

Религиозная организация – духовная образовательная организация высшего образования
«Кузбасская православная духовная семинария Кемеровской Епархии
Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)»

Кафедра библейско-богословских дисциплин

чтец Алексей Юрьевич Градусов

**МЕСТО ИИСУСОВОЙ МОЛИТВЫ
В АСКЕТИЧЕСКОМ УЧЕНИИ ЦЕРКВИ**

Выпускная квалификационная работа
Бакалаврская работа

Направление подготовки
«Подготовка служителей и религиозного персонала
религиозных организаций»

Направленность (профиль)
«Подготовка служителей и религиозного персонала
православного вероисповедания»

Новокузнецк
2019

Работа выполнена на кафедре библейско-богословских дисциплин Религиозной организации – духовной образовательной организации высшего образования «Кузбасская православная духовная семинария Кемеровской Епархии Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)».

Научный руководитель – канд. богосл. прот. Роман Цап

Официальный рецензент – иер. Роман Алексеевский

Работа допущена до защиты

Заведующий кафедрой _____/канд. богосл. иером. Андрей (Чудинов)

« ____ » _____ 201__ года

Защита состоялась « ____ » _____ 201__ года

Оценка защиты выпускной квалификационной работы

Аттестационной комиссией « _____ »

Председатель АК _____/ д-р культурологии, профессор Миненко Г.Н.

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Основные концепции генезиса молитвы Иисусовой	8
1.1. Библейские свидетельства произношения Имени Божьего	9
1.2. Святоотеческое происхождение «классической» формулы молитвы Иисусовой.....	20
Глава 2. Форма и практика совершение молитвы Иисусовой	33
2.1. Первая ступень молитвы Иисусовой – устная молитва	34
2.2. Вторая ступень Иисусовой молитвы – умная-сердечная	42
Глава 3. Место Иисусовой молитвы в деле христианского совершенства	51
3.1. Значение Иисусовой молитвы в борьбе со страстями	52
3.2. Значение молитвы для возрастания в христианских добродетелях	56
Заключение	65
Библиографический список	67

Введение

Актуальность темы определяется необходимостью получения современным человеком знаний о молитве Иисусовой и её значение для христианина. В течение почти двух тысячелетий отцы Церкви говорили о ней, как о первейшем и самом простом пути обожения и вступления в прямое общение с Богом.

Актуальность молитвы Иисусовой в деле спасения христианина не потеряла значимости и в современном мире. «Непрестанно молитесь» (1 Фес. 5: 17) – эти слова апостола Павла, обращенные к общине, не потеряли своей актуальности и в современном мире. Христиане, стремящиеся к духовной жизни, к соединению с Господом и Спасителем Иисусом Христом, чтобы пройти этот путь, должны использовать, казалось бы, простое средство – молитву. Молитва должна стать как дыхание, как биение сердца, этот опыт требует искусства, молитвенных приёмов и целой духовной науки.

Занятие Иисусовой молитвой есть общехристианское делание. В Византии, и на Руси Иисусовой молитвой занимались не только монахи-безмолвники, но и епископы, и миряне. Многие из последних достигали значительных успехов в делании молитвы Иисусовой.

Наше время внесло в жизнь Церкви значительные изменения, главная среди них – разрушенная традиция духовной жизни. Современные христиане, в большинстве своём, первопроходцы на духовном пути. Многие делания, в том числе и молитва, даются им непросто, и ошибки на этом пути неизбежны. Именно с целью освящения такого важного делания, как Иисусова молитва, без которого невозможна память о Боге и, в принципе, духовная жизнь, написана данная исследовательская работа.

Всё вышесказанное определяет необходимость научного изучения учения о молитве Иисусовой, показать формы и практики совершения и, в конечном счёте, определить её место и роль в аскетическом учении Церкви.

Объектом исследования является церковное учение о молитве.

Предметом исследования является учение об Иисусовой молитве в православной аскетике.

Цель работы является рассмотрение учение об Иисусовой молитве для определения её роли и места в Православном вероучении.

Исходя из поставленной цели, определены следующие **задачи**:

- Рассмотреть основные концепции генезиса молитвы Иисусовой;
- Выявить ступени совершения молитвы Иисусовой;
- Показать значение молитвы Иисусовой в борьбе со страстями и деле нравственного совершенствования.

Методологической базой исследования выступают принципы историзма, исследования и системности. Это позволило показать место Иисусовой молитвы в аскетическом учении Церкви.

Метод историзма позволил рассмотреть основные концепции происхождения молитвы Иисусовой.

Метод исследования, предусматривающий изучение святоотеческих взглядов о молитве Иисусовой в связи богословским контекстом, а также в целом с Преданием Православной Церкви позволил выявить формы и практику совершения молитвы Иисусовой и показать значение молитвы Иисусовой в борьбе со страстями и деле нравственного совершенствования.

Источниковая база. Теоретико-методологическими источниками работы являются идеи и концептуальные положения, представленные в трудах святых отцов: прп. Исаака Сирина¹, прп. Иоанна Лествичника², прп. Паисия Величковского³ и прочих святых отцов⁴. Из трудов русских святых рассматривались сочинения свт. Феофана Затворника, свт. Игнатия (Брянчанинова)⁵, свт. Филарета (Дроздова)⁶ и творения других авторов,

¹ Исаак Сирин, прп. Слова подвижнические. – Репр. 1911. - М., 1993. - 800 с.

² Иоанн Лествичник, прп. Лествица. - М., 2013. - 800 с.

³ Паисий (Величковский), прп. Об умной или внутренней молитве. [Электронный ресурс]. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Paisij_Velichkovskij/molitva/ (дата обращения: 01.02.2019).

⁴ Святые отцы об Иисусовой молитве / сост. Золотухина Н. - М.: Благовест, 2014. - 416 с.

⁵ Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты: в 2 тт. - М., 1993. Т. 1. - 570 с.

⁶ Филарет (Дроздов), свт. Слова и речи: в 4 тт. - М., 2006. Т. 3. - 412 с.

которые затрагивают тему молитвы. Помимо святоотеческой литературы в дипломной работе были использованы труды таких отечественных церковных исследователей, как Николая Новикова¹, Брюггемана², архиеп. Василий (Кривошеин)³, Каллист (Уэр)⁴, и других. Также использовались разнообразные сборники, содержащие цитаты святых отцов по теме данной дипломной работы.

Основные положения, выдвигаемые на защиту.

1. Восточно-христианская практика постоянного призывания имени Иисусова покоится на библейском почитании имени Божия. Его отличительными чертами является феномен отождествления Имени с его носителем. Имя Божие в древнем Израиле было окружено благоговейным почитанием. Главным основанием для Иисусовой молитвы считается Священное Писание Нового Завета. В молитве Иисусовой акцент делается на призывание Иисуса как Бога: полная форма молитвы подчеркивает, что Иисус Христос есть Сын Божий.

2. Раннехристианская Церковь имела молитвенный опыт обращения к Иисусу Христу, содержащиеся в памятниках христианской литературы II-III веков. На рубеже V и VI веков непрерывная молитва была широко распространена и непрерывное занятие Иисусовой молитвой стало предметом обучения в общежительных монастырях Палестины. В течение V-VII веков практика молитвы Иисусовой распространилась по всему христианскому Востоку. В VIII в. Иисусова молитва из монашеских кругов распространилась в более широкие слои мирян и стало общим достоянием. В этот период окончательно закрепились «классическая» формула молитвы – «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного».

¹ Новиков Н.В. Молитва Иисусова. Опыт двух тысячелетий. В 4-х томах. Том 1. - М., 2018. - 800 с.

² Брюггеман У. Великие молитвы Ветхого Завета. - М., 2009. - 222 с.

³ Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

⁴ Каллист Уэр, митр. Сила Имени. [Электронный ресурс]. URL: <https://lib.pravmir.ru/library/readbook/> (дата обращения: 17.03.2019).

3. Молитва Иисусова имеет две ступени. Первая ступень - устная молитва. Она обладает тремя основными свойствами: вниманием, благоговением и покаянием. Покаяние является первостепенным условием, приводящим христианина к молитве. Ведь оно заключается в способности человека спуститься до глубин своей души, где он становится способным ощутить себя худшим из всех людей. Покаяние рождает благоговение, основой которого является страх Божий и неспешность в молитве. Всё вышеперечисленное приводит к вниманию, оно заключается в сосредоточенности, сконцентрированности на словах молитвы.

4. Вторая ступень - умно-сердечная молитва. Она характеризуется наличием в человеке единения между умом и сердцем, разумом и чувствами, когда вместе с умом молится сердце. Православная аскетика ум и сердце воспринимает не как два самостоятельных органа, а как один мистический центр, где происходит встреча между человеком и Богом.

5. Иисусова молитва сопровождает подвижника на всех ступенях духовной жизни. Борьба со страстями совершается в умном делании благодаря мысленной брани, то есть в борьбе с прилогами и помыслами, так что задачей подвижника оказывается противодействие вхождению и произрастанию нечистых помыслов в душе путём акцентирования внимания на словах молитвы и на сердце.

6. Восхождение в добродетельной жизни подразделяется на два больших этапа – деятельный и созерцательный, каждый из которых включает в себя особый набор добродетелей и правил духовной жизни. В деятельный период Иисусова молитва должна стать навыком уст, так что подвижник должен научиться произносить её как можно чаще и с должным усердием и понуждением, сочетая все молитвенные техники с умерщвлением плоти. Созерцательный период характерен особыми благодатными озарениями в душе подвижника, которые не могут быть адекватно переданы языком научной работы. Эти духовные состояния (как, например, самодвижная

молитва), сочетаются с обретением таких величайших духовных даров, как любовь, бесстрашие, надежда и других.

Теоретическая и практическая значимость исследования.

Материалы дипломной работы ориентированы на то, чтобы способствовать формированию более фундаментального представления о месте Иисусовой молитвы в аскетическом учении Церкви, отношение к которому остается и по сию пору крайне неоднозначны.

Практическая значимость работы определяется возможностью использования результатов исследования в процессе преподавания, при подготовке лекционных курсов, посвященных проблемам православной аскетики.

Структура работы: работа состоит из введения, трёх глав, заключения и библиографического списка.

Глава 1. Основные концепции генезиса молитвы Иисусовой

Библия, в частности, весь Ветхий Завет посвящён отношениям Творца и богоизбранного народа, которые были со своими падениями, отречениями от Создателя Вселенной и покаянным возвращением к Нему в лоно. Священное Писание говорит нам о том, что первые поколения люди не дерзали призывать Имя Божие, оно вызывало в них страх и трепет. Именно поэтому была дана третья заповедь: «Не произноси имени Господа Бога твоего напрасно» (Исх. 20:7).

После пришествия в мир Христа Спасителя эта история была немного изменена, потому что Сам Господь открыл и Себя и через Себя Бога и сказал пророческие слова: «никто не приходит к Отцу, как только через Меня» (Ин. 14:6). С тех пор христиане приходят к Богу через Его Единородного Сына. Именно благодаря этому Откровению в Церкви закрепились практика почитания Иисуса Христа, Сына Божьего, Второй Ипостаси Святой Троицы, выраженная в молитве Иисусовой.

Схиархим. Гавриил (Бунге) пишет о необходимости опыта молитвы для православного христианина: «Наиболее чистое выражение наша обращенность к Богу на земле находит в молитве, когда тварь «поворачивается» к Творцу, когда тот, кто молится, «ищет Лица Божия». В этом и подобных выражениях Псалтыри, которое отнюдь не только поэтическая метафора, находит свое фундаментальное выражение опыт библейского человека, для которого Бог – это не безликий абстрактный принцип, но Личность в абсолютном смысле. Это Бог, Который поворачивается к человеку, Который взывает к нему и хочет, чтобы и человек повернулся к Нему. И человек делает это, в наиболее чистой форме человек обращается к Богу в молитве, где он «ставит себя перед Богом душой и телом»¹.

¹ Гавриил (Бунге), схиархим. Скудельные сосуды. Практика личной молитвы по преданию святых отцов. М., 1999. С. 224.

Первоначально, в первые века христианства вот этот опыт обращенности человека к Богу, выразился через обращенность к Его Единородному Сыну, ко Христу. И этот «поворот» человека к Своему Творцу нашёл наиболее яркое выражение в Иисусовой молитве. Прекрасно об этом сказал профессор Оливье-Морис Клеман в своей работе «Беседы с патриархом Афинагором»: «Весь смысл призывания Имени Иисусова, приводящего нас к сознательно целостному единству с Тем, Кто вновь открывает нам путь к Богочеловечеству»¹.

В тот момент это были оригинальные обращения ко Христу, они не были «обточены» временем и закреплены традицией. Подвижники обращались каждый к Нему как умел, находя свои слова и воззвания. Мысленно возвращаясь в прошлое и пытаясь разгадать, каким же образом протекал этот путь в тот или иной промежуток времени, то обязательно на этом пути встретимся с изменениями, претерпеваемыми краткой молитвой. И вместо слова «естественность» звучания в аскетической традиции Церкви приходится говорить об ответственности, которую в своё время на себя взяли святые отцы, чтобы, основываясь на Евангелии и Предании, сформировать ту форму молитвы Иисусовой, которая сейчас стала привычной.

Для выявления основных истоков генезиса молитвы Иисусовой необходимо рассмотреть ветхозаветные свидетельства произношения Имени Божьего до более чёткого моления к Христу в Новом Завете, а также рассмотреть гипотезы времени происхождения «классической» формы Иисусовой молитвы.

1.1. Библейские свидетельства о произношении Имени Божьего

Священное Писание сообщает нам о взаимоотношениях Бога с созданным Им творением. Неоднократно на страницах Библии встречаются обращения людей к Богу. Молитва – есть беседа человека с Богом. А в беседе всегда участвуют две личности: тот, кто обращается и адресат послания. И невозможно обращаться к кому бы то не было, не называя Его. Поэтому

¹ Оливье-Морис Клеман, проф. Беседы с патриархом Афинагором. М., 1993. С. 143.

человек с первых времён своего творения обращается к Богу с разными именами и Сам Творец помогает ему, раскрывает Свои Имена. Откроем первые страницы Священного Писания и увидим акт обращенности человека к Богу и Бога к человеку.

Ветхий Завет открывается рассказом о сотворении Богом мира и человека. В этом рассказе Бог представлен не столько как творящий небо, землю, свет, твердь, сушу и воду, мужчину и женщину, но и как нарекающий им имена: «И сказал Бог: да будет свет. И стал свет. И увидел Бог свет, что он хорош; и отделил Бог свет от тьмы. И назвал Бог свет днем, а тьму ночью ... И сказал Бог: да будет твердь посреди воды ... И назвал Бог твердь небом» (Быт. 1:1-7). О сотворении людей ниже говорится: «Бог сотворил человека, по подобию Божию создал его, мужчину и женщину сотворил их, и благословил их, и нарек им имя: человек, в день сотворения их» (Быт. 5:2).

Имя воспринимается в Библии не просто как набор букв, имя указывает на основные характеристики своего носителя, являет его глубинную сущность. Имя есть символ своего носителя, в имени как бы присутствует тот, кому оно принадлежит. Человек в Ветхом Завете воспринимался по принципу «каково имя его, таков и он». Имя в Библии практически отождествляется с личностью его носителя: слава имени означает славу его носителя, а гибель имени означает гибель его носителя. Получить от Бога имя означает подчиниться Богу, вступить на спасительный путь, ведущий к небу. «Имя обозначает то место, которое его носитель занимает в иерархии тварного мира»¹.

Сотворив человека, Бог так же наделяет его правом нарекать имена: «Господь Бог образовал из земли всех животных полевых и всех птиц небесных, и привел [их] к человеку, чтобы видеть, как он назовет их, и чтобы, как наречет человек всякую душу живую, так и было имя ей» (Быт. 2:19). Дав человеку право нарекать имена тварям, Бог поставил человека над

¹ Иларион (Алфеев), иг. Жизнь и учение святителя Григория Богослова. Изд.: Московской Патриархии. М., 2013. С. 375.

