



Харлампиевский ЛИСТОК

№22



Печатается и распространяется
по благосостоянию настоятеля
протоиерея Евгения Старцева

О МОЛИТВЕ

Главы из книги

МОЛИТВЕННОЕ ПРАВИЛО

Что такое молитвенное правило? Это молитвы, которые человек прочитывает регулярно, ежедневно. Молитвенное правило у всех разное. У одних утреннее или вечернее правило занимает несколько часов, у других – несколько минут. Все зависит от духовного устройства человека, от степени его укорененности в молитве и от того, каким временем он располагает.

Очень важно, чтобы человек исполнял молитвенное правило, пусть даже самое краткое, чтобы в молитве были регулярность, постоянство. Но правило не должно превращаться в формальность. Опыт многих верующих показывает, что при постоянном вычитывании одних и тех же молитв их слова обесцвечиваются, утрачивают свежесть, и человек, привыкая к ним, перестает на них сосредоточиваться. Эту опасность нужно стараться всеми силами избегать.

Помню, когда я принял монашеский постриг (мне тогда было двадцать лет), я обратился за советом к опытному духовнику и спросил его, какое у меня должно быть молитвенное правило. Он сказал: «Ты должен ежедневно вычитывать утренние и вечерние молитвы, три канона и один акафист. Что бы ни случилось, даже если ты очень устал, ты обязан их прочитать. И если даже ты вычитаешь их поспешно и невнимательно – не важно, главное – чтобы правило было вычитано». Я попробовал. Дело не пошло. Ежедневное чтение одних и тех же молитв привело к тому, что эти тексты быстро надоедали. К тому же каждый день я много часов проводил в храме на службах, которые меня духовно питали, насыщали, окрыляли. А вычитывание трех канонов и акафиста превращалось в какой-то ненужный «довесок». Я начал искать другой совет, более мне подходящий. И нашел его в творениях святителя Феофана Затворника, замечательного подвижника XIX века. Он советовал молитвенное правило исчислять не количеством молитв, а тем временем, которое мы готовы посвятить Богу. Например, мы можем взять себе за правило молиться утром и вечером по полчаса, но эти полчаса должны быть полностью отданы Богу. И не так важно, читаем ли мы в течение этих минут все молитвы или только одну, или, может быть, один вечер мы целиком посвятим чтению Псалтири, Евангелия или молитве своими словами. Главное, чтобы мы были сосредоточены на Боге, чтобы внимание наше не ускользало, и чтобы каждое слово доходило до нашего сердца. Этот совет мне подошел. Я, впрочем, не исключаю, что для других более подходящим окажется полученный мною совет духовника.

Здесь многое зависит от индивидуальности человека.

Мне кажется, что для человека, живущего в миру, не только пятнадцати, но даже и пяти минут утренней и вечерней молитвы, если, конечно, она произносится с вниманием и с чувством, достаточно, чтобы быть настоящим христианином. Важно только, чтобы мысль всегда соответствовала словам, сердце отвечало на слова молитвы, а вся жизнь соответствовала молитве.

Попробуйте, следуя совету святителя Феофана Затворника, выделить какое-то время для молитвы в течение дня и для ежедневного исполнения молитвенного правила. И вы увидите, что это очень скоро принесет плоды.

ОПАСНОСТЬ ПРИВЫКАНИЯ

Каждый верующий сталкивается с опасностью привыкания к словам молитв и рассеянности во время молитвы. Чтобы этого не происходило, человек должен постоянно бороться с собой или, как говорили Святые Отцы, «стоять на страже своего ума», учиться «заключать ум в слова молитвы».

Как этого достичь? Прежде всего, нельзя позволять себе произносить слова, когда и разум, и сердце на них не отвечают. Если вы начали читать молитву, но в середине ее ваше внимание отклонилось, вернитесь к тому месту, где внимание рассеялось, и повторите молитву. Если нужно, повторите ее три раза, пять, десять раз, но добейтесь того, чтобы все ваше существо на нее откликнулось.

