



Критерии ложной и правильной молитвы - разъясняют пастыри (часть 2).

Часть 1: Критерии ложной и правильной молитвы

Христианская жизнь немыслима без молитвы. И, пожалуй, это одно из самых трудных духовных деланий. Так как правильно молиться? Как избежать ловушек прелестных духовных состояний? Каких настроений не должно быть при молитве? И как не впасть в формализм, бездумное вычитывание правила? За разъяснениями мы обратились к пастырям.

Какова духовная жизнь, такова и молитва

Священник Валерий Духанин:

– В духовной жизни всё достаточно конкретно: если молитва будет неправильной, то вместо общения с Богом мы окажемся в сетях дьявола. Истинная или ложная молитва – это вопрос жизни и смерти. Поэтому ошибаться в этом нельзя.

Прямо скажу, что в своем представлении о молитве я во многом стараюсь опираться на учение святителя Игнатия (Брянчанинова). И прежде всего, отвечу о ложной молитве. Она имеет два ярких признака – мнение молящегося о себе и мечтательность.

Мнение о себе – что это такое? Это внутреннее ощущение себя лучше всех остальных. Такой человек считает себя святым, духовно преуспевшим, находящимся к Богу ближе других, в его молитве живо его «я». Такая молитва, по подобию молитвы гордого фарисея из притчи, становится претензией на свою элитарность, особые права перед Богом. Это свербящая внутри мысль, что я-то уж выше других, вон сколько я много молюсь и веду себя не то что другие. Такая молитва все равно как если встать перед своим отражением в зеркале и пытаться молиться. Язык произносит имя Божия, но в сердце перед тобою ты сам. В сердце «я», и от этого «я» произносятся все молитвы.

Во-вторых, мечтательность. Если в молитве мы гуляем умом туда и сюда, то значит, мы и не с Богом, мы телом в храме, а душой где угодно, в супермаркете или спортзале, решаем в уме какие-то земные дела, спорим с друзьями или мстим обидчикам. Воображение – вещь коварная. Даже когда мы отказываемся от откровенно греховных образов, то в молитве могут проскользнуть образы чего-то святого, и это тоже ошибка, воображение создает картинку святого, которой мы начинаем молиться, эта картинка заслоняет от нас Бога и мир духовный.

Поэтому признаки правильной молитвы: смирение, покаяние, внимание к словам молитвы, отсутствие мечтаний.

Чтобы молитва стала правильной, надо вообще упорядочивать свою духовную жизнь. Если ты живешь как попало, то вряд ли твоя молитва станет чистой. Молитва неразрывна в целом от духовной жизни. Правильная молитва не может появиться у того, кто привык везде продавливать себя вперед. Гордый и несмирный в поведении оказывается таким же и в молитве перед Богом. Равнодушный к ближним теплохладен в молитве. Молитва жестокого суха и безжизненна, молитва блудливого расхищается

нечистыми образами. Если ты кому-то нахамил, то это непременно скажется на твоей молитве. В общем, чем наполняем мы свой внутренний мир, как ведем себя в своей повседневной жизни, всё это проявится в нашей молитве.

Молитва бывает правильной, когда ты молишься о себе как о погибшем. Вот если представить, что ты выпал за борт корабля, оказался в морской пучине и помощи нет, то как при этом будешь молиться? – От всего сердца, всеми силами своей души звать к Богу о себе как погибающем. В такой молитве не будет и тени мнения о себе, никакой мечтательности. Эта молитва будет голосом сердца, званием о спасении.

Подлинная молитва – это искренний голос души, видящей свое падение и всеми силами жаждущей обрести милость Божию. Это предстояние пред Богом как пред Отцом, Который тебя видит, слышит и любит. Молитва – как таинство, она понимается не рассудочно, а по мере самого участия в ней. И только по мере опыта мы начинаем чувствовать, чем истина отличается от лжи и как правильная молитва отличается от неправильной.

