и за свое презрение к духовнику не преуспели.

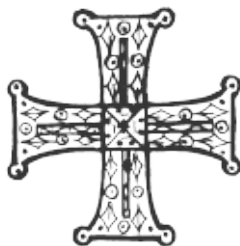
\* \* \*

Чтобы сохранить ревность, нужно непрестанно помнить Господа и думать: пришел мой конец, и теперь я должен явиться на Суд Божий. И если душа постоянно так будет готова к смерти, то уже не будет бояться смерти, но придет в смиренную молитву покаяния, и от покаянного духа очистится ум твой и уже не прельстится миром, и будешь всех любить и слезы проливать за людей.

Но когда получишь сие, то знай, что это дар милости Божией, а человек сам по себе ничто, грешная земля.



## Митрополит Афанасий (Николау)



*«Если мы научимся молиться, тогда мы приобретем мир в душах наших. А мир душевный — это та сила, которая не дает нам потонуть в пучине мира сего»*





Молитва — это естественное служение человека. То есть когда человек молится, тогда он на самом деле действует естественно, соответственно тому, каким Бог его создал, соответственно своей природе. Для человека естественно быть обращенным к Богу, находиться в общении с Ним. Это состояние прервалось после грехопадения, и ум человека уже с легкостью рассеивается, не стоит на месте, поскольку прилепляется к определенным предметам. Ум человека убежал от Бога и обратился к чувственным вещам, будь то так называемые материальные предметы или страсти, наслаждения, грехи. Следовательно, одно из основных условий для молитвы — достижение человеком, насколько это возможно, свободы от своих страстей.

\* \* \*

Верное соблюдение Божиих заповедей, непрестанная молитва, скорби и испытания — это горькие лекарства, которые пробивают каменное сердце человека. После этого, когда человек добавит и собственную свободу, приходит благодать, она проникает в эти отверстия души, и человеческое сердце становится исключительно чувствительным.

\* \* \*

На что обопрется в трудную минуту тот, кто не умеет молиться, кто не знает, что существует другая жизнь, тот, в чьей жизни нет Христова присутствия? Как он выдержит несправедливость, удар, когда нет

противовеса — Христа? Поэтому смотришь на такого человека: начнут его ругать — и он ругает, или бросается, чтобы убить другого, или сам себя лишает жизни и губит все. Человек ведь не выдерживает один.

\* \* \*

Наша молитва, братья мои, — это всемирная милостыня, она охватывает весь мир и помогает исключительно много. Говорю вам по опыту, поскольку я тоже часто чувствую молитвы других людей и понимаю, что именно они помогают в нашем деле, покрывают нас и привлекают благодать Божию.

Важно молиться о других, потому что таким образом мы выходим за рамки собственного эго и становимся причастны боли брата нашего, а другой человек получает большую силу на продолжение своей борьбы.

\* \* \*

Знаете, какие чудеса нам доводилось видеть по молитвам других людей? Чудеса! Перемены в людях, событиях. Молитва может изменить мировую историю. Если есть люди, молящиеся с силой, они изменяют всё.

\* \* \*

Знаете, какую пользу получает человек, который молится о других людях? Большую пользу, потому что это заповедь о любви, это реальная любовь, и ты несешь бремя брата своего, всего мира. Вы увидите, сколько благодати принимает человек в душу свою, когда молится о своих братьях, о почивших братьях, ведь они нуждаются больше живых. Там, где они находятся, они нуждаются в молитвах, чтобы приблизилась к ним благодать Божия, чтобы Бог помог им, укрепил и подал утешение Своим присутствием в том духовном пространстве, где они находятся.

\* \* \*

Я думаю, что боль принесет больше результатов, если будет обращена в молитву.



\* \* \*

Вот как важно молиться за других. И здесь дело не в силе твоей молитвы, но Господь, видя твою любовь к другому человеку, Своей

благодатью смягчает его. Ведь перед тобой не демон, а человек. Господь всегда найдет способ, чтобы как-то ему помочь. Наша молитва повлияет на него благотворно, каким бы отрицательным типом он ни был. От этого и ты сам получишь пользу, ведь перед тобой откроется путь единения с другим человеком. Помолившись с усердием, со слезами за него, ожидай результат, который заключается не в том, что тебе станет легче, но что твой ближний обретет успокоение.

