

5. Распутин В.Г. Дочь Ивана, мать Ивана: Повесть // Дочь Ивана, мать Ивана: Повесть. Рассказы. – М.: Изд-во РАГС, 2009. – С. 7-188.

6. Петров Д., Борейко В. Магия слова: Диалоги о языке и языках. М.: ПРОЗАиК, 2011. 208 с.

7. Попова Ек.А. Библейская языковая стихий в аспекте лексикологии и прагматики // Структурно-семантическая специфика и функционально-коммуникативный статус языковых единиц. Липецк: Липецкий государственный педагогический университет, 2004. С. 112-121.

8. Цветочки Александра Меня. Подлинные истории о жизни доброго пастыря. Сост. Юрий Пастернак. – М.: Изд-во АСТ: Редакция Елены Шубиной, 2017. 608 с.

9. Шеваров Дмитрий. Жизнь, окнами в сад. Памяти хранителя // Новый мир, 2002, № 7. С. 124-132.

**Протоиерей Сергей Митрофанович Дергалев**  
**СОВРЕМЕННАЯ ПРАКТИКА МОЛИТВЫ ИИСУСОВОЙ**  
*ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный*  
*исследовательский университет», г. Белгород, Россия*

*Аннотация.* Статья посвящена феномену Иисусовой молитвы. В статье рассказывается о вариантах молитвы, о ее толковании, об опасностях при ее совершении, о практике Иисусовой молитвы, о скорости ее совершения, о трудностях в освоении этой молитвы, о современной практике.

*Ключевые слова:* молитва Иисусова, практика молитвы, толкование молитвы, скорость молитвы.

**Archpriest Sergey M. Dergalev**  
**MODERN PRACTICE OF THE JESUS PRAYER**  
*Belgorod State University, Belgorod, Russia*

*Summary:* The article is devoted to the phenomenon of the Jesus prayer. The article tells about the variants of prayer, about its interpretation, about the dangers when performing it, about the practice of the Jesus prayer, about the speed of its performance, about the difficulties in mastering this prayer, about modern practice.

*Keywords:* the Jesus prayer, the practice of prayer, the interpretation of prayer, the speed of prayer.

**Современная практика молитвы Иисусовой для мирян**

Текст молитвы Иисусовой выглядит следующим образом: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго (грешную)». Появление Иисусовой молитвы связывают с афоризмами Макария Египетского (4 век).

**Священное Писание о молитве Иисусовой**

Прообраз Иисусовой молитвы мы находим еще в Ветхом Завете. Особенно часто она встречается в книге Псалтырь: «Помилуй меня, Господи»

(Пс.6:3), «Я сказал: Господи! помилуй меня» (Пс.40:5). Похожая молитва есть и у пророка Исаии: «Господи! помилуй нас» (Ис.33:2).

Некоторые богословы указывают на прообраз Иисусовой молитвы в Евангелии. В Евангелии от Марка слепой по имени Вартимей услышав, что рядом с ним проходит Иисус Христос, начал кричать: «Иисус, Сын Давидов! помилуй меня» (Мк. 10:47). Здесь так же можно вспомнить и молитву хананейки, которая обратилась ко Христу: «Помилуй меня, Господи, Сын Давидов, дочь моя жестоко беснуется» (Мф. 15:22). Мытарь из евангельской притчи, которую рассказал Господь, так же просил о помиловании, хотя в своей молитве он обращался к Богу-Отцу: «Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаз на небо; но, ударяя себя в грудь, говорил: Боже! будь милостив ко мне грешнику!» (Лк. 18:13).

Известно, что Иисусова молитва может совершаться непрестанно. Удивительно, что такое упоминание о действии молитвы мы находим еще в Ветхом Завете. К примеру, об этом повествует книга Ветхого Завета «Псалтирь»: «Благословлю Господа во всякое время; хвала Ему непрестанно в устах моих» (Пс.33:2). В другом псалме этой книги находим следующий текст: «Да радуются и веселятся Тобою все ищущие Тебя, и любящие спасение Твое да говорят непрестанно: «Велик Господь!»» (Пс.39:17). О том, что молитва может совершаться даже в то время, когда человек спит, есть указание так же в Ветхом Завете: «Я сплю, а сердце мое бодрствует» (Песн.5:2).

Святой апостол Павел пишет в послании к Фессалоникийцам следующее наставление: «Непрестанно молитесь» (1Фес.5:17).

Таким образом, мы встречаем в Священном Писании прообраз молитвы Иисусовой в Ветхом и Новом Заветах, как и тексты о непрестанном произнесении молитв.

