



Преподобный  
ИОАНН ЛЕСТВИЧНИКЪ  
О МОЛИТВЕ

Преподобный  
ИОАНН ЛЕСТВИЧНИК  
О МОЛИТВЕ

Издательство  
Московской Патриархии  
2000



По благословению  
Святейшего Патриарха Московского и всея Руси  
АЛЕКСИЯ II

© Издательство Московской Патриархии, 2000

## Святой Иоанн Лествичник — учитель молитвы

*Молитва, есть утверждение мира, примирение с Богом, умилоствление о грехах, будущее веселие, источник добродетелей.*

(Преп. Иоанн Лествичник)

Святая Церковь, особенно в дни Великого поста, напоминает своим чадам многие примеры великих учителей молитвы, подвижников веры и благочестия. Среди них Церковью особо выделен великий подвижник VI века преподобный Иоанн Лествичник, памяти которого посвящена Четвертая неделя (воскресенье) Святой Четырдесятницы. И хотя преподобный Иоанн Лествичник был монахом-пустынником и книгу свою «Лествица» написал прежде всего для монахов, он оставил

в ней советы и наставления и для всех людей, желающих проходить путь духовной жизни. Это особенно относится к тому, что он написал о молитве. В «Лестнице», состоящей из 30 глав (слов), соответствующих ступеням духовного восхождения человека, он называет молитву «матерью добродетелей». О молитве говорит он почти во всех главах «Лествицы» и, кроме того, ей целиком посвящает 28-е слово этой книги.

«Молитва, — говорит святой Иоанн Лествичник, — по качеству своему есть пребывание и соединение человека с Богом» (28, 1). В ней человек, созданный по образу и подобию Божию, приобщается к вечной жизни в Боге. Из всех дел только одну молитву не оставим мы на земле в час смерти, только она одна будет сопутствовать нам в жизни за гробом. Поэтому преподобный Иоанн называет молитву матерью и царицей добродетелей,

исцеляющей душу от язв греха и уготовляющей упокоение.

Но молитва есть не только вершина духовного восхождения. Она есть и путь, ведущий к этой вершине; она есть духовное повседневное делание христианина. Приготовлять себя к молитве, по учению святого Иоанна Лествичника, надо прежде всего постоянным памятованием о Боге. Тот, кто вспоминает о Боге только тогда, когда становится на молитву, не преуспееет в ней, и, наоборот, постоянная мысль и памятование о Боге собирают ум, очищают сердце и укрепляют молитву.

Для того, чтобы непрерывно хранить память Божию, преподобный Иоанн советует начинать каждый день мыслью о Боге. «Посвящай начатки дня твоего Господу, ибо кому прежде отдашь их, того они и будут» (26, 104). Такое начало дня помогает все время хранить внутреннюю сосредоточенность и постоянную готовность к молитве.

Чтобы не утратить её, необходимо ограждать себя от празднословия, и в особенности от осуждения ближних. «Многоглаголание,— учит авва,— есть... расточение внимания... помрачение молитвы» (11, 2), а «любитель молчания приближается к Богу и, тайно с Ним беседуя, просвещается от Него» (11, 5).

Успех молитвенного делания зависит еще в большей степени от постоянства в борьбе со всем, что препятствует соединению души и сердца с Богом, в борьбе с гневом и воспитании в себе **непамятозлобия** и **кротости**. Плодом непамятозлобия является кротость, которая, по словам святого Иоанна, «состоит в том, чтобы при оскорблениях от ближнего, без смущения и искренне о нем молиться» (24, 3).

Другой важнейшей предпосылкой действенной молитвы является **смиреномудрие**. При этом существует **неразрывная связь между смиреномудрием, непамятозлобием и кротостью**. По учению святого Иоанна, основанному на

словах Самого Спасителя, невозможно стяжать смиреномудрие без приобретения непамятозлобия и кротости. «Солнцу,— пишет он,— предшествует утренний свет, а всякому смиреномудрию предшествует кротость; посему послушаем истинного Света, Христа, Который так располагает сии добродетели в их постепенности: научитесь от Меня,— говорит Он,— ибо Я кроток и смирен сердцем (Мф. 11, 29; Слово 24, 1).

Путь к стяжанию **смиреномудрия** заключается поэтому в постоянном испытании своей совести, зрении своих прегрешений и неосуждении ближних. Именно об этом молимся мы в дни Святой Четырдесятницы, читая покаянную молитву преподобного Ефрема Сирина. «Если хотим достигнуть добродетели смиреномудрия,— говорит Лествичник,— да не престанем самих себя испытывать... и если в истинном чувстве души будем думать, что каждый ближний наш превосходнее нас,

то милость Божия не далека от нас» (25, 32). Таким образом восходя от непамятозлобия и кротости к смиренномудрию, будем мало-помалу воспитывать в своей душе покаяние, без которого невозможна настоящая молитва.