\* \* \*

Прекрасный отдых для человека, дорогие мои, — посвятить пусть и немного времени в своей жизни молитве. Если после изнурительного дня ей будет посвящено немного времени и человек освободит себя, чтобы приобщиться Духу Божию, Духу Святому, который есть в Церкви, щедрому и изобильному, тогда он действительно полноценно отдохнет. Ведь отдых — это не когда мы долго спим или совершаем разные путешествия. И это тоже, конечно, отдых для тела. Но отдых для души, духовный отдых, гораздо важнее и значительнее. Человек по-настоящему отдыхает, когда научится живой связи с Богом.

\* \* \*

Молитва — это «концентрат». Мы словно складываем все Христовы заповеди, всю борьбу, которую ведем, в один сосуд, выжимаем все, и получается одна капля. Эта капля и называется молитвой.

\* \* \*

Все излечивается, когда человек начнет молиться. Когда человек начнет молиться, он получает силу от молитвы. Молитва есть свет, потому что Сам Бог есть свет. И свет Бога начинает постепенно растворять духовную тьму. А если иногда мрак упорствует в душе человека, это происходит потому, что добрый Бог, как врач, желает исцелить душу смирением, научить человека смиряться. И нам необходимо научиться получать эту силу, чтобы переплыть море нашей жизни и преодолеть трудности, имея надежную опору.



\* \* \*

Молитва — это постоянная память о Боге. Присутствие Бога должно быть постоянным в нашей жизни. Если мы научимся произносить

Иисусову молитву, вот эту маленькую молитву: «Господи Иисусе Христе, сыне Божий, помилуй мя», если мы все свое время заполним этим обращением к Богу, будем творить Иисусову молитву всегда, когда мы принимаем душ, едим, или когда мы в машине — вместо того чтобы слушать радио, — или когда мы в метро, в автобусе или в церкви, — то этого будет сверхдостаточно. Память о Боге должна сопровождать все дела нашей жизни.

\* \* \*

Бог просит нас, побуждает нас, умоляет нас, принуждает нас, чтобы мы беседовали с Ним! Вы видите, что Он говорит? Просите, ищите, стучите в дверь — и вам откроют. Все, что вы попросите, даст вам Бог. И если мы научимся молиться, тогда мы стяжаем мир в наших душах. И этот душевный мир есть та сила, которая не дает человеку утонуть. Так человек, который учится молиться, осознает, и очень хорошо, в чем смысл его жизни. Он обретает смысл жизни, и в этом смысле есть место и для его неудач.

\* \* \*

У молитвы нет абстрактной цели, она не какое-то неопределенное действие человека, а действие конкретное, определяющее, встреча, путь и встреча, единение Бога и человека — естественно, в той мере, в какой вы можете представить себе и понять это. Она такое сильное переживание, что никакое иное переживание в этом мире, каким бы глубоким оно ни было, не может устоять перед силой молитвы.

\* \* \*

Никто не может словами исчерпать молитву, потому что она есть нечто совершенное, по сути принадлежащее не человеку, а ангелам, состояние по ту сторону мира сего; и ее нельзя ни выразить, ни описать. Человек может только что-то сказать о ней, и более всего — о простом способе, каким она совершается, а об остальном его известит сама молитва.