### **Святые отцы о молитве Иисусовой**

В седьмом веке мы находим упоминание об Иисусовой молитве в текстах преподобного Иоанна Лествичника. В своей книге «Лествица» он упоминает в нескольких местах о молитве Иисусовой: «Бей супостатов именем Иисусовым; ибо нет сильнейшего оружия, ни на небе, ни на земле» (Леств.21:7). И в другом месте он пишет: «Память Иисусова да соединится с дыханием твоим и тогда познаешь пользу безмолвия» (Леств.27:61).

Многочисленные наставления об Иисусовой молитве в более поздние времена находим в сборнике святоотеческих текстов под названием «Добротолюбие». Многочисленные тексты, посвященные данной молитве, мы находим у известного русского святого – святителя Игнатия (Брянчанинова) и у других русских святых.

Преподобный Варсонофий Оптинский (1845-1913 гг.) дает такое наставление: «Молитва Иисусова имеет громадное значение в жизни христианина. Это есть кратчайший путь к достижению Царствия Небесного; хотя этот путь долгий и, вступив на него, мы должны быть готовы к скорби» [1].

## **Варианты молитвы**

Святитель Игнатий Брянчанинов в первом томе своих сочинений, в статье под названием «О молитве Иисусовой» [5, с.212], предлагает несколько вариантов данной молитвы. Один вариант полный: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго». Далее он предлагает для новоначальных разделять молитву на две части и произносить ее следующим образом: до обеденного времени сокращать полную молитву до слов: «Господи, Иисусе Христе, помилуй мя»; в послеобеденное время он предлагает несколько видоизменить текст молитвы: «Сыне Божий, помилуй мя». При этом он настаивает, что это древнее святоотеческое предание.

## **Толкование Иисусовой молитвы**

Глубокое толкование молитвы Иисусовой мы находим у митрополита Иерофея (Влахоса) в его книге «Одна ночь в пустыне Святой горы» [11]. Когда митрополит объясняет смысл молитвы «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго», он указывает на два ключевых момента [11, с.42]. Первый момент – догматический – в данной молитве мы признаем Божественность Христа. Второй момент – сотиреологический – мы взываем о нашем спасении. Получается, что молитва содержит в себе две важнейшие истины: признание Божественности Спасителя и признание невозможности спасения своими силами. Эти два положения – вера в Богочеловека и осознание своей греховности – лежат в основании всего аскетического учения Церкви. Этой молитвой мы утверждаем силу Христову и собственное бессилие, таким образом смиряя нашу гордыню. Гордость имеет два основания, два незнания: мы не знаем силу Божию и не знаем свою слабость. Произнося молитву, мы подрываем основание нашей гордыни и приходим в спасительное состояние смирения. Можно согласиться с тем, что молитва Иисусова – это Евангелие, сжатое до восьми слов.

Далее в книге обсуждается отсутствие упоминания в молитве двух других Лиц Святой Троицы. Ведь в богослужебной практике практически все возгласы завершаются славословием Святой Троицы.

Митрополит Иерофей комментирует это следующим образом: «Ибо Христос (одно из Лиц Святой Троицы) не существует без Отца и Святого Духа и составляет вместе с остальными Лицами «Троицу единосущную и нераздельную»» [11, с.43]. Далее мы можем вспомнить о том, что Бог Отец повелевает через ангела Иосифу назвать младенца Иисус: «...И наречешь Ему имя Иисус...» (Мф. 1, 21). В Деянии святых апостолов мы читаем: «...ибо нет другого имени под небом, данного человекам, которым надлежало бы нам спастись» (Деян.4:12). У апостола Павла в Первом послании к Коринфянам читаем: «Никто не может назвать Иисуса Господом, как только Духом Святым» (1 Кор.12,3). Поэтому призывая имя Иисуса, мы утверждаем, что наше спасение совершается общим действием Святой Троицы.

### **Ступени в совершении Иисусовой молитвы**

Святитель Игнатий (Брянчанинов) пишет о необходимости начать молитву с начала: «Должно начинать с начала, то есть **совершать молитву со вниманием и благоговением, с целью покаяния**, заботясь единственно о том, чтобы эти три качества постоянно сопредельствовали молитве» [5, с.223]. И предостерегает новоначальных о том, что не нужно начинать молитвы с середины т.е.: «без всякого предварительного приготовления стараться взойти умом в сердечный храм и оттуда воссылать молитву» [5, с.223]. Тем более он предупреждает об опасности начинать молитву с конца, когда новоначальный сразу же хочет раскрыть в себе «благодатную сладость молитвы» [5, с.223].