**Раскаяние** в содеянных грехах должно предшествовать каждой молитве и сопровождать нас на протяжении всей жизни. «Хотя бы ты взшел на всю лестницу добродетелей, однако и тогда молись о прощении грехов, слыша, что святой Павел говорит о грешниках: от них же первый есмь аз (1 Тим. 1, 15; Слово 28, 13). Именно покаянием, соединенным со смиренным сознанием своих грехов и глубоким сокрушением в них, завершается, по учению святого Иоанна, внутреннее приготовление к молитве, раскрывающее врата милосердия Божия, ибо «покаяние восставляет падшего, плач ударяет во врата небесные, а святое смирение отверзает оные» (25, 16).

В своем учении о молитве святой Иоанн Лествичник раскрывает также последовательные ступени самого молитвенного делания. «Начало молитвы,— говорит он,— состоит в том, чтобы отгонять приходящие помыслы при самом их появлении; середина же ее — в том, чтобы ум заключался в слова, которые произносим или помышляем; а совершенство молитвы есть восхищение ко Господу» (28, 19).

На первой ступени молитвы, или в начале молитвенного делания, молящийся занят прежде всего очищением души от всех посторонних мыслей, мешающих ему вникнуть в смысл произносимых слов молитвы. Человеку, не имеющему молитвенного опыта, когда он приступает к молитве, особенно если он недостаточно хорошо к ней подготовился, очень часто мешают сосредоточиться различные приходящие на ум мысли, не имеющие отношения к содержанию молитвы. Мысль, как говорит преподобный

Иоанн, по младенчеству утомляется и впадает в развлечение (28, 17).

**Борьба с помыслами** является тем более трудной, чем глубже проникли они в душу, чем теснее соединились с мыслью, чувством и волей. Особенно трудной бывает она в тех случаях, когда плененный каким-либо помыслом, молящийся совершенно отвлекается от молитвы и уже не в состоянии бывает участвовать в ней умом и сердцем.

По содержанию приходящие во время молитвы помыслы бывают большей частью связаны с повседневными делами и заботами, от которых человек полностью не отрешился, став на молитву. Людям благочестивым, привыкшим к чтению Священного Писания и духовных книг, приходят иногда во время молитвы мысли о прочитанном. Несмотря на то, что они кажутся важными для духовной жизни, преподобный Иоанн советует: «Во время молитвы не рассматривай даже и нужных и духовных вещей.

Если же не так, то потеряешь лучшее» (28, 59). Очень часто приходится также бороться с помыслами, имеющими отношение к различным страстям. Человек гордый, когда молится, бывает чаще всего борим помыслами тщеславия, раздражительный — помыслами гнева и т. д., ибо каждый искушается, увлекаемый и обольщаемый собственной похотью (Иак. 1, 14). Поэтому, чтобы сохранить чистоту молитвы, нужно, по совету преподобного Иоанна, «отгонять приходящие помыслы при самом их появлении», не давая им возможности укорениться в душе.

Не всегда, однако, ум во время молитвы отвлекается и пленяется каким-либо определенным и вполне отчетливым помыслом. Бывают и такие состояния, когда молящийся не может сосредоточиться на словах молитвы, будучи увлекаем разными, непрерывно сменяющимися друг друга мыслями. Преподобный Иоанн называет их «расхищением» и «парением мысли».

Они очень тягостны для стремящегося к молитвенному общению с Богом, так как эти кружащиеся мысли, как бегущие по небу облака, заслоняют Мысленное Солнце, к Которому ум обращен в час молитвы.

Расхищение и парение мыслей во время молитвы знакомы не только новоначальным в молитвенном делании, но и людям, имеющим некоторый духовный опыт. «Непрестанно борись, — говорит преподобный Иоанн, — с парением твоих мыслей, и когда ум рассеялся, собирай его к себе, ибо от новоначальных... Бог не ищет молитвы без парения. Потому не скорби, будучи расхищаем мыслями, но благодушествуй и непрестанно воззывай ум ко вниманию, ибо никогда не быть расхищаемому мыслями свойственно одному Ангелу» (4, 92).

Вторая ступень, или, как говорит преподобный Иоанн, «средина», молитвы состоит в том, чтобы «ум заключался в словах, которые произносим

или помышляем» (28, 19). Большое необходимо терпение и постоянство, чтобы **сосредоточить внимание** на содержании читаемых молитв. «Старайся всегда возвращать к себе уклоняющуюся твою мысль или, лучше сказать, заключай ее в слова молитвы» (28, 17). Чтобы научиться этому, нужна продолжительная дисциплина мысли и внимание не только во время молитвы, но и вне ее. «Если ты постоянно обучаешь ум твой не удаляться от тебя, то он будет близ тебя и во время трапезы. Если же он невозбранно всюду скитается, то никогда не будет пребывать с тобою» (28, 21).