Однажды в храме ко мне обратилась женщина: «Батюшка, я много лет читаю молитвы и утром, и вечером, но чем больше их читаю, тем меньше они мне нравятся, тем меньше я чувствую себя верующей в Бога. Мне настолько приелись слова этих молитв, что я на них уже не реагирую». Я ей сказал: «А вы не читайте утренние и вечерние молитвы». Она удивилась: «То есть как?» Я повторил: «Бросьте, не читайте их. Если на них ваше сердце не отзывается, вы должны найти другой способ молитвы. Сколько времени занимают у вас утренние молитвы?» – «Двадцать минут». – «Вы готовы каждое утро посвящать двадцать минут Богу?» – «Готова». – «Тогда возьмите одну утреннюю молитву – на выбор – и читайте ее в течение двадцати минут. Прочитайте одну ее фразу, помолчите, подумайте, что она значит, потом прочитайте другую фразу, помолчите, задумайтесь над ее содержанием, повторите ее снова, подумайте, соответствует ли ей ваша жизнь, готовы ли вы жить так, чтобы эта молитва стала реальностью вашей жизни. Вы произносите: «Господи, не лиши мене небесных Твоих благ». Что это означает? Или: «Господи, избави мя вечных мук». В чем опасность этих вечных мук, действительно ли вы боитесь их, действительно ли надеетесь их избежать?» Женщина стала так молиться, и вскоре молитвы ее начали оживать.

Молитве надо учиться. Нужно работать над собой, нельзя позволять себе, стоя перед иконой, произносить пустые слова.

На качестве молитвы сказывается и то, что ей предшествует и что за ней следует. Невозможно сосредоточенно молиться в состоянии раздражения, если, например, мы перед началом молитвы с кем-то поссорились, на кого-то накричали. Значит, в то время, которое предшествует молитве, мы должны внутренне к ней готовиться, освобождаясь от того, что мешает нам молиться, настраиваясь на молитвенный лад. Тогда и молиться нам будет легче. Но, конечно, и после молитвы не следует сразу же погружаться в суету. Окончив молитву, дайте себе еще какое-то время, чтобы услышать ответ Бога, чтобы что-то в вас прозвучало, откликнулось на присутствие Божие.

Молитва только тогда ценна, когда мы чувствуем, что благодаря ей в нас что-то меняется, что мы начинаем жить по-иному. Молитва должна приносить плоды, и эти плоды должны быть ощутимы.

ПОЛОЖЕНИЕ ТЕЛА ПРИ МОЛИТВЕ

В практике молитвы Древней Церкви использовались разные позы, жесты, положения тела. Молились стоя, на коленях, в так называемой позе пророка Илии, то есть стоя на коленях со склоненной к земле головой, молились лежа на полу с распростертыми руками, или стоя с воздетыми руками. При молитве употреблялись поклоны – земные и поясные, а также крестное знамение. Из всего многообразия традиционных положений тела во время молитвы в современной практике осталось несколько. Это прежде всего молитва стоя и молитва на коленях, сопровождаемые крестным знамением и поклонами.

Почему вообще важно, чтобы тело участвовало в молитве? Почему нельзя просто молиться духом – лежа в кровати, сидя в кресле? В принципе, можно молиться и лежа, и сидя: в особых случаях, при болезни, например, или в путешествии мы так и делаем. Но в обычных обстоятельствах необходимо при молитве использовать те положения тела, которые сохранились в предании Православной Церкви. Дело в том, что тело и дух в человеке связаны неразрывно, и дух не может быть совершенно автономным от тела. Не случайно древние Отцы говорили: «Если тело не потрудились в молитве, то молитва останется бесплодной».