ними, ибо назвать имя какого-либо существа, в понимании Библии, означало владычествовать над ним. «Право нарекать имена, кроме того, указывает на способность человека прозревать в суть вещей, тем самым уподобляясь Богу и участвуя в божественном творчестве»¹.

Но имя было не только у всякой созданной твари, но и у человека, и даже у Бога! В древнем Израиле имя Божие было окружено благоговейным почитанием. На вопрос об имени Своем Бог отвечает человеку вопросом: «что ты спрашиваешь о имени Моем? Оно чудно» (Суд. 13:18). Всякое имя было подвластно человеческому разуму, но имя Божие – неподвластно ему.

В Ветхом Завете была заповедь: «Не произноси имени Господа, Бога твоего напрасно» (Исх. 20:7). И древние евреи с чрезвычайным благоговением относились к Имени Божию. «Если слава Божия есть опыт божественного присутствия, ощущаемого людьми, то имя Божие является как бы концентрированным выражением этой славы, её вершиной и кульминацией. Слава Божия действует в имени Божиим и через имя Божие»².

Свт. Григорий Богослов разделяет Имена Божии на три категории: те, которые относятся к Его сущности, те, которые указывают на Его власть над миром, и, наконец, те, что относятся к Его «домостроительству», то есть каким-либо действиям во благо человеку³. В Ветхом Завете встречается не менее ста наименований Бога (Elohim — «Бог», Adonay — «Господь мой», ElShadday — «Бог всемогущий», или «Всевышний», буквально «Тот, Кто на горе», Zebaot — «Саваоф», «[Господь] воинств». Так, Моисею Бог открывается с именем «Сущий», но имя это не говорит ничего о том, что есть сущность Божия: оно лишь указывает, что Бог есть Тот, Кто существует.

Культ Имени Божия занимает центральное место в Псалтири, где говорится, что Имя Божие «велико», «славно», «свято» и «страшно», где оно

¹ Иларион (Алфеев), иг. Священная тайна Церкви. Введение в историю и проблематику имяславских споров. Изд.: Олега Абышко, М., 2013. С. 17.

² Там же. С. 15.

³ Григорий Богослов, свт., Творения иже во святых отца нашего Григория Богослова. Т. 5. М., 2012. С. 323.

является объектом любви, благоговейного почитания и похвалы. Приведем некоторые наиболее выразительные стихи псалмов, в которых упоминается имя Божие: «Господи Боже наш! Как величественно имя Твое по всей земле (Пс. 8:2)», «И будут уповать на Тебя знающие имя Твое (Пс. 9:11)», «Боже! Именем Твоим спаси меня (Пс. 53:3)», «Господи! имя Твое вовек» (Пс. 134:13) и другие.

Ветхий Завет рассказывает о том, как выстраивали люди свои отношения с Богом Живым, Которого они на тот момент не знали, но узнавали через обращенность к Нему и молитву. Молитва свидетельствует о том, что люди способны приближаться к Единому, который почти недостижим, но к которому они обращаются и в чьем присутствии живут. Ветхозаветные люди умели строить свои отношения с Богом и в этом Он помогал им Сам. Но, по словам богослова Уолтера Брюггемана, «есть одна особенность у молитвы того времени – она была обусловлена представлениями народа о том Боге, Который сотворил небо и землю. И их молитва прямым образом соответствует характеру Бога, к Которому они обращаются»¹.

Рассмотрим некоторые факты обращения ветхозаветных праведников к Богу. Первый пример, встречающийся в книгах Ветхого Завета это пример Авраама - отца веры, первого человек и в своём роду, и в Израиле, к которому в Книге Бытия Бог обращается напрямую (Быт. 12:1-3). Бог говорит ему «Иди!» и Авраам послушно отправляется в путь по Божьему повелению (Быт. 12:4). Это человек, поверивший Богу (Быт. 15:6) и поверивший вплоть до готовности, по Божьему повелению, принести в жертву своего единственного сына (Быт. 22:12). За это послушание через него Бог распространит Свои, дающие жизнь, силу и могущество, и где бы ни оказался Авраам, Бог готов щедро заботиться о его жизни.

Авраам осмеливается по своей инициативе вступить в разговор с Богом о нуждах мира (Быт. 18:22-33), это молитва о масштабных вещах: о

¹ Брюггеман У. Великие молитвы Ветхого Завета. М., 2009. С. 14.

разрушении города и справедливости. Контекст для великой молитвы Авраама в данном случае составляет противопоставление двух несовместимых вещей: с одной стороны, Содом, где живёт Лот, наполнен «весьма великим грехом», поэтому, статус Содома противоположен статусу Авраама, близкого друга Яхве, так говорится у пророка Исаяи (от лица Бога) об «Аврааме, друге Моем» (Ис. 41:8).

Авраам здесь показан смелым человеком веры, ведь молитва предполагает риск, это не просто действие - оно требует веры и смелости, и даже дерзости.

В своей молитве Авраам призывает Яхве проявить щедрость к порочному городу и требует от Бога пересмотреть Его первоначальный план действий. Итогом молитвы является избавление Лота от смерти, что объясняется праведностью Авраама в молитве, когда тот осмелился спорить с Яхве как равный.

Слова Авраама в этом отрывке – это образец молитвы. Эта удивительная сила молитвы Авраама показывают, что достойно прожитая жизнь может избавить от беды других людей - в итоге в христианской традиции родится убеждение в спасительном значении жизни Иисуса. Таким образом, невинные могут избавить виновных от заслуженного наказания.

Следующей значимой фигурой, обращавшийся в Ветхом Завете к Богу, является Моисей. Он всегда и везде показан в роли посредника. Моисей был посередине между жестоким египетским надсмотрщиком и еврейским рабом (Исх. 2:11-15). Этот великий муж показан как посол между Яхве и фараоном (Исх. 3:10). Так же Моисей в библейском повествовании стоит между Яхве и Израилем.

Отношения между Яхве и Израилем на протяжении всего повествования строятся сложно. Трудности, начавшиеся еще в Египте (Числ. 14:11-13) и во время путешествия к Синаю (Исх. 16-17), продолжали преследовать Моисея и у Синая. В главах 32-34 Книги Исхода говорится о столкновении Яхве с Израилем, после того как Аарон сделал золотого тельца.

Чтобы отвести гнев Яхве от «жестоковыйного» Израиля, Моисей в молитве просит Яхве переменить своё намерение, ссылаясь на обетование, которое Яхве дал патриархам Книги Бытия (Исх. 32:12-13). Моисей молится Яхве, чтобы тот «простил» Израиль (Ис. 34:8-9), и Яхве соглашается обновить Завет (Исх. 34:10). Это общение между Яхве и Моисеем представляет собой практику молитвы, в которой Моисей решительно заступает за строптивый Израиль. Молитва Моисея услышана - и совместная жизнь участников завета восстанавливается. Человек, стоящий «посередине», с помощью своего смелого ходатайства возродил завет к жизни.

Моисей - великий муж молитвы и яркий образец того, как нужно молиться. Молитва заставляет его стоять у «трещины» - в надежде заделать её - в отношениях между Богом и его народом или Богом и его миром (см. Ис. 58:12). «Это требует мужества и готовности страдать, поскольку предполагается, что такая молитва может повлиять на Бога. Движущая сила такой молитвы - это любовь к людям, и эта любовь порождает кризис в отношениях с Богом и требует столкновения с Ним. Сила любви вынуждает Моисея взять инициативу в свои руки и оспаривать замыслы Бога»¹.

Но за такой молитвой стоит долгая история отношений доверия. Моисей приходит к Яхве как давнишний сотрудник. Но, несмотря на то, что это встреча друзей с долгой историей отношений и что она опирается на традицию, Моисей всё равно сознает, что он должен принимать во внимание решения Яхве. На протяжении всего повествования в трудных ситуациях Моисей отчаянно просит совета у Яхве и получает поддержку. Это плод его огромной преданности и верности Богу.

Книги Ветхого Завета рассказывают о взаимоотношениях некоторых людей с Богом и их обращенности к Нему, их совместных взаимоотношениях которые у каждого человека строились по-своему. Мы встречаем молитвы таких праведников, как Анна (1 Цар. 2:1-10), Давид (2 Цар. 7:18-29), Соломон (3 Цар. 3:5-15), Иона (Ион. 2:3-10), Иеремия (Иер. 32:16-25), Езекия (4 Цар.

¹ Брюггеман У. Великие молитвы Ветхого Завета. М., 2009. С. 71.

19:15-19), Ездра (1 Езд. 9:6-15), Неемия (Неем. 1:4-11), Даниил (Дан. 9:3-19), Иов (Иов. 42:1-6).

С приходом в мир Спасителя Господа Нашего Иисуса Христа отношения человека с Богом изменились. Если раньше люди обращались к неведомому Богу, которого они не могли осязать, то теперь Господь предстал перед ними в теле человека. Он ходил с ними, говорил им, поучал и наставлял. Он рассказывал им о том духовном мире, которого они не могут созерцать, но который есть. И мало того, что Он «приоткрывал завесу» невидимого, Он предвозвещал Своё Царство «несть от мира сего» (Ин. 18:36)

С приходом в мир Спасителя люди смогли обращаться не просто к Богу, а к Его Второй Ипостаси – Иисусу Христу. «Двадцать веков тому назад по нашему счислению пришел Он, Тот, Кого ожидали народы. Безначальное Слово Отца «стало плотью и обитало с нами» (Ин. 1:14). Великий Свет вошел в жизнь мира. Наступила новая эпоха. Священной была история от Адама до Моисея; священна она с момента синайского богоявления; тем более священна с момента пришествия Христа»¹. Все Имена Божии раскрылись через пришествие Христа в их более глубоком значении. Мало того, Откровение принесло людям новое Имя: Иисус, Спаситель или Бог-Спаситель.

Достаточно взглянуть на Новый Завет, чтобы понять, что этому единению с Богом мог научить только Тот, Кто Сам пребывал в Боге, то есть Иисус Христос: «Разве ты не веришь, что Я в Отце и Отец во Мне? Слова, которые говорю Я вам, говорю не от Себя; Отец, пребывающий во Мне, Он творит дела» (Ин. 14:10). Господь Иисус Христос неоднократно доказывал Свою связь с Богом, Его единение с Богом-Отцом: «Не молю, чтобы Ты взял их из мира, но, чтобы сохранил их от зла» (Ин. 17:15), «Отче Святый! соблюди их во имя Твое,[тех], которых Ты Мне дал, чтобы они были едино, как и Мы» (Ин. 17:11). «Еще, отойдя в другой раз, молился, говоря: Отче

¹ Софроний (Сахаров), иером. О молитве Иисусовой. М., 2011. С. 158.

Мой! если не может чаша сия миновать Меня, чтобы Мне не пить её, да будет воля Твоя» (Мф. 26:42) и др.

Особые отношения с Богом, Которого Он называет «Отче Мой» проявляются во всей Его жизни и Его поступках. Он не только Сам молился Богу и просил о потребном, но и учил такому же отношению к Богу-Отцу и апостолов и этим примером выступила единственная молитва, которую Он нам оставил - «Отче наш!». Блж. Августин писал: «В писании много есть речений, которыми изъясняется хвала Богу; но не найдешь, чтобы Израилю предписано было взывать: «Отче наш!» Пророки, правда, именовали Бога отцом Израильтян... Сами же они обращаться к Богу, как к отцу не дерзали; ибо находились еще в состоянии рабов... Преимущество сие даровано новому Израилю, – христианам; им «дана власть быть чадами Божиими» (Ин. 1:12) и они «приняли Духа усыновления, Которым взывают: «Авва отче!» (Рим. 8:15)»¹.

И эти чудеса, которые видели апостолы, они заставили их поверить в том, что Он «Сын Бога Живого» (Мф. 16:16): «Симон же Петр, отвечая, сказал: Ты - Христос, Сын Бога Живого. Тогда Иисус сказал ему в ответ: блажен ты, Симон, сын Ионин, потому что не плоть и кровь открыли тебе это, но Отец Мой, Сущий на небесах». (Мф. 16:16-17).

«Но почему Христос не открывает Себя сам, - не говорит: Я Христос, - но достигает этого вопросом Своим и заставляет произнести исповедание учеников. Потому что это и Ему тогда было приличнее и нужнее, и их более побуждало верить сказанному. Видишь ли, как Отец открывает Сына? Как Сын открывает Отца? «Ни Отца кто знает, сказано, токмо Сын», и «ему же еще волит Сын открыть» (Мф. 11:27; Лк. 10:22). Таким образом, не чрез другого кого можно познать Сына, как только чрез самого Отца; и не чрез

¹ Феофан Затворник свт. Святые отцы о молитве и трезвении или внимании в сердце к Богу. М.: Правило веры, 2008. С. 314.

другого кого можно познать Отца, как только чрез Сына, так что и из этого видно, что Они равночестны и единосущны»¹.

Особая сила, исходившая от Христа, Его уверенность и, конечно, реальный ответ Бога на Его прошения заставляют простых неграмотных людей прибегать к Его помощи. Двух иерихонских слепца, не видя Его, но слыша о Нём, о том, какие чудеса Он творит поверили в Его силу и «еще громче стали кричать: помилуй нас, Господи, Сын Давидов!» (Мф. 20:31). Прп. Иустин (Попович) вот так толкует этот отрывок: «Иерихонские слепцы – изобретатели самого трогательного вопля человеческого, направленного Богочеловеку Христу: «Господи, помилуй нас!» (Мф. 20:30–31). <...> Чего Спаситель требует от людей, показывают двое слепцов: ощущения своей человеческой немощи и ожидания от Господа Иисуса всемогущества; то есть, веры в Иисуса как Господа, Исцелителя и Спасителя...Слепцы еще показывают, как следует общаться с Богочеловеком, и чего ожидать от Него. Вот, слепцы для нас – учителя в молитве»².

Ответы на молитвы, исполнение просимого, реальные чудеса и молва летящая впереди Христа заставляют новых и новых людей обращаться к Нему за помощью. В другом месте Евангелия видим, как женщина-хананеянка, следовавшая за Христом, просила исцеления своей дочери, «И вот женщина Хананеянка, выйдя из тех мест, кричала Ему: помилуй меня, Господи, сын Давидов, дочь моя жестоко беснуется» (Мф. 15:22). Благолепными словами говорит об этой женщине свт. Григорий Палама: «Воистину, Хананеяныня не только «вышла» из тех языческих пределов, но (можно сказать) и произросла как священная лилия из долин, словами, исходящими из ее уст, испускающая благоухание Божественного Духа. Потому что, если «никтоже может рещи Господа Иисуса, точию Духом Святым» (1Кор. 12:3), то возымел ли бы кто сомнение в том, что язык

¹ Иоанн Златоуст, свт. Творения. Т. 2. Толкование Евангелия от Матфея. Изд.: Сибирская Благовонница. М., 2010. С. 201.

² Иустин (Попович) прп. Собрание творений преподобного Иустина (Поповича). Толкование Евангелия от Матфея. Том 5. М., 2014. С. 215.

Хананеяныни, именующий Его «Сыном Давидовым» и «Господом», и просящей Его милости, как у Имущего силу над бесами, ни был движим Божественным Духом?»¹.

Свт. Иоанн Златоуст в своём толковании на этот отрывок Священного Писания писал: «Жена делается благовестницею, исповедует и божество Его и домостроительство; словом, «Господи» [исповедует] владычество; а словами «сыне Давидов» – принятие Им плоти. «Помилуй меня», – простое слово, но в нем находит она неисчерпаемое море спасения. «Помилуй меня: для этого Ты пришел, для этого Ты принял плоть, для этого Ты сделался тем, что и я». На небе трепет, на земле дерзновение! «Помилуй меня: я не имею нужды в посреднике; сам Ты помилуй меня»².

