**Митрополит Сурожский Антоний
БЕЗМОЛВНАЯ МОЛИТВА**

Молитва – это прежде всего встреча с Богом. Иногда мы ощущаем Божие присутствие, чаще всего смутно; но бывают периоды, когда мы можем поставить себя перед Богом только актом веры, совершенно не чувствуя Его присутствия. Дело не в степени нашего восприятия, не оно делает эту встречу возможной и плодотворной: должны быть выполнены другие условия, и основное из них – чтобы молящийся человек был реальным. Живя в обществе, мы даем проявляться самым различным граням нашей личности. Каждый из нас является одним человеком при одних обстоятельствах и совершенно иным при других: властным в условиях, где он – начальник, совершенно покорным дома, и опять-таки совсем иным среди друзей. Каждое “я” многосложно, но ни одно из этих ложных лиц, или тех, которые частью ложны, а частью подлинны, не является нашим истинным “я” в достаточной мере для того, чтобы стоять от нашего имени в присутствии Божием. Это ослабляет нашу молитву, создает разделенность ума, сердца и воли. Как говорит Полоний в “Гамлете”: “Верен будь себе; тогда, как утро следует за ночью, последует за этим верность всем”.

Нелегко бывает найти среди этих разнообразных личин и вне их свое подлинное “я”. Мы так не привыкли быть самими собой в сколько-нибудь глубоком и подлинном смысле, что нам кажется почти невозможным понять, откуда начать поиски. Однако все мы знаем, что бывают моменты, когда мы более, чем обычно, приближаемся к своему подлинному “я”; эти моменты следует замечать и тщательно анализировать, чтобы хоть приблизительно раскрыть, что же мы представляем собой в действительности. Обнаружить правду о самих себе нам обычно так трудно из-за нашего тщеславия, – и тщеславия самого по себе, и того, как оно определяет наше поведение. Тщеславие состоит в том, чтобы превозноситься чем-то, не имеющим никакой ценности, и зависеть в своем суждении о себе, а следовательно, и во всем своем отношении к жизни, от мнения людей, которое не должно бы иметь для нас такого веса. Тщеславие – это состояние зависимости от реакции людей на нашу личность.

Тщеславие – первый враг, с которым следует бороться, хотя, как говорят Отцы, он же и последний, который бывает побежден. Пример побежденного тщеславия мы находим в рассказе о Закхее (Лк. 19: 1-10), и он может многому научить нас. Закхей был богатым человеком, занимавшим высокое социальное положение; он был чиновником Римской империи, сборщиком податей, и должен был бы держать себя соответственно своему положению. Он был знатным гражданином в своем городке; взгляд на вещи, который можно выразить словами “что скажут люди?”, мог удержать его от встречи со Христом. Но когда Закхей услышал, что Христос проходит через Иерихон, ему неудержимо захотелось Его увидеть, и он забыл, что может показаться смешным – а это для нас хуже очень многих зол; и этот почтенный гражданин побежал и взобрался на дерево! Его могла видеть вся толпа, и, без сомнения, многие смеялись. Но так сильно было его желание увидеть Иисуса, что он забыл подумать, что скажут другие; на короткое время он перестал зависеть от чужого мнения и в этот момент был полностью самим собой; это был Закхей-человек, а не Закхей-мытарь или Закхей-богач или Закхей-гражданин.

Унижение – один из путей, которым мы можем отучиться от тщеславия, но если унижение не принимается добровольно, оно может только усилить чувство обиды и сделать нас даже еще более зависимыми от мнения других людей. Высказывания о тщеславии у Иоанна Лествичника и Исаака Сирина как будто противоречат друг другу: один говорит, что тщеславия можно избежать только через гордость; другой – что путь лежит через смирение. Оба говорят это в определенном контексте, а не как абсолютную истину; но эти суждения позволяют нам увидеть, что есть общего в обеих крайностях, а именно: становимся ли мы гордыми или смиренными, мы не обращаем больше внимания на человеческое мнение, в обоих случаях мы его просто не замечаем. В жизни аввы Дорофея есть пример, иллюстрирующий первое положение.

Приближаясь к монастырю, о котором он имел попечение, авва Дорофей увидел нескольких братьев, насмехавшихся над очень молодым монахом, который совершенно не обращал на них внимание, и поразился невозмутимостью юноши. У Дорофея был большой опыт трудностей духовной борьбы, и это показалось ему несколько подозрительным. Он спросил монаха, как тот сумел в столь юном возрасте достигнуть такого бесстрастия. Ответ был: “Зачем я стану обращать внимание на лающих псов? Я не замечаю их, судьей себе я признаю одного Бога”. Это пример того, как гордость может сделать нас независимыми от мнения других людей. Гордость – это положение, когда мы ставим себя в центр всего, делаем себя критерием истины, добра и зла, подлинной ценности вещей, и тогда мы свободны от чужих суждений, а также свободны от тщеславия. Но лишь абсолютная гордость может истребить тщеславие полностью, а абсолютная гордость, к счастью, вне наших человеческих возможностей.

Другой путь – смирение. В основе своей смирение – это положение того, кто всегда стоит перед судом Божиим. Это положение того, кто – как прах земной. Латинское слово humilitas – смирение – происходит от humus – плодородная земля. Плодородная земля лежит, никем не замечаемая, как что-то, само собой разумеющееся; она у всех под ногами, все могут попирать ее; она молчалива, неприметна, темна и, однако же, всегда готова принять семя, дать ему плоть и жизнь. Чем ниже – тем плодороднее, потому что почва становится действительно плодородной, когда принимает все, что отвергает земля. Она лежит так низко, что ничто уже не может загрязнить, унизить, уничижить ее; она приняла последнее место, ниже идти некуда. В таком положении ничто не может нарушить душевной ясности, мира и радости.

Бывают моменты, которые вырывают нас из состояния зависимости от реакции на нас других людей; это моменты глубокого горя или также подлинной, всепоглощающей радости. Когда царь Давид плясал перед ковчегом Завета (2 Цар. 6: 14), многие, как дочь Саула Мелхола, думали, что царь ведет себя очень непристойно. Они, вероятно, улыбались или в замешательстве отворачивались. Но он был слишком переполнен радостью, чтобы замечать это. То же происходит и в горе: когда оно подлинно и глубоко, человек становится подлинным; позирование, сознательное и несознательное, забывается, и именно это так драгоценно в горе – и в нашем собственном и в чужом.