\* \* \*

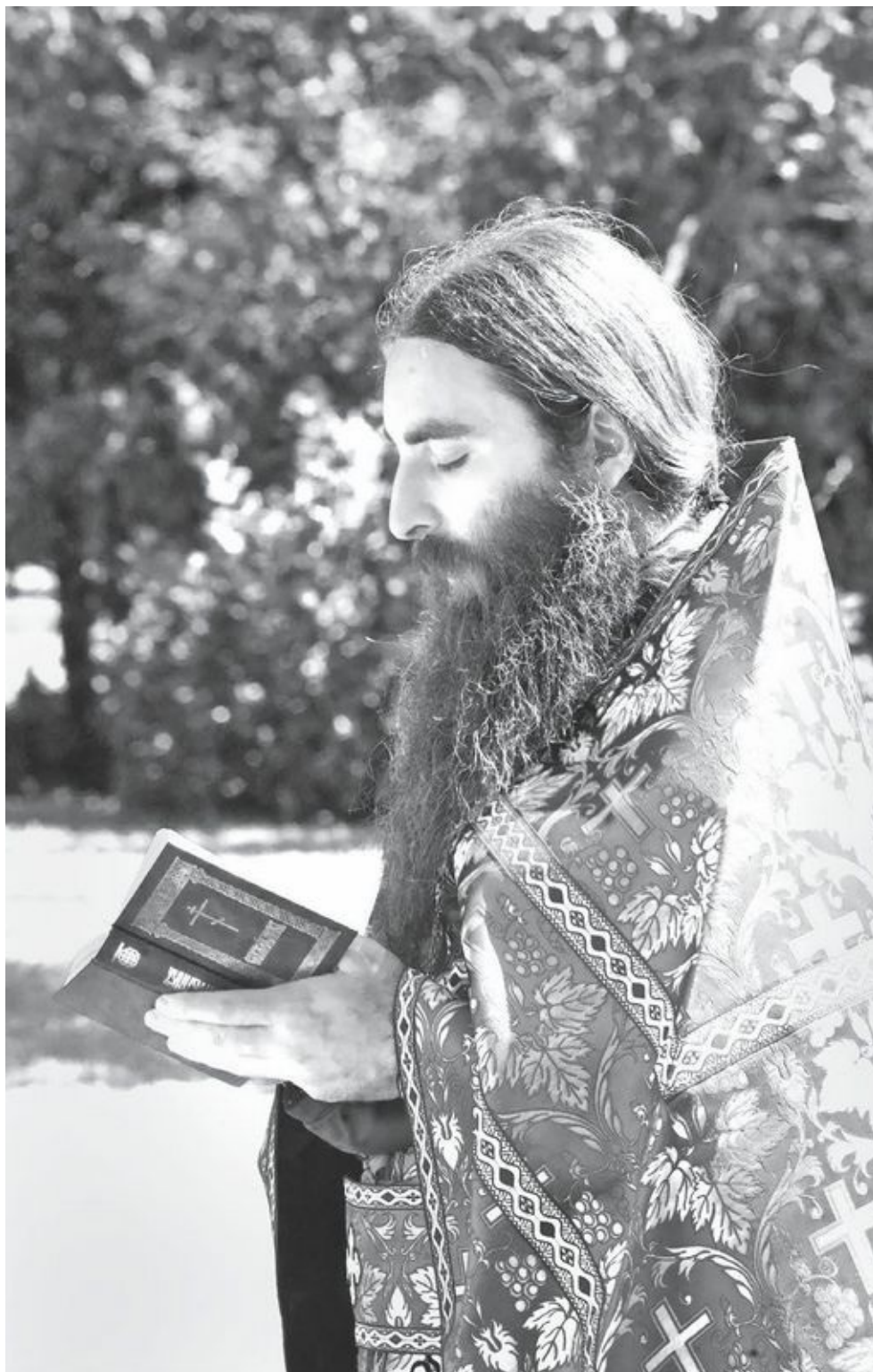
Отцы Церкви всегда, давая определенные практические советы, предоставляют человеку применять их, и сама молитва становится наставником для человека. Если мы захотим предварительно определить



какую-то схему молитвы, метод моления, то возникнет опасность свести все к методу и забыть о сути и цели, потому что молитва — не что иное, как средство, цель же — Христос, личность Иисуса Христа.

\* \* \*

Человек начинает постепенно творить молитву, повторять ее, простым способом: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя», — однако при некоторых предпосылках. Какая же из них первая? Крайнее смирение, то есть он должен понять, что обращается к Богу, а обращение к Богу не делается второпях. Бог — Тот, Кто создал небо и землю, Кто держит их в Своей руке, Кто привел нас из небытия в бытие; это Бог, Который нас ради в конкретный исторический момент стал Человеком, был распят, умер за нас, чтобы и мы получили спасение. Вот что первое — осознание того, к Кому мы обращаемся: к Богу.



\* \* \*

Поговорим о том, что всем более или менее известно. Я имею в виду так называемую монологичную молитву «Господи Иисусе Христе, помилуй

мя» — умную молитву. Эта молитва действительно является тайной Церкви, это очень страшная молитва. Она как бомба, которая с виду может быть такой маленькой, но пускает на воздух все здание. И она действительно бомба, ибо стоит человеку стяжать и усвоить ее, он начинает видеть, как в глубине его сердца разверзается пролом, через который начинает вытекать вся грязь, все страсти, все грехи. Внутри человека происходит глубокое зондирование, и одновременно с этим Божественная благодать проникает в глубины его существа.