Силу имело слово Христа, но ещё большую - имеет Его имя. Имя Иисуса изгоняет бесов и исцеляет людей, поскольку в нём заключена огромная сила. Бог сокровенно связан со Своим Именем, и поэтому, призывая его, Бог в этот момент тайно действует и незримо присутствует. Для современных христиан, как и в апостольские времена, Имя Иисуса – сила. «Произносить имя Иисусово - значит также утверждать, что «Иисус есть Господь», но «никто не может назвать Иисуса Господом, как только Духом Святым» (1 Кор 12:3). Повторяя это имя, мы включаемся в молитву Самого Христа, проникаем в Его отношение к Отцу и силою Святого Духа, Который есть Его Дух, находим сыновний доступ к сердцу Отца»³.

Силу слова и имени Иисуса Христа люди увидели на земле. Господь в последние часы Своей жизни на Тайной вечери дал обетование: «Доныне вы ничего не просили во Имя Мое; просите и получите, чтобы радость ваша была совершенна... Истинно говорю вам: о чем ни попросите Отца во Имя

¹ Григорий Палама свт. Беседы (омилии) святителя Григория Паламы. Часть 1. М.: Паломник, 1993. С. 105.

² Иоанн Златоуст, свт. Творения. Т. 3. Полное собрание творений в 12 томах. Изд.: Сестричества во имя святителя Игнатия Ставропольского. М., 2006. С. 117.

³ Мень Александр, прот. Практическое руководство к молитве. Изд.: Жизнь с Богом. М., 2012. С. 47.

Мое, даст вам» (Ин. 16:24, 23). Эти слова Христа являются и догматическим, и аскетическим основанием для молитвы Его Именем.

Именно из этих слов апостолы уверовали в силу Христа и Его имени. И, как мы знаем из книги Деяний Святых Апостолов силою имени Иисусова апостолы совершали исцеления и чудеса. «Во имя Иисуса Христа Назорея встань и ходи» (Деян.3:6) – сказал Петр хромотому человеку, сидевшему у храмовых ворот, называемых Красными. «Не своею силою, но именем Господа Иисуса Христа Петр совершает это чудо»¹, - так толкует этот отрывок А. П. Лопухин. А прп. Кассиан Римлянин говорил: «Все служители Бога никогда не делали ничего своим именем, но призывали имя Христа, так как сама власть принимала достоинство оттуда, откуда начиналась, и никоим образом не могла быть дана слугами, если только не исходит от Творца»².

Позже ап. Петр утверждал: «Нет ни в ком ином спасения, ибо нет другого имени под небом, данного человекам, которым надлежало бы спастись» (Деян. 4:10). «И будет: всякий, кто призовет имя Господне, спасется» (Деян 2:21). «Ибо един Бог, един и посредник между Богом и человеками, человек Христос Иисус» (1 Тим. 2:5). Опираясь на евангельские события, как первые подвижники, так и наши современники продолжают говорить о связи имени Иисуса для людей: «Имя Иисус... Оно для нас – мост между нами и Им»³.

От рассмотрения призывания Имени Божьего в Священном Писании оказавших влияние на формирования молитвы Иисусовы, перейдём к рассмотрению научных гипотез времени происхождения классической формулы данной молитвы.

¹ Лопухин. А. П. Толковая Библия Новый завет Т. 7. М., 2015. С. 710.

² Иоанн Златоуст, свт. Творения. Т. 2. Толкование Евангелия от Матфея. Изд.: Сибирская Благозвонница. М., 2010. С 234.

³ Софроний (Сахаров), иером. О молитве Иисусовой. М., 2011. С. 158.

1.2. Время происхождения «классической» формулы молитвы Иисусовой

В основание умной молитвы положена краткая молитва: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного!». Первоначально Иисусова молитва не имела того привычного звучания, которое в настоящее время в научной литературе именуется «классической (или «традиционной») формулой молитвы Иисусовой». Относительно темы происхождения и времени зарождения молитвы Иисусовой, в святоотеческой и научной литературе по этому вопросу высказаны ряд мнений, которые будут рассмотрены в данном параграфе.

Возникновение молитвы Иисусовой связывают с Ветхим Заветом. «Древность этого постановления несомненна»¹ - писал свт. Игнатий (Брянчанинов), рассуждая об истоках молитвы Иисусовой. Он говорил о том, что первоисточники лежат в Ветхом Завете на культе почитания Имени Божьего.

Святитель в своих трудах рассуждая о молитве Иисусовой говорил о Ветхом Завете, приводя следующие законоучительные истины: «Внемли себе: да не будет слово тайно в сердце твоём...» (Втор. 15:9). «Се Бог Мой, Спас мой!.. Почерпите воду с веселием от источник спасения! И речеши в день он: хвалите Господа, воспойте имя Его: ...поминайте, яко вознесется имя Его; хвалите имя Господне, яко высокая сотвори» (Ис. 12:2-5.). «Возрадуемся о спасении Твоём, и во имя Господа Бога нашего возвеличимся... Имя Господа Бога нашего призовем» (Пс. 19:6, 8). «Господи, во свете лица Твоего пойдут, и о имени Твоём возрадуются весь день, и правдою Твоею вознесутся» (Пс. 88:16-17)².

Главным же основанием для молитвы Иисусовой свт. Игнатий (Брянчанинов) считает Новый Завет: «Моление молитвой Иисусовой есть установление Божественное. Установлено оно не через посредство пророка, не через посредство, не через посредство Ангела — установлено Самим

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. Т. 5. М., 2015. С. 254.

² Там же. С. 344.

Сыном Божиим и Богом»¹. Святой в своих трудах приводит пример Тайной Вечери, где Сам Господь Иисус Христос установил моление Его именем, и это, считает, является главным завещанием, даром, оставленным Своим ученикам от Учителя.

Схожее мнение высказывает иг. Варсонофий (Верёвкин) в труде «Учение о молитве по Добротолубию». Он говорит о том, что сведения о происхождении умной молитвы оставили большинство подвижников «Добротолубия», и приводит в пример святых Каллиста и Игнатия. Они говорят о том, что слова, ставшие основой молитвы Иисусовой, ведут своё начало от апостолов Петра, Павла и Иоанна. Один из них говорит о том, что «никто не может назвать Иисуса Господом, как только Духом Святым» (1Кор. 12:3); другой – что «всякий дух, который исповедует Иисуса Христа, пришедшего во плоти, от Бога есть» (1Ин. 4:2); а апостол Петр исповедал: «Ты – Христос, Сын Бога Живаго!» (Мф. 16:16)»².

Упомянутые авторы, кроме этих указаний, приводят целый ряд свидетельств Нового Завета, указывающих на происхождение молитвы Иисусовой: когда настало время страданий, Спаситель сказал Свои ученикам следующие слова: «Если чего попросите у Отца во имя Мое, Я то сделаю» (Ин. 14:14, 16:23-24); по Своем воскресении Он предрёк, что уверовавшие... «именем Моим будут изгонять бесов» (Мк. 16:17).

Предрекая славу имени Божьего, ап. Павел писал: «пред именем Иисуса преклонится всякое колено» (Флп. 2:10). В Деяниях апостолов Петр исповедал, что «нет другого имени под небом, данного человекам, которым надлежало бы нам спастись, кроме имени Иисуса Христа Назорея» (Деян. 4:10, 12).

Солидарен с мнением иг. Варсонофия и митр. Иларион (Алфеев), который так же говорит об этом периоде и приводит в пример рассказ,

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. Т. 5. М., 2015. С. 347.

² Варсонофий (Верёвкин), иг. Учение о молитве по Добротолубию. М., 2011. С. 104.

содержащийся в Деяниях апостольских о первомученике Стефане, который, умирая, обращался с молитвой к Господу Иисусу.

Исходя из вышеприведённых примеров можно говорить о том, что практика молитвы Иисусовой берёт своё начало в Новозаветный период, когда Сам Господь Иисус Христос перед Своими страдания заповедал ученикам обращаться к Нему, а Он будет ходатайствовать о них перед Богом Отцом¹. Свт. Игнатий (Брянчанинов) в своих трудах так пишет об этом: «Нет случая, из которого можно бы было научиться, каким образом они молились именем Господа, но они молились им непременно. Как могли они не молиться им, когда это моление было преподано и заповедано Самим Господом, когда заповедание укреплено двукратным повторением и подтверждением его? Если умалчивает о сем Писание, то умалчивает единственно потому, что моление это было в общем употреблении, не нуждаясь в особенном внесении в Писание по известности своей и общеупотребительности»². Именно таким образом святитель объясняет то, что в Новом Завете нет особого повеления относительно молитвы Иисусовой, потому что само Евангелие показывает нам, что всё, просимое во имя Господа Иисуса Христа совершалось по Его благословию.

Следующим этапом развития молитвы Иисусовой является эпоха раннехристианской Церкви. Митр. Иларион (Алфеев) пишет о том, что в данный период встречаются отдельные молитвенные обращения к Иисусу Христу, содержащиеся в памятниках христианской литературы II-III веков. Но тут же подчёркивает, что наиболее распространенной формой молитвы была, конечно, молитва, адресованная Богу Отцу, и он приводит в пример трактат Оригена «О молитве», в котором говорится о том, что запрещалось молиться Христу³. Комментируя этот отрывок митрополит говорит: «Вряд ли

¹ Иларион (Алфеев). митр. Священная тайна церкви. М., 2013. С. 436

² Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. Т. 5. М., 2015. С. 361.

³ Ориген. О молитве и увещание к мученичеству. - Изд. 2-е, испр и допол. Репр. 1897. СПб., 1992. С. 122.

Ориген здесь выражал своё частное мнение; скорее, он исходил из наиболее распространенной в его время практики»¹.

Далее в своей работе митр. Иларион (Алфеев) говорит о том, что все древние евхаристические чины были обращены к Богу Отцу и только ближе к V веку появились анафоры, обращенные к Сыну. Как пример он приводит анафору Литургии свт. Григория Богослова. Главным аргументом для их появления он считает христологические споры той эпохи: «Их появление было вызвано, главным образом, стремлением преодолеть несторианское разделение между Богом Словом и Человеком Иисусом: молитва, обращенная к Иисусу Христу как Богу, становится мощным оружием против ереси»².

Впервые формулы молитвы Иисусовой фиксируется в традиции апофтегмы египетского монашества. Об этом говорит А. Г. Дунаев: «Эти формы начальные и были заимствованы из псаломских стихов, которые могли соединяться или произноситься по отдельности, но они были достаточно краткие, потому и получила название «греч. Monologos», то есть «те, которые произносятся достаточно быстро, как одно выражение, как одна фраза»³. Автор приходит к выводу, что, начиная с IV века, молитва Иисусова развивалась в традиции египетского монашества и состояла преимущественно из псаломских стихов. К. Д. Попов в своих трудах так же связывает появление Иисусовой молитвы с деятельностью египетского монашества. По его мнению, практика Иисусовой молитвы «как воззвание к Иисусу Христу о помощи» существовала ещё со времён Антония Великого. Автор в своих работах по истории текста молитвы приходит к заключению, что в своём «классическом» виде она начала практиковаться только с V века.

Особенностью данного периода в молитве Иисусовой было наличие параллельно с «полной формой» т.к. молитва Иисусова ещё не существовала

¹ Иларион (Алфеев). митр. Священная тайна Церкви. М., 2013. С. 436

² Там же. С. 341.

³ Дунаев А.Г. Мессалианство, исихазм, богомилство. - М., 2002. С. 233.

в одной общепринятой и неизменной форме»¹. Согласно предположению К.Д. Попова, к VI веку «полная форма» молитвы Иисусовой вытеснила из употребления более сокращенные формы и стала главной формой молитвы.

И только к V веку практика молитвы к Иисусу Христу получила всеобщее признание, в этом мнении сходятся большинство авторов. Есть ряд авторов того времени, чьи творения подтверждают факт распространения молитвы Иисусовой в среде восточно-христианского монашества: блаженный Диадок, епископ Фотики; преподобный Исайя Скитский, автор сборника из 29 поучений и многочисленных апофтегм.

Архиеп. Василий (Кривошеин) в докладе, прочитанном на Международном Патриотическом съезде в Оксфорде 26 сентября 1951 г. «Дата традиционного текста «Иисусовой молитвы» говорит об особенностях формулы молитвы Иисусовой того периода: «Древние авторы, однако, обычно не приводят полного текста молитвы. Диадок, например, пишет только «Господи Иисусе Христе», и наиболее полная цитата у Исихия: «Христе Иисусе, Сыне Божий». Какое самое раннее упоминание полного текста? Большинство исследователей избегают даже ответить на этот важный вопрос»².

Следующим этапом в истории развития молитвы Иисусовой считается VI век, а основанием для данной теории является следующий источник - «Житие преподобного Досифея», на который в своих исследованиях ссылаются ряд авторов: А. Г. Дунаев, архиеп. Василий (Кривошеин), митр. Каллист (Уэр). Молитва Иисусова в этом тексте приводится в следующем виде «Господи Иисусе Христе помилуй мя», а в промежутках присутствует вставка «Сыне Божий помоги мне».

¹ Патрин В. Г. К истории споров о возникновении молитвы Иисусовой [Электронный ресурс]. Электрон. книги. URL: <http://theologica.ru/k-istorii-vozniknovenija-molitvy-iisusovoj/> (дата обращения: 18.10.2018).

² Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

Для того чтобы поближе познакомиться с оригиналом текста обратимся к работе архиеп. Василия (Кривошеина), где он приводит отрывок из «Жития преподобного Досифея»: «Он имел память Божию, ибо (Дорофей, его духовный руководитель) передал ему говорить всегда: «Господи Иисусе Христе, Боже наш, помилуй мя. Сыне Божий, помоги мне»¹. Здесь видим полный текст Иисусовой молитвы с прибавлением слов «Боже наш» «помоги мне». Внимательно исследуя текст, автор приходит к выводу, что место об «Иисусовой молитве» принадлежит первоначальной редакции, так как «прекрасно подходит к общему контексту»². И на основании этого резюмирует, что непрерывное занятие молитвой Иисусовой и употребление её полного традиционного текста были предметом обучения в общежительных монастырях Палестины середине VI века. Существование же прибавок и различных версий в рукописях, по его мнению, указывает на то, что словесная формулировка молитвы в это время ещё не была окончательно закреплена.

Митр. Каллист (Уэр) исследуя тексты данного периода в своей работе приходит к заключению, что краткая формула - «Господи Иисусе Христе, помилуй мя» в ранних источниках встречается чаще, чем «классическая»: «Мы находим её в «Житии аввы Филимона», наряду со стандартной формой, а также в «Ответах прп. Варсонофия Великого и Иоанна Пророка» и «Житии Досифея», причём в последнем сочинении она даётся в сочетании со словами «Сыне Божий, спаси мя»³.

Следующие тексты, включающие текст Иисусовой молитвы, датируются ориентировочно V или VI веком, это «Руководство к духовной жизни» прп. Варсануфия и Иоанна Газских, где неоднократно упоминается о

¹ Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

² Там же.

³ Григорий Синаит. прп. Твоерение. М., 1999. С. 57.

призывании Иисуса Христа в молитве и «Сказание об авве Филимоне», где содержится «тайное поучение» отождествляемое с молитвой Иисусовой.

Комментирую текст книги митр. Иларион (Алфеев) говорит следующее: «На рубеже V и VI веков, когда жили преподобные Варсануфий и Иоанн, непрерывная молитва была уже широко распространена и использовалась в самых различных контекстах. При этом под непрерывной молитвой понимали прежде всего молитву Иисусову в её полной, сокращенной или модифицированной форме»¹.

«Формула Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя» представлена в писаниях монахов Газской пустыни VI века и рассказе об авве Филимоне (VII в.). В последнем тексте - «Сказание об авве Филимоне» (последний период византийского владычества в Египте, то есть VI—VII века) впервые встречается полная формула «Иисусовой молитвы» без добавления «грешного»².

Повествование в этом тексте ведётся о некоем молодом монахе, который был научен египетским пустынником Филимоном всегда иметь в своём сердце «тайное занятие». «Тайным занятием» именуется сама молитва Иисусова, которая в то время передавалась от старых к молодым монахам, являясь личным и устным «посвящением». Архиеп. Василий (Кривошеин) в своём докладе «Дата традиционного текста «Иисусовой молитвы» говорит следующее об Иисусовой молитве: «Тайный характер молитвы может дать объяснение отсутствия её полного текста у древних авторов, которые рассматривали её как составляющую часть тайного предания»³.