В другом месте своего поучения о молитве Иисусовой святитель Игнатий пишет о двух периодах молитвы [5, с.268]. Первый период основан на нашем личном усилии, а благодать Божия никак себя не проявляет. На этом этапе страсти приходят в движение и «возводят делателя молитвы к мученическому подвигу, в котором побеждения и победы непрестанно сменяют друг друга» [5, с.268].

Когда молитвенник достигнет второго периода, то ощутит действие благодати Божией в своем подвиге. При этом благодать Божия: «дает возможность молиться внимательно... с сердечным плачем и теплотою; при этом греховные помыслы утрачивают насильственную власть над умом» [5, с.268].

Рассказывая о плодах молитвы, святитель Игнатий обращает внимание на следующее: «Первоначальные плоды молитвы заключаются во внимании и умилении... Далее плодом молитвы бывает постепенно расширяющееся зрение своих согрешений и своей греховности, отчего усиливается умиление и обращается в плач» [5, с.290].

### **Опасности при совершении Иисусовой молитвы**

Святитель Игнатий (Брянчанинов) особенно предупреждает: «Не ищи в молитве наслаждений, они отнюдь не свойственны грешнику. Желание грешника ощутить наслаждение есть уже самообольщение. Ищи, чтобы ожило твое мертвое, окаменевшее сердце, чтобы оно раскрылось для ощущения греховности своей, своего падения, своего ничтожества, чтобы оно увидело их, созналось в них с самоотвержением. Тогда явится в тебе истинный плод молитвы: истинное покаяние» [6, с.147]. Делает важный акцент на опасности самого поиска наслаждения: «Искание само собою уже есть обольщение...» [9, с.200]. Развивая свою мысль, святитель Игнатий продолжает: «Воспрещается безрассудное, разгоряченное стремление к открытию в себе благодатной сердечной молитвы; воспрещается это стремление потому, что причина его – неведение или недостаточное знание и гордственное признание себя способным к благодатной молитве и достойным ее» [8, с.272].

О существующей опасности совершения молитвы Иисусовой пишет и преподобный Варсонофий Оптинский: «Есть пословица: "нет дыма без огня". Действительно, бывали случаи, что и с ума сходили люди; но от чего? Да брались за эту (Иисусову) молитву самочинно, без благословения и, начав, сейчас же хотели попасть в святые; лезли на небо напролом, как говорится; ну

и обрывались» [1]. Он дает еще следующее предупреждение: «Страшная эта молитва, очень не любит ее сатана и старается всеми силами отомстить тем, кто ее совершает. Без руководства эту молитву проходить опасно» [1].

### **Непрестанная молитва Иисусова не говорит о совершенстве подвижника**

Игумен N (Псевдоним «игумен N») использовал игумен Ефрем (Виноградов-Лакербая) в предисловии к книге «В горах Кавказа» приводит следующее рассуждение: «Признак непрестанности и самодейственности в совершении Иисусовой молитвы отнюдь не является признаком ее благодатности... Причиной этому является то, что многие из современных подвижников, подвергаясь действию обольстительного духа самопревозношения, путают средство достижения цели (непрестанную молитву) с самой **целью, которая заключается в качественном изменении души**, в ее очищении» [16, с.11]. Игумен Ефрем делает акцент на том, что главной целью подвижника является очищение сердца. Главная цель достигается тяжелым трудом исполнения заповедей Божиих через насилие над своей греховной природой и эгоизмом, а не только молитвой. По его мнению, достижение непрестанной, самодвижной молитвы может быть навыком скорее механического свойства. Это достижение может быть начальной стадией вхождения в молитвенное делание. Если подвижник будет считать свою молитву благодатной, то, по мнению игумена Ефрема, он достоин сожаления как обольщенный самомнением.

### **Необходимость Иисусовой молитвы для христианина**

Схимонах Иосиф Ватопедский говорит, что молитвой Иисусовой должны заниматься и миряне: «У многих людей возникает вопрос: могут ли христиане, находящиеся в миру, заниматься умной молитвой? Я отвечаю на него утвердительно: да!» [12]. В другой его книге мы находим следующие слова: «Односложную эту молитву можно произносить в любом месте, в любое время и при любых обстоятельствах, как находясь в обществе, так и наедине. Она ни в коем случае не запрещена мирянам, как утверждают некоторые, пусть она более и практикуется монахами. Любой, где бы он ни был, может мысленно призывать и обращаться к имени Христову» [13].