Трудность в том, что когда мы подлинны, потому что находимся в радости или в горе, мы не склонны и не способны наблюдать за собой, замечать те черты своей личности, которые проявляются в это время. Но есть момент, когда мы еще проникнуты достаточно глубоким чувством для того, чтобы быть подлинными, но уже настолько вышли из состояния экстаза радости или горя, чтобы поразиться контрасту между тем, что мы представляем собой в этот момент, и тем, чем являемся обычно; тогда мы ясно видим свою глубину и свою поверхностность. Если мы внимательны, если мы не переходим бездумно из одного состояния ума и сердца в другое, забывая все по мере того, как оно проходит, мы можем постепенно научиться сохранять те характерные черты нашего подлинного “я”, которые выступили на мгновение.

Многие духовные писатели говорят, что мы должны стараться найти Христа в себе. Христос – совершенный, всецело подлинный человек, и мы можем начать обнаруживать, что в нас есть подлинного, раскрывая, что в нас есть сродного Ему. Есть в Евангелии места, против которых мы восстаем, и другие, от которых сердце наше горит в нас (Лк. 24: 32). Если мы отметим те места, которые вызывают в нас возмущение, и те, которые мы всем сердцем принимаем как истинные, мы уже обнаружим в самих себе две крайности; коротко говоря – антихриста и Христа в себе. Мы должны принять во внимание обе категории и сосредоточиться на тех местах, которые близки нашему сердцу, потому что мы можем быть уверены, что хотя бы в этой одной точке мы сродни Христу, что эта точка, в которой человек уже – не во всей полноте, разумеется, но хотя бы в зачатке – подлинный человек, образ Христа. Недостаточно, однако, чтобы то или иное место Евангелия взволновало нас эмоционально или вызвало полное согласие нашего ума, – мы должны воплотить в себе слова Христовы. Нас может что-то затронуть и, тем не менее, мы можем отступиться от всего, что думали и чувствовали, при первом же случае, который представится нам для практического применения открытой нами истины.

Бывают моменты, когда мы расположены мириться со своими врагами; но если человек отказывается идти нам навстречу, наше миротворческое настроение быстро сменяется воинственным. Так случилось с Миусовым в “Братьях Карамазовых” Достоевского. Он только что был груб и нетерпим с окружающими, затем восстановил в себе чувство собственного достоинства, начав все заново, но неожиданная наглость Федора Павловича снова изменила его чувства, и “Петр Александрович из самого благодушного настроения перешел немедленно в самое свирепое. Все, что угасло было в его сердце и затихло, разом воскресло и поднялось”.

Недостаточно поразиться местами, которые кажутся нам столь верными; должна последовать борьба за то, чтобы в каждое мгновение нашей жизни быть тем, чем мы бываем в лучшие моменты, и тогда мы постепенно сбросим с себя все поверхностное и станем более реальными и более истинными; как Христос есть сама истина и сама реальность, так и мы будем все больше и больше становиться тем, что есть Христос. Дело не во внешнем подражании Христу, но в том, чтобы внутренне быть тем, что Он есть. Подражание Христу – это не внешнее копирование Его поведения или Его жизни; это трудная и сложная борьба.

В этом различие между Ветхим и Новым Заветом. Заповеди Ветхого Завета были правилами жизни, и кто точно соблюдал эти правила, тот становился праведным; однако он не мог извлечь из них вечной жизни. Заповеди же Нового Завета, напротив, никогда не делают человека праведным. Христос сказал однажды Своим ученикам: *Когда исполните все повеленное вам, говорите: мы рабы, ничего не стоящие, потому что сделали, что должны были сделать* (Лк. 27: 10). Но когда мы выполняем заповеди Христовы не просто как правила поведения, а потому что воля Божия пропитала наше сердце, или даже когда мы просто принуждаем свою злую волю выполнять их внешним образом и стоим в покаянии, зная, что нет в нас ничего, кроме этого внешнего принуждения, мы постепенно вырастаем в познании Бога – внутреннее, а не интеллектуальное , не рационалистическое или академическое.

Человек, ставший реальным и истинным, может стоять перед Богом и приносить молитву с абсолютным вниманием, в единстве ума, сердца и воли, когда тело находится в полном согласии с движениями души. Но пока мы не достигли такого совершенства, мы все же можем стоять в присутствии Божием, сознавая, что мы частью реальны, а частью нереальны, и приносить Ему все, что можем, но в покаянии – исповедуя, что все еще так нереальны и так не способны к целостности. Ни в какие моменты нашей жизни, – ни тогда, когда мы еще совсем далеки от внутреннего единства, ни тогда, когда мы уже на пути к нему, мы не лишены возможности стоять перед Богом. Но вместо того, чтобы стоять в полном единстве, дающем нашей молитве импульс и силу, мы можем стоять в своей слабости, признавая ее и будучи готовы нести ее последствия.

Один из Оптинских старцев, Амвросий, сказал однажды, что есть две категории людей, которые спасутся: те, которые грешат и достаточно сильны, чтобы покаяться, и те, кто слишком слаб даже для того, чтобы истинно каяться, но готов терпеливо, смиренно и с благодарностью нести всю тяжесть последствий своих грехов; в своем смирении они угодны Богу.

Бог всегда истинен, всегда – Он Сам, и если бы мы могли стоять перед Ним таким, каков Он есть, лицом к лицу, и воспринимать Его объективную реальность, все было бы проще; но мы ухитряемся субъективно затуманивать эту истину, эту реальность, перед которой стоим, и заменять подлинного Бога бледным Его изображением, хуже того – Богом, Который нереален из-за нашего одностороннего и убогого представления о Нем.

Когда нам предстоит с кем-нибудь встретиться, подлинность встречи зависит не только от того, чем являемся мы и чем является другой, но во многом и от предвзятого представления, которое мы создали себе о другом человеке. В таком случае мы говорим не с реальным лицом, а с тем представлением о нем, которое сами себе создали, и жертве этой предвзятости обычно приходится употребить большие усилия, чтобы пробиться через это представление и установить подлинные отношения.

