

Иеромонах Иоанн (Цуриков)

Преподобные оптинские старцы о молитве Иисусовой

Спасение человека, по словам святых отцов, заключается в восстановлении утраченного общения с Богом¹. Поэтому истинная цель христианской жизни — стяжание благодати Святого Духа, а, как учил преподобный Серафим Саровский, удобнее всего стяжать благодать через молитвенное делание².

По словам преподобного Паисия (Величковского), написавшего в XVIII веке сочинение в защиту умной молитвы, ещё в раю первозданному человеку Самим Богом была дана умная божественная молитва³. Об умной молитве говорит исполнение самой первой заповеди, данной человеку Богом в Ветхом Завете: *«Возлюбиши Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем умом твоим, и всею крепостию твоею: сия есть первая заповедь»* (Мк. 12, 30). Как писал святитель Игнатий (Брянчанинов), «очевидно, что исполнения величайшей, возвышеннейшей заповеди из всех заповедей невозможно иначе достигнуть, как умной, сердечной и душевной молитвой, которой молящийся отделяется от всей твари, весь, всем существом своим, устремляется к Богу»⁴.

Достаточно подробная апология молитвы Иисусовой, или моления именем Господа Иисуса Христа, содержится в сочинении святителя Игнатия «О молитве Иисусовой», помещённом в первом томе его аскетических опытов. Основываясь на Священном Писании и трудах святых отцов, он утверждает:

— молитва Иисусова имеет божественное, а не человеческое установление, и об этом написано в Святом Евангелии. Установил и заповедал священнейшую молитву Иисусову Сам Господь наш

¹ *Святитель Игнатий (Брянчанинов)*. Творения иже во святых отца нашего Игнатия, епископа Ставропольского: В 8-ми тт. — Т. 2: Аскетические опыты. — Репринтное воспроизведение изд. 1904 г. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 1998. — С. 328.

² «Трезвомысле»: В 2-х тт. — Т. 1. / Сост. схиарх. Авраам (Рейдман). — 2-е изд., испр. — Екатеринбург: Изд-во Александро-Невского Ново-Тихвинского женского монастыря, 2016. — С. 686.

³ Там же. — С. 274.

⁴ *Святитель Игнатий (Брянчанинов)*. Творения иже во святых отца нашего Игнатия, епископа Ставропольского. — С. 220.

Иисус Христос, когда после Тайной Вечери даровал важнейшие заповеди, среди которых было дозволение и заповедание молиться Его именем⁵;

- это установление Спасителя было проповедано святыми апостолами, когда они совершали великие чудеса именем Господа Иисуса Христа, как повествуется в Евангелии и книге Деяний их⁶;
- Православная Церковь «для всех неграмотных чад своих, и монахов и мирян, установила заменять псалмопение и молитвословие на келейном правиле молитвой Иисусовой»⁷;
- «Учение о Божеской силе имени Иисусова имеет полное достоинство основного догмата и принадлежит к всесвятому числу и составу этих догматов»⁸.

Во многих творениях святых отцов даётся подробное описание того, как проходить умное молитвенное делание, содержатся предостережения от преждевременного стремления к умной молитве, благодатным действиям и утешениям. Отсутствие или крайне редкое общение с опытными благодатными наставниками молитвенного делания побуждает нас и сегодня получать духовное знание в святоотеческих книгах, с особым вниманием их читать и перечитывать. Об этом ещё в XIX веке говорил святитель Игнатий (Брянчанинов): «Ныне, по причине совершенного оскудения духоносных наставников, подвижник молитвы вынужден исключительно руководствоваться Священным Писанием и писаниями отцов»⁹.

Часто приходится слышать от христиан, что молитвой Иисусовой нужно молиться только монахам, а христиане, живущие в миру, от этого свободны. Или встречаются случаи, когда из-за страха впасть в прелесть некоторые молятся слишком редко или совсем не занимаются молитвой.

Всё вышеизложенное побудило к исследованию следующих вопросов: во-первых, является ли молитва Иисусова установлением божественным; во-вторых, только ли монахам, а не всем благочестивым христианам заповедано святыми отцами спасительное моление именем Господа Иисуса Христа; и в-третьих, по какой причине даётся предостережение христианам от преждевременных занятий умной молитвой?

