

**Тематическое направление:**  
**ЕВАНГЕЛИЕ, БОГОСЛОВИЕ И ИСТОРИЯ РУССКОЙ**  
**ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ**

**Узунян Николай Александрович,**  
**Нифонтова Ольга Ивановна**  
**ПУТИ СОВЕРШЕНИЯ УМНОЙ МОЛИТВЫ В ОПЫТЕ ПОДВИЖНИКОВ**  
**ПРОШЛОГО И СОВРЕМЕННОСТИ**  
*ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»,*  
*г. Ростов-на-Дону, Россия;*  
*ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный*  
*исследовательский университет», г. Белгород, Россия*

*Аннотация:* В статье рассмотрены подходы к совершению умной молитвы в практике древних отцов и подвижников современности, проанализированы сходства и отличия этих подходов на примере сравнения молитвенных опытов святителя Игнатия Брянчанинова и Ефрема Святогорского. Обращено внимание на важность духовного наставника в молитвенном делании, а также на внутреннее единство подвижников древности и современности при всех кажущихся внешних различиях.

*Ключевые слова:* умная молитва, умное делание, архимандрит Ефрем Святогорский, святитель Игнатий Брянчанинов, Иисусова молитва.

**Uzunyan Nikolay Alexandrovich,**  
**Nifontova Olga Ivanovna**  
**WAYS OF PERFORMING INTELLIGENT PRAYER IN THE EXPERIENCE**  
**OF ASCETICS OF THE PAST AND PRESENT**  
*Don State Technical University,*  
*Rostov-on-Don, Russia;*  
*Belgorod State National Research University, Belgorod, Russia*

*Summary:* The article discusses approaches to the performance of intelligent prayer in the practice of ancient fathers and ascetics of our time, analyzes the similarities and differences of these approaches by comparing the prayer experiences of St. Ignatius Bryanchaninov and Ephraim Svyatogorsky. Attention is drawn to the importance of a spiritual mentor in prayer work, as well as to the inner unity of the ascetics of antiquity and modernity with all the apparent external differences.

*Keywords:* smart prayer, smart doing, Archimandrite Ephraim of Svyatogorsk, St. Ignatius Bryanchaninov, Jesus prayer.

Во все времена истории Церкви среди Православных христиан, стремящихся к глубине христианской жизни, не оскудевал интерес к призыванию имени Божия, к упражнению в умной Иисусовой молитве. Таких Богобоязненных молитвенников было всегда немного, но именно они составляли цвет христианского народа Божия. Сейчас, в XXI веке таких молитвенников стало еще меньше, поэтому они заслуживают особенного

внимания как уникальные носители святоотеческих традиций и учителя, способные дать практические наставления в умном делании и изложить их на языке, понятном для современных христиан.

Под умной молитвой, о которой идет речь в данной статье, понимается молитва, совершаемая при участии внимания ума и сердца к словам молитвы, когда молящаяся душа осознает то, о чём она молится своему Создателю и ощущает присутствие Бога, Которому молится. При этом необходимо сочетать свою молитву с добродетелью трезвения, то есть с отсечением греховных и суетных помыслов усилием ума.

Как правило, умная молитва имеет свое определённое словесное выражение, которое реализует призывание имени Господа Иисуса Христа, в силу чего молитва именуется Иисусовой. Звучит она следующим образом: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного». Или более кратко: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя, грешного».

Упражнение такой молитвой требует большого труда и понуждения себя со стороны молящегося человека.

Православные христиане в своей расположенности к непростому подвигу умной молитвы руководствовались и руководствуются заповедью Спасителя Иисуса Христа и Первоверховного Апостола Павла.

Перед Своими Крестными страданиями в Гефсиманском саду во время моления о Чаше, Господь Иисус Христос дал заповедь Своим Апостолам, а в их лице всем последующим христианам: «Бодрствуйте и молитесь, чтобы не впасть в искушение» (Мф. 26:41). В этом напутствии молитва сочетается с добродетелью трезвения, которая помогает делать молитву умной, осознанной, внимательной.

В первом послании к Фессалоникийцам апостол Павел призывал греческую паству к молитве следующим образом: «Всегда радуйтесь. Непрестанно молитесь. За всё благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе» (1 Фес. 5:16-17). Надо отметить, что фессалоникийцы не были монахами. Они были мирянами, и, следовательно, это повеление апостола не распространялось исключительно на монашеский чин, а обращено ко всем христианам.

В XIV веке великий богослов и учитель молитвы, архиепископ Фессалоникии (той самой местности, к людям которой некогда обращался Апостол Павел с призывом непрестанно молиться), святитель Григорий Палама растолковал эти слова апостола Павла буквально. Труд святителя, посвященный этому вопросу, носит соответствующее название: «О том, что всем вообще христианам надлежит непрестанно молиться» [6, с. 465-471].

Отметим, что для новоначальных христиан (ввиду их немощи) заповедь о непрестанной молитве может пониматься как понуждение себя к как можно более частой молитве.

Безусловно, для благотворного прохождения делания умной молитвы необходимо духовное руководство. Оно осуществляется поэтапно. В начале прибегают к чтению сохранившихся до наших дней святоотеческих письменных трудов, посвящённых умной молитве. Затем обязательно

требуется живое наставничество от духовного руководителя, являющегося хранителем традиций и практикующего умную трезвенную молитву.