На этой ступени большое значение имеет также содержание и порядок читаемых молитв, продолжительность молитвенного правила и даже быстрота чтения. Преподобный Иоанн говорит о **содержании молитвы** следующее: «Прежде всего изобразим на хартии нашего моления искреннее благодарение Богу; потом исповедание грехов

и сокрушение души в чувстве; после сего да представляем Царю всяческих наши прошения. Сей образ молитвы есть самый лучший, как одному из братии от Ангела Господня было показано» (28, 7). К этому должна быть добавлена молитва о наших ближних: «Если кто-нибудь просит тебя помолиться о нем, то хотя ты и не стяжал еще дара молитвы, не отрицайся, ибо часто вера просящего молитвы спасет и того, кто молится о нем с сокрушением сердца» (28, 36). Необходимо только остерегаться, чтобы молитва эта, особенно если она была явно услышана, не сделалась поводом к превозношению: «Не возносись, когда ты молился о других и был услышан, ибо это вера их подействовала и совершила» (28, 37). Предлагаемые святым Иоанном Лествичником порядок и содержание молитв являются основой обязательного для каждого православного христианина домашнего молитвенного правила (утреннего и вечернего, состоящего из

псалмов, молитв, тропарей, канонов с акафистами) и также тех молитвословий, которые возносятся священнослужителями от лица верных во время общественного богослужения.

**Продолжительность молитвенного правила** должна быть строго соразмерена с физическими силами и духовным устройением молящегося. Преподобный Иоанн советует избегать излишнего многословия в молитве: «Не старайся многословить, беседуя с Богом, чтобы ум твой не расточился на изыскание слов. Одно слово мытаря умилостивило Бога, и одно изречение, исполненное веры, спасло разбойника. Многословие при молитве часто отвлекает ум и наполняет его мечтаниями, а единословие обыкновенно собирает его» (28, 10).

Впрочем, надо иметь в виду, что под «многословием» святой Иоанн понимает здесь не столько продолжительность молитвы, сколько разнообразие ее содержания, то есть количество

различных молитв, входящих в состав молитвенного правила. Соответственно этому и «единословие» не есть краткость молитвы. Для делателя совершенной молитвы все молитвы заменяются обычно одной — непрестанно творимой молитвой Иисусовой. Но для не достигших еще совершенства «с качеством молитвы должно соединяться и количественное множество, потому что второе бывает причиной первого» (28, 21). Установление содержания и продолжительности молитвенного правила для каждого молящегося лучше всего предоставить опытному духовнику.

С духовным устроением молящегося должна быть соразмерена также и **быстрота чтения молитв**. «Как телесное, так и духовное устроение не у всех одинаково, — говорит преподобный Иоанн, — и некоторым прилично скорое псалмопение, а другим медлительное» (28, 62). Сказанное о псалмопении относится и к чтению молитв. Для тех, кто научился уже, хотя бы

немного, бороться с помыслами, преподобный Иоанн считает полезным медленное чтение, дающее возможность лучше проникать в смысл читаемого. Для тех же, которые «борются с пленением мыслей», он советует более быстрое чтение, так как медленное чтение быстро утомляет непривычных к нему и может повести к еще большему расхищению мыслей.

Заключая ум в слова молитвы, как учит преподобный Иоанн, следует все время стремиться к тому, чтобы, не останавливаясь на «середине молитвы», восходить к ее «совершенству» и достигать в доступной мере соединения ума и сердца с Господом. Для этого нужно, не ограничиваясь одним только внешним пониманием читаемых молитв, произносить их с глубокой верой в Бога и искренним чувством. «**Вера**, — говорит святой Иоанн, — **крыло молитвы**» (27, 68); она «воскрывает молитву, и без веры молитва не может взлететь на Небо» (28, 26). Не меньше

значение имеет для углубления молитвы и вкладываемое в нее искреннее **сердечное чувство**, ибо «всякую добродетель, и в особенности молитву, должны мы всегда совершать со многим чувством» (28, 39).

Промежуточной ступенью между «срединой» и «совершенством» молитвы можно считать то чувство умиления, которое испытывает молящийся иногда при чтении отдельных молитв, и даже при произнесении какого-нибудь одного молитвенного слова. Поэтому святой Иоанн советует: «Если ты в каком-либо слове молитвы почувствуешь особенную сладость или умиление, то остановись на нем, ибо тогда и Ангел-хранитель наш молится с нами» (28, 11).