Главное – всецелое устремление к Богу со смирением

Священник Димитрий Шишкин:

– Святые отцы четко обозначили критерии правильной и чистой молитвы. Во-первых, это внимание к словам молитвы. Это, если можно так сказать, необходимый и обязательный минимум. Но всякий, кто пробовал молиться внимательно, скажет, что это совсем не просто. Внимание постоянно отвлекается на помыслы и размышления, порой самые «важные» и «возвышенные». Святые отцы однозначно говорят, что во время молитвы нужно решительно все эти помыслы отвергать, стремиться умом и сердцем быть причастным смыслу произносимого. Не важно, сложные слова произносятся или простые. Главное – всецелое устремление к Богу со смирением. В этом суть молитвы, так что она даже может быть и вовсе без слов, в едином сокрушенном чувстве. Особенно возрастает значение внимания, когда молитва «не идет», потому что внимание в молитве – это то малое, что зависит от нашего произволения. Многие святые отцы говорят, что такая молитва (с понуждением себя) даже более угодна Богу, чем «самодвижущаяся», потому как в такой «трудовой» молитве человек понуждает себя к добру.

О важности внимания напоминает и преподобный Иоанн Лествичник, когда говорит, что «молитва есть не иное что, как отчуждение мира видимого и невидимого». То есть, молясь Богу, человек не должен отвлекаться ни на видимые предметы, ни на мысли, образы и чувствования, возникающие в душе. Это важно. Потому что единственное чувство, которое единодушно советуют искать в молитве святые отцы, – это покаяние. Именно покаянием входит в нашу жизнь благодать Божия и именно в покаянии присутствует сокрушение и смирение сердца, которое «отверзает двери» милосердию Божию.

Далее святые отцы единодушны в том, что чистая молитва требует устранения от житейских дел и попечений, что скорее престало монахам, но и нам неплохо об этом знать, потому что уединенная молитва, например в тишине ночной, по единодушному мнению святых отцов, особенно благотворна.

И, наконец, самое главное. Господь обращается к тем, кто молится Ему, но при этом не меняется, не прилагает усилия, чтобы жить по-христиански, со словами: «Что вы зовете Меня: Господи! Господи! – и не делаете того, что Я говорю?» (Лк. 6: 46). То есть обязательным условием чистой молитвы должно быть деятельное послушание Христу и Его Церкви, приобретение навыка жизни по заповедям. И уж точно обязательным для всех условием доброй молитвы можно считать борьбу со страстями. При этом совершенно не важно, в какой «стадии» пленения или падения ты находишься. Бесстрастных – единицы. Большинство из нас люди страстные в той или иной степени, и вот сознательное очищение страстной природы души, борьба, противостояние с молитвой греховным страстям – это обязательное условие для правильной и чистой молитвы.

Конечно, есть и высшие степени молитвы, и «умное делание», и видение «нетварного света», но это больше относится к жизни и деланию монашескому. А нам надлежит очищать себя с Божией помощью от страстей, стараться жить по заповедям Христовым и молиться внимательно с сокрушением, в простоте сердца. И Господь нас не оставит.

Молитва должна вызывать покаянные чувства

Священник Святослав Шевченко:

– Здоровая молитва всегда вызывает покаянные чувства. Хорошая молитва трогает те струны души, которые отвечают за смирение. После правильной молитвы человек, еще полчаса-час назад желавший отомстить обидчику, уже готов его крепко обнять. Но это упрощенное понимание сути молитвы. Молитва – не магия. Это настройка сердца для принятия благодати от Бога. Должно настроиться на нужную волну. Когда человек просто губами бубнит слова, то он этой волны никогда не поймает. Тут нужно подключить ум. По моим наблюдениям, когда мы молимся, у нас словно две «дорожки»: речевая и умная. И обе мы должны заполнить молитвой, в противном случае ум улетит в неизведанные дали.