⁵ *Святитель Игнатий (Брянчанинов)*. Творения иже во святых отца нашего Игнатия, епископа Ставропольского. — С. 16.

⁶ Там же. — С. 18.

⁷ Там же. — С. 23.

⁸ Там же. — С. 25.

⁹ «Трезвомыслие». — С. 34.

Чтобы получить ответ на данные вопросы, обратимся к наследию преподобных оптинских старцев, опытно проходивших путь умного делания и ставших в XIX веке духовными наставниками для множества ищущих спасения христиан.

В своей переписке не только с монашествующими, но и с благочестивыми мирянами оптинские старцы оставили множество наставлений, касающихся молитвенного делания: какие добродетели необходимы для успешной молитвы, как сохранить себя от прелести или неправильного мнения о себе, какой должна быть деятельная жизнь христианина. Являясь истинными хранителями святоотеческого предания, свои наставления о молитве Иисусовой они всецело основывали на поучениях преподобного старца Паисия (Величковского). В монастыре были собраны рукописи старца Паисия, и на основе их подготовки и публикации в середине XIX века было положено начало книгоиздательской деятельности Оптиной пустыни.

В письмах духовным чадам и наставлениях преподобные оптинские старцы учили благочестивых христиан, живущих в миру, молитве Иисусовой. О том, что молитва Иисусова имеет божественное установление и заповедана всем христианам, а не только монахам, свидетельствует Священное Писание и писания святых отцов.

Преподобный старец Лев Оптинский в одном из писем приводил отрывок из жизнеописания святителя Григория Паламы. В нём рассказывалось о том, как старец Иона спорил со святителем Григорием, считая, что непрестанную молитву творить нужно только одним монахам, а миряне от этого свободны. Но явившийся ему ангел Господень увещевал его, чтобы впредь он не дерзал спорить о вещи законной и просил бы прощения у святого Григория¹⁰.

Преподобный старец Варсонофий Оптинский в беседах с духовными чадами советовал им творить молитву Иисусову: «Исполняйте и вы, мои детки, по силе, эту молитву, она сохранит вас от всякого зла... Эта святая молитва будет хранителем вашего девства. Если же кто из вас соберётся выйти замуж, то она же отведёт вас от всякого дурного человека и пошлёт доброго, верующего друга для совместной помощи на жизненном пути»¹¹.

¹⁰ «Письма оптинского старца Льва к монаху Иоанникию (Бочарову)». — Козельск: Изд-во Введенского ставропигиального мужского монастыря Оптиная пустынь, 2002. — С. 62–63.

¹¹ *Преподобный Варсонофий Оптинский*. Беседы. Келейные записки. Духовные стихотворения. Воспоминания. Письма. «Венок на могилу Батюшки». — Козельск: Изд-во Введенского ставропигиального мужского монастыря Оптиная пустынь, 2013. — С. 99.

В беседе 30 мая 1910 года преподобный Варсонофий давал совет, как приступить к молитве Иисусовой: «Если хочешь начать, то начни с небольшого. Возьми чётки — у тебя есть?.. По чёточкам сто молитв Иисусовых в день с поклонами, хочешь земными, хочешь поясными, всё равно»¹². А в беседе 19 июня 1911 года он говорил: «Вам при ваших учебных или иных занятиях невозможно всю жизнь наполнять Иисусовой молитвой, но каждая из вас проходит по 20, 50 или 100 молитв в день. Каждая по силе своей навывает ей»¹³. Про пятисотницу преподобный говорил: «Совершение молитвы Иисусовой очень важно. В Оптиной пустыни все иноки обязаны ежедневно совершать пятисотницу, то есть правило, состоящее из 300 молитв Иисусовых, 100 — Божией Матери, 50 — ангелу-хранителю и 50 — всем святым. Хотя это правило обязательно только для иноков, но хорошо было бы, если бы миряне совершали его по возможности»¹⁴.