У каждого из нас есть сложившееся представление о Боге; как бы возвышенно, прекрасно и даже истинно ни было это представление в своих составных частях, если мы не будем осторожны, оно встанет между нами и подлинным Богом и может превратиться просто в идола, перед которым мы будем молиться и который заслонит от нас подлинного Бога. Так, в частности, случается, когда мы обращаемся к Богу с какой-либо просьбой или с молитвой о ком-то; тогда мы приходим к Богу не как к тому, с кем хотим поделиться своими трудностями, в чью любовь верим и от кого ожидаем решения; но мы приходим, желая видеть Бога в определенном аспекте, и направляем свои молитвы не к Богу, а к тому понятию о Боге, которое в данный момент нас устраивает.

Мы должны приходить к Богу не для того, чтобы испытать те или иные эмоции или пережить мистический опыт. Мы должны приходить к Богу, просто чтобы находиться в Его присутствии, и если Он захочет сделать Свое присутствие ощутимым для нас – благословен Бог, но если Он захочет, чтобы мы испытали Его подлинное отсутствие – и тогда благословен Бог, потому что, как мы видели, Он свободен приблизиться или не приблизиться к нам. Он так же свободен, как и мы. Если мы не приходим в присутствие Божие, это значит, что заняты чем-то, что привлекает нас больше, чем Он; если же Он не делает явным Своего присутствия, то для того, чтобы мы узнали что-то новое о Нем или о себе самих. Но и отсутствие Божие, которое мы можем испытывать в своих молитвах, чувство, что Его здесь нет, также есть один из аспектов взаимоотношений с Ним, и аспект очень ценный.

Чувство отсутствия Божия мы можем испытать по Его воле; Он может пожелать, чтобы мы тосковали по Нему и узнали, как дорого Его присутствие, давая нам познать на опыте, что такое предельное одиночество. Но часто наш опыт отсутствия Божия является результатом того, что мы сами не даем себе возможности ощутить Его присутствие. Одна женщина, четырнадцать лет занимавшаяся Иисусовой молитвой, жаловалась, что у нее никогда не было чувства, что Бог здесь. Но когда ей указали на то, что в своей молитве она сама говорит, не умолкая, она согласилась несколько дней стоять перед Богом молча. И когда она так сделала, то почувствовала, что Бог здесь, что тишина, ее окружавшая, была не пустотой, не отсутствием шума или движения, но что это безмолвие было насыщенным; это было нечто не отрицательное, а положительное; это было присутствие, – присутствие Бога, Который ей дал Себя узнать, сотворив такую же тишину и в ней. И тогда она обнаружила, что молитва возобновилась в ней сама собой, но это уже не был тот словесный шум, который препятствовал Богу открыть Себя.

Если бы мы были смиренны или хотя бы разумны, то не ждали бы, что раз мы решили молиться, то сразу же познаем опыт святого Хуана де ла Крус, святой Терезы или преподобного Серафима Саровского. Впрочем, мы не всегда жаждем пережить то, что испытывали святые; часто нам просто хочется снова пережить то, что мы сами испытали ранее; но если мы сосредоточимся на прежнем опыта, он может закрыть от нас тот новый опыт, который должен был бы последовать естественным образом. Что бы мы ни пережили, оно принадлежит прошлому и связано с тем, чем мы были вчера, а не с тем, что представляем собой сегодня. Мы молимся не для того, чтобы испытать то или иное переживание, услаждающее нас, но для того, чтобы встретить Бога, со всеми возможными последствиями этой встречи; или же чтобы принести Ему то, что мы хотели принести, и предоставить Ему сделать с этим все, что Он Сам захочет.

Нам надо также помнить, что мы всегда должны приближаться к Богу с сознанием, что мы Его не знаем. Мы должны приближаться к непостижимому, таинственному Богу, Который открывает Себя так, как хочет; когда бы мы ни приходили к Нему, мы находимся перед Богом, Которого еще не знаем. Мы должны быть открыты для всякого проявления Его Личности и Его присутствия.

Мы можем многое знать о Боге из своего собственного опыта, из опыта других, из писаний святых и учения Церкви, из свидетельства Священного Писания; мы можем знает Его благим, смиренным, знать, что Он – огонь палящий, что Он – наш Судия, что Он – наш Спаситель, и многое другое; но мы должны помнить, что в любое время Он может открыть Себя таким, каким мы Его никогда не знали, даже в рамках этих общих категорий. Мы должны благоговейно стоять перед Ним и быть готовыми встретить Того, Которого встретим, – Бога, Который нам уже знаком, или Бога, Которого мы даже не узнаем. Он может дать нам какое-то понимание того, что Он есть, и это окажется совершенно не тем, чего мы ожидали. Мы надеемся встретить Иисуса кроткого, сострадательного, любящего, а встречаем Бога, Который судит и осуждает нас и не допускает нас близко в настоящем нашем состоянии. Или же мы приходим в покаянии, ожидая, что будем отвергнуты, и встречаем сострадание. На каждом этапе Бог для нас частично известен и частично неизвестен. Он Себя открывает – и в этой мере мы Его знаем, но мы никогда не познаем Его полностью, всегда будет оставаться божественная тайна, сердце тайны, куда мы никогда не будем способны проникнуть.

Познание Бога может быть дано и принято только в общении с Богом, только если мы разделяем с Богом то, что Он есть, в той мере, в какой Он приобщает нас к Себе. Буддийская мысль иллюстрирует это рассказом о соляной кукле.