Исследователь приводит отрывок из текста-первоисточника: «Иди, трезвись в сердце твоём и говори трезвенно в помышлении твоём со страхом и трепетом: «Господи Иисусе Христе, помилуй меня»». И он объяснил

¹ Иларион (Алфеев). митр. Священная тайна Церкви. Введение в ист. и пробл. имяслав. споров. М., 2013. С. 436.

² Добротолюбие. М., 2010. Т. 3. С. 321.

³ Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

подробнее: «Внимай себе тщательно и храни твое сердце не принимать дурные помыслы... но всегда - и во сне, и в бодрственном состоянии, и при еде, и при питии, и в обществе других, твое сердце тайно в помышлении или да упражняется в псалмах, или же да молится: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй меня»¹.

Митр. Каллист (Уэр) в своей работе об «Иисусовой молитве» также ссылается на этот текст и говорит следующее: «Классическая» формула Иисусовой молитвы - «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя (без добавления слова «грешного») впервые встречается в «Житии аввы Филимона», написанном в VI-VII веке и пришедшем из Египта. Она повторяется в трактате св. Никифора Исихаста «О трезвлении и хранении сердца» (конец XIV-начало XV века). Но за семь веков, которые разделяют эти два сочинения, не появилось ни одного источника, где бы эта формула упоминалась»².

Классическое руководство к монашеской жизни прп. Иоанна Синайского (ок. 570 - ок. 649) «Лествица», датируемое VII веком, оказало огромное влияние на последующее развитие восточно-христианской аскетики. В своём труде прп. Иоанн Лествичник несколько раз упоминает о молитве Иисусовой и делает акцент на особом значении имени Иисуса Христа для подвижника, а также на постоянстве, с которым должно быть сопряжено делание молитвы³.

Много внимания в своих работах по истории «молитвы Иисусовой» уделял В.М. Лурье «Господи Иисусе Христе, помилуй мя», и только к VI веку появились привычные для нашего времени вставки «Сыне Божий», а также «Боже наш». А. Г. Дунаев в целом развивает концепцию в той же

¹ Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

² Григорий Синаит. прп. Твоереение. М., 1999. С.117.

³ Дунаев А. Г. Мессалианство, исихазм, богомилство. М., 2002. С. 256.

перспективе, что и В. М. Лурье, тем не менее, по его мнению, аналогичные «вставки» начали вводиться в формулу уже после прп. Иоанна Лествичника.

Относительно этого периода архиеп. Василий Кривошеин говорит следующее: «Первое ясное указание на существование этой духовной практики молитвы Иисусовой находится у Диадокха - V век, но технический термин впервые появляется у Иоанна Лествичника - VII век»¹.

Наиболее впечатляющим итогом развития восточно-христианского учения о молитве Иисусовой в период с V по VII век, по мнению многих авторов, стало сочинение святого Исихия «О трезвении и молитве». Предположительно временем написания сочинения является конец VII века, местом обитания Исихия – Синай. Сочинение составлено в традиционном жанре «сотниц», из которых более четверти посвящены молитве Иисусовой. Главы содержат не только теоретическое обоснование молитвы Иисусовой, но и практические рекомендации².

У прп. Исихия особый упор делается на благодатную силу имени Иисуса. Имя сравнивается со светильником, озаряющим путь подвижника, с мечом, обращающим вспять демонов, с дождём, умягчающим землю сердца, с фундаментом, на котором строится дом, с парусами, приводящими в движение корабль, с шаровой молнией, появляющейся перед дождём, с солнцем, просвещающим внутреннее пространство сердца.

Митр. Иларион (Алфеев) в своей работе так пишет об этом источнике: «Текст молитвы Иисусовой приведен у Исихия лишь один раз, и притом в краткой форме, состоящей из трех слов, как и у блаженного Диадокха: «Господи Иисусе Христе!». Означает ли это, что молитва Иисусова у Исихия заключалась только в произнесении имени Иисуса Христа или к имени Христа всё-таки добавлялось прошение о помиловании, остается не вполне

¹ Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

² Феофан Затворник свт. Святые отцы о Молитве и Трезвении. М., 2014. С. 134.

ясным. Во всяком случае, «имя Иисусово» и «молитва Иисусова» для него являются синонимами»¹.

Приведённые выше тексты показывают, что в течение V-VII веков практика молитвы Иисусовой распространилась по всему христианскому Востоку, получив признание и в Египте, где жили авва Исая и авва Филимон, и в Палестине, где жил авва Дорофей, и в Эпире, где жил Диадокх, и на Синае, где жили прп. Иоанн Лествичник и, по-видимому, прп. Исихий.

Эта молитва была известна и на христианском Западе, о чём косвенно свидетельствует, в частности, «Письмо папы Григория II императору Льву III о почитании святых икон». Когда мы входим в церковь и становимся перед иконой Христа, мы произносим: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помоги и спаси меня»². При этом молитва Иисусова на Западе никогда не имела столь же широкого распространения, как, например, на Востоке.

Архиеп. Василий (Кривошеин) пишет: «Сходство этих слов с «Иисусовой молитвой» поразительно. Они точно передают всю её главную часть. Только в конце они несколько отличны: слова «помилуй меня» заменены «помоги и спаси меня» (как и в прибавке Досифея). Подлинность этого письма, сохранившегося только по-гречески, оспаривалась учеными прошлого столетия, которые считали его восточной подделкой.

Это может доказывать тот факт, что верующие имели обыкновение молиться в церквях словами, практически тождественными с «Иисусовой молитвой», которая распространилась из монашеских кругов в более широкие слои мирян. Значительный промежуток времени прошёл прежде чем «тайное предание» Филимона получило развитие такого масштаба, что захватила мирян»³.

¹ Иларион (Алфеев). митр. Священная тайна церкви. М., 2013. С. 421.

² Электронная библиотека Одинцовского благочиния [Электронный ресурс]. Статья. URL: http://www.odinblago.ru/deiania_soborov_7/02 (дата обращения: 17.01.2018).

³ Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).

Архим. Лев (Жилле), публиковавшийся под псевдонимом «монах Восточной Церкви», высказал мнение противоположное К. Д. Попову и многих других авторов относительно срока появления «классической» формулы молитвы Иисусовой. В своих работах он говорил о первоначальной «неформальности» практики «молитвы Иисусовой» и о том, что «синайский» период знал лишь простое «размышление» (meditation) о имени Иисусовом¹, время же появления «классической формулы» от связывает с XII-XIII веками. В то же время автор говорил о том, что «синайский» исихазм не может считаться началом истории «молитвы Иисусовой», так как более ранние авторы приводили в своих текстах формулы молитвы, в связи с этим ко времени существования представителей «синайского» исихазма устоявшиеся формулы уже существовали, практиковались и повсеместно были распространены.

В своих научных исследованиях архим. Лев (Жилле) изучая творения прп. Иоанна Лествичника, а также двух прочих авторов-синаитов - прп. Исихия Синаита и Филофея Синаита, подвизавшихся на Синае в VII-X веках, пришёл к заключению об отсутствии в Иисусовой молитве каких-либо определенных формул. Подтверждая данное мнение, в своём исследовании, что труды подвижников обладают одной общей для всех них специфической чертой - ни один из авторов не называл формулу «молитвы Иисусовой», хотя наглядно говорили о практике «молитвы Иисусовой»².

«Означает это лишь то, что была практика молитвы Иисусовой, а форма могла быть разной»³, - так заключает автор. Архим. Лев (Жилле), чьё мнение замыкает рассуждения на тему молитвы Иисусовой, говорил, что «традиционная формула впервые упоминается в текстах, принадлежащих к XII-XIII векам». Исходя из этого мнения можно говорить о том, что хронологический интервал относительно времени появления «классической»

¹ Луи (Жилье), архим. Иисус очами простой веры. М., 2012. С. 71.

² Там же. С. 75.

³ Там же. С. 76.

формулы молитвы Иисусовой довольно большой от VI века у авторов до XI века.

Данное расхождение во времени происхождения «классической» формулы молитвы Иисусовой можно подытожить словами А.Г. Дунаева, который говорит о том, что «для более точного ответа на поставленный вопрос у нас не хватает данных первоисточников для дальнейшего анализа необходимо <...> исследование аскетической и житийной литературы»¹.

Приведённые в данной главе исследования и материалы позволяют сделать следующие **выводы**:

1. Восточно-христианская практика постоянного призывания Имени Иисуса Христа покоится на библейском почитании Имени Божия. Его отличительными чертами является феномен отождествления Имени с его носителем, к Имени относятся с величайшим благоговением и приписывают ему чудотворную силу. Имя Божие в древнем Израиле было окружено благоговейным почитанием. Культ Имени Божия занимает центральное место в Священном Писании Ветхого и Нового Завета.

2. Смысловым центром молитвы Иисусовой является имя «Иисус» (буквально означающее «Яхве спасает»): имена «Господь» и «Сын Божий» воспринимаются как его истолкование, подобно тому как все имена Божии в Ветхом Завете воспринимались как истолкование священного имени Яхве.

3. Главным же основанием для молитвы Иисусовой ряд авторов считает Священное Писание Нового Завета. Они говорят о том, что слова, ставшие основой молитвы Иисусовой, ведут своё начало от апп. Петра, Павла и Иоанна. В молитве Иисусовой акцент делается на призывание Иисуса как Бога: полная форма молитвы подчеркивает, что Иисус Христос есть Сын Божий. Откровение принесло людям новое Имя: Иисус, Спаситель или Бог-Спаситель. Силу имени Иисуса Христа апостолы увидели на земле. Его именем бесы изгонялись, исцелялись люди, творились чудеса.

¹ Дунаев А. Г. Мессалианство, исихазм, богомилство. М., 2002. С. 245.

4. Раннехристианская Церковь имела молитвенный опыт обращения к Иисусу Христу, содержащиеся в памятниках христианской литературы II-III веков, но, конечно, наиболее распространенной формой молитвы была адресованная Богу Отцу. Начиная с IV века, молитва Иисусова развивалась в традиции египтского монашества и состояла преимущественно из псаломских стихов.

5. На рубеже V и VI веков непрестанная молитва была уже широко распространена и непрестанное занятие молитвой Иисусовой стало предметом обучения в общежительных монастырях Палестины. При этом под непрестанной молитвой понимали прежде всего молитву Иисусову в её полной, сокращенной или модифицированной форме. В течение V-VII веков практика молитвы Иисусовой распространилась по всему христианскому Востоку, получив признание в Египте, где жили авва Исайя и авва Филимон, в Палестине, где жил авва Дорофей, в Эпире, где жил Диадокх и на Синае, где жили Лествичник и, по-видимому, Исихий.

6. В VIII в. Иисусова молитва из монашеских кругов распространилась в более широкие слои мирян и стало общим достоянием. Окончательно закрепились «классическая» формула этой молитвы – «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного».

Глава 2. Формы и практика совершения молитвы Иисусовой

В аскетической литературе чаще встречается деление Иисусовой молитвы на три вида: устная, умственная и сердечная. Некоторые, по мере действия в молитве слова, ума, сердца или Духа Божьего, усложняют её деление, выделяя дополнительные виды.

Архиеп. Антоний (Голынский-Михайловский) в аскетическом трактате «О молитве Иисусовой» приводит следующее разделение молитвы Иисусовой: словесная, умная деятельная, умно-сердечная деятельная, умно-сердечная самодвижная, умно-сердечная чистая и высший вид молитвы – зрительная¹.

Первые три вида молитвы: словесная, умная деятельная и умно-сердечная деятельная доступны человеку в период его ветхой деятельности, то есть до всецелой преданности его воли Богу. На первой ступени молитва преимущественно внешняя: чтения, поклоны, бдения, и прочее, пока не появятся начатки движения молитвенного духа.

Прп. Ефрем Сирин пишет, что «сначала желающий подвизаться проходит первые труды телесного делания молитвы, когда она совершается без участия ума и сердца»².

Часто творимая со вниманием и в страхе Божиим устная молитва становится умной. Прп. Пётр Дамаскин так говорит об этом процессе: «Хорошо молящемуся телесной молитвою дает Бог умную молитву»³. Далее подвижник поднимается на следующую ступень молитвы - умно-сердечную деятельную. Особенностью этой ступени молитвы Иисусовой является равное соотношение телесного и духовного, слова молитвы сопровождаются внутренними чувствами и молитвенными движениями.

Данная степень Иисусовой молитвы доступна многим, она становится возможной и достижимой для каждого благочестивого христианина.

¹ Антоний (Голынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. М., 2000 С. 151.

² Ефрем Сирин, прп. Творения: в 5 тт. М., 1995. Т. 4. Репр. изд. 1907. С. 231.

³ Пётр Дамаскин прп. Творение. М., 2014. С. 306.

Описывая эту ступень молитвы прп. Макарий Великий, говорил, что «лишь поклонись и дух уже согревается в молитве»¹.

Последующие два вида молитвы обретают христианин лишь после очищения сердца от страстей и греха и именуются они: умно-сердечной самодвижной (т.е. движимой Святым Духом) и умно-сердечной чистой (или непарительной). В умно-сердечной самодвижной преобладает внутреннее или духовное над телесным. Тогда «без слов, и без поклонов, и даже без размышления, и без всякого образа, при некотором молчании или безмолвии, во глубине духа совершается действие молитвы»². Молитва эта может совершаться в любом месте и в любое время, ничто не может её прекратить.

Умно-сердечная чистая представляет собой созерцательную молитву – начало и мать всех добродетелей, доводящую христианина до духовного совершенства. Самые достойные через эту молитву приводятся к соединению души с Господом в единый дух. Человек тогда обретает высший дар – молитву зрительную, соединившись в сердце Бога.

В данной главе рассмотрим виды молитвы, доступные христианину: словесную и умно-сердечную. Прохождение тих ступеней Иисусовой молитвы возможно и выполнимо на практике для современного христианина. Более высокие состояния молитвы Иисусовой, рассмотрим вскользь и не будем на них сильно останавливаться, в связи с тем, что большинству людей этих состояний, о которых пишут великие подвижники не доступны. Тем более актуальность работы в том, чтобы рассмотреть применимые формы и практики молитвы Иисусовой.

2.1. Первая ступень молитвы Иисусовой – устная молитва

Устная молитва – первая ступень на пути к непрестанной умно-сердечной молитве. Молитва названа «устная», по-другому «гласная»,

¹ Макарий Египетский. прп. Духовные беседы. М., 2014. С. 310.

² Добролюбие. Т. 5. М., 1992. С. 344.

либо «словесная», потому что произносится языком. Заключается она в устном произношении слов при внимании к ним ума.

Необходимость и важность устной молитвы Иисусовой отмечена святыми отцами, например, свт. Игнатий (Брянчанинов) говорил: «Для всех и каждого существенно полезно начинать обучение молению именем Господа Иисуса с совершения молитвы Иисусовой устно при заключении ума в слова молитвы»¹. Произносимая вслух неспешно и со вниманием Иисусова молитва постепенно научает человека обращать свой ум ко Господу и прилепляться к Нему, это, в свою очередь, рождает в сердце христианина чувство умиления и преданности воли Божией.

Архиеп. Антоний (Голынский-Михайловский) так пишет о ней: «Душа, не привыкшая помнить о Боге, проводившая ранее, вместо богопредстояния, жизнь чувственную, продолжает увлекаться разнообразием впечатлений, хранимых памятью... Человек при таком внутреннем беспорядке не способен к трезвению, к духовному посту, он при всем желании не сможет обуздать ни ум, ни чувства»². И для того, чтобы прохождение этого поприща было человеку под силу, ему дана – Иисусова молитва, которая помогает ему непрестанно помнить о Боге.