Мирянин часто погружен в суетные и беспорядочные мысли, связанные с его жизнью и деятельностью. Поэтому очень важно упорядочивать мышление драгоценной молитвой Иисусовой, которую мы можем произносить во всех обстоятельствах жизни. В любое время, в том числе, когда нас одолевают блудные греховные помыслы, когда мы впадаем в уныние, когда нас душит зависть или гнев, когда мучают мысли превозношения и гордыни. Сладчайшее имя Иисуса в таких случаях поддержит и поможет нам.

### **Практика Иисусовой молитвы**

Святитель Игнатий (Брянчанинов) предлагает человеку, который только начинает христианскую жизнь, следующее минимальное молитвенное правило: «Следующее правило, может быть полезным для нас и на первый

случай удовлетворительным: «Слава Тебе, Боже наш, слава Тебе»; «Царю Небесный», «Трисвятое», «Отче наш», «Господи, помилуй» – 12 раз. «Приидите поклонимся». «Псалом 50», «Символ Веры», «Богородице Дево, радуйся», трижды. После этого 20 молитв: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя»; при каждой молитве земной поклон. Затем 20 таких же молитв, и при каждой поясной поклон. «Достойно есть, яко воистину...»; «Молитвами святых Отец наших, Господи Иисусе Христе Боже наш, помилуй нас». Это молитвенное правило должно совершать утром и вечером» [4].

Тем людям, которые уже утвердились в чтении утренних и вечерних молитв, святитель Игнатий (Брянчанинов) предлагает осваивать молитву Иисусову следующим образом: «Относительно правила: после вечерних молитв, полагай 10 поклонов земных с молитвою Иисусовой, а потом твори 30 молитв Иисусовых неспешно, со вниманием, шепотом. Затем 5 поклонов земных с молитвою «Пресвятая Владычице моя, Богородице, спаси мя грешнаго(ую)». Потом по 3 поклона поясных Ангелу хранителю и Всем Святым» [2].

В одном из писем к мирянам святитель предлагает расширить утреннее правило: «Начинайте правило так: 20-ть земных поклонов; при каждом поклоне молитва: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго»; 20-ть поясных поклонов с тою же молитвою; 10-ть земных поклонов: при каждом поклоне молитва: «Пресвятая Владычице моя, Богородице, спаси меня грешнаго»; 10-ть поясных с тою-же молитвою; 5-ть поясных с молитвою: «Ангеле Божий, Хранителю мой святой, моли Бога о мне грешнем»; 5-ть поясных с молитвою: «Все святые, молитесь Бога о мне грешнем». Итого 70 поклонов, из которых 30 земных и 40 поясных. Если найдете, что этих поклонов для Вас мало, то можно прибавить соответственно силам Вашим несколько поклонов с молитвою Иисусовою. Но должно правило соразмерить так, чтобы оно ежедневно было одинаковое. Святые сказали: «Лучше небольшое делание, но постоянное, нежели большое, но в скором времени прекращающееся». После чего читаются утренние молитвы, и, если хотите, помянник, который Вам нравится по особенным причинам; после помянника читайте Евангелие, главы по две или по три» [3].

Есть ли смысл повторять Иисусову молитву, если не получается читать ее с вниманием, благоговением и покаянием? В книге И.Концевича «Оптина Пустынь и ее время» описан любопытный эпизод, когда профессора Комарович и Аничков, общавшиеся с о.Нектарием Оптинским, вступили в дискуссию о том, будет ли польза от чтения молитвы Иисусовой, если читать ее как может повторять ее попугай, не осознавая смысла. Далее произошло следующее. После того, как профессора встретились с о.Нектарием, не успев ознакомить его с данным вопросом, о.Нектарий рассказал им «сказку». В этой сказке попугай научился от прислуги выговаривать молитву «Господи, помилуй». Когда однажды он подвергся нападению кота, попугай закричал «Господи, помилуй» голосом прислуги, и кот его не тронул. Профессора были поражены прозорливостью о.Нектария и его «сказачкой» [15]. Отсюда можно

сделать вывод о том, что даже невнимательное чтение Иисусовой молитвы может быть полезно для человека.

Преподобный Варсонофий Оптинский о практике этой молитвы пишет следующее: «Вам, при ваших занятиях учебных или иных невозможно всю жизнь наполнять Иисусовой молитвой, но каждая из вас проходит кто 20, кто 50, а кто и 100 молитв в день. Каждая по силе своей навикает ей. Пусть одна преуспела на дюйм, другая на аршин, третья – на сажень, а иная, может быть, на версту ушла вперед, важно, что хоть на дюйм-то ушла, и слава Богу за все» [1].