Говоря о важности молитвы Иисусовой, преподобные старцы оптинские предупреждали благочестивых мирян о том, что проходить делание молитвы Иисусовой необходимо правильным и законным образом, чтобы сохранить себя от состояния прелести¹⁵. Читая в творениях святых отцов о великих дарованиях духовных, христианин не должен стремиться к ним преждевременно и без рассуждения, но познавать свою немощь и смиряться¹⁶. В одном из писем преподобный Макарий Оптинский писал: «В молитве не стремитесь к высокому, а сознавая свою немощь, имейте себя всегда поверженным перед Богом и призывайте Его со смирением и простотою, как дитя — отца, памятуя, что перед Господом лучше грешник с покаянием, нежели праведник с гордостью»¹⁷. В своём сочинении «Предостережение читающим духовные отеческие книги и желающим проходить умную Иисусову молитву» он призывал христиан, занимающихся чтением духовных книг и «Добротолюбия», избегать искания благодатных состояний и преждевременного занятия умной молитвой, не запрещая при этом молиться устно.

¹² *Преподобный Варсонофий Оптинский*. Беседы. Келейные записки... — С. 81.

¹³ Там же. — С. 143.

¹⁴ Там же. — С. 141.

¹⁵ *Схиархимандрит Агапит (Беловидов)*. Житие оптинского старца Макария. — Козельск: Изд-во Введенского ставропигиального мужского монастыря Оптиной пустынь, 2017. — С. 491.

¹⁶ Там же. — С. 492.

¹⁷ *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — Козельск-М.: Изд-во Введенского ставропигиального мужского монастыря Оптиной пустынь; Отчий дом, 2012. — С. 307.

Святые отцы предупреждали, что всякого человека, который прежде совершённого обучения в первой части (деятельной) переходит ко второй части (умозрительной), постигает гнев Божий¹⁸. Поэтому прежде необходимо очистить сердце делами покаяния и жизнью по заповедям Божиим¹⁹.

В деле покаяния при очищении сердца от душевных страстей, а также в борьбе с возникающими греховными помыслами нам дан меч духовный — молитва Иисусова. «Употребляйте же молитву как меч духовный, — писал в одном из писем Макарий Оптинский, — и всегда, а паче к поражению страстей: когда почувствуете движение гнева или иной страсти, тогда более призывайте имя Иисусово и ощутите помощь Его. В сем-то и состоит деятельная молитва (Иисусова), приличная нам»²⁰. В жизнеописании преподобного повествуется, как советовал старец своему духовному чаду Д. В. Ладыженскому творить молитву: «Вы же старайтесь не коснеть в этих помыслах, а скорее обращайтесь к Богу с молитвою: „Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго“»²¹.

Преподобный Макарий предостерегал от прохождения умной молитвы тех, кто ещё побеждается гневом и гордостью и ещё не исцелился от душевных страстей. Из письма от 21 октября 1852 года: «Святые отцы пишут, что кто достигнет истинной молитвы, того хотя и весь мир будет ратовать, он не оскорбляется, а если мы побеждаемся гневом, то ещё далеки от молитвы, и надо опасаться искать высокого, чтобы не впасть в прелесть. Молитва есть обоюдоострый меч: произносимая со смирением, она поражает врагов наших, а совершаемая с тонкою духовною гордостью и мнением о себе — вредит самим нам и не столько приближает нас к Богу, сколько удаляет от Него, ибо только смиренным даёт Он благодать Свою»²². И ещё в другом письме: «Кто употребляет сей меч духовный, надобно, чтобы был смирен, ибо тогда только оным поражаются враги, а без того многие попадают в неисцельную прелесть. Советую тебе не простираешься на такую высоту. Но при свободе, при страстных движениях, при немощи призывать Бога сею молитвою со смирением. Пришлю тебе выписочку: предостережение к проходящим сию молитву»²³.

¹⁸ *Схиархимандрит Агапит (Беловидов)*. Житие оптинского старца Макария. — С. 493.

¹⁹ Там же.

²⁰ *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — С. 307.