Зайдите в православный храм на великопостное богослужение, и вы увидите, как время от времени все прихожане одновременно падают на колени, потом встают, снова падают и снова встают. И так в течение всей службы. И вы почувствуете, что в этой службе есть особая интенсивность, что люди не просто молятся, они трудятся в молитве, несут подвиг молитвы. И зайдите в протестантскую церковь. В течение всей службы молящиеся сидят. Читаются молитвы, поются духовные песни, но люди просто сидят, не крестятся, не кла-

няются, а по окончании службы встают и уходят. Сравните эти два способа молитвы в церкви – православный и протестантский – и вы почувствуете разницу. Разница эта – в интенсивности молитвы. Люди молятся одному и тому же Богу, но молятся по-разному. И во многом эта разница определяется именно тем, в каком положении находится тело молящегося.

Поклоны очень помогают молитве. Те из вас, у кого есть возможность на молитвенном правиле утром и вечером сделать хотя бы несколько поясных и земных поклонов, несомненно, почувствуют, как это полезно в духовном отношении. Тело становится более собранным, а при собранности тела вполне естественна собранность ума и внимания.

Во время молитвы мы должны время от времени осенять себя крестным знаменем, особенно произнося «Во имя Отца и Сына и Святаго Духа», а также произнося имя Спасителя. Это необходимо, так как крест – орудие нашего спасения. Когда мы полагаем на себя крестное знамение, сила Божия осязаемым образом присутствует в нас.

МОЛИТВА – ВСТРЕЧА

Молитва – это встреча с Богом Живым. Христианство дает человеку непосредственный доступ к Богу, Который слышит человека, помогает ему, любит его. В этом коренное отличие христианства, например, от буддизма, где во время медитации молящийся имеет дело с неким безличным сверхбытием, в которое он погружается и в котором растворяется, но Бога как живую Личность он не чувствует. В христианской молитве человек ощущает присутствие Бога Живого.

В христианстве нам раскрывается Бог, ставший Человеком. Когда мы стоим перед иконой Иисуса Христа, мы созерцаем Бога Воплотившегося. Мы знаем, что Бога невозможно представить, описать, изобразить на иконе или картине. Но можно изобразить Бога, ставшего Человеком, – такого, каким Он явился людям. Через Иисуса Христа как Человека мы раскрываем для себя Бога. Это раскрытие происходит в молитве, обращенной ко Христу.

Через молитву мы узнаем, что Бог участвует во всем, что происходит в нашей жизни. Поэтому беседа с Богом должна быть не фоном нашей жизни, но ее главным содержанием. Между человеком и Богом существует множество барьеров, которые преодолеваются только с помощью молитвы.

Часто спрашивают: зачем нужно молиться, просить у Бога что-либо, если Бог и так знает, что нам нужно? На это я бы ответил так. Мы молимся не для того, чтобы у Бога что-то выпросить. Да, в каких-то случаях мы просим у Него конкретной помощи в тех или иных

житейских обстоятельствах. Но главным содержанием молитвы должно быть не это.

Бог не может быть лишь «вспомогательным средством» в наших земных делах. Главным содержанием молитвы должно всегда оставаться само предстояние Богу, сама встреча с Ним. Молиться нужно для того, чтобы побыть с Богом, соприкоснуться с Богом, ощутить Присутствие Бога.

Однако встреча с Богом в молитве происходит не всегда. Ведь даже встречаясь с человеком, мы далеко не всегда можем преодолеть разделяющие нас барьеры, сойти в глубины, часто наше общение с людьми ограничивается лишь поверхностным уровнем. Так и в молитве. Порой мы чувствуем, что между нами и Богом – словно глухая стена, что Бог нас не слышит. Но мы должны понять, что этот барьер поставлен не Богом: мы сами своими грехами воздвигаем его. По словам одного западного средневекового богослова, Бог всегда рядом с нами, но мы бываем далеки от Него, Бог всегда слышит нас, но мы не слышим Его, Бог всегда внутри нас, но мы – снаружи, Бог в нас дома, но мы в Нем чужие.

Будем помнить об этом, когда готовимся к молитве. Будем помнить о том, что всякий раз, вставая на молитву, мы соприкасаемся с Богом Живым.