Соляная кукла после долгого путешествия по суше пришла к морю и обнаружила нечто такое, чего никогда прежде не видела, и не могла понять, что это. Она стояла на твердой почве, плотная маленькая кукла из соли, и видела, что есть другая почва, подвижная, неверная, шумная, странная и неведомая. Она спросила море: “Кто ты?” И оно сказало: “Я – море”. Кукла спросила: “Что такое море?” И ответ был: “Это я”. Тогда кукла сказала: “Я не могу понять, а хотела бы; но как?” Море ответило: “Коснись меня”. Кукла робко выставила вперед ногу, прикоснулась к воде и испытала странное впечатление, будто что-то начало становиться познаваемым. Она вынула ногу из воды и увидела, что у нее нет пальцев; испугавшись, она сказала: “Где же мои пальцы, что ты со мной сделало?” И море сказало: “Ты отдала нечто для того, чтобы понять”. Постепенно вода смывала у куклы частицы ее соли, а кукла заходила все дальше и дальше в море, и в каждое мгновение у нее было чувство, что она узнает все больше, но все-таки не может сказать, что такое море. Она заходила все глубже и растворялась все больше, повторяя: “Но что же такое море?” Наконец, последняя волна растворила остатки ее, и кукла сказала: “Это я!” Она познала море, но не воду.

Не проводя абсолютной параллели между буддийской куклой и христианским познанием Бога, мы можем найти в этом маленьком рассказе много правды. Святой Максим приводит пример раскаленного докрасна меча: меч не знает, где кончается огонь, и огонь не знает, где начинается меч, так что можно, говорит Максим, резать огнем и жечь железом. Кукла познала, что такое море, когда при всей своей малости она стала простором моря. Так бывает и с нами, когда мы входим в познание Бога: не мы вмещаем в себе Бога, но сами содержимся в Нем, и в этой встрече с Богом становимся самими собой, обретая покой в Его беспредельности.

Святой Афанасий Великий говорит, что восхождение человека к обожению начинается с момента его сотворения. С самого начала Бог дает нам нетварную благодать, чтобы мы могли достигнуть единения с Ним. С православной точки зрения не существует “естественного человека”, которому подается благодать как какое-то добавление. Первое слово Божие, вызвавшее нас из небытия, было и первым нашим шагом к исполнению нашего призвания, дабы Бог был во всем и мы в Нем, как и Он в нас.

Мы должны быть готовы к тому, что наш последний шаг в отношениях с Богом будет актом чистого поклонения, лицом к лицу с тайной, в которую мы не сможем проникнуть. Мы вырастаем в познание Бога постепенно, из года в год, до конца нашей жизни, и будем продолжать то же и в вечности, никогда не достигая точки, когда смогли бы сказать, что теперь знаем все, что можно познать о Боге. Этот процесс постепенного познания Бога приводит к тому, что в каждое мгновение мы стоим со своим прошедшим опытом перед тайной Бога познаваемого и все еще неведомого. То малое, что мы знаем о Боге, затрудняет для нас познание большего, потому что большее нельзя просто прибавить к меньшему; каждая встреча влечет за собой такое изменение перспективы, что все, что мы знали раньше, становится почти неверным в свете того, что мы узнали после.

Это справедливо и в отношении всякого знания, которое мы приобретаем: каждый день мы научаемся чему-то в области естественных или гуманитарных наук, но приобретенное знание имеет смысл только потому, что приводит нас к черте, за которой лежит нечто, что нам еще предстоит узнать. Если мы остановимся и будем повторять то, что уже знаем, мы только попросту потеряем время. И так, если мы желаем встретить в молитве реального Бога, нам надо прежде всего понять, что все приобретенное прежде знание привело нас к тому, чтобы стоять перед Ним. Все это ценно и значительно, но если мы не будем идти вперед, это знание перестанет быть реальной жизнью, но превратится в призрачную, бледную тень; это будет воспоминание, а жить воспоминаниями невозможно.

В наших отношениях с людьми мы неизбежно поворачиваем лишь одну грань своей личности к одной грани личности другого; это может быть хорошо, если ведет к установлению контакта; это может быть плохо, когда мы делаем так, чтобы использовать слабости другого. Мы и к Богу поворачиваем также одну свою грань, ту, которая ближе всего к Нему, доверчивую или любящую сторону. Но мы должны помнить, что никогда не встречаемся с одной только гранью Бога: мы встречаем Бога в Его целостности.

Приступая к молитве, мы надеемся почувствовать Бога, как кого-то, кто здесь присутствует, надеемся, что наша молитва будет если не диалогом, то, по крайней мере, речью, обращенной к тому, кто слушает. Мы боимся, что можем не ощутить вообще никакого присутствия, и будем говорить, словно в пустоту, где никто не слушает, не отвечает, не интересуется. Но это чисто субъективное впечатление; если мы сравним свой молитвенный опыт со своими обычными повседневными человеческими контактами, мы можем вспомнить, что иногда человек очень внимательно слушает нас, а нам кажется, что слова наши падают в пустоту. Наша молитва всегда достигает Бога, но не всегда ответом на нее бывает чувство радости или мира.

Когда мы говорим о “стоянии” перед Богом, то всегда думаем, что вот здесь – мы, а вон там, вне нас – Бог. Если мы ищем Бога вверху, перед собой или вокруг, то не найдем Его. Святой Иоанн Зластоустый говорит: “Найди дверь внутренней горницы души твоей, и ты увидишь, что это дверь в Царствие Небесное”. Преподобный Ефрем Сирин говорит, что когда Бог создал человека, то вложил в самую сокровенную глубину его все Царство, и задача человеческой жизни – копать достаточно глубоко, чтобы обнаружить это сокровище. Поэтому, чтобы найти Бога, мы должны копать в поисках этой внутренней горницы, этого места, где в самой нашей глубине присутствует все Царствие Божие, где Бог и мы можем встретиться. Лучшее орудие, орудие, которое пройдет через все препятствия – это молитва. Суть задачи в том, чтобы молиться внимательно, просто и правдиво, не заменяя подлинного Бога никаким ложным богом, идолом, плодом нашего воображения и не стараясь предвосхитить какое-либо мистическое переживание. Сосредоточиваясь на том, что мы произносим, веря, что каждое наше слово доходит до Бога, мы можем употреблять свои собственные слова или слова великих духом людей, выражающие лучше, чем это можем сделать мы, то, что мы чувствуем или смутно ощущаем в себе самих. Не во множестве слов мы будем услышаны Богом, а в их правдивости. Обращаясь к Богу со своими собственными словами, мы должны говорить как можно более точно, стремясь не к краткости и не к пространности, а к правдивости.