С самых первых шагов молитвенному деланию неизменно сопутствует благодатная помощь Божия, остающаяся порой до времени незримой. И когда ум учится заключаться в словах молитвы и постигать их сокровенный

смысл, Сам Бог является невидимым Учителем молитвы. По словам преподобного Иоанна, молитва «самой себе имеет Учителя — Бога, учащего человека разуму, дающего молитву молящемуся и благословляющего лета праведных». Поэтому преподобный Иоанн призывает всех прилежных делателей молитвы, которые иногда в течение долгого времени не видят ощутительных плодов своего делания, к мужеству, терпению и твердому упованию на Бога. Он напоминает о том, что «молитва есть благочестивое понуждение Бога» (28, 60), и поучает: «Долго пребывая на молитве и не видя плода, не говори: я ничего не приобрел. Ибо самое пребывание в молитве есть уже приобретение; и какое благо выше всего, как прилепляться к Господу и пребывать непрестанно в соединении с Ним?» (28, 29).

Третью ступень, или «совершенство», молитвы преподобный Иоанн называет **восхищением ко Господу**.

Достигшие этой ступени явственно ощущают действующую в них благодать Божию. Они уже не только ум свой заключают в слова молитвы, но молятся теплым сердцем и со слезами умиления и непрестанно ощущают близость Господа, ибо научившиеся «истинно молиться глаголют с Господом лицом к Лицу» (27, 21). Очень часто они не произносят даже молитвенных слов, так как ум и сердце их непосредственно созерцают Бога и пребывают в живом общении с Ним.

«Кто стяжал Господа,— пишет святой Иоанн,— тот уже не скажет своего слова в молитве, ибо Дух Святой тогда молится о нем и в нем «воздыханиями неизглаголанными» (Рим. 8, 26; Слово 28, 41). Великие подвижники, получившие от Бога дар совершенной молитвы, называют ее небесным огнем, сходящим в душу молящегося, испепеляющим его прегрешения, воскрешающим его душу и возносящим ее на Небо. «Огонь, придя в сердце,— говорит

об этом преподобный Иоанн,— воскрешает молитву; по воскресении же и вознесении ее на Небо бывает сошествие огня в горницу души» (28, 45).

Совершенная молитва для тех, кто сподобился вкусить ее сладость, является главным духовным делом жизни, которым они заняты не только в часы совершения молитвенного правила, но и во всякое время дня и ночи, в часы труда и покоя. Исполняя апостольскую заповедь о непрестанной молитве, они становятся делателями умно-сердечной молитвы Иисусовой, предстоя Богу и совершая непрерывную службу Ему, ибо «память Иисусова» соединяется «с дыханием их» (27, 61). Такая молитва приближается к деланию Ангелов, непрестанно славословящих Господа, поэтому святой Иоанн называет ее «делом Ангелов» и «пищей всех Бесплотных» (28, 1). Человек, пребывающий в таком устроении, сподобился уже здесь ощутить будущую небесную, вечную славу.

Совершенная молитва, соединяющая человека с Богом и делающая его причастником «пищи Ангелов», — удел немногих, преуспевших в духовном делании, она является венцом долговременных и неустанных молитвенных трудов. Однако Господь, по Своему бесконечному милосердию, сподобляет Своих благодатных посетителей также и тех, кто не достиг еще духовного совершенства, и дает и им вкусить сладость такой молитвы. В иные минуты, во время усердной келейной молитвы, и в особенности в храме во время богослужения Господь касается сердец тех, кто еще только вступил на путь духовного делания, и тех, кто уже давно борется за чистоту и совершенство молитвы, и приоткрывает перед ними нетленную красоту Своих селений. Такие благодатные посещения становятся залогом благ, которыми Бог венчает усердно подвизающихся в молитве. Он как бы предпоказует этим ту благодатную страну, в которую

они идут, чтобы, удрученные зноем дня и трудностями пути, они не ослабели и не возвратились вспять.

Изложение учения святого Иоанна Лествичника о молитве было бы неполным, если бы не раскрыть, хотя бы кратко, его учение о плодах, или, как он их называет, действиях молитвы.

Обычно говорят, что следствием, или плодом, молитвы является исполнение Богом возносимых к Нему молитвенных прошений. Но молитва приносит, кроме этих внешних, главным образом внутренние плоды, которые заключаются в воздействии самой молитвы на духовное устройство молящегося. Именно об этих внутренних благодатных плодах молитвы говорит святой апостол Павел в послании к Филиппийцам: Всегда в молитве и прошении с благодарением открывайте свои желания пред Богом, — и мир Божий, который превыше всякого ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе (Флп. 4, 6–7).

Эти внутренние плоды молитвы, как наиболее важные и глубокие, находятся в центре внимания христианских подвижников.