Существует практика молитвы Иисусовой, связанная с дыханием. Вот как об этом пишет преподобный Паисий Святогорец: «Я привык произносить молитву полностью: на вдох произносил «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий», а на выдох «помилуй мя, грешного». Но после операции на лёгких мне не стало хватать воздуха, чтобы произносить её целиком, и я на вдох говорил: «Господи, Иисусе Христе» и на выдох «помилуй мя»» [17, с.164].

Некоторые христиане делятся своим опытом произнесения молитвы Иисусовой и советуют сочетать молитву с дыханием. На вдох произносить слова «Господи, Иисусе Христе», а на выдох «помилуй мя» как наиболее приспособленную к дыханию обычного человека. Некоторые советуют использовать молитву «Сыне Божий, помилуй мя» при ходьбе таким образом, чтобы каждый шаг был соединен с одним словом из этой молитвы. Некоторые современные подвижники советуют произносить молитву таким образом, чтобы произнесение каждого слова совпадало с биением сердца.

### **Скорость совершения Иисусовой молитвы**

Святитель Игнатий (Брянчанинов) пишет о неспешном совершении молитв: «Первоначально положи себе произносить сто молитв Иисусовых со вниманием и неспешностью... На неспешное и внимательное произнесение ста молитв потребно времени 30 минут, или около получаса; некоторые подвижники нуждаются и еще в более продолжительном времени. Не произноси молитв спешно, одной немедленно за другою; делай после каждой молитвы краткий отдых и тем способствуй уму сосредоточиваться. Безостановочное произнесение молитв рассеивает ум» [7, с.110].

Если таким образом произносить молитву, то, по святителю Игнатию, получается три молитвы в минуту.

Архимандрит Рафаил (Карелин) пишет в одной из статей, что молитву можно совершать со следующей скоростью – каждое слово на один удар пульса. Таким образом, получаем при среднем пульсе в 72 ударов в минуту – 9 молитв в минуту [19].

Наш современник преподобный Паисий Святогорец (Эзнепидис) дает следующий совет: «Молитва Иисусова должна произноситься в уме, а не вслух. Поэтому она и называется: умная молитва. Она не должна совершаться очень быстро (сто четок – не быстрее, чем за полторы минуты), потому что, молясь быстро, мы не чувствуем молитвы, подобно тому, как наспех глотая пищу, не чувствуем ее вкуса. Но также она не должна совершаться и очень медленно» [14, с.504]. Итого получаем примерно 60 молитв в минуту.

Весьма вероятно, что святитель Игнатий, когда он говорит о 3-х молитвах в минуту, предполагает, что текст молитвы состоит из 8 слов: «Господи, Иисусу Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного» и по произнесении каждой молитвы совершается земной поклон. В то время как преподобный Паисий Святогорец (Эзнепидис) говорит о молитве, в которой по греческой традиции 5 слов: «Господи, Иисусе Христе, помилуй мя» и земные поклоны не совершаются.

Поэтому мы понимаем, что в зависимости от уровня воцерковленности и благословения духовника может меняться количество молитв, прочитываемых за минуту времени.

### **Затруднения при овладении Иисусовой молитвой**

Архимандрит Рафаил (Карелин) в одном из своих текстов «Беседа об Иисусовой молитве» [18] рассказывает о затруднениях, с которыми может столкнуться человек, стремящийся практиковать молитву Иисусову. Архимандрит рассказывает, как некий иеромонах пришел за советом к схимнику-пустыннику в связи с тем, что у него не получалось систематически заниматься Иисусовой молитвой. Вначале у иеромонаха все шло хорошо, он постоянно практиковал ее, но потом все расстроилось, и он забывал о молитве, занимался ею изредка, иногда ему казалось будто он никогда даже не слышал и не читал об Иисусовой молитве.

Схимник на его затруднения отвечал следующее: «Святые отцы учат, что молитва неотделима от жизни человека, а твоя жизнь не соответствует такой духовной мере, как пребывание в непрестанной молитве» [18].

Схимник дополнил свой ответ, ссылаясь на мысль святителя Григория Богослова: «Начертать письмена на камне трудно, а на алмазе – невозможно. Видишь, чем материал тверже, тем труднее изобразить на нем что-либо. От гордости и страстей сердце становится твердым и не воспринимает в себя имя Иисуса Христа, Который есть Любовь и Смирение» [18]. Далее схимник дал иеромонаху совет: «Птицы имеют два крыла; у души одно крыло – молитва, а другое – жизнь по Богу. У тебя образовался разрыв между молитвой и заповедями Евангелия. Начни исполнять их, и твоя душа получит второе крыло» [18]. Схимник продолжил свое наставление: «Первый враг молитвы, как я уже сказал, - гордость. Душа гордого не может молиться, так как втайне она считает, что ни в чем не нуждается, и потому, произнося слова молитвы, на самом деле не молится, то есть искренне не просит у Бога ни прощения, ни помощи. Она думает, что ей достаточно своих собственных сил... Когда такой человек кончает молиться, то в сердце от молитвы не остается и следа» [18].