Бывают моменты, когда молитва льется легко и свободно, и другие моменты, когда у нас появляется чувство, что источник ее высох. Тогда нужно пользоваться молитвами, которые составлены другими людьми и где выражено в основных чертах все то, во что мы верим, даже если в данный момент это и не оживлено для нас глубоким откликом нашего сердца. В такое время наша молитва должна быть двойным актом веры, – веры не только в Бога, но и в самих себя; мы должны поверить в свою веру, которая в данный момент померкла, хотя и является частью нас самих.

Но бывает и так, что нам не нужны никакие молитвенные слова, ни наши собственные, ни чьи бы то ни было, и тогда мы молимся в совершенном безмолвии. Совершенное безмолвие – это идеальная молитва, при условии, однако, что это подлинное безмолвие, а не мечтательность. Мы очень мало знаем по опыту, что такое глубокое безмолвие тела и души, когда в душе царит совершенная тишина, когда совершенный мир наполняет тело, когда прекращается всякая суета и движение и мы стоим перед Богом до конца открытыми в акте поклонения. Бывают моменты, когда мы чувствуем себя физически хорошо, нам не хочется напрягать ум, мы устали от слов, потому что уже столько произносили их; нам не хочется шевелиться, и мы испытываем радость в этом хрупком равновесии; это тот предел, где можно соскользнуть в мечтательности. Внутреннее безмолвие – это отсутствие всякого внутреннего движения мыслей или эмоций, но это состояние полной бдительности, открытости к Богу. Мы должны, когда можем, хранить полное безмолвие, но никогда не следует допускать, чтобы оно перерождалось в чувство простого удовлетворения. Чтобы уберечься от этого, великие наставники Православия учат нас никогда не оставлять совсем обычных форм молитвы, потому что даже те, кто достиг этого созерцательного безмолвия, прознавали необходимым, когда чувствовали опасность духовного расслабления, вновь употреблять слова молитвы, пока молитва не восстановит в душе безмолвие.

Греческие Отцы считали это безмолвие, которое они называли “исихия”, – и исходным моментом, и венцом молитвенной жизни. Безмолвие – это состояние, когда все силы души и тела пребывают в полном мире, спокойствии, собранности, в состоянии совершенной бдительности и в то же время свободы от всякой суеты и движения. В творениях многих Отцов мы находим образ пруда: пока на поверхности пруда рябь, ничто не может в нем верно отразиться – ни деревья, ни небо; когда же поверхность его совсем спокойна, в нем совершенно точно отражаются небо и деревья на берегу, и все в этом отражении так же четко, как в действительности.

Отцы употребляют и другой образ: пока не осядет ил, поднявшийся со дна пруда, вода не прозрачна и сквозь нее ничего нельзя увидеть. Оба эти сравнения относятся к состоянию человеческого сердца. *Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят*(Мф. 5: 8).

Пока в душе нет тишины, не может быть видения; но когда тишина поставит нас в присутствие Божие, наступает безмолвие совсем иного рода, гораздо более абсолютное: безмолвие души, которая не только пребывает в тишине и собранности, но которую присутствие Божие удерживает в трепете благоговейного поклонения, безмолвие, в котором, по слову Юлиании Норичской, “молитва соединяет душу с Богом”.

**МОЛИТВА ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ**

Мы все – начинающие, и я не собираюсь проводить курс лекций, но просто хочу поделиться кое-чем из того, что я узнал, частью из собственного опыта, а еще больше, пожалуй, из опыта других.

Молитва о своей сути – встреча, встреча души и Бога; но для того, чтобы встреча стала реальной, обе личности, которые в ней участвуют, должны быть действительно самими собой. Между тем, мы в огромной степени нереальны, и Бог, в наших взаимоотношениях, так часто нереален для нас: мы думаем, что обращаемся к Богу, а на деле обращаемся к образу Бога, созданному нашим воображением; и мы думаем, что стоим перед Ним со всей правдивостью, тогда как на деле выставляем вместо себя кого-то, кто не является нашим подлинным “я”, – актера, подставное лицо, театральный персонаж. Каждый из нас представляет собой в одно и то же время несколько разных личностей; это может быть очень богатым и гармоничным сочетанием, но может быть и весьма неудачным соединением противоречащих друг другу личностей. Мы бываем различными в зависимости от обстоятельств и окружения: разные лица, встречающиеся с нами, знают в нас совершенно различных людей, по русской пословице: “Молодец против овец, а против молодца и сам овца”. Как часто это бывает: каждый из нас может вспомнить среди своих знакомых даму, которая - сама любезность с чужими и сущая фурия у себя дома, или грозного начальника, который в семейном кругу – воплощение кротости.

В деле молитвы первая наша трудность – найти, какая из наших личностей должна выступить для встречи с Богом. Это непросто, потому что мы настолько не привыкли быть самими собой, что искренне не знаем, которая из всех личностей и есть это подлинное “я”. И мы не знаем, как его найти. Но если бы мы посвящали несколько минут в день на то, чтобы вдуматься в свои поступки и отношения с людьми, то, возможно, очень приблизились бы к открытию этого; мы заметили бы, каким человеком мы были при встрече с таким-то и таким-то, и кем – уже совсем другим – когда делали то или это. И мы могли бы спросить себя: когда же я был действительно самим собой? Может быть, никогда, может быть, лишь на долю секунды или до известной степени при особых обстоятельствах, с определенными людьми. И вот, в эти пять или десять минут, которые вы можете выделить, – а я уверен, что на протяжении дня это может каждый,– вы обнаружите, что нет для вас ничего более скучного, чем остаться наедине с самим собой. Обычно мы живем как бы отраженной жизнью. Дело не только в том, что мы представляем собой, в зависимости от обстоятельств, целую серию разных личностей, но и самая жизнь, которая в нас есть, очень часто вовсе не наша, – это жизнь других людей. Если вы заглянете в самих себя и решитесь спросить себя, как часто вы поступаете, исходя из самых глубин своей личности, как часто вы выражаете свое истинное “я”, то увидите, что это бывает очень редко. Слишком часто мы погружены в разные пустяки, которые окружают нас; так вот, в течение этого времени, этих кратких минут сосредоточенности надо оставить все, что не является жизненно важным.