В слове о молитве преподобный Иоанн перечисляет благодатные действия, которые она оказывает на духовное устройство молящегося (28, 1). Первым плодом ее является чуткая совесть. «Совесть есть слово и обличение Ангела-хранителя, данного нам при крещении» (26, 248). Однако совесть, как и все душевные силы, бывает осквернена грехом и страстями и подобна искре, погребенной под слоем пепла. В таком состоянии она не может быть действенным средством, обнаруживающим духовное устройство. Путь очищения совести есть молитва, возвращающая ей ее первоначальную чуткость и помогающая услышать ее обличающий голос. Поэтому-то «молитва истинно молящемуся есть предвозвестница будущего воздаяния». Очищенная молитвой совесть открывает

молящемуся греховные язвы его души и приводит его к покаянию. Покаяние подготавливает к молитве, сопутствует ей и является одним из величайших ее плодов. Именно это и имеет в виду преподобный Иоанн, когда говорит, что молитва есть «мать и вместе с тем дочь слез» (28, 1).

Но молитва не только очищает совесть, открывает грехи и углубляет покаяние, она же является и действенным оружием в борьбе с грехом и страстями. «Страстные,— призывает преподобный Иоанн,— будем прилежно и неотступно молиться Господу, ибо все бесстрастные из страстного состояния достигли бесстрастия» (28, 27). Молитва помогает в повседневной борьбе с грехом и в преодолении греховных искушений. Поэтому святой Лествичник говорит, что она есть «мост для прохождения искушений, стена, защищающая от скорбей», и «сокрушение браней» (28, 1). «Кто непрестанно опирается о жезл молитвы, тот не

преткнется, а если бы это и случилось, то не падет совершенно» (28, 60). Молитва вселяет в сердце подвизающегося надежду на победу над грехом и охраняет его душу от отчаяния, ибо она «секира отчаянию, указание надежды, уничтожение печали» (28, 1), и один из важнейших плодов ее есть «побеждение невидимых врагов» (28, 1, 61).

Наконец, молитва раскрывает двери Божиего милосердия и исцеляет от бремени грехов, ибо Бог «не может презреть душу-вдовицу, предстоящую Ему с болезненным чувством и утруждающую Неутруждаемого» (7, 11). Поэтому к числу плодов, или действий, молитвы великий авва относит также и «примирение с Богом» и «умилостивление о грехах» (28, 1).

Но особенно обильные плоды приносит молитва в душах тех, кто удостоился достигнуть ее совершенства, соединяющего душу человека с Господом. Для них она есть «источник добродетелей, виновница дарований,

невидимое преуспеяние, пища души, просвещение ума» (28, 1). Глубокие изменения вносит она в духовное устройство делателя совершенной молитвы, являющегося общником «дела Ангелов» и причастником «пищи всех Бесплотных» (28, 1). Стремление к постоянному предстоянию пред Богом, внутренняя собранность и безмолвие не только уст, но и успокоение мятущегося потока помыслов — таковы характерные черты этого устройства. Отведавший сладость совершенной молитвы ищет «безмолвия духовного», потому что оно есть «непрерывная служба Богу и предстояние пред Ним» (27, 60).

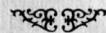
Делатель совершенной молитвы всегда тих и радостен. Молитва, по словам святого Иоанна, «есть бесконечное делание» (28, 1). Великий авва верит, что когда придет Царствие Божие, Царство Славы Божией, и будет Бог всяческая во всех (1 Кор. 15, 28), когда пророчества прекратятся, и языки

умолкнут, и знание упразднится, когда увидим Бога «лицом к Лицу» и познаем Его подобно тому, как сами мы познаны Богом (1 Кор. 13, 8, 12), тогда, по словам святого Иоанна, в вечности пребудут только любовь и молитва, которая есть «пребывание и соединение» с Вечным Богом (28, 1).

*К. Е. СКУРАТ, профессор  
Московской Духовной академии,  
доктор церковной истории*

## Преподобный Иоанн Лествичник о молитве

Когда идешь предстать пред Господом, да будет вся риза души твоей соткана из нитей, вернее же сказать, из залога непамятозлобия. Если не так, то не получишь от молитвы никакой пользы (28, 4).

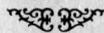


Восстав от миролюбия и сластолюбия, отвергни попечения, совлеки помышления, отрекись тела, — ибо молитва есть не что иное, как отчуждение мира, видимого и невидимого. Что бо ми есть на небеси? — Ничтоже. И от Тебе что восхотех на земли? —

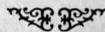
---

Публикуется по изданию: Преподобного отца аввы Иоанна, игумена Синайской горы, Лествица, в рус. переводе. 5-е изд. Козельской Введенской Оптиной пустыни. Свято-Троицкая Сергиева Лавра. 1898.