\* \* \*

А затем — «помилуй мя», то есть ощущение Божественной милости. Мы нуждаемся в Божией милости. Если мы будем так продолжать — с осознанием величия Божества и нашей крайней нужды в том, чтобы улучшить Божию милость, — тогда можно сказать, что на уровне практики мы обрели два крыла, на которых подобает лететь, и сейчас мы начинаем заполнять свое время молитвой.

\* \* \*

Вначале молитва произносится устно, вслух, в голос. Когда мы одни, нам нетрудно шептать или даже произносить вслух молитву много раз, исключительно много раз, поскольку каждая молитва — как удар по скале, закрывающей наше сердце, по скале, которой является нашей сердце. Сердце человека иногда бывает таким твердым, что напоминает гранит, и человек, который молится, словно держит большой молот и бьет по этой скале, чтобы разбить камень сердца.

\* \* \*

Каждый раз, когда он наносит удар, откалывается кусок, камень рушится; он ударяет, ударяет, ударяет, пока сердце не разобьется; и когда оно разобьется, человек становится человеком. Сначала важно количество, а не качество. Он стремится произносить молитву много раз. Если может творить ее качественно — то есть с вниманием, умилением, — то хорошо, если же не может — не беда, пусть только творит молитву. И пусть не смотрит на свой ум: ум его может где-то витать, блуждать, думать о срамных вещах, думать о чем угодно и находиться где угодно — он же пусть продолжает творить молитву.



\* \* \*

Покаяние признается правильным тогда, когда мы с этим чувством переходим в вечность. Так будем трезвиться и молиться, чтобы смерть не

застала нас не готовыми, чтобы мы не покинули этот мир, не имея с Богом никакой связи. Иначе и сама наша жизнь была напрасной. Перед лицом вечности и смерти обнажается всякая ложь.

\* \* \*

Будем уверены в том, что Бог не презрит нашей молитвы. Он не презрит нашего стенания, нашего испытания. В период сухости в человеке происходит подлинная внутренняя духовная работа. Когда человек прилагает все свои силы, несмотря на давление искушения, тогда Бог поистине радуется и награждает этого человека. Этот человек действительно борец, атлет. Атлет Христов. И он вкусит обильные, прекрасные и сладкие плоды, когда минует время искушения.

\* \* \*

Мы не можем молиться или, по крайней мере, встречаем препятствие, если сознательно нарушаем заповеди Божии. Мы на собственном опыте видим, что лишь только приходим на молитву, тотчас наша совесть выражает протест, встает перед нами и, как высокая стена, не позволяет нам ощутить, встретить Святой Дух Божий. Она протестует: в чем-то мы преступили заповедь, в чем-то вольно или невольно не были внимательны, и, чтобы обратиться, с нашей стороны требуется подвиг покаяния.

\* \* \*

И если мы научимся молиться, тогда мы приобретем мир в душах наших. А мир душевный — это та сила, которая не дает нам потонуть в пучине мира сего. Человек, который научился молиться, с легкостью может понять, в чем состоит смысл жизни. А когда человек обретает смысл жизни, он с помощью Божией может наладить свою жизнь.

\* \* \*

Если мы мужественно противостояем молитвой всем встречающимся трудностям, благодаря Бога, то существует надежда, что мы выстоим. Что бы ни было попущено нам за наши грехи, все претерпим, ведь мы сами являемся причиной находящихся на нас скорбей, а не Господь. Такое мышление имели все святые. После того, как они глубоко познали самих себя, началось их исцеление. Если в основание не было заложено самопознание, то человек постоянно будет обвинять других в своих бедах,

повторяя одни и те же ошибки. В наши нелегкие времена христиане должны поддерживать один другого своей любовью и участием.

\* \* \*

Человек должен углубиться внутрь себя, потому что там происходят две вещи. И первое вот что: в глубине души таится колоссальный эгоизм, скрытый для его глаз.