Вы рискуете, конечно, в таком случае, что вам будет скучно наедине с самим собой; ну что ж, пусть будет скучно. Но это не означает, что ничего не остается в нас, потому что в глубине нашего существа мы созданы по образу Божию и это совлечение всего ненужного очень похоже на расчистку прекрасной древней стенной живописи или картины великого мастера, которую в течение веков, поверх подлинной красоты, созданной мастером, закрашивали лишенные вкуса люди. Сначала чем больше мы расчищаем, тем больше появляется пустоты, и нам кажется, что мы только напортили там, где было хоть несколько красоты; пусть немного, но хоть сколько-то. А затем мы начинаем открывать подлинную красоту, которую великий мастер вложил в свое произведение; мы видим убожество, затем промежуточную путаницу, но в то же время можем предугадать и подлинную красоту. И тогда мы обнаруживаем, что мы такое: убогое существо, которое нуждается в Боге, но нуждается в Нем не для того, чтобы заполнить пустоту, а для того, чтобы встретиться с Ним.

Итак, приступим к этому и, кроме того, каждый вечер в течение недели будем молиться такими, очень простыми словами:

**“Помоги мне, Боже, освободиться от всего поддельного и найти мое подлинное “я”.**

Горе и радость, эти два великих дара Божиих, часто бывают моментом встречи с самим собой, когда мы оставляем все свои обезьяньи уловки и становимся неуязвимыми, недосягаемыми для всей лжи жизни.

Следующая наша задача – исследовать проблему реального Бога, ибо совершенно очевидно, что если мы решаем обращаться к Богу, этот Бог должен быть реален. Все мы знаем, что такое классный наставник для школьника; когда школьник должен к нему явиться, он идет к нему только как к классному руководителю, и пока он не вырастет и не выйдет из-под его власти, ему никогда не приходит в голову, что классный руководитель – человек. Школьник думает о нем в категориях его функций, но это лишает личность наставника всех человеческих черт, и потому никакой человеческий контакт с ним невозможен.

Другой пример: когда юноша влюблен в девушку, он наделяет ее всевозможными совершенствами; но она может не иметь ни одного из них и очень часто это существо, сфабрикованное из ничего, и в самом деле есть “ничто”, облеченное в несуществующие достоинства. Здесь опять-таки не может быть контакта, потому что юноша обращается к кому-то несуществующему. Это верно и в отношении Бога. У нас имеется определенный запас мысленных или зрительных образов Бога, собранный из книг, приобретенный в храме, из того, что мы слышали от взрослых, когда были детьми, а возможно, и от священнослужителей, когда стали старше. И очень часто эти образы не дают нам встретить реального Бога. Они не совсем ложны, потому что в них есть доля истины, и вместе с тем они совершенно не соответствуют реальному Богу. Если мы хотим встретить Бога, мы должны, с одной стороны, пользоваться знанием, которое мы приобрели, будь то лично, будь то посредством чтения, слышания, слушания, но, кроме того, идти и дальше.

Сегодняшнее наше знание о Боге есть результат вчерашнего опыта, и если мы будем обращаться лицом к Богу такому, каким мы Его знаем, мы всегда будем поворачиваться спиной к настоящему и будущему, глядя только на свое собственное прошлое. Поступая так, мы пытаемся встретить не Бога, а то, что уже знаем о Нем. Это иллюстрирует функцию богословия, поскольку богословие – это все наше человеческое знание о Боге, а не то малое, что мы лично уже постигли и узнали о Нем. Если вы хотите встретиться с Богом таким, каков Он есть в действительности, вы должны приходить к Нему с известным опытом, чтобы он подвел вас ближе к Богу, но затем оставить этот опыт и стоять не перед Богом, Которого вы знаете, а перед Богом, вместе уже известным и еще неведомым.

Что же будет дальше? Нечто совсем простое: Бог, Который свободен прийти к вам, отозваться, ответить на ваши молитвы, может прийти и дать вам почувствовать, ощутить Свое присутствие; но Он может и не сделать этого; Он может дать вам почувствовать Свое реальное отсутствие, и этот опыт столь же важен, как и первый, потому что в обоих случаях вы прикасаетесь к реальности Божиего права отозваться или не отозваться.

Итак, постарайтесь найти свое подлинное “я” и поставить его лицом к лицу перед Богом, таким, каков Он есть, отказавшись от всех ложных образов или идолов Бога. И чтобы помочь вам в этом, чтобы дать вам опору в этом усилии, я предлагаю вам в течение одной недели молиться следующими словами:

**“Помоги мне, Боже, освободиться от всякого ложного Твоего образа, чего бы мне это ни стоило”.**

В поисках своего подлинного “я” мы можем испытать не только скуку, о которой я говорил, но и ужас, и даже отчаяние. Эта нагота души приводит нас в чувство; тогда-то мы и можем начать молиться. Первое, чего следует избегать – лжи Богу; это кажется совершенно очевидным, и все же мы не всегда делаем так. Будем говорить с Богом откровенно, скажем Ему, кто мы таковы; не потому что Он не знает этого; но одно дело – принимать тот факт, что кто-то нас любящий знает все о нас, и совсем другое – иметь мужество и подлинную любовь к этому лицу, чтобы говорить с ним правдиво и сказать ему все о себе. Скажем Богу откровенно, что нам не по себе, когда мы вот так стоим перед Ним, что у нас нет настоящего желания встретиться с Ним, что мы устали и предпочли бы лечь спать. Но при этом надо остерегаться вольности или просто дерзости: Он – Бог наш. После этого лучше всего было бы радостно оставаться в Его присутствии, как мы бываем с горячо любимыми людьми, с которыми у нас существует подлинная близость. Мы не испытываем такой радости и такой близости с Ним, чтобы просто сидеть и смотреть на Него и быть счастливыми. А если уж нам приходится говорить, то пусть это будет подлинный разговор. Переложим все наши заботы на Бога, и, рассказав Ему все, так, чтобы Он это узнал от нас самих, оставим попечение о своих заботах, передав их Богу. Теперь, когда Он посвящен в наши заботы, нам не о чем больше беспокоиться: мы можем свободно думать о Нем.