В прежние века зарождения монашеского опыта, на рубеже IV-VI веков, в Православной Церкви просияло много подвижников и учителей умной молитвы. По сути, монашество времён своего зарождения было аутентично исихазму. А значит, все его основатели, которые являлись учителями монашества, были по определению и учителями умной молитвы. Традиция называет имена преподобных Антония Великого, Макария Великого, Пахомия Великого, Евфимия Великого. Эти, как и многие другие, святые отцы, оставили свои творения, собранные в 5 томах «Добротолюбия» [2, 3, 4, 5, 6].

Такие святоотеческие труды дают исчерпывающую информацию о том, как правильно надлежит совершать умную молитву Иисусову. Но с тех пор прошло около полутора тысяч лет, и то, что было совершенно ясно тогда, бывает не всегда понятно современным христианам в нынешнее время. Каждому веку необходим человек, способный растолковать наставления святых отцов на языке, понятном его современникам.

В XIX веке на небосклоне Русской Православной Церкви просиял великий учитель молитвы и покаяния святитель Игнатий Брянчанинов, который во многом решил проблему понимания древних святоотеческих текстов для своих современников. С одной стороны, он явился собирателем святоотеческой мысли опыта почти двух тысячелетий Церкви, с другой стороны, святитель Игнатий постарался переложить древние тексты святых отцов на современный и понятный русский язык. В этом смысле творения святителя Игнатия, посвящённые Иисусовой молитве (как и многим другим христианским добродетелям: христианскому смирению, нелицемерному покаянию, духовному плачу, нищете духовной и т.д.), имеют великую цену для всякого православного христианина, стремящегося к раскрытию молитвенного подвига в своей душе.

Всякому христианину, совершающему подвиг умного делания, хотелось бы, чтобы и в его время проживал учитель молитвы, носитель духовного опыта святых отцов древних веков. Это бы дало возможность не только читать письменные труды, руководствующие к правильному шествию молитвенным путём к Богу, но и иметь общение с таким живым наставником умной молитвы для назидания и совершенствования аскетических навыков.

В начале XXI века до недавнего времени жил такой наставник, архимандрит Ефрем Святогорский (почил в 2019 году). В отношении молитвы особенного внимания заслуживает его книга «Жемчужины подвижнической мудрости. Главы о молитве и послушании» [1], в которой выражен молитвенный опыт этого подвижника.

В целом учение архимандрита Ефрема об умной молитве совпадает со святоотеческим учением. Однако, есть и некоторое различие: архимандрит предлагает молиться сокращённой пятисловной формой молитвы «Господи Иисусе Христе, помилуй мя» вместо традиционной семи или восьмисловной «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя (грешного)». Сокращение молитвенной формулы способствует меньшему рассеянию ума, особенно на первых этапах молитвенного делания.

Кроме этого, архимандрит Ефрем в противоположность святителю Игнатию Брянчанинову, вместо медленного призывает к быстрому молитвенному темпу, который, с его точки зрения, помогает избавиться от лишних помыслов. Если святитель Игнатий Брянчанинов предостерегает подвижников от стремления к радости во время молитвы, то у Ефрема Святогорского молитвенная радость является неотъемлемой частью молитвенного делания: «С молитвой мы идём от одной радости к другой. Без молитвы – от падения к падению, от скорби к скорби; и тяжело обличение совести. Кратко сказать, за небольшой труд и боль в молитве мы получаем много радостотворной печали, умиления, слез и сладости присутствия Божия, чистейшего Его страха, который очищает ум и сердце и делает их непорочными» [1, с. 104-105].

Каждый из подвижников по-своему прав. Святитель Игнатий стремится предостеречь молящихся от впадения в прелесть, архимандрит Ефрем, - пытается привлечь христиан к молитвенному деланию, рассказывая о тех благах, которые получает молящийся. Некоторые различия в подходах к молитвенному деланию не затрагивают самого существа Иисусовой молитвы, при любых внешних различиях внутренняя суть молитвы остается одинаковой, принося молящемуся множество духовных благ. И делатели умной молитвы древних веков и современности достигают успехов при усердном правильном смиренном походе молитвенного подвига.

#### Литература

1. Архимандрит Ефрем Святогорец игумен афонского монастыря преподобного Филофея. Жемчужины подвижнической мудрости. Главы о молитве и послушании. Москва. 2001. 134 с.
2. Добротолюбие. В. 5 т. Том I. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2010. 608 с.
3. Добротолюбие. В. 5 т. Том II. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2010. 736 с.
4. Добротолюбие. В. 5 т. Том III. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2010. 448 с.
5. Добротолюбие. В. 5 т. Том IV. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2010. 608 с.
6. Добротолюбие. В. 5 т. Том V. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2010. 560 с.

**Чуева Юлия Александровна**

**СРЕДНЕВЕКОВЫЙ МИСТЕРИАЛЬНЫЙ ТЕАТР И ЕГО ВЛИЯНИЕ  
НА ОБРЯДЫ И ПРАВОСЛАВНОЕ БОГОСЛУЖЕНИЕ**  
*ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет», г. Белгород, Россия*

*Аннотация:* В статье рассматриваются основные церковные театральные действия, имевшие распространение в православной церкви в