²¹ *Схиархимандрит Агапит (Беловидов)*. Житие оптинского старца Макария. — С. 352.

²² *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — С. 307.

²³ Там же. — С. 501.

Из писем преподобных оптинских старцев мы видим, что молитвенному деланию должно сопутствовать нравственное исправление, которое связано с исполнением заповедей Божиих. Ведь в чём заключается истинная цель молитвы? По словам святого Иоанна Кассиана Римлянина, целью духовной жизни является чистота сердца, то есть очищение от страстей, а достигается она исполнением заповедей Господних, сопротивляющихся греху²⁴. «Кто ведёт жизнь по образу Законоположника и руководствуется заповедями Его, в том невозможно оставаться греху, — учил Макарий Оптинский. — Потому Господь обетовал в Евангелии сохранившему заповеди сотворить у него обитель»²⁵.

В письме от 24 апреля 1840 года преподобный Макарий писал о молитве: «Старайтесь сколько можно заниматься оною устно и в служении, ибо Господь дарует молитву молящемуся, но смущаться также не должно за нестяжание сего священного дара — взгляните на своё рассеянное устройство и нравственность: мир и суета его помрачает свет ума, а Вы с сим связаны крепкими узами. При лишении же сего многожелаемого дара молитвы обратитесь к тем средствам, которыми можем доказать любовь Божию, — к исполнению Его святых евангельских заповедей: любяй Мя заповеди Мои соблюдает (ср.: Ин. 14, 21), в числе коих найдёте и смирение, без коего ни одна добродетель не может быть благоприятна Богу»²⁶. И ещё в письме от 31 августа 1838 года: «Творите молитву просто, со смирением, и Бог не оставит Вас; и понуждайтесь на делание заповедей Божиих»²⁷.

Для прохождения правильной умной молитвы также необходимы добродетели, такие как смиренномудрие, любовь, кротость, простота и доброе расположение к ближнему²⁸. «Обитель, или упокоение Духа, есть смиренномудрие, любовь, кротость и прочие заповеди Господни»²⁹, — учил старец Макарий Оптинский.

Кроме того, обучение умному молитвенному деланию требует многого не только подвига, но и времени. Святитель Иоанн Златоуст писал об этом: «Дело же сие требует не одного или двух дней, но многих лет и времени, потребны подвиг и труд, дондеже изгнан будет враг и вселится Христос»³⁰.

²⁴ *Схиархимандрит Агапит (Беловидов)*. Житие оптинского старца Макария. — С. 499.

²⁵ Там же. — С. 500.

²⁶ *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — С. 531.

²⁷ Там же. — С. 607–608.

²⁸ *Схиархимандрит Агапит (Беловидов)*. Житие оптинского старца Макария. — С. 500–501.

²⁹ Там же. — С. 501.

³⁰ Там же. — С. 502.

Что касается духовных наставников в деле молитвы, то преподобный Макарий говорил, что умную молитву нельзя проходить самочинно, без опытного руководителя. Во избежание прелести и вреда от ложных видений следует советоваться с опытными подвижниками, если же таковых не найдётся, то со смирением отвергать видения. А подвергаются прелести обычно те, кто, не очистив себя от страстей, возводят ум на небо и воображают небесные блага и чины ангелов³¹.

Ради избежания прелести и препятствий от душевных врагов преподобный Макарий советовал читать творения святых отцов: «Мы радуемся о тех, которые разумно и достойно могут соединиться с Господом через сие блаженное делание, не достигшим же того и нудящимся к прохождению сего делания советуем самим читать с должным вниманием отеческие книги, да познают истину и прелесть и подсады врагии и соблюдут себя от начинаний выше меры своей»³².

В своих наставлениях о молитве старец Макарий часто приводил слова святых отцов Добротолюбия. Так, начинающим обучаться тому, как должно проходить умное молитвенное делание, он советовал преимущественно изучать наставления преподобных Каллиста и Игнатия Ксанфопулов, так как они в постепенном порядке излагают руководство к умному деланию³³. В предостережение занимающимся умозрительной молитвой старец советовал читать преподобного Григория Синаита 7-ю главу «О прелести»³⁴.