Упражнение этой недели следует, очевидно, присоединить к упражнениям предыдущих недель; оно будет состоять в том, чтобы учиться, поставив себя перед Богом, передавать Ему все наши заботы до единой, а затем оставлять попечение о них; и чтобы получить в этом помощь, будем изо дня в день повторять совсем простую и конкретную молитву, которая определит наше поведение в наших отношениях с Богом:

**“Помоги мне, Боже, оставить все мои заботы и сосредоточить мои мысли на Тебе Одном”.**

Если бы мы не переложили своих забот Богу, они стояли бы между Ним и нами во время нашей встречи; но мы видели также, что следующим движением – и это очень важно – мы должны оставить попечение о них. Мы должны сделать это в акте доверия, веря Богу настолько, чтобы передать Ему тревоги, которые мы хотим снять со своих плеч. Но что же затем? Мы как будто опустошили себя, в нас едва ли что-то осталось, – что нам делать дальше? Мы не можем оставаться пустыми, потому что тогда мы наполнимся не тем, чем следует, – чувствами, мыслями, волнениями, воспоминаниями и т.д. Нам нужно, я думаю, помнить, что встреча не означает одностороннюю речь с нашей стороны. Беседуя, мы не только высказываемся, но и выслушиваем то, что имеет сказать собеседник. А для этого надо научиться молчать; хотя это и кажется пустяком, этот момент очень важен.

Помню, когда я принял священство, одной из первых пришла ко мне за советом одна старушка и сказала: “Батюшка, я молюсь почти непрерывно четырнадцать лет, и у меня никогда не было чувства Божия присутствия”. Тогда я спросил: “А давали ли вы Ему вставить слово?” – “Ах, вот что, – сказала она. – Нет, я сама говорила Ему все время, – разве молитва не в этом?” – “Нет, – ответил я, – думаю, что не в этом; и вот, я предлагаю, чтобы вы выделили пятнадцать минут в день и просто сидели и занимались вязаньем перед лицом Божиим”. Так она и сделала. Что же вышло? Очень скоро она пришла снова и сказала: “Удивительно, когда я молюсь Богу, то есть когда говорю с ним, я ничего не чувствую, а когда сижу тихо, лицом к лицу с Ним, то чувствую себя как бы окутанной Его присутствием”. Вы никогда не сможете молиться Богу по-настоящему и от всего сердца, если не научитесь хранить молчание и радоваться чуду Его присутствия, или, если угодно, пребыванию лицом к лицу с Ним, даже если вы Его и не видите.

Очень часто, сказав все, что мы имели сказать, и посидев некоторое время, мы недоумеваем, что же делать дальше. Дальше, я думаю, надо читать какие-либо из существующих молитв. Некоторые находят это слишком легким и в то же время видят опасность принять за настоящую молитву простое повторение того, что когда-то сказал кто-то другой. Действительно, если это просто механическое упражнение, оно не стоит труда, но при этом забывается, что от нас самих зависит, чтобы оно не было механическим – если мы будем произносить слова внимательно. Другие жалуются, что готовые молитвы чужды им, потому что это не совсем то, что выразили бы они сами, это не их высказывание. В каком-то смысле эти молитвы действительно чужды, но лишь в том только, в каком картина великого мастера чужда, непонятна для ученика или музыка великого композитора – для начинающего музыканта. Но в том-то и дело: мы ходим на концерты, в картинные галереи для того, чтобы узнать, что такое настоящая музыка, настоящая живопись, чтобы формировать свой вкус. И вот почему, отчасти, мы должны пользоваться готовыми молитвами – для того, чтобы научиться, какие чувства, какие мысли, какие способы выражения нам следует развивать, если мы принадлежим к Церкви. Это также помогает в периоды сухости, когда нам почти нечего сказать.

Каждый из нас – это не только то убогое, обнаженное до костей существо, которое мы обнаруживаем, оставшись наедине с самими собой; мы еще и образ Божий; и дитя Божие, которое живет в каждом из нас, способно молиться самыми возвышенными, самыми святыми молитвами Церкви. Мы должны помнить это и пользоваться ими. Я предлагаю, чтобы к прежнему упражнению мы добавили немного молчания, три-четыре минуты, и закончили молитвой:

**“Помоги мне, Боже, видеть мои собственные грехи, никогда не осуждать своего ближнего, и вся слава да будет Тебе!”**

Прежде чем начать говорить о молитвах, оставшихся без ответа, я хочу попросить Бога, чтобы Он просветил и меня и вас, потому что это трудная и вместе с тем такая жизненно важная тема. Это одно из больших искушений, которое каждый может встретить на своем пути и из-за которого начинающим и даже людям, имеющим молитвенный опыт, бывает очень трудно молиться Богу. Так часто люди молятся и им кажется, что они обращаются к пустому небу.

Нередко это происходит оттого, что молитва их – бессмысленное ребячество. Я помню, как один пожилой человек рассказывал мне, что в детстве он много месяцев просил Бога даровать ему изумительную способность, которой обладал его дядя, – вынимать каждый вечер свои зубы ибо рта и класть их в стакан с водой, и как счастлив он был позже, что Бог не исполнил его желание. Часто наши молитвы – такие же ребяческие, как и эта, и, конечно, они остаются неисполненными. Мы очень часто бываем уверены, что молимся правильно, но молимся мы о чем-то, что касается и других людей, о которых мы вовсе не думаем. Когда мы молимся о попутном ветре себе, мы не задумываемся о том, что это может оказаться бурей на море для других, и Бог не исполнит прошение, которое принесет вред другим.

Кроме этих двух очевидных моментов, есть и другая сторона вопроса, гораздо более существенная и глубокая: бывает, что мы молимся Богу от всего сердца о чем-то, что со всех точек зрения как будто достойно быть услышанным, и встречаем одно молчание, – а молчание перенести гораздо труднее, чем отказ. Если Бог скажет “нет”, то со стороны Бога это будет все же положительной реакцией, а молчание есть как бы отсутствие Бога, и оно ведет нас к двум искушениям: когда наша молитва не получает ответа, мы сомневаемся – или в Боге, или в себе самих. В отношении Бога мы сомневаемся не в Его могуществе, не в Его власти сделать то, чего мы желаем, но в Его любви, Его участии. Мы просим о чем-то очень важном, а Он как будто не обращает внимания; где же Его любовь, Его сострадание? Это первое искушение.