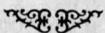
Ни что иное, как только непрестанно в молитве безмолвно прилепляться к Тебе. Одни пленяются богатством, другие славою, иные — стяжанием. Мне же еже прилеплятися Богу вожделенно есть, и полагати на Него упование моего бесстрастия (Пс. 72, 25, 28) (28, 25).



Примером молитвы да будет тебе вдовица, представленная в Евангелии, которую обижал ее соперник... (27, 64).

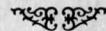


Отверзу, — говорит некто, — в псалтири ганание мое и волю мою, по несовершенству еще моего рассуждения (Пс. 48, 5). А я молитвою вознесу к Богу волю мою и от Него буду ждать извещения моего (27, 67).

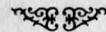


На молитве стой с трепетом, как осужденный преступник стоит перед

судьей, чтобы тебе и внешним видом, и внутренним устройением угасить гнев Праведного Судии, ибо Он не может презреть душу-вдовицу, предстоящую ему с болезненным чувством и утруждающую Неутруждаемого (7, 11).

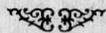


Если ты предстоял когда-нибудь пред земным судьей как обвиняемый, то не нужно тебе искать другого образа для предстояния на молитве. Если же ты сам не предстоял на суде и не видал других истязуемых, то по крайней мере научайся молиться из примера больных, как они умоляют врача о пощаде, когда он приготовился резать или жечь их тело (28, 8).

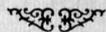


Не столько осужденный боится изречения своей казни, сколько ревностному молитвеннику страшно предстояние на молитве. Поэтому, кто премудр и благоискусен, тот, помня

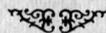
о сем предстоянии, может отвращать от себя всякую досаду и гнев, попечения, суетные заботы, скорбь, и насыщение, и искусительные помыслы (28, 30).



Если во время молитвенного предстояния мы не одни, то употребим образ внутренней молитвы. Если же не присутствуют служители похвал, то ко внутренней молитве присоединим и внешний образ моления, ибо в несовершенных ум часто сообразуется с телом (28, 23).



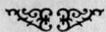
Любовь воина к царю показывается во время брани, а любовь монаха к Богу открывается во время молитвы и предстояния на ней (28, 33).



Тем, которые еще не стяжали истинной сердечной молитвы, в телесной молитве способствует подвиг

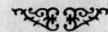
понуждения, например: распростертие рук, биение в грудь, умиленное взирание на небо, глубокие воздыхания и частое преклонение колен. Но как часто случается, что они в присутствии других людей не могут сего делать, то бесы и стараются тогда на них нападать. А так как они еще не в силах противиться им мужеством ума и невидимою силою молитвы, то, может быть, по нужде и уступают борющимся их. В таком случае, если можно, скорее отойди от людей, скройся на малое время в тайное место и там возри на небо, если можешь, душевным оком, а если нет, то хоть телесным. Прости крестовидно руки и держи их неподвижно, чтобы сим образом посрамить и победить мысленного Амалика. Возопи к Могущему спасти, и возопи не красноречивыми словами, а смиренными вещаниями. Начни, взывая: помилуй мя, яко немощен есмь (Пс. 6, 3). Тогда опытом познаешь силу Всевышнего и невидимою помощию невидимо обратишь

в бегство невидимых (врагов). Кто обучился таким образом с ними бороться, тот вскоре начнет и одною душою отгонять сих врагов, ибо Господь дает делателям это второе дарование в награду за первые подвиги. И справедливо! (15, 80)



Начнем наблюдать и найдем, что, когда по гласу духовной трубы (колокола), видимо собирается братия, тогда невидимо стекаются душевные враги. Одни приступают к постели, когда мы встали, и подушают нас снова лечь на нее, говоря: «Подожди, пока кончатся начальные песни, и тогда пойдешь в церковь». Другие предстоящих на молитве погружают в сон, иные производят сильные и безвременные движения в животе. Иные побуждают заводить в церкви разговоры. Другие отвлекают ум наш в скверные помыслы. Иные заставляют нас, как изнемогших, опираться о стену, а иногда

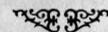
наводят частую зевоту. Некоторые же возбуждают в нас во время молитвы смех, чтобы через это подвигнуть Бога к негодованию на нас. Иные побуждают нас от лени спешить в псалмопении. Другие же убеждают петь медленнее от самоуслаждения; а иногда сидят при устах наших и заключают их, так что мы едва можем их открыть (19, 3).



Ленивые, когда видят, что им назначают тяжелые дела, то покушаются предпочитать им молитву; а если дела служения легки, то избегают молитвы, как огня (4, 95).

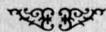


Послушник есть тот, кто телом предстоит людям, а умом ударяет в Небеса молитвою (4, 102).

