



Приходской листок  
храма иконы Божией Матери  
**НЕОТПАЛИМАЯ КУТТИНА**  
Патриаршего подворья в Очаково-Матвеевском  
в г. Москве

Выпуск № 67 от 8 июля 2017 г.

### **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?

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.

*Священник Димитрий Шишкин*

## О молитве

«Исполняйте свои молитвенные правила; если нельзя почему-либо все правило исполнить, то хотя бы половину, хоть некоторую часть исполните, ни одного дня не оставайтесь без молитвы. Знайте, что если будете опускать правило, если оставите молитву, то незаметно дойдете до такого состояния, что при желании молиться, при сильной потребности обратиться к Богу не сможете этого сделать, сердце останется холодным и черствым и будете стоять, как чурка. Молитвою испрашиваются венцы Божии, привлекается Божие благословение. Будет человек призывать благословение, и придет оно к нему».

\*\*\*

«Не забывай молитвы – она жизнь души».

\*\*\*

«Молитва с преданием себя воле Божией чудеса творила и творит и невозможное делает возможным».

\*\*\*

«Молись ежедневно и утром, и вечером о тех, к кому имеешь неправильные чувства, дабы вместо нерасположения вселилась в тебя по отношению к ним чистая любовь о Господе, ибо ближнего своего нужно любить о Господе и для Господа».

\*\*\*

«Где мы бессильны, единственное средство – молитва».

\*\*\*

«Зависть диавола и всех демонов возбуждает их к исканию гибели человек и борьбе с ними, особенно во время молитвы рабов Божиих, ибо молитвою правильно человек может получить и получает всякое благо. Порядок борьбы вражией: помыслы благовидные – вниманием к ним ум лишается свободы; явно греховные помыслы – ум, утратив свободу при первых помыслах, побеждается и вторыми. Отсюда общее правило: во время молитвы отвергать всякий помысел».

\*\*\*

«Отмолился, вычитал, что положено, и свободен – отбыл повинность свою. Такая молитва не дает благих плодов. А такая молитва и бывает у тех, кто ограничивает свое обращение к Богу только совершением правила или хождением в церковь, не стремясь к тому, чтобы молитва наполнила и осветила всю их жизнь, все их дела».

\*\*\*

«Надо внимательно слова молитвы произносить, в смысл вникать, а не стремиться к слишком высокому... Ведь если мы неправильно читаем, не внимаем читаемому, то этим утешаем бесов».

\*\*\*

«Молитвенное правило пусть будет лучше небольшое, но исполняемое постоянно и внимательно».

\*\*\*

«Молчание prepares душу к молитве. Тишина – как она благотворно действует на душу!»

\*\*\*

«Страх – как проявление ненадеяния на свои силы. Мужество – как проявление надежды на всеильную силу Божию и помощь».

*Преподобноисповедник Никон Оптинский*

---

*Издается по благословию настоятеля храма протоиерея Александра Катунина*

**Адрес: г. Москва, Мичуринский пр-т (Олимпийская деревня), напротив вл. 15.**

**Сайт: <http://hram-kupina.ru> E-mail: [hram-kupina@mail.ru](mailto:hram-kupina@mail.ru)**

---