И есть другое искушение. Мы знаем, что, имея веру с горчичное зерно, мы могли бы двигать горами, и когда видим, что ничего не сдвигается с места, то думаем: “Может быть, это значит, что вера моя в чем-то порочна, неистинна?” Это опять-таки неверно, и на это есть другой ответ: если вы внимательно прочитаете Евангелие, то увидите, что в нем есть только одна молитва, не получившая ответа. Это молитва Христа в Гефсиманском саду. Но в то же время мы знаем, что если когда-либо в истории Бог принимал участие в ком-то, кто молился, то, конечно, именно в Своем Сыне перед Его смертью; и мы знаем также, что если был когда-либо пример совершенной веры, то это было именно тогда. Но Бог нашел, что вера Божественного Страдальца достаточно велика, чтобы вынести молчание.

Бог не дает ответа на наши молитвы не только тогда, когда они недостойны, но и тогда, когда Он находит в нас такое величие, такую глубину, – глубину и силу веры, что Он может положиться на нас, на то, что мы пребудем верными даже перед лицом Его молчания.

Я помню одну женщину, неизлечимо больную; много лет она жила в ощущении присутствия Божия, а затем внезапно ощутила Его отсутствие – действительно реальное отсутствие; она написала мне тогда: “Пожалуйста, молитесь Богу, чтобы я никогда не поддалась искушению создать себе иллюзию Его присутствия, вместо того чтобы принять Его отсутствие”. Вера ее была велика. Она была способна выдержать это искушение, и Бог дал ей испытать Свое молчание, Свое отсутствие.

Запомните эти примеры, продумайте их, потому что когда-нибудь вам, наверное, придется оказаться в таком же положении.

Я не могу дать вам никакого упражнения; хочу только, чтобы вы помнили, что мы всегда должны хранить неизменной свою веру и в любовь Божию и в нашу собственную честную, правдивую веру; и когда такое искушение придет к нам, будем молиться молитвой, состоящей из двух фраз, произнесенных Самим Иисусом Христом:

**“В руки Твои предаю дух Мой; не Моя воля да будет, но Твоя”.**

 Я попытался дать вам представление о главных путях, какими мы можем подойти к молитве; но означает ли это, что, выполнив все, мною предложенное, вы научитесь молиться? Нет, конечно, потому что молитва – это не просто усилие, которое мы можем сделать в момент, когда решаем молиться; молитва должна корениться в нашей жизни, и если жизнь наша противоречит нашим молитвам или наши молитвы не имеют ничего общего с нашей жизнью, они никогда не будут ни живыми, ни реальными. Конечно, мы можем найти лазейку и обойти эту трудность, исключив из своих молитв все, что в нашей жизни несовместимо с молитвой, – все то, чего мы стыдимся или что вызывает у нас чувство неловкости перед собой. Но этим ведь ничего не разрешишь.

Другая трудность, с которой мы постоянно сталкиваемся, это мечтательность: тогда молитва наша выражает сентиментальное настроение, а не то, чем наша жизнь является по своей сути. Для этих двух трудностей существует одно общее разрешение, а именно: связать жизнь с молитвой так, чтобы это было единое целое, делать свою молитву жизнью. Очень большую помощь окажут при этом готовые молитвы, о которых я уже говорил, потому что они представляют собой объективный, жесткий образец того, как надлежит молиться. Вы можете сказать. что они для нас неестественны, и это верно, в том смысле, что они выражают жизнь людей неизмеримо более великих, чем мы сами, жизнь подлинных христиан; но потому-то вы и можете пользоваться ими, стараясь стать такого рода людьми, для которых эти молитвы естественны.

Помните слова Христовы: *В руки Твои предаю дух Мой.*Они, разумеется, за пределами нашего собственного опыта; но если изо дня в день мы будем учиться быть такого рода людьми, которые способны произносить эти слова искренне, со всей правдивостью, мы не только сделаем свою молитву реальной, мы сами станем реальными – в новой, подлинной реальности становления сынами Божиими.

Если вы возьмете, например, те пять молитв, которые я предложил вам, если вы возьмете одно за другим каждое из этих прошений, если вы постараетесь сделать каждое из них поочередно девизом, лозунгом всего дня, вы увидите, что молитва станет критерием вашей жизни, она даст вам основу вашей жизни, но и жизнь ваша также будет вашим судьей – против вас или за вас, – обвиняя вас во лжи, когда вы произносите эти слова, или, наоборот, подтверждая, что вы веры им. Берите каждую фразу каждой молитвы, пользуйтесь ею как правилом, день за днем, неделю за неделей, пока не станете такого рода человеком, для которого эти слова являются самой жизнью.

Теперь нам предстоит расстаться. Я был бесконечно рад беседовать мысленно с вами, ибо мы объединены молитвой и нашим общим интересом к духовной жизни. Да будет господь Бог с каждым из вас и среди нас вовек.

И прежде чем мы расстанемся, я предлагаю читателю произнести со мной одну краткую молитву, которая соединит нас перед престолом Божиим:

*“Господи, не знаю, чего мне просить у Тебя. Ты Один ведаешь, что мне потребно. Ты любишь меня больше, нежели я умею любить себя. Дай мне зреть нужды мои, которые сокрыты от меня. Не дерзаю просить ни креста, ни утешения, только предстою перед Тобой. Сердце мое Тебе отверсто. Возлагаю всю надежду на Тебя. Ты зри нужды, которых я не знаю, зри и сотвори со мной по милости Твоей. Сокруши и подыми меня. Порази и исцели меня. Благоговею и безмолвствую перед святою Твоею волею, непостижимыми для меня Твоими судьбами. Приношу себя в жертву Тебе. Нет у меня желания, кроме желания исполнить волю Твою. Научи меня молиться, Сам во мне молись. Аминь”.*

<http://www.mitras.ru/mol_jizn/life8.htm>