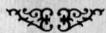


Никто не должен во время молитвы заниматься рукоделием, и в особенности работой. Ясное наставление об этом

преподал Ангел великому Антонию (19, 8).



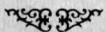
Кто, занимаясь каким-либо делом, продолжает его и тогда, когда настал час молитвы, тот бывает поруган бесами, ибо намерение у этих татей, чтобы одним временем похищать у нас другое (28, 35).



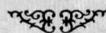
Ставшим на молитву лукавый дух (уныния) напоминает о насущных делах и употребляет всякое ухищрение, чтобы только отвлечь от собеседования с Господом каким-либо благовидным предлогом (13, 7).



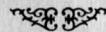
Когда нет псалмопения, тогда и уныние не является, а глаза, которые закрывались от дремоты во время правила, открываются, как только оно кончается (13, 11).



Поя со множеством, не возможешь помолиться невещественно. Во время чтения и пения ум твой да будет занят разумением слышимых слов или определенной молитвою в ожидании ближнего стиха (19, 7).

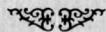


Псалмопение во многолюдстве сопровождается пленениями и парениями; уединенное же — не настолько; но здесь — нападёт уныние, а там, от примера других, рождается усердие (28, 32).

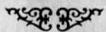


От частого псалмопения во время бодрственного состояния бывает то, что и во сне приходят на ум слова псалмов; иногда же случается, что и бесы представляют их нашему воображению, чтобы привести нас в гордость. О третьем же состоянии душевном я хотел умолчать, но некто убедил меня говорить. Душа, которая днем непрестанно

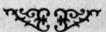
поучается слову Божию, обыкновенно и во сне упражняется в том же, ибо второе бывает истинным воздаянием за первое делание — для отгнания духов и лукавых мечтаний (20, 19).



Не употребляй в молитве твоей премудрых выражений, ибо часто простой и неухищенный лепет детей был угоден Небесному Отцу их (28, 9).



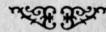
Не будь дерзновен, хотя бы ты и стяжал чистоту. Напротив того, приступай к Богу с глубочайшим смиренномудрием — и получишь у него большое дерзновение (28, 12).



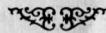
Во время молитвы не принимай никакого чувственного мечтания, чтобы не впасть в исступление ума (28, 42).



Не забывайся, юноша! Я видел, что некоторые от души молились о своих возлюбленных, будучи движимы духом блуда, и думали, что они исполняют долг памяти и закон любви (15, 50).

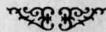


Победивший страсть сребролюбия отсек попечения, а связанный ею никогда не молится чисто (16, 7).

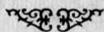


Когда мы станем на молитву, то сии (хульные) нечистые и неизрекаемые помыслы восстают на нас, а по окончании молитвы тотчас от нас отходят, ибо они не имеют обыкновения бороться с теми, кто против них не вооружается (20, 44).

Безбожный (хульный) сей дух не только хулит Бога и все божественное, но и слова срамные и бесчестные проносит в нас, чтобы мы или оставили молитву, или впали в отчаяние (20, 45).



Кротость состоит в том, чтобы при оскорблениях от ближнего, без смущения и искренно о нем молиться (24, 3).

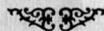


Старайся всегда возвращать к себе уклоняющуюся твою мысль, или, лучше сказать, заключай ее в слова молитвы. Если она, по младенчеству твоему, утомиться и впадет в развлечение, то опять введи ее в слова молитвы, ибо непостоянство свойственно нашему уму. Но Тот, Кто силен все утвердить, может и уму нашему дать постоянство. Если ты неослабно в сем делании подвизаешься, то и к тебе придет Полагаяй пределы морю ума твоего и скажет ему в молитве твоей: доселе дойдеши и не преjdeши (Иов. 38, 11). Духа связывать невозможно, а где Создатель духа сего — там все Ему покорно (28, 17).

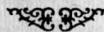


Иное дело осквернение молитвы, иное — истребление оной, иное —

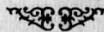
окрадение, а иное — порок молитвы. Осквернение молитвы бывает, когда человек, предстоя Богу, занимается непристойными и нечистыми помышлениями. Истребление молитвы — когда ум бывает пленяем бесполезными попечениями. Окрадение же — когда мысль молящегося неприметно парит. А порок — это приражение какого бы то ни было помысла, во время молитвы к нам приближающегося (28, 22).



Как земному царю мерзок тот, кто, предстоя ему, отвращает от него лицо и со врагами владыки своего беседует, так и Господу мерзок бывает предстоящий на молитве и приемлющий нечистые помыслы (28, 54).



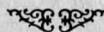
Прилежная молитва есть погибель унынию, а память о последнем суде рождает усердие (26, 194).