Когда молитва ударяет внутри, выползает тьма, и эта тьма, живущая в нем, должна выйти. К сожалению, это самое тяжелое переживание для того, кто начинает молиться. Вместо того чтобы обрести свет, он встречает мрак, вместо того чтобы встретить Бога, он видит ад, вместо того чтобы выплыть, он тонет, и те из вас, кто читал житие святого Силуана Афонского, помнят, что он тоже утонул в аду, в аду отчаяния, гибели, но Господь явился и сказал ему:

— Держи ум свой в аде, ты должен быть в аду, но не отчаивайся!

\* \* \*

И вот человек продолжает копать и ударять, пробивая глубины своего бытия молитвой, проявляя терпение, он лелеет надежду, надеется, что действительно получит Божию милость.

Ведь Сам Христос в Евангелии говорит нам, что все, чего мы ни попросим в молитве, получим. Невозможно, чтобы Христос изрек ложь!

\* \* \*

Кто действительно молится, тот достигает одного великого результата — он становится социальным, общительным человеком, поскольку молитва обладает этим свойством выводить человека из его индивидуализма и соединять в первую очередь с Богом. Когда она соединит его с Богом, то заодно с этим человек легко соединяется со всеми остальными и уже не страдает от одиночества. Если кто страдает от одиночества, это означает, что он не молится.

Кто молится, тот действительно общается с другими. Его сердце общается, он не чувствует себя одиноким, а потом и перестает иметь абсурдные претензии к другим, что являлось порождением его индивидуализма и эгоизма.

\* \* \*

Первое, о чем говорят отцы: молитва освобождает ум и сердце от среды, и поскольку именно среда порождает тревогу, то молитва действительно освобождает от тревоги. Так человек, который молится, и молится с чувством, избавляется от всего этого, поскольку, что бы ни случилось в его жизни, даже смерть — во всех ее формах, не только как биологический факт, — он просвещается Христовым присутствием.

\* \* \*

Тревога побеждается и уничтожается молитвой, потому что тревога в сущности происходит от натиска среды, натиска событий мира сего: наваливаются уроки, спешка, наши немощи, страсти, всё — и нас охватывает тревога.

Молитва обладает следующим свойством: как только она начнет совершаться в человеке, она выводит его из всего этого, дает ему другое ощущение времени, другое ощущение вещей мира сего. Она заставляет его подняться над всем этим — делает его не безчувственным, а чувствительным, но не уязвимым для событий мира сего.

\* \* \*

Поэтому каждый день, каждый вечер, когда мы одни в своей комнате, нужно уделить немного времени себе и начать молиться с сознанием величия Бога и Его милости, и так, чтобы начать плакать. Когда научитесь плакать, тогда вы действительно вошли в духовную жизнь. Святой Исаак Сирин говорит, что духовная жизнь начинается со слез. Парадоксально, абсурдно звучит сегодня: «пойти молиться и заплакать». Но по-другому нельзя.

\* \* \*

Важное условие для молитвы, чтобы она была услышана, состоит в том, чтобы мы предстояли пред Богом со смиренным образом мыслей и сокрушенным сердцем. Это искусство — так человек привлекает к себе Бога. Нам следует обучиться этому искусству. Когда мы предстанем пред Богом в молитве, будем иметь этот смиренный, сокрушенный образ мыслей, так чтобы душа тотчас устремлялась к соединению с Богом, чтобы открывалось наше сердце. Это искусство молитвы, большое искусство, ключ, открывающий наше сердце для Бога. Будем говорить смиренно. Каждый человек, предстоя пред Богом, должен знать о том, что приводит его сердце в сокрушение и открывает его для Бога. Для каждого человека



ЭТО ЧТО-ТО СВОЕ.



\*\*\*



В молитве требуется, чтобы человек никогда не принимал помысла перестать молиться. Если помысл говорит тебе: «Зачем ты молишься? И это после того, как ты только что нагрешил? После того как прогневался, наделал столько всего? Ты не сможешь молиться... Не молись!» Такой помысл не будем принимать никогда. Что бы мы ни сделали, какие бы грехи ни совершили, какие бы злодеяния ни сотворили, мы имеем право на молитву. Никто не может отнять у нас этого права. Мы имеем право призвать Бога — Врача, нашего Отца, чтобы Он нас помиловал. Никто не может отнять у нас права взывать к Богу, чтобы Он спас нашу душу. Отцы говорят, что даже в момент совершения греха, даже в такой момент мы должны молиться.