Ложная молитва – это сфера гордыни, разожжение крови, при которых можно впасть в прелесть от своих псевдоподвигов. Настоящая молитва – это когда мы одновременно ощущаем себя в присутствии Бога и переходим в состояние покаяния, в котором нам открывается глубина нашего падения. Но это ощущение ничего не имеет общего с безысходностью. Правильное чувство от молитвы усиливает жажду Бога, а в Нем – [Любовь](#), которая обезболевает и заглушает все земные заботы и переживания. Но такие моменты крайне редки. Потому что мы каждый раз теряем нужную волну, на которой нас ждут.

Молиться как мытарь, а не как фарисей

Священник Игорь Сильченков:

– О двух видах молитвы Господь говорит нам в Евангелии от Луки, зачало 89, которое мы читаем в Неделю о мытаре и фарисее (см.: Лк. 18: 10–14). Два человека вошли в храм помолиться: один фарисей, а другой мытарь. Фарисей гордился и тщеславился тем, что он якобы лучше других людей, услаждался своим мнимым превосходством. Молился он так: «Боже! Благодарю Тебя, что я не таков, как прочие человецы – хищники, неправедные, прелюбодеи – или как сей мытарь. Пощусь дважды в неделю и даю десятую часть всего, что имею». А мытарь видел свои многие грехи, стыдился их, сознавал себя недостойным и, не смея воззреть на небо, ударял себя в грудь и повторял: «Боже! Милостив буди мне, грешному» И Господь говорит нам: «Яко сниде сей оправдан в дом свой паче онаго: яко всяк возносяйся смирится, смиряяй же себе вознесется».

Вот молитва фарисея, как и любого человека, который ищет в молитве услаждения своей греховной природы, гордясь своей мнимой святостью, тщеславием, превозношением над людьми, и есть ложная, не угодная Богу. А молитва мытаря, как и любого человека, который смиряется перед Богом и людьми, осознаёт свое недостойнство, – молитва правильная, благодатная. Преподобный Петр Дамаскин говорит: «Первым признаком начинающегося здоровья души является все большее видение своих грехов».

Чистой и духовной молитвы человек сподобляется, пройдя многое и многое смирение, приобретя нищету духовную и упование на Господа, чистое сердце и чистую совесть, через послушание и отсечение своей греховной воли, пройдя через многие скорби в терпении, совершив многие труды, очищая душу покаянием и исповедью и причащаясь Пречистого Тела и Честной Крови Господа нашего Иисуса Христа и стяжевая благодать Святого Духа всеми средствами, которые в изобилии нам подает бесконечно милостивый и любящий Господь.

Помнить о том, зачем мы молимся

Священник Павел Коньков:

– Как понять, правильно человек молится или нет? Обратимся к святым отцам. Так, преподобный Амвросий Оптинский довольно жестко отчитывает свое духовное чадо за превозношение в духовной жизни и, как следствие, в молитве. Святой дает четко понять, что никакого превозношения, пусть даже на первый взгляд вполне оправданного, не должно быть в жизни христианина.

Нужно помнить: молитва необязательно дает душевную теплоту, порой так желанную людьми. Не стоит гнаться за физическим, явственным ощущением благодати во время или после молитвы. Ведь и Сам Господь во время молитвы к Отцу в Гефсиманском саду и на кресте не испытывал утешения. Но это вовсе не значит, что пуста и неверна была Его молитва.

Никакая злоба или обида не может проявляться в молитве, никакой даже «праведный гнев» не имеет источника в Божественном Промысле о человеке. Поэтому молиться: «Господи! Накажи его» – ни в коем случае нельзя. Как и просить сделать «так-то и так-то». Бог не волшебная палочка, Он вправе не делать так, как мы хотим.

Во время молитвы необходимо сторониться крайностей: с одной стороны, профанации и бездумного чтения правил, с другой – экзальтированного обращения ко Христу без должного почтения и любви.

И самым главным критерием все же является цель молитвы. Каждый, кто встает перед образом Божиим, должен четко понимать, зачем он это делает. Нужно помнить, перед Кем мы стоим и с Кем мы разговариваем. Если об этом помнить, многих искушений можно будет избежать.