Схимник указал иеромонаху, что главное для успешной молитвы – это смирение: «Иисусова молитва – это покаянный плач, а для покаяния нужно видение своих грехов; смиренное сердце становится прозрачным и мягким, как горячий воск. Только оно сможет воспринять и удержать благодать» [18].

Иеромонах был в затруднении и попросил совета, как достичь смирения. Схимник ответил: «Приобрести смирение так, как покупают вещь – книгу или одежду, - невозможно. Его нужно приобретать всю жизнь в постоянной борьбе

с собой. Лучший и самый скорый способ – это жить в послушании и замкнуть свои уста, словно замок на ключ... Старайся отдаляться от дерзких и надменных – их болезнь заразна, а общайся с тем, в ком ты чувствуешь благодать смирения как духовное благоухание» [18].

Старец-схимник привел еще одно очень важное качество человеческой души, без которого невозможно овладеть молитвой: «Если человек заранее не уврачуе свою душу милостью к людям, то не сможет стяжать непрестанную молитву ни в монастыре, ни в пустыне. Некоторые пытались насильно соединить не очищенный от внешних впечатлений ум со страстным сердцем и после молитвы ощущали раздражение и беспричинный гнев, словно они растревожили незажившие раны. Они только раздражили диавола, как ребенок, который, не умея обращаться с оружием, вызывает на бой воина» [18].

Если мы обратимся к святоотеческим наставлениям, то найдем в них подтверждение советам старца-схимника. Святитель Игнатий (Брянчанинов) в далее цитируемом тексте удостоверяет сказанное схимником: «Особенное попечение, попечение самое тщательное должно быть принято о благоустроении нравственности сообразно учению Евангелия. Опыт не замедлит открыть уму молящегося теснейшую связь между заповедями Евангелия и молитвою Иисусовою. Эти заповеди служат для этой молитвы тем, чем служит елей для горящего светильника; без еля светильник не может быть возжжен, при оскудении еля не может гореть: он гаснет, разливая вокруг себя дым зловонный» [5, с.216].

### **Необходима ли для спасения молитва Иисусова**

Святителю Игнатию (Брянчанинову) задают вопрос о том, возможно ли спасение без упражнения молитвой Иисусовой. Святитель Игнатий отвечает, что святые отцы говорят, что это возможно. Далее он продолжает: «Прп. Нил Сорский, ссылаясь на священномученика Петра Дамаскина, утверждает, что многие, не достигши бесстрастия, сподобились получить отпущение грехов и спасение. Святой Исихий, сказав, что без трезвения нет возможности избежать греха в мыслях, назвал блаженными и тех, которые воздерживаются от греха на деле. Он наименовал их насилующими Царство Небесное. Достижение же бесстрастия, освящения, или, что тоже, христианского совершенства, без стяжания умной молитвы невозможно: в этом согласны все отцы» [5, с.207].

Святитель Игнатий однозначно разделяет понятия спасения и совершенства. Во втором томе его сочинений есть статья, которая так и называется: «Слово о спасении и христианском совершенстве» [10, с.328].

Наш современник преподобный Паисий (Энепидис) пишет: «Наша цель не в том, чтобы стяжать непрестанную молитву, а в том, чтобы совлечься ветхого человека. Обратимся внутрь себя, познаем самих себя и предпримем подвиг для того, чтобы отдалить от себя страсти. А когда мы все же будем видеть в себе страсти, станем просить у Бога помощи. Если мы будем поступать так, то со временем у нас появится и привычка непрестанной молитвы. Не надо стараться приобрести молитву Иисусову механически» [14, с.506].

## **Современная практика Иисусовой молитвы описана в книге «В горах Кавказа»**

Уже давно в сети интернет и в печатных изданиях вышла книга авторства монаха Меркурия (Попова) «В горах Кавказа» [16]. Она состоит из дневниковых записей автора книги, который с конца 50-х годов до начала 90-х годов XX века подвизался в горах Кавказа. Книга оставляет после себя незабываемые впечатления. Она дышит духом подвижничества первых веков христианства. Главные темы книги – духовная брань и овладение молитвой Иисусовой. Приведем несколько цитат из книги: «Позже других непрестанная молитва появилась у брата-пчеловода. Это долгожданное состояние, о котором все имели лишь отвлеченное понятие из прочитанных аскетических книг, теперь вдруг возвеселило каждого поочередно, воодушевив надеждой на возможность дальнейшего преуспевания... Самодвижная непрестанная молитва пошла легко, при любом деле, без понуждения. Не прекращалась она и во время исполнения молитвенного правила. Приходящие помыслы без труда отсекались. Однако во сне никто из братьев этой молитвы в себе не ощущал. Она останавливалась» [16, с.117].