Для человека, пребывающего в таком состоянии, устная молитва – необходимое средство к тому, чтобы приобрести навык в борьбе с помыслами и в хранении внутреннего мира. Это важно для человека, ведь когда он обретает навык к устной молитве, то может жить, помня о Боге на всяком месте и за любым делом. Благодаря непрестанной молитве приобретается памятование о Боге.

Поэтому с древних времён и до сегодняшних дней во всех монастырях новоначальным монахам заповедовалась гласная молитва в обязательном порядке. С неё начинали не только подвижники, желающие познать глубину

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Творения. Т. 4. М., 1997. С. 371.

² Антоний (Голынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. М., 2000 С. 112.

единения со Христом, но и благочестивые миряне брали за правило в течении дня читать Иисусову молитву. Устная молитва сопровождает весь путь подвижника: с неё начинается восхождение по духовной лестнице, и ей же оно и заканчивается.

Устная молитва – простое делание, но оно может принести обильный духовный плод. Свт. Игнатий (Брянчанинов) так говорит об этом: «никто из желающих преуспеть в молитве да не дерзает легко мыслить и судить о молитве, произносимой устами и гласом при внимании ума, как о делании малозначащем, не заслуживающем уважения»¹.

Получается, что искреннее исполнение правила, оставленного нам святыми отцами, даёт обильный духовный плод в жизни подвижника: «[его] ум начинает теплее, усерднее прислушиваться к словам, читаемым языком, а, прислушиваясь, постепенно начинает с удовольствием сам погружаться в молитву»². Делание Иисусовой молитвы приведёт подвизающегося к тем состояниям, о которых пишут святые отцы в своих творениях, только в том случае, если их учению они будут следовать.

Свт. Игнатий (Брянчанинов) в своём «Аскетическом трактате» так пишет об Иисусовой молитве: «В упражнении молитвой Иисусовой есть свое начало, своя постепенность, свой конец бесконечный. Необходимо начинать упражнение с начала, а не с середины и не с конца. <...> Начинают с середины те новоначальные, которые, прочитав наставление данное отцами-безмолвниками необдуманно принимают это наставление в руководство своей деятельности. Начинают с середины те, которые без всякого предварительного приготовления усиливаются взойти умом в сердечный храм и оттуда воссылать молитву. С конца начинают те, которые

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Творения. Т. 4. М., 1997. С. 353.

² Антоний (Галынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати М., 2000 С. 115.

ищут немедленно раскрыть в себе благодатную сладость молитвы и прочие благодатные действия её»¹.

Молитву Иисусову необходимо проходить постепенно, не пропуская «ступеней»². «Должно начинать с начала, то есть совершать молитву со вниманием и благоговением, с целью покаяния, заботясь единственно о том, чтобы эти три качества постоянно соприсутствовали молитве <...> ...мы должны предстоять пред Богом молитвою в глубочайшем благоговении, в величайшем страхе и трепете, устремя к Нему всё внимание наше, сосредоточивая во внимании все силы ума, сердца, души, отвергая рассеянность и мечтательность, как нарушение внимания и благоговения, как нарушение правильности в предстоянии Богу, правильности, настоятельно требуемой величием Бога (Ин.4:23–24; Мф.22:37; Мк.12:29–30; Лк.10:27)»³.

Возьмем за основу и рассмотрим эти основные качества, которые выделил свт. Игнатий (Брянчанинов). С первого шага – покаяния начинается непрестанная молитва в сердце человека. Человек, видя свои грехи и понимая глубину своего падения из глубины души взывает ко Господу: «Помилуй мя, Христе Боже!». И это постоянное «умное» памятование о своих согрешениях, прошение о помиловании и память о Боге – и есть непрестанная молитва.

Одним из первостепенных условий, приводящим подвижника к молитве, является покаяние – сознание себя грешником и погибающим без милости Божией. Свт. Игнатий (Брянчанинов) так об этом пишет: «Основная и первоначальная молитва должна состоять из прошений о прощении грехов»⁴. Господь окажет великую помощь и привлечёт к сердцу молитву, но только тому человеку, в ком созрела нужда в покаянии.

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Творения. Т. 4. М., 1997. С. 374.

² Добротолюбие. М., 2010. Т. 4. С. 178.

³ Игнатий (Брянчанинов), свт. Творения. Т. 4. М., 1997. С. 377.

⁴ Там же. С. 379.

«К Богу мы приходим, как последние грешники. Мы искренне осуждаем себя во всем. Мы ничего не воображаем, ничего не ищем, кроме прощения и помилования»¹.

Когда сознание человека сможет спуститься до таких глубин своей души, что человек ощутит себя худшим из всех людей и ему предстает со всей очевидностью своё падшее состояние, тогда он сможет возопить ко Господу о спасении и помиловании. Прп. Исаак Сирский так пишет об этом состоянии: «Когда припадаешь пред Богом в молитве, будь, в помысле твоём, как муравей, как земные гады, как червячок, как лепечущее дитя. Не скажи пред Ним чего-нибудь разумного; младенческим образом мыслей приблизься к Богу»². Описывая помощь от такого смирения в духовном преуспевании прот. Иоанн Журавский пишет следующее: «Сия маленькая молитовка привлечет в чувство сердца большую благодать: даст сердцу ощутить величие Святости Божией, ощутить Святой страх присутствия Божия. Отсюда раскроются глаза на свое ничтожество, на свою греховность, на себя как на прах и пепел»³.

Итогом такой молитвы будет состояние, о котором пишет арх. Софроний (Сахаров) в своём трактате «О молитве Иисусовой»: «При искреннем покаянии Иисусова молитва возносит дух человека в сферы, лежащие за пределами достижения «мудрости мудрецов... века сего» (1Кор. 1:19–20). Страшно говорить о ней: проведя предварительно по безднам тьмы крошечной, скрытой внутри нас, она затем соединяет дух наш с Духом Божиим воедино, и еще отсюда дает нам жить святую вечность. Во все века отцы поражались величию дара сего падшему миру: Господи, Иисусе Христе, Едине Святой, Едине истинный Спаситель всех, Помилуй нас и мир Твой»⁴.

¹ Софроний (Сахаров), иером. О молитве Иисусовой. М., 2011. С. 158.

² Исаак Сирин прп. Слова подвижнические. М., 1993. С. 411.

³ Иоанн Журавский прот [Электронный ресурс]. URL: <https://omolenko.com/imyaslavie/zhuravsky.htm?p=14> (дата обращения: 15.02.2019).

⁴ Софроний (Сахаров), иером. О молитве Иисусовой. М., 2011. С. 143.

Самым важным качеством на пути умного делания является – внимание. Внимание во время молитвы заключается на сосредоточенности, сконцентрированности на словах молитвы и собранности (нерассеянности) ума, всецело обращенного к Богу. Внимательная гласная молитва – начало, первая ступень умной молитвы. Свт. Игнатий (Брянчанинов) говорит: «Устной, гласной молитве, как и всякой другой, должно непременно сопутствовать внимание. При внимании польза устной молитвы – неисчислима. С неё должен начинать подвижник»¹.

Внимание молящегося должно быть направлено либо на слова читаемых (произносимых «про себя») молитв, либо на Того, к Кому обращена молитва, ум во время молитвы не должен блуждать и подвергаться мечтаниям. Свт. Иоанн Златоуст пишет так об этом: «Молиться надо так, чтобы ум был всецело собран и напряжен. И если ты сам не слышишь своей молитвы (по рассеянности), как же ты хочешь, чтобы Бог услышал ее? Во время молитвы мы можем удерживать внимание, если будем помнить, с Кем беседуем, если будем представлять, что приносим духовную жертву»².

Во время молитвы человек может подвергнуться испытанию – борьбе с искушениями со стороны падших духов, «падшего человеческого естества», возбуждающих разного рода греховные помыслы и страсти. Одним из искушений может стать у подвижника – представление, «лицезрение» Бога и святых. Именно поэтому многие святые сходятся во мнении, что внимательной и нерассеянной молитве способствует отсутствие воображения и мечтательности. «Всегда храни ум бесцветным, безвидным и необраным»³, наставляет прп. Григорий Синаит, и продолжает: «не следует в воображении усматривать ни образа, ни очертания ничего, даже по виду святого»⁴.

Строго предостерегают святые человека от действия воображения и мечтательности во время молитвы, так же русский святой еп. Феофан

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Творения. Т. 4. М., 1997. С. 390.

² Иоанн Златоуст, свт. Творения: в 12 тт. СПб., 1903. Т. 9. С. 754.

³ Григорий Синаит, прп. Творения. М., 1999. С. 121.

⁴ Там же. С. 82.

(Затворник) продолжая эту мысль в своих творениях, пишет: «Стоя сознанием и вниманием в сердце, произноси непрестанно: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, без всякого образа и лика, по вере, что Господь зрит тебя и внимает тебе»¹.

Внимательная молитва является даром Божиим тому человеку, который проявляет усердие в её приобретении. Высшая степень духовного внимания - трезвение - состояние, характеризующееся непрерывным духовным вниманием, через которое можно, несмотря на суету и шум внешнего мира, услышать глас Божий.

Данную же мысль высказывали и другие святые, в их числе и прп. Иоанн Лествичник: «Непрестанно борись с парением твоих мыслей, и когда ум рассеялся, собирай его к себе, ибо от новоначальных послушников Бог не ищет молитвы без парения. Поэтому не скорби, будучи расхищаем мыслями, но благодушествуй и непрестанно взывай ум ко вниманию, ибо никогда не быть расхищаему мыслями свойственно одному Ангелу»².

Слова молитвы необходимо произносить неспешно, тихо, спокойно, с умилением сердца, чтобы сохранить настрой. Можно произносить их негромко вслух, отгоняя приходящие помыслы и заключая ум в произносимые слова. Быстрое произнесение слов молитвы способствует укреплению ума в рассеянности и мешает ему войти в чувство благоговения и внимательности.

Прп. Григорий Синаит об этом говорит следующее: «Тихо и без смятения надо взывать к Господу, чтобы глас не расстроил внимания ума и не пресек молитвы»³. Прав. Иоанн Кронштадтский из своего молитвенного опыта, говорит такими словами: «Не стяжавшим сердечной молитвы надо молиться неспешно»⁴.

¹ Феофан Затворник, свт. Письма о молитве и духовной жизни. М., 2008. С. 334.

² Иоанн Лествичник прп. Лествица. М., 2008. С. 253.

³ Григорий Синаит, прп. Творения. М., 1999. С. 142.

⁴ Иоанн Кронштадтский, св. правед. Как правильно молиться. М., 2019. С.33.

Основа внимания – страх Божий и неспешность в молитве. Эта связь строится на особенности нашего душевного механизма, заключающегося в том, что наше внимание воспринимает — и сильнее, и глубже всё, что медленно проходит перед мысленным взором. Пролетающие быстро слова и звуки скользят по поверхности сознания и чувства, не оставляя никакого отпечатка в душе.

Произнося слова молитвы вслух, постепенно, со вниманием и умилением, христианин со временем научается обращать свой ум ко Господу. По словам архиепископа Антония, когда человек обретает навык к устной молитве, «[его] ум начинает теплее, усерднее прислушиваться к словам, читаемым языком, а, прислушиваясь, постепенно начинает с удовольствием сам погружаться в молитву»¹.

Одним из качества устной Иисусовой молитвы есть непрестанность. Монах и Византийский философ Евагрий Понтийский говорит: «Нам не было повелено постоянно работать, бодрствовать и поститься, но было заповедано непрестанно молиться (1 Фес. 5:17)»². И, действительно, открыв страницы Священного Писания мы находим слова ап. Павла: «Непрестанно молитесь, всегда радуйтесь, за все благодарите» (1 Сол. 5:17–18). В прочих посланиях ап. Павел заповедует «в скорби будьте терпеливы, в молитве постоянны» (Рим. 12:12) и «будьте постоянны в молитве, бодрствуя в ней с благодарением» (Кол. 4:2). Молитва Иисуса – непрестанное повторение имени Иисусова в сердце – это и есть исполнение завета ап. Павла.

Свт. Феофан (Затворник) отвечая на вопрос: «что значит непрестанно молиться?», пишет: «Быть непрестанно в молитвенном настроении. Молитвенное настроение есть мысль о Боге и чувство к Богу совместно. Мысль о Боге – мысль о Его вездесущии, что Он везде есть, все видит и все содержит. Чувство к Богу – страх Божий, любовь к Богу, ревностное желание

¹ Антоний (Галынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. М., 2000 С. 112.

² Евагрий Понтийский. Творения. Изд. «Мартис» 1994. С. 153

всем угождать Ему Одному, с таким же желанием избегать всего Ему неугодного и, главное, предание себя в Его святую волю беспрекословно и принятие всего случающегося как от руки Его непосредственно. Чувство к Богу может иметь место при всех наших делах, занятиях и обстоятельствах, если оно не ищется только, но уже водружено в сердце».

Свт. Иоанну Златоусту принадлежат возвышенные слова о гласной молитве – о том, что в ней сокровенна Божественная сила, освящающая и нас самих, и всё, что нас окружает. «Как туда, где грязь, бегут свиньи, а где цветы и благоухания, там собираются пчелы, так и туда, где развратные песни, собираются бесы, а где песни духовные, туда нисходит благодать Духа и освящает уста и душу, и дом наш, и призывается, и приходит Христос»¹.

Устная молитва, совершаемая в сокрушении сердца с покаянием и осознанием своей греховности при внимании ума, под действием благодати, переходит в молитву умно-сердечную, соединяющую ум и сердце воедино, вводя ум в глубины сердца.

Рассмотрению умно-сердечной, следующей за устной молитвы, посвящен следующий параграф.

2.2. Вторая ступень молитвы Иисусовой – умно-сердечная

Устная молитва, совершаемая в страхе Божиим со вниманием, становится умной и позднее переходит в умно-сердечную молитву. Свт. Игнатий (Брянчанинов) так говорит о переходе от гласной молитвы к умно-сердечной: «Устная молитва, когда в ней приобретено и хранится внимание нерассеянным, сама собой переходит в молитву умную»².

Ум, получив навык в гласной молитве, приобретает способность фиксировать всё внимание на изрекаемых устами словах, и постепенно они проникают внутрь, заполняя всю его глубинную сущность. Всё более коренясь

¹ Феофан Затворник, свт. Письма о молитве и духовной жизни. М., 2008. С. 321.

² Игнатий (Брянчанинов) свт. Собрание творений. Аскетические опыты. Т. 2. М., 2004. С. 183.

в уме, молитва становится частью существа человека. Ум, углубляясь в молитве, стяжает в ней навык и незримо для самого христианина согревает его сердце. Ум, навыкнув в словесной молитве, начинает «теплее, усерднее прислушиваться к словам, читаемым языком»¹, и погружаясь вглубь молитвы, становится способным перейти к следующей степени молитвы – умно-сердечной.

Умно-сердечная молитва имеет такое название исходя из своих особенностей. Характеристикой умно-сердечной молитвы является соединение ума с сердцем, когда в человеке вместе с умом становится способным молиться и сердце. Свойством такой молитвы является дар, данный Богом молящемуся по благодати, способность молитвы совершаться в сердце подвижника непрестанно.

Иначе говоря, когда ум постоянно занят молитвой и человек всю свою жизнь направил к этому деланию, тогда внутренние чувства начинают настраиваться на молитву и погружаясь в неё, они соучаствуют уму в молитвенном действе и, пленяясь именем Божиим, не отвлекают более ум от моления. «Самая главная цель, достигаемая занятием молитвой Иисусовой, это вселение имени Господа нашего Иисуса Христа в сердце, когда желание помнить Спасителя оставляет свою неизгладимую печать в душе, а ум начинает носить неизгладимый образ занятия»².

Важно в этом контексте рассмотреть понятие «сердце» характерное для христианского Востока. Митр. Каллист (Уэр) об этом так пишет: «Слово «сердце» нужно понимать в рамках семитской и библейской традиции, как средоточие всей личности, а не просто как область чувств и переживаний, как это принято в современной культуре»³. Понятие «сердце» в данной традиции используется как метафора всего человека, пребывающего в

¹ Антоний (Галынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. М., 2000 С. 112.