\* \* \*

Мы не должны терять дерзновения к Богу. Мы должны призывать Его, даже если обременены грехом и погружены в него. Должны со смирением призывать Бога, умолять Его по причине нашего греха. Мы молимся Ему потому, что мы — грешники. И когда ум наш уносится туда и сюда и разливается во время молитвы на помыслы, когда мы идем молиться и внутри себя видим нечистые образы и хульные мысли, когда в нас происходит восстание и противодействие, когда мы не верим ничему, когда вместо молитвы богохульствуем, — бывает и такое, — и в такой час мы не должны терять дерзновения.

\* \* \*

Мы должны продолжать нашу молитву. Пребывать в ней. Бог, в конце концов, победит этот страх! Не будем паниковать, не будем скорбеть, пребудем в молитве. Что бы ни случилось, чувствуем мы что-то или нет, собран наш ум или нет, есть ли в нас тысяча нечистот или нет — пребудем в молитве, не будем уходить от нее. В этом заключена сила того, кто хочет помолиться. Что бы ни случилось — будем терпеливы, терпеливы в молитве к Богу. Тогда Бог посетит нас самым делом и даст нам познать многоценный плод молитвы.

\* \* \*

Кто хочет стяжать жажду Бога, тот приобретает ее двумя главными способами — молитвой и чтением. Когда он начнет молиться, пусть и немного, то пусть немножко понудит себя обращаться к Богу, выражать свою жажду перед Богом. Пусть скажет: «Христе, помилуй меня! Помоги

мне! Я хочу полюбить Тебя, помоги мне полюбить Тебя, познать Тебя!»

И так приходит жажда — когда человек постепенно начнет подвигаться в молитве и чтении, и когда разгорится ревность, он совершает великие дела.

\* \* \*

Та жизненная сила, которая помогает нам в том, чтобы надеяться на Бога, — это молитва. Когда мы молимся и полагаемся на Бога в молитве, тогда мы видим Божию длань в своей жизни. Мы видим ее, когда научаемся молиться. Когда человек молится, тогда в душе его действует Божия благодать, она укрепляет его, он приобретает другой вкус к этой жизни, приобретает другие чувства, открываются очи его души, и он судит обо всем иначе.

\* \* \*

Будем уверены в том, что Бог не презрит нашей молитвы. Он не презрит нашего стенания, нашего испытания. В этот период сухости в человеке происходит подлинная внутренняя духовная работа. Если человек не переживает состояния сухости, если не проходит испытаний, значит, Бог еще не начинал Своей работы с ним. Значит, все совершаемое человеком еще незрелое и сырое, он еще не вошел в печь, чтобы испечься.

\* \* \*

Отец Ефрем Катунакский при каждой нашей встрече всегда говорил нам: «Будьте внимательны, не оставляйте пустоты между вашим умом и Богом». Многие годы я не мог понять этих слов. Что же они означают? Они означают, что наш ум должен быть настолько соединен с Богом, с памятью о Нем, чтобы в нашем общении с Ним не было ни трещинки, через которую в любой момент могут войти помыслы, желания, страсти, иначе говоря, то, что разлучает, разъединяет нас с Господом. Это бодрствование есть то средство, которое действительно помогает нам иметь крепкие корни для того, чтобы устоять в тяжелый период засухи, и удерживает нас в контакте с благодатью на протяжении всей нашей жизни.



\* \* \*

Мы должны пребыть верными Богу. Верный человек — это не только тот, у кого все хорошо, и потому он верит в Бога и призывает Его. Верный

— это тот, кто в период сухости, когда все в нем сопротивляется, когда все говорит об обратном, когда его душа ничего не чувствует, безусловно верит, что Бог его не оставит: Бог здесь, Он не оставит меня умереть во время этой засухи.

\* \* \*

Духовного человека диавол не будет бороться напрямую, то есть не будет говорить тебе: «Знаешь, пойдика вступи в беззаконную связь, соверши грех». Ведь если он это скажет, значит, вступит с тобой в борьбу. Но он сначала приблизится, посмотрит: «Так, чем он тут занимается? А, он очень бдителен, следит за собой, молится, постится, подвизается...»