Удивительно, что как только подвижник попал в город, а потом в тюремную камеру, самодвижная молитва у него прекратилась. Хотя казалось, что в этой экстремальной ситуации ему в наибольшей степени необходима была непрестанная молитва. Вот, что он сам об этом пишет: «В камере брат-пчеловод неожиданно обратил внимание на то, что в городе еще до ареста у него прекратилось действие внутренней самодвижной Иисусовой молитвы. Это очень удивило его» [16, с.131]. Брат несколько раз пытался восстановить в себе непрестанную молитву, но даже наскоро из подручных материалов сделанные четки не помогали. Не менее удивительное случилось потом. Когда он опять оказался в горах, молитва возобновилась: «Через несколько минут отдыха он вдруг с удивлением почувствовал, что непрестанная молитва, которая по непонятной причине остановилась в городе, самопроизвольно, без всякого понуждения с его стороны, теперь вернулась вновь. Долго он сидел, прислушиваясь к этому загадочному и непостижимому явлению» [16, с.135]. Объяснению этому событию подвижник не нашел. Ведь, казалось, что, когда он находился в камере, Господь должен был бы для его подкрепления помочь с самодвижной молитвой.

В данном случае понятно, что молитва Иисусова – дар Божий. И Бог ее дарует тому, кому захочет, и тогда, когда захочет: «Дух дышит, где хочет, и голос его слышишь, а не знаешь, откуда приходит и куда уходит» (Иоан.3:8).

### **Краткие советы начинающему**

Первое, с чего нужно начинать путь к молитве Иисусовой, это благословение священника на количество прочитываемых в день молитв. Желательно иметь четки для того, чтобы не уходило внимание на подсчитывание молитв.

Можно иногда пробовать заменять утреннее или вечернее правило этой молитвой. Помнить, что в молитве нужно стремиться к пониманию, вниманию

и благоговению. Важно пытаться делать упор на качестве молитвы, а не на ее количестве. Увлечение только количеством молитв к добру не приведет.

Замечательным подспорьем в молитве Иисусовой служит акафист Иисусу Сладчайшему. Желательно прочитывать его хотя бы раз в неделю.

Молитва Иисусова не должна заменить все молитвенные правила, Евангелие, акафисты, каноны, Псалтырь. Для мирян она имеет вспомогательный характер. Ее можно читать где угодно – и на прогулке, и в транспорте, и на природе. Ее можно проговаривать вслух, а так же про себя. Важно постоянство и старание.

По слову святителя Феофана Затворника, молитва имеет неразрывную связь с нашей жизнью. Какова наша жизнь, такова и наша молитва. Если мы слишком привязаны к телефонным разговорам, телевизору, социальным сетям, то все это не позволит добиться успеха в молитве. Будем понемногу менять нашу жизнь для успеха в молитве.

Данный текст, посвященный молитве Иисусовой, представляет собой краткое введение в практику Иисусовой молитвы. Все желающие углубленно заниматься молитвой нуждаются в опытном наставнике. Углубленная практика Иисусовой молитвы без наставника может принести вред душе.

#### Литература

1. Варсонофий Оптинский Симфония к беседам преподобного оптинского старца Варсонофия – URL: [https://www.optina.ru/lec\\_vars/12/#1](https://www.optina.ru/lec_vars/12/#1)

2. Игнатий (Брянчанинов) свят. Избранные письма часть 2, Письмо 139 – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Ignatij\\_Vrjanchaninov/izbrannye-pisma/2](https://azbyka.ru/otechnik/Ignatij_Vrjanchaninov/izbrannye-pisma/2)

3. Игнатий (Брянчанинов) свят. Избранные письма часть 4, Письмо 268 – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Ignatij\\_Vrjanchaninov/izbrannye-pisma/4](https://azbyka.ru/otechnik/Ignatij_Vrjanchaninov/izbrannye-pisma/4)

4. Игнатий (Брянчанинов) свят. Избранные письма часть 4, Письмо 277 – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Ignatij\\_Vrjanchaninov/izbrannye-pisma/4](https://azbyka.ru/otechnik/Ignatij_Vrjanchaninov/izbrannye-pisma/4)

5. Игнатий (Брянчанинов) свят. О молитве Иисусовой / Аскетические опыты. – М.: Правило веры, 1993. – т.1 – 574 с.