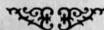
Иное есть — прилежно умом блюсти свое сердце, и иное — быть епископом сердца посредством ума, как начальнику и как архиерею, приносящему Христу словесные жертвы. Святой и пренебесный Огнь, как говорит некто из получивших наименование Богослова, входя в душу первых, опаляет ее, по недостатку очищения; а вторых просвещает по мере совершенства. Ибо один и тот же Огнь называется и Огнем поядающим и Светом просвещающим. Посему одни отходят от молитвы как исходящие от разжженной печи, ощущая облегчение от некоторой скверны и вещества, а другие — как просвещенные светом и облеченные в сугубую одежду смирения и радости. Те же, которые исходят от молитвы без какого-нибудь из этих двух действий, — молились телесно, чтобы не сказать — по-иудейски, а не духовно (28, 51).



Пса сего (нечистые помыслы), приходящего к тебе, отгоняй оружием молитвы и, сколько бы он не продолжал бесстыдствовать, не уступай ему (28, 55).



Но кто в чувстве сердца помышляет, что он предстоит Богу, тот в молитве будет, как столп неподвижный, и ничем из прежде сказанного не будет поруган (19, 4).

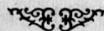


Как воры не так свободно приходят красть в те места, где лежит царское оружие, так и мысленные разбойники не легко могут окрадывать того, кто совокупил молитву с сердцем (26, 218).

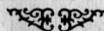


Ум постника молится трезвенно, а ум невоздержного исполнен нечистых мечтаний. Насыщение чрева иссушает источники слез, а чрево, иссушенное

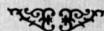
воздержанием, рождает слезные воды (14, 19).



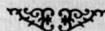
Не оставляй молитвы, пока не увидишь, что огонь ее и вода слез промыслительно отошли от тебя. Может быть, во всю жизнь твою не получишь такого времени для прощения грехов (28, 49).



Проси плачем, ищи послушанием, толпы долготерпением. Таким образом просяй приемлет, ищай обретает, и толкущему отверзется (Мф. 7, 8) (28, 56).

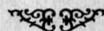


Непрестанную молитвою в душе приготавливайся к предстоянию твоего моления — и вскоре преуспеешь (28, 31).

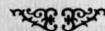


Память смерти да засыпает и восстает с тобою, и вместе с нею Иисусова молитва единопомышляемая; ибо ничто не может тебе доставить столь сильное

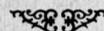
заступление во время сна, как сии делания (15, 53).



Если ты непрестанно молишься Небесному Царю против твоих врагов во всех их нападениях, то будь благодетен: ты немного будешь трудиться. Ибо они и сами по себе скоро от тебя отступят, потому что нечистые эти не хотят видеть, чтобы ты молитвою получал венцы за брань с ними. И сверх того — опаляемые молитвой, как огнем, они принуждены будут бежать (28, 63).

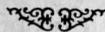


Да не скорбим, когда в прошениях наших ко Господу до времени не бываем услышаны, ибо Господь хотел бы, чтобы все люди в одно мгновение сделались бесстрастными (26, 59).

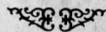


Все просящие чего-нибудь у Бога и не получающие — без сомнения, не

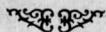
получают по какой-либо из следующих причин: или потому что прежде времени просят, или потому что просят не по достоинству и по тщеславию, или потому что, получивши просимое, возгордились бы или впали бы в нерадение (26, 60).



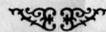
Вкусивший молитвы часто произношением одного слова оскверняет ум и, ставши потом на молитву, не находит вожделеваемого, что находил прежде (28, 50).



Внимай себе трезвенно после молитвы и увидишь, что толпы бесов, побежденных нами, стараются после молитвы осквернить нас нечистыми мечтаниями. Итак, сядь и наблюдай, и ты увидишь привыкших похищать начатки душевного делания (20, 19).



Будь мужествен во всех случаях, и Сам Бог будет твоим Учителем в молитве. Нельзя словами научиться зрению, ибо это есть природная способность, так и благолепие молитвы нельзя познать от одного учения. Ибо она в самой себе имеет Учителя — Бога, учащаго человека разуму, дающаго молитву молящемуся и благословляющаго леты праведных (Пс. 93, 10; 1 Цар. 2, 9) (28, 64).



СОДЕРЖАНИЕ

*К. Е. Скурат*  
Святой Иоанн Лествичник —  
учитель молитвы . . . . . 3  
Преподобный Иоанн Лествичник  
о молитве . . . . . 29

Подписано в печать 02.02.2000

Тираж 10000 экз. Зак. № 902

Издательство Московской Патриархии  
119435, Москва, Погодинская ул., 20, корп. 2

ЛР № 030587 от 29.12.98

Тираж 10 000