\* \* \*

Враг в первую очередь найдет способ, как отклонить тебя от того, что ты делаешь. Он отыщет для тебя множество хлопот, чем-то тебя займет, лишь бы ты перестал молиться и устремился к другим вещам. Он создаст для тебя такие условия, чтобы ты оставил свою духовную жизнь, а как только ты обезсилишь, схватит тебя и заставит делать то, что хочет он. Враг ломает тебя, как соломинку. У тебя нет сил, ведь ты потерял молитву, участие в таинствах, исповедь.

Ты в нерадении. Нерадение и уныние обнажат тебя и приведут на грань падения. Волей-неволей все закончится падением.

\* \* \*

Молитва, поучение в слове Божиим, в творениях святых отцов — это некий вклад духовных ценностей, который мы имеем в себе, чтобы во время трудностей питаться из него.

Борьба, которую мы ведем в благоприятный период, — это пища, о которой мы вспомним, когда придут испытания, говоря себе: «Посмотри, Бог нас не оставляет. Минует это испытание, и вновь Господь придет, вновь наступит день».

\* \* \*

Вам необходимо приобрести силу молитвы, чтобы противостоять всем жизненным сложностям и превзойти их, подобно самолету, который набрал высоту и парит над облаками, а облака часто оказываются грозowymi тучами, но так как самолет набрал высоту и у него мощный двигатель и

крепкий корпус, гроза не повредит ему.

## Источники

- 1) Архимандрит Софроний (Сахаров) / Сост. О. Л. Рожнева. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. — 144 с.: ил. (Люди Божии)
- 2) Архимандрит Эмилиан. Богопознание. Богослужение. Богомыслие. — М.: Изд-во храма святой мученицы Татианы, 2002. — 416 с.
- 3) Благодатный путь: Толкование на житие преподобного Нила Калабрийского: пер. с греч. — Екатеринбург: Изд-во Александро-Невского Ново-Тихвинского женского монастыря, 2018. — 288 с.: ил.
- 4) Преподобный Иосиф Исихаст / Сост. О. Л. Рожнева. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. — 144 с.: ил. (Люди Божии)
- 5) Преподобный Паисий Святогорец. Слова. Том I. С болью и любовью о современном человеке. — М.: Орфограф, 2015. — 432 с.: ил.
- 6) Преподобный Силуан Афонский. — 4-е изд., испр. — СТСЛ, 2015. — 536 с. + 4 с. ил.
- 7) Святитель Нектарий Эгинский / Сост. О. Л. Рожнева. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. — 144 с.: ил. (Люди Божии)
- 8) Старец Арсений Исихаст / Сост. О. Л. Рожнева. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. — 128 с.: ил. (Люди Божии)
- 9) Старец Ефрем Катунакский / Сост. О. Л. Рожнева. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. — 128 с.: ил. (Люди Божии)
- 10) Старец Паисий Святогорец. Слова. Том II. Духовное пробуждение. — М.: Издательский дом «Святая Гора», 2010. — 400 с.: ил.
- 11) Старец Паисий Святогорец. Слова. Том III. Духовная борьба. — М.: Издательский дом «Святая Гора», 2010. — 366 с.: ил.
- 12) Старец Паисий Святогорец. Слова. Том VI. О молитве. — М.: Издательский дом «Святая Гора», 2013. — 288 с.: ил.
- 13) Схимонах Иосиф Ватопедский / Сост. О. Л. Рожнева. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. — 128 с.: ил. (Люди Божии)
- 14) Цветослов советов / Пер. с новогреч. иеромон. Агафангела (Легача). — Святая Гора Афон: пустынь Новая Фиваида Афонского Русского Пантелеимонова монастыря. Изд-во «Камно». Кишинев, 2014. — 532 с.
- 15) Материалы сайта pravoslavie.ru
- 16) [http://sestry.ru/church/content/slug/events/12/html\\_id-full](http://sestry.ru/church/content/slug/events/12/html_id-full)
- 17) Преподобный Паисий Святогорец. Возвращение к Богу от земли на

Небо. [https://azbyka.ru/otechnik/Paisij\\_Svjatogorets/vozvrashhenie-k-bogu-ot-zemlina-nebo/](https://azbyka.ru/otechnik/Paisij_Svjatogorets/vozvrashhenie-k-bogu-ot-zemlina-nebo/)