6. Игнатий (Брянчанинов) свят. О молитве. / Аскетические опыты – М.: Правило веры, 1993. – т.1 – 574 с.

7. Игнатий (Брянчанинов) свят. О упражнении молитвою Иисусовой / Приношение современному монашеству. – М.: Правило веры, 1993. – 5 том – 416 с.

8. Игнатий (Брянчанинов) свят. Слово о молитве Иисусовой / Аскетические опыты. – М.: Правило веры, 1993. – т.2 – 416 с.

9. Игнатий (Брянчанинов) свят. Слово о поучении или памяти Божией / Аскетические опыты. – М.: Правило веры, 1993. – т.2 – 416 с.

10. Игнатий (Брянчанинов) свят. Слово о спасении и о христианском совершенстве / Аскетические опыты. – М.: Правило веры, 1993. – т.2 – 416 с.

11. Иерофей (Влахос) митр. Одна ночь в пустыне. Святой горы – Сергиев Посад: Изд. Свято-Троицкой Сергиевой Лавры, 2007. – 192 с.

12. Иосиф Ватопедский схимонах Аскеза – мать освящения – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Iosif\\_Vatopedskij/askeza-mater-osvjashhenija/6\\_15](https://azbyka.ru/otechnik/Iosif_Vatopedskij/askeza-mater-osvjashhenija/6_15)

13. Иосиф Ватопедский схимонах Афонские беседы – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Iosif\\_Vatopedskij/afonskie-besedy/1\\_4\\_9](https://azbyka.ru/otechnik/Iosif_Vatopedskij/afonskie-besedy/1_4_9)

14. Исаак иеромон. Житие Паисия Святогорца. – М.: Изд. дом «Святая гора», 2006. – 736 с.

15. Концевич И. Оптиная Пустынь и ее время – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Ivan\\_Koncevich/optina-pustyn/17](https://azbyka.ru/otechnik/Ivan_Koncevich/optina-pustyn/17)

16. Меркурий (Попов) монах. В горах Кавказа. М.: Паломник, 2011. – 521 с.

17. Паисий Святогорец прп. О молитве. – М.: Изд. дом «Святая гора», 2013. – т.6. – 288 с.

18. Рафаил (Карелин) арх. Беседа об Иисусовой молитве – URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Rafail\\_Karelin/na-puti-iz-vremeni-v-vechnost/29](https://azbyka.ru/otechnik/Rafail_Karelin/na-puti-iz-vremeni-v-vechnost/29)

19. Рафаил (Карелин) арх. Ответ на критику книги «Откровенные рассказы странника» проф. Осиповым – URL: <https://azbyka.ru/sravnenie-praktiki-molitvy-iisusovoj-po-trudam-svyatitelya-ignatiya-bryanchaninova-i-otkrovennym-rasskazam-strannika>.

**Носков Владимир Алексеевич**

**РЕЛИГИОЗНЫЙ ПОДТЕКСТ ВЛАСТИ**

*ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет», г. Белгород, Россия*

*Аннотация:* В статье исследуется диалектика взаимосвязи «текста» и «подтекста» в понимании власти. «Текст» обозначает проблему эффективности власти, а «подтекст» характеризует проблему религиозного обоснования легитимности власти.

*Ключевые слова:* власть, господство, политика, религия, текст, подтекст, рационализм, иррационализм, эффективность, легитимность.

**Noskov Vladimir Alexeyevich**

**RELIGIOUS SUBTEXT OF POWER**

*Belgorod State University, Belgorod, Russia*

*Summary:* The article explores the dialectics of the relationship between «text» and «subtext» in the understanding of power. «Text» denotes the problem of the effectiveness of power, and «subtext» characterizes the problem of the religious justification of the legitimacy of power.

*Keywords:* power, domination, politics, religion, text, subtext, rationalism, irrationalism, efficiency, legitimacy.

Как известно, «текст» несет в себе явные смыслы, а «контекст» – неявные смыслы, которые, однако, позволяют дать объемную (не плоскостную!) характеристику изучаемого явления, имея в виду, в частности, то, что олицетворяет собой власть. Поэтому с точки зрения текста правомерен вопрос «Что есть власть?», а с точки зрения контекста – вопрос «Что есть легитимная власть?» В первом случае подразумевается *социологическое* объяснение