² Скурат К. Е., проф. Христианское учение о молитве и ее значение в деле нравственного совершенствования. // Богословские труды. № 33. (1997). С. 16.

³ Каллист Уэр. митр. Сила Имени. [Электронный ресурс]. URL: <https://lib.pravmir.ru/library/readbook/> (дата обращения: 17.03.2019).

божественном Свете, это мнение происходит от того знания, что все божественные энергии коренятся в глубине живых существ.

Православная аскетика считает «сердце» - органом познания, превосходящим все остальные и объединяющим внутри себя в единое целое все таланты человека. Ум и сердце воспринимаются не как два отдельных органа, скорее как единый таинственный центр, в котором и происходит, благодаря произнесению молитвы Иисусовой, самое главное действие - встреча человека с Богом.

Сердце - символ духовных способностей человека. Будучи сотворённым по образу Божию, каждый христианин призван стать подобием Творца. Сердце – поразительный орган, одновременно оно является и самой сердцевиной личности, и местом, где может произойти сретение Бога с человеком. Богослов Оливье Клеман в «Беседе о Иисусовой молитве» говорит следующее, сравнивая о сердце: «то же самое между «сердцем», центром всего человеческого тела, солнцем тела и светом Христовым, солнечным сердцем Церкви и всего мира»¹.

Через соединение ума и сердца в единое целое, в христианине восстанавливается падшая, расколота грехом природа, потихоньку оживает его первозданная полнота. Сердечная молитва отменяет грехопадение и возвращает человека в Рай, тем самым она становится предвкушением жизни Будущего Века, которая в веке сем ни может быть явлена в полноте.

Когда ум соединяется с сердцем, он стремится в глубину человека, добравшись, он обретает молитву Иисусову. «Главное здесь – не просто «сердечная молитва», а «молитва ума в сердце», поскольку все уровни интеллекта, включая рассудок, дарованы Богом и должны служить Ему»².

Первоначально обучение умной молитве нуждается в количестве, чем более человек произносит слова молитвы, тем более она вкореняется в него и

¹ Клеман Оливье. Беседа о Иисусовой молитве. [Электронный ресурс]. URL: <https://religion.wikireading.ru/112158> (дата обращения: 11.02.2019).

² Там же.

становится его внутренним достоянием. Привыкать к молитве, увеличивая её количество необходимо человеку для того, чтобы ум укрепился в «мысленном творчестве»¹ и перешёл в умственный навык. Чем более подвизается христианин в этом делании, тем более молитва переходит в качество, и приобретаются потрудившимся подвижником.

Признаком по которому можно отличить умно-сердечную молитву является нерассеянное внимание. На данном этапе для углубления молитвы требуется не количество произнесённых слов, а сосредоточенность и внимание. Два состояния, сопутствующие христианину, указывают, что человек достиг преуспевания в умно-сердечной молитве: во-первых, даже, пробуждаясь ото сна, подвижник будет ощущать молитвенные движения ума, во-вторых, в любое время, даже во время разговора с другим, ум будет тянуться к молитве. Отличительной особенностью данного периода является благодать, способная согреть ум христианина и направлять его к сердцу.

Сердце человека предназначено быть обителью Бога. Но, до тех пор пока оно поработщено страстям, Бог обитать в этом жилище не может. Пока сатана и страсти обитают в сердце, они владеют умом и попирают душу с её добродетелями. Когда же в сердце не останется зла, тогда и дьявол с демонами пребывать там уже не могут.

Подвижник стяжавший умно-сердечную молитву может по её духоносным плодам судить о том, что Господь принял его покаянные труды. Именно поэтому можно говорить о том факте, что молитва является милостью Бога.

Если сердце объединяется с умом в делании молитвы, то борьба через страсти становится для сатаны слишком тяжкой, так как ум теперь действует сильно и властно при соучастии сердца, поражая благодатью все дьявольские прилоги. Когда начинается очищение сердца, дьявол, утрачивая своё господство над человеком, особенно ухищряется во всевозможных искушениях. Ум теперь вниманием достигает до оснований греха и до корней

¹ Паисий Святгорец, прп. Слова: в 6 тт. М., 2013. Т. 6. С 201.

зла. Существует закон, по которому корни страстей, обнаруженные в сердце, самим этим действием и уничтожаются.

Архиеп. Антоний (Голынский-Михайловский) говорит о двух видах Иисусовой молитвы: деятельной и самодвижной¹. Деятельной называется умная молитва, совершаемая человеком намеренно, с усилием и прикладывае́м трудов, при сопутствии скорбей и искушений, а самодвижной называется умно-сердечная молитва, творимая внутри человека Святым Духом.

Первая степень - умно-сердечная деятельная молитва. Эта молитва названа деятельной потому, что в человеке ещё продолжает действовать воля, проявляющаяся в делах и намерениях. Человек ещё не способен всем своим существом предаться воли Божьей и исполнять только её, он ещё живёт со своей волей.

Соединение ума и сердца становится возможным только при содействии благодати, которую Господь даёт подвижнику за труды. Благодать вводит ум в сердце молящегося, стезю же указывает Сам Господь Иисус Христос. Становится это возможным только в определённое время, когда сердце, очищенное от страстей, будет готово к принятию в себя Имени Христова. «Сам Господь вводит в сердце ум, внимающий молитве, и с молитвой Сам Господь входит в сердце, так как имя Господа неразлучно с Самим Господом. Да не дерзнет человек прежде очищения изобретать самодетельно пути ко вхождению в сердце»².

Стоит говорить о двух видах умно-сердечной молитвы: деятельной и самодвижной. Деятельная умно-сердечная молитва осуществляется человеком ветхого состояния и характеризуется тем, что подвижник старается предавать свою жизнь в волю Божью, но эта покорность Богу на данном этапе частична. Христианин борется с гнездящимися в сердце

¹ Антоний (Голынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. М., 2000. С. 111.

² Там же. С. 113.

страстями, но победа ещё не достигнута, так как внутри в основании сердца прибывает корень - гордость. Именно она мешает войти чувству покорности в сердце. Но постепенно, подвизаясь, человек приобретает благодать от Господа, которая освобождает ум от помрачения, а сердце смиряется и очищается от страстей. Всё вышесказанное касается такого периода умно-сердечной молитвы, когда она совершается усилиями человека.

Следующий этап умного делания – Иисусова молитва становится движимой Святым Духом. Ум вместе с молитвой вводится Богом в сердце на делание молитвы умно-сердечной – самодвижной. «Постепенно в сердце человека совершается переход от молитвы, требующей усилия, от той, которую мы творим, к «самодвижной», к той, которая «творится сама», а точнее, – к той, которую творит в нас Христос. Отныне молитва полностью переходит в чувство сердечное, и человек с этих пор молится сердцем, движимым Святым Духом, умом предстоя в сердце Богу»¹.

Здесь находится рубеж между двумя основными периодами: заканчивается деятельный период очищения и наступает период просвещения ума - период созерцательный. Христианин, после всего пережитого в период покаяния, приходит во всецелую преданность воле Божьей и становится сыном Богу по благодати. Покаянные труды и понуждение человека к исполнению заповедей Божиих, совмещенные с умным деланием, помогают христианину стяжать Святого Духа, так что он становится таким, о котором можно сказать словами апостола Павла: «и уже не я живу, но живет во мне Христос» (Гал. 2:20). С этого момента только начинается духовная жизнь. «Сердечная молитва всегда приходит как дар от Бога, который Он дает, кому хочет. Ее нельзя стяжать никаким методом»².

¹ Антоний (Галынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. М., 2000. С. 125.

² Исаак Сирий прп. Слова подвижнические. М., 1993. С. 411.

Данный этап характеризуется тем, что действия и желания христианина соотносятся с волей Божьей. Христианин становится способным к совершенному исполнению воли Божьей во всём.

На данной ступени духовного преуспевания ум, войдя в сердце, празднует не стоит, а вместе с сердцем начинает творить молитву не словом уже и не мыслью, а самым сердечным чувством, не прекращающимся, не останавливающимся даже и во время сна, и во всякое время. Все добродетели входят в сердце с молитвой, и в их числе и чувство сердечного благодарения. «И молится человек непрерывно всем существом своего умно-сердечного естества ко Господу, поверяя Ему и повергая пред Ним всего себя с благодарностью сердечной»¹.

С этого времени подвижник не нуждается в духовном руководителе, ибо Сам Господь пребывает в его сердце. После сведения ума в сердце христианин приобретает истинное познание себя, он наделён знанием об Истине и становится способным понимать глубинных смыслов Священного Писания. С этого времени христианин движим двумя противоположными желаниями: с одной стороны, он стремится поделиться с ближними своими знаниями, с другой стороны, он должен блюсти молчание, чтобы сокрыть своё сердце пребывающую там тишину от посторонних глаз.

Войдя внутрь сердца, ум не пленится внешним и не стремится «выходить» вовне, а если уж и придётся выйти, то скользит по поверхности, без участия сердца. «Ум, совершив восхождение в сердце, в сердечные чувства духовные, непрерывно беседует с Богом, беседует и со своей душой, приближаясь к ней и её к себе приближая, таково молитвенное делание человека, проводящего жизнь истинно духовную, целомудренную»².

Архиеп. Антоний пишет: «Бог всякому делателю молитвы попускает искушение по мере его умных сил, ничего дьявол сделать не сможет свыше

¹ Марк Подвижник, прп. Нравственно-подвижнические слова. М., 2009. С. 157.

² Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты: в 2 тт. М., 1993. Т. 1. С. 574.

попущенного»¹. В этот период помыслы, исходящие из сердца, изменяются и приобретают новые формы и качества. Они становятся более тонкими и сложными для различения их подвижником. Но подвижник, обретший через борьбу благодать, становится способным их различать. С помощью умно-сердечной молитвы он становится способным получить от Господа Бога и благодатную помощь для борьбы с прилогами.

Ранее не способный заметить тонких искушений, ум получает в благодатный дар способность их обнаруживать и отражать. «С большей ясностью христианин в этот период различает враждебные помыслы и легко может их опознать и отсесть. Сила ума возрастает, ему удобнее держать внимание на молитвенной мысли, которая рождена в его недрах. Внимательно молясь своей, рождаемой им самим, мыслью, ум делается более утончённым, чем прежде, когда он лишь прислушивался к словам, произносимым языком»².

Это, в свою очередь, толкает врага рода человеческого создавать для христианина всё новые ловушки. Не способный найти лазейку в душе подвижника, дьявол начинает действовать извне, через людей, которые стараются причинить зло. Такими особенностями характеризуется данный этап в духовном делании подвижника. Данными особенностями не ограничивается «лестница», возводящая христианина к Богу. Но считаем этого достаточно для современного христианина, ибо далее идёт состояние созерцания.

Изложенные в данном разделе научного исследования материалы позволяют сделать следующие **выводы**:

1. На основании анализа текстов святых отцов выявлено, что устная молитва – первая ступень на пути к непрестанной умно-сердечной молитве.

¹ Антоний (Галынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати М., 2000. С. 102.

² Там же. С. 115.

2. Опираясь на работы святых отцов было выявлено три основных свойства молитвы: внимание, благоговение и покаяние. Покаяние является первостепенным условием, приводящим христианина к молитве. Ведь оно заключается в способности человека спуститься до глубин своей души, где он становится способным ощутить себя худшим из всех людей. Покаяние рождает благоговение, основой которого является страх Божий и неспешность в молитве. Всё вышеперечисленное приводит к вниманию, оно заключается в сосредоточенности, сконцентрированности на словах молитвы.

3. Умно-сердечная молитва характеризуется наличием в человеке единения между умом и сердцем, разумом и чувствами, когда вместе с умом молится сердце. Православная аскетика ум и сердцу воспринимает не как два самостоятельных физических органа, сколько как один мистический центр, где происходит встреча между человеком и Богом. «Сердце» в их понимании, считается органом познания, объединяющим внутри себя в единое целое все таланты человека.

4. Первая степень - умно-сердечная деятельная молитва. Эта молитва названа деятельной потому, что в человеке ещё продолжает действовать воля, проявляющаяся в делах и намерениях. Человек ещё не способен всем своим существом предаться воли Божьей и исполнять только её, он ещё живёт со своей волей.

Глава 3. Место молитвы Иисусовой в деле христианского совершенства

Священное Писание и Священное Предание содержат огромное количество информации, посвящённой значению молитвенного опыта в христианской жизни и на пути к духовному совершенству.

Такой большой объем информации связан с тем, насколько важна сама молитва во всех духовных практиках. ап. Павел предписывает молиться непрестанно (1 Фес. 5:16), поскольку без молитвы христианская жизнь теряется и меркнет. В традиции Православной Церкви есть указание на то, чтобы всякое дело начиналось и заканчивалось молитвой, поскольку Божья помощь необходима человеку во всем.

Поэтому и желание стяжать непрестанную молитву всегда являлось оправданным для христианских подвижников, ведь такая непрестанная молитва являлась бы непреодолимым препятствием для зла или постоянной духовной защитой, а также и самым блаженством, поскольку именно это, то есть истинное счастье, молитва привносит в жизнь христианина.

Иисусова молитва является такой методологией стяжания непрестанной молитвы, она является ключом к обожению и потому опыт Иисусовой молитвы как бы собирает в себе все способы к тому каким образом следует стяжевать, хранить, творить и пребывать в молитве, восходя к христианскому совершенству.

В исихастской традиции делание Иисусовой молитвы пронизывает собой всю жизнь христианина, от ее первых ступеней, то есть начала борьбы со страстями, до совершенного обожения.

Первой ступенью в традиционной святоотеческой триаде духовного делания «очищение – просвещение – обожение» является покаяние и претворение ветхого человека в нового во Христе. Этот этап характеризуется интенсивной борьбой со страстями, которая не только не мыслима без молитвы, но и бесплодна. За этим же этапом следует следующий – приобретение добродетелей, которые легко входят в очищенное борьбой

сердце подвижника. Рассмотрению влияния молитвы Иисусовой на борьбу со страстями и стяжание добродетей и посвящена данная глава.

3.1. Значение Иисусовой молитвы в борьбе со страстями

Данный параграф настоящей работы посвящён роли Иисусовой молитвы в борьбе со страстями. Вершиной подвига умного делания является любовь, которую сопровождают такие духовные плоды как смирение и бесстрастие. Последнее представляет собой не отсутствие эмоций, но здоровую природу человека, лишённую пагубных, терзающих ее духовных болезней.

Бесстрастный человек не является роботом или холодным логиком, он все ещё хранит в себе чувства, но чувства, преображенные божественной любовью и соединенные с ней. И все же бесстрастие, как один из конечных пунктов духовного пути, венчает длительный период борьбы со страстями, где качество и количество Иисусовой молитвы сильно отличается от совершенной молитвы духовных подвижников.

В этом смысле и Иисусова молитва является тем, что находится в основании духовной жизни и сопровождает подвижника к её высотам, имея на каждом этапе свою специфику.

В православной аскетике, начиная с аввы Евагрия, разработана подробная классификация страстей. В работе не будет рассматриваться то, как следует с помощью Иисусовой молитвы необходимо преодолевать каждую страсть, поскольку уникальность умного делания и творения такой молитвы заключается в том, что она является универсальным оружием против каждой страсти, так как все страсти приходят в человека одним образом – через сердце и ум, пленяя его душу. Поэтому и Иисусова молитва, как эффективное средство противодействия такому пленению, заключается в определенных приёмах.

Первое, с чего начинается борьба с греховным пленением – это познание и лицезрение своих страстей. В этом смысле прекрасно выражают христианскую установку слова молитвы мытаря «Боже, милостив буди мне

грешному» и слова Иисусовой молитвы «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного», поскольку в них молитвенник автоматически утверждает свою греховность, тем самым как бы примеряя на себя покаяние.

Новиков Н. М. пишет: «В молитвенном деле большое значение имеет частота молитвы и постоянство памяти о Господе. Последнее приводит к тому, что укрепляется внимание ума, что и составляет плод молитвы»¹. Иисусова молитва имеет совсем небольшое количество слов и потому удобна для запоминания и постоянного произнесения про себя, чему могут способствовать и чётки в руках, предназначенные для счёта молитв, которые творит подвижник².