МОЛИТВА – ДИАЛОГ

Молитва – это диалог. Она включает в себя не только наше обращение к Богу, но и ответ Самого Бога. Как и во всяком диалоге, в молитве важно не только высказаться, выговориться, но и услышать ответ. Не всегда ответ Бога приходит непосредственно в минуты молитвы, иногда это происходит несколько позже. Бывает, например, что мы просим у Бога немедленной помощи, а она приходит лишь через несколько часов или дней. Но мы понимаем, что это произошло именно потому, что мы в молитве испросили помощи у Бога.

Через молитву мы можем многое узнать о Боге. Молясь, очень важно быть готовым к тому, что Бог нам откроется, но Он может оказаться иным, чем мы Его себе представляли. Часто мы совершаем ошибку, приступая к Богу с собственными представлениями о Нем, и эти представления заслоняют от нас реальный образ Бога Живого, который Сам Бог может нам открыть. Нередко люди в своем сознании создают некоего идола и этому идолу молятся. Этот мертвый, искусственно созданный идол становится препятствием, барьером между Богом Живым и нами, людьми. «Создай себе ложный образ Бога и попробуй молиться ему. Создай себе образ Бога немилостивого и жестокого Судии – и попробуй молиться ему с доверием, с любовью,» – замечает митрополит Сурожский Антоний. Так вот, мы должны быть готовы к тому, что Бог откроется нам не таким, каким мы Его себе

представляем. Поэтому, приступая, к молитве, нужно отрешиться от всех образов, которые создает наше воображение, человеческая фантазия.

Ответ Бога может приходиться различным образом, но молитва никогда не бывает безответной. Если мы не слышим ответа, значит, что-то не в порядке в нас самих, значит, мы еще недостаточно настроились на тот лад, который необходим, чтобы встретиться с Богом.

Есть прибор, называемый камертоном, его используют настройщики роялей; этот прибор дает чистый звук «ля». И струны рояля должны быть натянуты так, чтобы звук, который они издают, находился в точном соответствии со звуком камертона. До тех пор, пока струна «ля» не натянута должным образом, сколько бы вы ни ударяли по клавишам, камертон будет молчать. Но в тот момент, когда струна достигает необходимой степени натяжения, камертон, этот металлический безжизненный предмет, вдруг начинает звучать. Настроив одну струну «ля», мастер затем настраивает и «ля» в других октавах (в рояле каждая клавиша ударяет по нескольким струнам, это создает особую объемность звучания). Потом он настраивает «си», «до» и т. д., одну октаву за другой, пока, наконец, весь инструмент не будет настроен в соответствии с камертоном.

Так должно происходить и с нами в молитве. Мы должны настраиваться на Бога, настраивать на Него всю свою жизнь, все струны своей души. Когда мы настроим свою жизнь на Бога, научимся исполнять Его заповеди, когда Евангелие станет нашим нравственным и духовным законом, и мы начнем жить в соответствии с заповедями Божиими, тогда мы начнем чувствовать, как душа наша в молитве отзывается на присутствие Божие, подобно камертону, который отзывается на точно натянутую струну.

КОГДА НУЖНО МОЛИТЬСЯ?

Когда и как долго следует молиться? Апостол Павел говорит: «Непрестанно молитесь» (1Фес. 5:17). Святитель Григорий Богослов пишет: «Вспоминать о Боге нужно чаще, чем дышать». В идеале вся жизнь христианина должна быть пронизана молитвой.

Многие беды, скорби и несчастья происходят именно оттого, что люди забывают о Боге. Есть ведь и среди преступников люди верующие, но в момент совершения преступления они не думают о Боге. Трудно представить себе человека, который пошел бы на убийство или воровство с мыслью о всевидящем Боге, от Которого никакое зло нельзя скрыть. И всякий грех совершается человеком именно тогда, когда он о Боге не помнит.

Большинство людей не способно молиться в течение всего дня, поэтому нужно находить какое-то время, пусть даже краткое, чтобы вспоминать о Боге.