Предостерегая духовных чад от состояния прелести, преподобный старец Макарий заповедовал им заниматься устной молитвой, не сопровождая её никакими «художественными способами». В письме от 3 мая 1839 года он писал: «Всему Ему покоритесь со смирением и посекайте мечом духовным врагов ваших, но только устно призывая имя Иисусово, а не умственно; и со смирением, опасаясь помыслить, что при успокоении уже победили врагов»³⁵. Одному вопрошавшему научить его художественному деланию умной Иисусовой молитвы, преподобный Макарий отвечал, что не может быть наставником этого делания, но он верит, что ранее были такие делатели, а в них главным было смирение. Без смирения же опасно браться за такое художественное умное делание. Преподобный советовал произносить молитву устами и сопротивляться прилогам страстных помыслов: «Просто можете призывать имя Божие

³¹ Там же. — С. 503–506.

³² Там же. — С. 507.

³³ Там же. — С. 502.

³⁴ *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — С. 607.

³⁵ Там же. — С. 526.

устами, произнося молитву и отгоняя страстные прилоги, припадая смиренно ко Господу; а за художную, умную приниматься опасно, ибо оной следует прелесть, а прелесть — наказание Божие»³⁶.

Что касается качества молитвы, то преподобный Макарий говорил, что нужно просто молиться в определённое время определённым количеством, со временем рождается и качество, только необходимо понуждать себя на молитву³⁷. В другом письме старец писал, ссылаясь на святого Петра Дамаскина, что умную молитву Господь даёт молящемуся правильно, т.е. деятельной молитвой при произнесении её устами: «Надобно попроще: молитвою Иисусовою нужно молиться всем и отгонять помыслы, но не искать ничего, кроме помилования; а Господь, давая молитву молящемуся, даст и умную молитву, по слову Петра Дамаскина, а то у врага много подсад и подвижников обольщать под видом истины ложными действиями»³⁸. И ещё в сочинении об этом же писал: «То есть хорошо молящемуся телесною молитвою даёт умную молитву»³⁹.

Итак, среди обширной переписки преподобных оптинских старцев, не только с монашествующими, но и с благочестивыми мирянами, и их жизнеописаний мы находим наставления, касающиеся молитвы Иисусовой. Старцы учили, какой должна быть молитва начинающего, какой должна быть деятельная жизнь христианина, какие добродетели необходимы для успешной молитвы и как сохранить себя от прелести или неправильного мнения о себе.

На основании приведённых выше письменных и устных наставлений преподобных оптинских старцев, касающихся молитвы Иисусовой, можно сделать некоторые выводы:

- эта молитва является установлением Божественным, и она дана всем благочестивым христианам, а не только монашествующим;
- занимающимся молитвенным деланием необходимо идти правильным, законным путём и опасаться преждевременного достижения умной молитвы;
- очень важно соблюдать условия, заповеданные нам святыми отцами: прежде чем приступить к умной молитве, необходимо очистить

³⁶ *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — С. 607.

³⁷ *Концевич И.М.* Оптина пустынь и её время / Репринт. воспроизведение с изд. Свято-Троицкого монастыря в Джорданвилле (США), перераб. и доп. — Козельск: Изд-во Введенского ставропигиального мужского монастыря Оптиной пустыни, 2013. — С. 194.

³⁸ *Преподобный Макарий Оптинский*. Письма к мирским особам. — С. 662.

³⁹ *Схиархимандрит Агапит (Беловидов)*. Житие оптинского старца Макария. — С. 508.

сердце делами покаяния и жизнью по заповедям Божиим. Это относится и к самому деятельному подвигу молитвы, состоящей в борьбе со страстями души и греховными помыслами, в которой призывание имени Божия — меч духовный;

- при прохождении молитвы необходимо читать деятельные книги святых отцов и руководствоваться ими, а также советоваться с опытными подвижниками;
- произносить молитву устами;
- понуждать себя терпеливо на молитву, молиться в определённое время определённым количеством.

А со временем, по мере очищения сердца от страстей и обретения смирения, Господь дарует умную молитву.