С усилением внимания, которое рождается благодаря чистоте, человек начнет усматривать в себе все большее количество зла, исходящего из сердца. Зло проявляется в помыслах и желаниях, а ум, жаждущий спасения, не должен уделять никакого внимания помыслам, но пресекать их, внимая молитве, чем обессиливаются страсти. Это и есть брань. Так устраивается благодатью Божией втайне от человека для пользы его, ибо человек слишком падок на самомнение. Молящемуся в таком состоянии кажется, что он стоит на месте, или кажется, что он становится еще хуже. Он снова молится и опять видит свои кажущиеся неуспехи. Помыслы вновь и вновь отгоняются Иисусовой молитвой, в результате ум обнаруживает их и подвижник начинает всё больше смиряться, научается предавать себя в волю Божию, а это и есть именно то, что требуется не только на начальных ступенях молитвы, но и в молитвенном опыте вообще³.

Таким образом сама форма и частота повторений Иисусовой молитвы способствуют тому, чтобы подвижник встал на путь борьбы со страстями.

Выделим и ещё один эффективный аспект Иисусовой молитвы в борьбе со страстями — частотность молитвы способствует постоянной

¹ Новиков Н. М. О молитве Иисусовой: Аскетический трактат. М., 2016. С. 109.

² Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. Т. 5. М., 2015. 254 с.

³ Симеон Новый Богослов, прп. Творения. М., 1993. Т. 3. С. 23.

акцентуации молящегося на её словах, что не позволяет углубиться подвижнику в мечтательность, которая является дьявольским средством к пленению помыслов.

Пленение помыслов является феноменом православной аскетики, который вписан в пространство духовной брани. Схема поражения в умном делании, то есть в работе ума и души: Прилог (помысл), сочетание (внимание), сосложение (услаждение), пленение (желание), решение, дело¹.

Человек проходит все эти ступени поочередно, когда он совершает грех и на любом этапе этой лестницы пленение может быть прекращено, но тем с большим трудом, чем больше подвижник в нем пребывает и чем дальше он зашёл.

Акцентирование внимания на словах Иисусовой молитвы, особенно творимой устно, на начальных ступенях умного делания, позволяет избежать прилогов, а соответственно и пленения. Таким образом страсти не получают развития в человеке и, лишённые питания, уमाляются.

Как совокупность страстей образует собой цепь, так же и добродетели составляют единую неразрывную цепочку. Один добрый поступок влечёт за собой и всю цепь, одно доброе дело питает и усиливает все добродетели. То же происходит и со страстями: победа над одной из них заставляет отступать все страсти, по причине их сочлененности. В соответствии с этим законом «страсти истощаются по мере очищения ума, добродетели же оживают и укрепляются, и так происходит во весь период делания умной молитвы. Человек же, молитвенным делом не занятый, ни о чем подобном не знает»².

Однако это лишь технический аспект молитвы, который сам по себе не способен исправить душу подвижника и тем более очистить её от зла и страстей. Последнее, то есть очищение и благодатное просвещение подается делателю молитвы от Бога.

¹ Евагрий Понтийский. Творения. Изд. «Мартис» 1994. С. 176.

² Новиков Н. М. О молитве Иисусовой: Аскетический трактат. М., 2016. С. 79.

Именно Бог мыслится в православной традиции как податель освящения и очищения, поскольку сам человек не способен достигнуть ничего без Его помощи. Божественная благодать подаётся в Иисусовой молитве и исправляет духовную жизнь подвижника. Сами слова Иисусовой молитвы заключают в себе Божественную силу и славу, поскольку Имя Иисуса Христа свято и благодатно.

Остановимся подробнее на этом моменте, поскольку он имеет отношение к христианской антропологии.

Человек состоит из духа, души и тела, и ипостасным центром его жизни является ум. Ум, согласно православной исихастской традиции, должен обитать в сердце человека, но находится в голове, поскольку грехопадение исказило человеческое устройство. Такое положение ума оставляет сердце заполненным злом и нечистотами, поскольку в него без труда проникают греховные помыслы. Таким образом сердце оказывается источником злых помыслов в человеке.

Об этом говорит Священное Писание: «ибо из сердца исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления» (Мф. 15:12) и Предание, например, в чине оглашения при Крещении Церковь молится о крещаемом: «Господи... изжени из него всякаго лукаваго и нечистаго духа, сокрытаго и гнездящагося в сердце его... Отжени от него вся действия диаволя, запрети нечистым духом, и изжени я, и очисти дела руку Твоею»¹ и именем Господа тайносовершитель повелевает: «Изыди от человека, и да не кому внидеши в него»². Здесь же отметим, что, хотя по изгнании нечистых духов из сердца крещаемого в него входит Божественная благодать в таинстве Крещения, он все еще остается уязвимым для страстей, которые, хотя и не исходят теперь из сердца, но все еще имеют к нему доступ.

¹ Требник. М., 1998. С. 19.

² Там же. С. 19.

До тех пор, пока сердце подвержено действию страстей, оно не способно к прямому восприятию благодати и человек вынужден вести великую борьбу, чтобы раскрылись сокровенные глубины, чтобы явился доступ к источнику воды живой (Ин. 7:38).

Ум и сердце раскрываются к приятию благодати у живущих по заповедям христиан. А для вхождения в пределы созерцания и для стяжания обожения необходим сверх того напряженный аскетизм и исихастский подвиг внутреннего делания, подвиг умно-сердечной молитвы. «Когда, прекратив внешние развлечения, ты укротишь и внутренние помыслы, — учит свт. Феодит¹, — тогда только ум начнет воздвигаться к делам и словам духовным»; уединенная жизнь и «борьба против внешних помыслов» потребны до той поры, «пока не обречем место чистой молитвы — дом, где обитает Христос»².

Ум подвижника должен войти в сердце, согласно исихастской практике, для чего есть различные технические приемы и рекомендации, как, например, введение ума в грудь вместе с дыханием, концентрация на верхней части живота и тому подобное. Вхождение ума в сердце является самым сильным средством к очищению души подвижника, поскольку последний теперь становится неуязвимым для прилогов, которые оказываются прозрачными на фоне его сердца, стяжавшего исихию, то есть безмолвие.

Таким образом, Иисусова молитва служит комплексным средством для борьбы со страстями и каждый ее аспект — как форма, так и внутреннее содержание, всемерно способствуют исцелению человеческой души.

Перейдем к рассмотрению значения молитвы Иисусовой в деле христианского совершенствования.

3.2. Значение молитвы Иисусовой для возрастания в христианских добродетелях

¹ Иерофей (Влахос), митр. Православная психотерапия. М., 2004. С. 161.

² Там же. С. 163.

Борьба со страстями является незаменимым элементом в духовной жизни христианина, но она представляет собой лишь один из ее полюсов, в то время как другим важным полюсом является возрастание в добродетелях. И первое и второе невозможно без человеческого усердия и Божественной помощи, и в каждом из этих деланий огромную роль играет практика Иисусовой молитвы.

Борьба со страстями тесно переплетается с восхождением по духовной лестнице добродетелей, так что бесстрастие – одна из высших характеристик духовного совершенства, является результатом длительной аскезы и самоотречения и само в свою очередь ведет к высшей добродетели – любви.

Однако поскольку мы рассказали о борьбе со страстями в первом параграфе, то в настоящем разделе коснёмся лишь участия подвига творения Иисусовой молитвы при возрастании в христианских добродетелях.

Добродетельная жизнь состоит из двух больших этапов – деятельного периода и созерцательного, так что каждый, стремящийся к совершенству необходимо проходит их. Оба эти периода имеют свои добродетели для возрастания, если во время делания подвижник должен стяжать смирение, мужество, терпение и т.п., то на созерцательном этапе это уже любовь, надежда, чистота и прочие плоды, свойственные совершенным в вере¹.

Деятельностная жизнь или делание «есть духовный метод, очищающий страстную часть души»², начальный уровень духовного развития, первый шаг к совлечению ветхого человека, преобразованию души в того человека нового, который только и может войти в Царство Господа (Кол. 3:9). Это хриstopодражательный путь, когда, исполняя Его заповеди, подвижник уподобляет свою жизнь той, которую показал Сам Спаситель. В одном не мог дать пример Господь — лично Ему не в чем было каяться. Но Он учит по-другому: взяв на Себя нашу греховность и взойдя на Крест, показывает, как духовному делателю следует самораспинаться в покаянии.

¹ Симеон Новый Богослов, прп. Творения. М., 1993. Т. 3. С. 53.

² Евагрий, авва. Творения. М., 1994. С. 108.

Все добродетели в этот период вершатся, конечно, при помощи Божией, содействием благодати, но по преимуществу — усилиями собственного ума и воли, поэтому «весь такой подвиг с достоверностью называется деянием», в отличие от созерцания, а все добродетели этого периода именуются деятельными. Подвижник понуждает себя «на любовь к ближнему и Богу, на кротость, смирение и терпение и на исполнение всех прочих Божиих и святоотеческих заповедей, на совершенное душою и телом по Богу повиновение, на пост, бдение, слезы, поклоны и прочие утомления тела, на всеусердное совершение церковного и келейного правила, на умное тайное упражнение в молитве, на плач и размышление о смерти»¹.

Речь идёт о «горячем покаянии, печали и потоках слёз, неусыпной памяти смертной, беспрестанной молитве и терпении всевозможных находящих искушений»², а также, и даже «прежде всего, — о молчании, глубоком смирении, совершенном послушании и отсечении своей воли». При постоянстве в таких упражнениях «ум становится способным к восприятию озарений»³. Это первые проблески созерцательной молитвы, которые мимолетно посещают усердных тружеников покаяния. Но они «скоро угасают, потому что ум не утончился еще настолько, чтобы тотчас возжигаться. Когда же Божественный луч коснется и сердца, тогда и его осветит и ум очистит и на высоту поднимет и, возведя на небо, соединит с Божественным светом»⁴.

По мнению прп. Иосифа Исихаста говорится, что при строгом подвиге и правильном руководстве на прохождение деятельного периода и достижение созерцания исихасту может потребоваться около двадцати лет⁵.

Говоря обобщенно, традиция понимает покаяние как подвиг, состоящий «из трёх добродетелей: из очищения помыслов, из непрестанной

¹ Паисий Величковский, прп. Об умной, или внутренней, молитве. М., 2014. С. 18, 19.

² Симеон Новый Богослов, прп. Творения. М., 1993. Т. 3. С. 43.

³ Григорий Палама свт. Беседы (омилии) святителя Григория Паламы. Часть 1. М.: Паломник, 1993. С. 125.

⁴ Там же. С. 23.

⁵ Иосиф Монах. Старец Иосиф Исихаст. М., 2000. С. 132.

молитвы и из терпения находящихся скорбей», — последнее и есть то, о чем сказано: последуй за Мною, взяв крест (Мк. 10:21). Из всего вышеперечисленного, как из удобренной почвы и произрастают добродетели, характерные для делательного этапа духовной жизни.

Делание внешнее должно непременно сопровождаться внутренним — умным: благодушному, с благодарением Бога, перенесению всех внешних тягот сопутствует постоянное трезвение и молитва. «Подвижникам, которые долговременным упражнением стяжают навык» в этих трех добродетелях, предназначено обрести бесстрастие¹. Как видим, выделяются два аспекта деятельного подвижничества: первый — умное делание, состоящее из трезвения и молитвы, и второй — претерпение всякой скорби.

«Подвиг мысленной брани в особенности труден, и не только по существу», не только потому, что эта болезненная для человека борьба с самим собой, «но и потому, что это есть брань с демонами, внушающими помыслы»². «Трезвение — это духовное бодрствование, то есть готовность ума не принимать никакого искусительного помысла», это «стояние ума у врат сердца, дабы в него не вошел никакой помысл и не возникло искушения совершить грех»³.

Трезвение неразрывно связано с Иисусовой молитвой. По слову прп. Максима Исповедника, «трезвение сохраняет ум чистым от искушающих внушений, а молитва вносит в сердце обильную благодать». Так совершается приуготовительное очищение, и «только через очищенное сердце мы можем приобщиться освящающей, то есть обоживающей, энергии Божией»⁴.

Благие изменения в душе происходят в деятельный период под действием очистительной благодати, которая и «побуждает к покаянию».

По мнению прп. Иосифа Исихаста, хотя от человека требуются в это время самые значительные усилия, тем не менее и начальный импульс, и

¹ Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. Т. 1. М., 1993. С. 573.

² Максим Исповедник, прп. Святотеческое наследие. Т. 1. М., 1993. С. 232.

³ Там же. С. 125.

⁴ Иерофей (Влахос), митр. Православная духовность. М., 1998. С. 71.

результат — все «принадлежит благодати»¹, располагающей к подвигу и приносящей плоды: «твоего собственного ничего нет. Она тайно все совершает»².

Всякого кающегося «благодать побудила к покаянию. И всё, что человек делает, — это дело благодати, даже если он этого не знает. Она и воспитывает его, и наставляет», она «дает ему силу и отвагу, тайно помогает очиститься от грехов и выводит из нижеестественного состояния»³. В чём же смысл собственного усердия? В синергии, принцип которой состоит в том, что Божественная помощь сопутствует человеческому усердию и наоборот. Поэтому, чтобы подвижник устоял в подвиге и добром делании, ему никогда нельзя ни расслабляться, ни «полагаться на свои силы и считать, что делаем угодное Богу»⁴.

Дары, ниспосылаемые Богом, усваиваются по мере духовной чистоты: «благодать возрастает, насколько может вместить человек»⁵, «человек имеет право столько благодати иметь в себе, насколько с благодарностью терпит искушения, насколько он безропотно несет тяготу ближнего»⁶. Приметой завершения деятельного пути бывают благие внутренние перемены: тогда ум породнится с Иисусовой молитвой, «тогда будет она произноситься в тебе непрестанно, без собственного твоего понуждения», движимая благодатью, — человек «ест, ходит, спит, просыпается, а внутри возглашает постоянно молитву, имеет мир и радость»⁷.

Деятельный путь возводит подвижника на уровень духовной зрелости, откуда начинается духовная жизнь, то есть жизнь созерцательная. Прп. Максим Исповедник пишет если делание не будет «одушевлено

¹ Иосиф Монах. Старец Иосиф Исихаст. М., 2000. С. 172.

² Там же. С. 252.

³ Там же. С. 254.

⁴ Там же. С. 259.

⁵ Там же. С. 308.

⁶ Там же. С. 309.

⁷ Там же. С. 311.

созерцанием», то оно лишено смысла и ни к чему не приводит, оно «бесплодно и неподвижно, как истукан»¹.

Так, по словам прп. Паисия Величковского, когда «кто Божиею помощью и вышесказанным подвигом, а более всего глубочайшим смирением очистит душу свою и сердце от всякой скверны страстей душевных и телесных, тогда благодать Божия, общая всех мать, взяв ум, ею очищенный, как малое дитя за руку, возводит, как по ступеням» на высоту созерцательной молитвы. Здесь человеку предлежит дальнейшее развитие, ему открываются «духовные видения», сообщая, в меру его чистоты, «неизреченные и непостижимые для ума Божественные тайны». Это и называется «духовным видением», или же — созерцанием. «Путь умосозерцательной жизни состоит в возношении ума ко Господу Богу, в сердечном внимании, умной молитве и созерцании чрез таковые упражнения вещей духовных»².

Подвиг созерцателя полностью «избавляет ум от духовного неведения», это ещё один шаг, приближающий к таинству «слияния с Божеством» - вершине добродетельной жизни. Здесь «достигается просветленное равноангельское состояние ума, дается сила духовного созерцания всего бытия — дар благодатного озарения»³. Созерцательная способность развивается постепенно, в течение всего второго периода, охватывая все более высокие области бытия, все более одухотворяя душу.

Молитва деятельная, то есть Иисусова молитва, постоянно творимая с понуждением, только очищает ум, созерцание же — «избавляет его от неведения, и он получает возможность молиться, как надлежит»⁴. Если преуспевающий с помощью Иисусовой молитвы в деятельном подвиге «умалает страсти», то «преуспевающий в созерцании умалает неведение»⁵;

¹ Лосский В.Н. Очерк мистического богословия... М., 1991. С. 153.

² Паисий Величковский, прп. Об умной, или внутренней, молитве. М., 2014. С. 32.

³ Серафим Сарофский прп. О молитве Иисусовой. М., 1991. С. 91.

⁴ Добротолюбие. М., 1992. Т. 3. С. 177.

⁵ Евагрий, авва. Творения. М., 1994. С. 109.

если там исцеляются раздражительная и желательная силы души, то теперь ум подвижника осеняется благодатью просветительной и её действием совершается полное просвещение мыслительной силы.

Этот таинственный процесс сопровождается непрестанной Ииусовой молитвой, творимой в глубинах сердца и называемой молитвой самодвижной, точнее же говоря — движимой силою Духа Святого. Подобный образ молитвы является уникальной особенностью исихастского делания и не достижим человеческим усилием, не может стать результатом даже самых старательных трудов, — но это то, что даруется Божиим избранникам по Его усмотрению. Старания духовного делателя и его «усилия здесь сводятся лишь к тому, чтобы не помешать благодати Божией действовать»¹.

Ступив на вторую ступень духовной лестницы, то есть в область созерцания, подвижник встречается с молитвой, совершенно отличной от той, которую до сих пор приходилось поддерживать трудами и старанием.

Если ранее благодать только время от времени посещала человека, укрепляя и утешая его, то теперь она полновластно господствует над умом, руководит человеком. Это состояние владычества благодати, которая всякий раз, когда пожелает, угодным ей образом сама приводит ум к созерцанию. Истинное созерцание является Божественным действием; как, когда и сколько времени оно будет проявляться — «никогда не зависит от человеческой воли»¹, это происходит «в часы молитвы, независимо от места и времени»². Если молящийся стяжал «чистый ум и чистое сердце», то неожиданно, в непредсказуемый момент он вдруг озаряется нетварным светом, который «заливает всего человека внутри и снаружи»³. Затем благодать «восхищает его ум, куда сама хочет, поскольку не действуют ни

¹ Григорий Синаит прп. Сборник о молитве Иисусовой. М., 1994. С. 228.

² Иосиф Монах. Старец Иосиф Исихаст. М., 2000. С. 194.

³ Там же. С. 195.

чувства, ни ум молящегося»¹; он лишь изумляется, мысленно постигая то, в чем получает извещение.

В подлинном созерцании наступает «полное забвение этого тварного мира» и открываются «вышестественные таинства жизни вечной»² за которыми «следуют прерывания молитвы и частые созерцания: восхищение ума, прекращение действия чувств, неподвижность и предельное спокойствие... единение Бога и человека»³. Ум, принимая Божественное просвещение, «весь становится Божественным светом, в котором он умно видит истину»⁴. Тот, «кто вытерпит искушения и, подвизаясь, не прекратит свой путь, тот меняет вещество на невещественность»⁵.

Жизнь таких людей и в самом деле уподобляется бытию бесплотных. Тогда подвижник, лишь только станет возносить молитвенно ум к Богу, так тотчас же бывает восторгнут в область небесного бытия и тут же забывает об этом мире. Иному стоит лишь поднять пальцы для крестного знамения, как он уже не помнит ничего земного, всем существом переселяясь в мир созерцаний.

Таким образом, видно, что вместе с тем как жизнь духовного подвижника становится все более равноангельской, всё тяжелее описывать её научным языком и словами, которые обычно используются для выражения человеческого опыта. То же самое происходит и с Ииусовой молитвой – пересказывать опыт исихастского делания в состояниях высшего духовного созерцания невозможно, так что остается довольствоваться лишь примерами и аллегориями.

Материалы данного раздела исследования позволяют сделать следующие **выводы**:

¹ Иосиф Монах. Старец Иосиф Исихаст. М., 2000. С. 194.

² Там же. С. 214.

³ Там же. С. 370.

⁴ Там же. С. 270.

⁵ Там же. С. 307.

1. Иисусова молитва сопровождает подвижника на всех ступенях духовной жизни. Её форма и содержание сами по себе являются мощнейшим духовным средством на пути к исцелению от страстей и обожению. И борьба со страстями и восхождение в добродетельной жизни совершаются особо, затрагивая тот или иной аспект умного делания, но все это объединяется многогранным и универсальным опытом Иисусовой молитвы, изложенным на протяжении существования всей Церкви, от времен Иисуса Христа до подвижников наших дней.

2. Борьба со страстями совершается в умном делании благодаря мысленной брани, то есть в борьбе с прилогами и помыслами, так что задачей подвижника оказывается противодействие вхождению и произрастанию нечистых помыслов в душе путем акцентирования внимания на словах молитвы и на сердце.

3. Восхождение в добродетельной жизни подразделяется на два больших этапа – деятельный и созерцательный, каждый из которых включает в себя особый набор добродетелей и правил духовной жизни. В деятельный период Иисусова молитва должна стать навыком уст, так что подвижник должен научиться произносить ее как можно чаще и с должным усердием и понуждением, сочетая все молитвенные техники с умерщвлением плоти. Созерцательный период характерен особыми благодатными озарениями в душе подвижника, которые не могут быть адекватно переданы языком научной работы. Эти духовные состояния (как, например, самодвижная молитва), сочетаются с обретением таких величайших духовных даров как любовь, бесстрастие, надежда и других.

Заключение

В данном дипломном исследовании предпрята попытка последовательно рассмотреть учение об Иисусовой молитве в Священном Писании и Священном Предании Православной Церкви для определения её роли и места в Православном вероучении.

Первая глава исследования содержит библейские свидетельства о произношении Имени Божьего и святоотеческие теории происхождения «классической» формулы Иисусовой молитвы.

Во второй главе исследования рассмотрены практика совершения устной и умно-сердечной форм молитвы Иисусовой.

Третья глава исследования посвящена теме места Иисусовой молитвы в деле христианского совершенства через рассмотрение её значения в борьбе со страстями и для возрастания в добродетелях.

Итоги представлены в каждом разделе дипломного исследования. Опираясь на них, обобщим результаты и подчеркнём наиболее важные выводы.

Рассмотрев основные концепции генезиса молитвы Иисусовой, пришли к выводу, что восточно-христианская практика непрерывного призывания имени Иисусова покоится на библейском почитании Имени Божия, отличительной чертой которого является феномен отождествления Имени с его носителем. Можно говорить о том, что на рубеже V и VI веков непрерывная молитва широко распространена и непрерывное занятие Иисусовой молитвой стало предметом обучения в общежительных монастырях христианского Востока. В VIII в. Иисусова молитва из монашеских кругов распространилась в более широкие слои мирян и стала общим достоянием. В этот период окончательно закрепились «классическая» формула молитвы – «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного».

Выявив ступени совершения молитвы, пришли к выводу, что молитва Иисусова имеет две ступени. Первая из которых - устная молитва,

обладающая основными свойствами: вниманием, благоговением и покаянием. Вторая ступень Иисусовой молитвы - умно-сердечная, характеризующаяся наличием в человеке единением между умом и сердцем, когда вместе с умом молится и сердце.

Показав значение молитвы Иисусовой в борьбе со страстями и в деле нравственного совершенствования, выявили, что молитва Иисусова сопровождает подвижника на всех ступенях духовной жизни. Начиная с самого первого периода - борьбы со страстями, совершаемой средствами мысленной брани, то есть борьбе с прилогами и помыслами. Это становится возможным благодаря перенесению внимания на слова молитвы и на сердце, дабы подвижник мог оказать противодействие вхождению в душу и произрастанию там нечистых помыслов.

Восхождение в добродетельной жизни подразделяется на два больших этапа – деятельный и созерцательный, каждый из которых включает в себя особый набор добродетелей и правил духовной жизни. В деятельный период Иисусова молитва должна стать навыком уст, так христианин должен научиться произносить её как можно чаще с должным усердием и понуждением. Созерцательный период характеризуется особыми благодатными озарениями в душе подвижника, сочетающимися с обретением таких величайших духовных даров, как любовь, бесстрастие, надежда и других.

Рассмотрев учение об Иисусовой молитве пришли к выводу о её важном месте в аскетической практике православной Церкви. Многовековая история молитвы, берущая своё начало ещё во времена святых апостолов, не потеряла своей актуальности и в современном мире. Прибегали к ней святые отцы на протяжении всех веков и до ныне она помогает человеку в деле возрастания и совершенствования в духовной жизни. Данная исследовательская работа помогает снова осмыслить непреходящее значение Иисусовой молитвы в деле духовного совершенствования, которая не потеряла своё значение в современном мире и спустя более тысячи лет.

Библиографический список

Творения святых отцов и учителей Церкви:

1. Добротолюбие. - М., 2010. - Т. 2. - 680 с.
2. Добротолюбие. - М., 2010. - Т. 3. - 600 с.
3. Добротолюбие. - М., 2010. - Т. 4. - 530 с.
4. Добротолюбие. - М., 2010. - Т. 5. - 590 с.
5. Пётр Дамаскин прп. Творение. - М., 2014. - 416 с.
6. Григорий Богослов, свт., Творения иже во святых отца нашего Григория Богослова. Т. 5. - М., 2012. - 512 с.
7. Ефрем Сирин, прп. Творения: в 5 ч. - М., 1850. - Ч. 5. - 562 с.
8. Исаак Сирин, прп. Слова подвижнические. - Репр. изд. 1993. - М., 1993. - 435 с.
9. Нил Синайский, прп. Аскетические наставления. - М., 2010. - 510 с.
10. Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. - М., 1993. - Т. 1. - 574 с.
11. Игнатий (Брянчанинов), свт. Аскетические опыты. - Т. 5. - М., 2015. - 254 с.
12. Симеон Новый Богослов, прп. Творения. - М., 1993. - Т. 3. - 199 с.
13. Иоанн Златоуст, свт. Творения. Т. 3. Полное собрание творений в 12 томах. Изд.: Сестричества во имя святителя Игнатия Ставропольского. - М., 2006. - 321 с.
14. Иоанн Златоуст, свт. Творения. Т. 2. Толкование Евангелия от Матфея. Изд.: Сибирская Благовонница. - М., 2010. - 485 с.
15. Иоанн Златоуст, свт. Творения. М., 1903. - Т. 9. - 1008 с.
16. Григорий Синаит. прп. Твоерение. - М., 1999. - 160 с.
17. Макарий Египетский. прп. Духовные беседы. - М., 2014. - 536 с.
18. Иоанн Кранштадский, св. правед. Как правильно молиться. - М., 2019. - 233 с.

19. Евагрий Понтийский. Творения. Изд. «Мартис». – М., 1994. - 363 с.
20. Иустин (Попович) прп. Собрание творений преподобного Иустина (Поповича). Толкование Евангелия от Матфея. Том 5. - М., 2014. – 563 с.
21. Паисий Величковский, прп. Об умной, или внутренней, молитве. - М., 2014. – 44 с.
22. Иоанн Лествичник, прп. Лествица. - М., 2013. - 800 с.
23. Марк Подвижник, прп. Нравственно-подвижнические слова. - М., 2009. - 208 с.
24. Ориген. О молитве и увещание к мученичеству. - Изд. 2-е, испр и допол. Репр. 1897. СПб., - М., 1992. - 236 с.
25. Феофан Затворник, свт. Письма о молитве и духовной жизни. - М., 2008. - 761 с.
26. Феофан Затворник свт. Святые отцы о молитве и трезвении или внимании в сердце к Богу. М.: Правило веры, 2008. С. 314
27. Филарет (Дроздов), свт. Слова и речи: в 4 тт. - М., 2006. - Т. 3. - Репр. 1848. - 480 с.
28. Григорий Палама свт. Беседы (омилии) святителя Григория Паламы. Часть 1. - М.: Паломник, 1993. – 333 с.
29. Максим Исповедник, прп. Святотеческое наследие. Т. 1. М., 1993. – 350 с.

Литература:

1. Брюггеман У. Великие молитвы Ветхого Завета. - М., 2009. - 222 с.
2. Варсонофий (Верёвкин), иг. Учение о молитве по Добротолубию. - М., 2011. - 455 с.
3. Лосский В. Н. Очерк мистического богословия. - М., 1991. – 371 с.

4. Луи (Жилье), архим. Иисус очами простой веры. - М., 2012. - 128 с.
5. Гавриил (Бунге), схиархим. Господи, научи нас молиться. - М., 2017. - 288 с.
6. Иосиф Афонский [Исихаст], старец. Изложение монашеского опыта. - М., 1998. - 608 с.
7. Гавриил (Бунге), схиархим. Скудельные сосуды. Практика личной молитвы по преданию святых отцов. - М., 1999. - 332 с.
8. Оливье-Морис Клеман, проф. Беседы с патриархом Афинагором. - М., 1993. - 143 с.
9. Иерофей (Влахос), митр. Православная психотерапия. - М., 2004. - 313 с.
10. Иерофей (Влахос), митр. Православная духовность. - М., 1998. - 101 с.
11. Ньюман Б. М. Греческо-русский словарь Нового Завета. - М., 1997. - 232 с.
12. Требник. - М., 1998. - 44 с.
13. Григорий Синаит прп Сб. о молитве Иисусовой. - М., 1994. - 411 с.
14. Епифанович С.Л. Прп. Максим Исповедник. - М., 2003. - 510 с.
15. Скурат К. Е., проф. Христианское учение о молитве и ее значение в деле нравственного совершенствования. // Богословские труды. № 33. (1997). - 62 с.
16. Антоний (Галынский-Михайловский), архиеп. О молитве Иисусовой и Божественной благодати. - М., 2000. - 212 с.
17. Иларион (Алфеев), митр. Священная тайна церкви. - М., 2013. - 634 с.
18. Мень Александр, прот. Практическое руководство к молитве. Изд.: Жизнь с Богом. - М., 2012. - 211 с.

19. Софроний (Сахаров), иером. О молитве Иисусовой. - М., 2011. - 158 с.
20. Дунаев А.Г. Мессалианство, исихазм, богомилство. - М., 2002. - 301 с.
21. Лопухин. А. П. Толковая Библия Новый завет Т. 7. - М., 2015. - 750 с.
22. Новиков Н. М. О молитве Иисусовой: Аскетический трактат. - М., 2016 – 240 с.
23. Иосиф Монах. Старец Иосиф Исихаст. - М., 2000. – 224 с.
24. Паисий Святогорец, прп. Слова: в 6 тт. - М., 2013. - Т. 6: О молитве / пер. с греч. - 288 с.
25. Патрин В.Г. К истории споров о возникновении молитвы Иисусовой [Электронный ресурс]. Электрон. книги. URL: <http://theologica.ru/k-istorii-vozniknovenija-molitvy-iisusovoj/> (дата обращения: 18.10.2018).
26. Василий (Кривошеин), архиеп. Дата традиционного текста Иисусовой молитвы. [Электронный ресурс]. Доклад. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Krivoshein/data-traditsionnogo-teksta-iisusovoj-molitvy/ (дата обращения: 17.12.2018).
27. Каллист Уэр митр. Сила Имени. [Электронный ресурс]. URL: <https://lib.pravmir.ru/library/readbook/> (дата обращения: 17.03.2019)
28. Иоанн Журавский прот [Электронный ресурс]. URL: <https://omolenko.com/imyaslavie/zhuravsky.htm?p=14> (дата обращения: 15.02.2019).
29. Беседы с патриархом Афинагором Клеман Оливье Иисусова молитва. [Электронный ресурс]. URL: <https://religion.wikireading.ru/112158> (дата обращения: 11.02.2019).
30. Электронная библиотека Одинцовского благочиния [Электронный ресурс]. Статья. URL: http://www.odinblago.ru/deiania_soborov_7/02 (дата обращения: 17.01.2018)