Утром вы просыпаетесь с мыслью о том, что предстоит сделать в этот день. Прежде чем вы начнете работать и погрузитесь в неизбежную суету, посвятите хотя бы несколько минут Богу. Встаньте перед Богом и скажите: «Господи, Ты дал мне этот день, помоги мне провести его без греха, без порока, сохрани меня от всякого зла и несчастья». И призовите благословение Божие на начинающийся день.

В течение всего дня старайтесь почаще вспоминать о Боге. Если вам плохо, обратитесь к Нему с молитвой: «Господи, мне плохо, помоги мне». Если вам хорошо, скажите Богу: «Господи, слава Тебе, благодарю Тебя за эту радость». Если вы волнуетесь о ком-то, скажите Богу: «Господи, я беспокоюсь о нем, мне больно за него, помоги ему». И так в течение всего дня – что бы с вами ни происходило, обращайтесь это в молитву.

Когда день подойдет к концу и вы будете готовиться ко сну, вспомните прошедший день, поблагодарите Бога за все хорошее, что произошло, и принесите покаяние за все те недостойные поступки и грехи, которые вы в этот день совершили. Попросите у Бога помощи и благословения на предстоящую ночь. Если вы научитесь так молиться в течение каждого дня, вы скоро заметите, насколько более полновесной будет вся ваша жизнь.

Часто люди оправдывают свое нежелание молиться тем, что они слишком заняты, перегружены делами. Да, многие из нас живут в таком ритме, в каком не жили люди древности. Иногда нам приходится в течение дня делать множество дел. Но в жизни всегда есть какие-то паузы. Например, мы стоим на остановке и ждем трамвая – три-пять минут. Едем в метро – двадцать-тридцать минут, набираем телефонный номер и слышим гудки – «занято» – еще несколько минут. Используем хотя бы эти паузы для молитвы, пусть они не будут потерянными временами.

КРАТКИЕ МОЛИТВЫ

Часто спрашивают: как нужно молиться, какими словами, на каком языке? Некоторые даже говорят: «Я не молюсь, потому что не умею, не знаю молитв». Для молитвы не нужно никакое специальное умение. С Богом можно просто беседовать. На богослужении в Православной Церкви мы употребляем особый язык – церковнославянский. Но в личной молитве, когда мы остаемся наедине с Богом, нет нужды в каком-то особом языке. Мы можем молиться Богу на том языке, на каком говорим с людьми, на каком думаем.

Молитва должна быть очень простой. Преподобный Исаак Сирийский говорил: «Вся ткань молитвы твоей да будет немногосложна. Одно слово мытаря спасло его, и одно слово разбойника на кресте сделало его наследником Царства Небесного».

Вспомним притчу о мытаре и фарисее: «Два человека вошли в храм помолиться: один фарисей, а другой мытарь. Фарисей, став, молился сам в себе так: Боже! Благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодеи, или как этот мытарь: пощусь два раза в неделю, даю десятую часть из всего, что приобретаю. Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаз на небо; но, ударяя себя в грудь, говорил: Боже! Будь милостив ко мне, грешному!» (Лк. 18:10–13). И эта краткая молитва спасла его. Вспомним и разбойника, который был распят с Иисусом и который сказал Ему: «Помяни меня, Господи, когда придешь в Царствие Твое» (Лк. 23:42). Одного этого было достаточно, чтобы он вошел в рай.

Молитва может быть предельно краткой. Если вы только начинаете свой молитвенный путь, начните с очень коротких молитв – таких, на которых вы сможете сосредоточиться. Богу не нужны слова – Ему нужно сердце человека. Слова вторичны, первостепенное же значение имеет то чувство, настроение, с которым мы приступаем к Богу. Приступить к Богу без чувства благоговения или с рассеянностью, когда во время молитвы наш ум блуждает на стороне, гораздо опаснее, чем сказать в молитве неправильное слово. Рассеянная молитва не имеет ни смысла, ни ценности. Здесь действует простой закон: если слова молитвы не дошли до нашего сердца, они не достигнут и Бога. Как иногда говорят, такая молитва не поднимется выше потолка комнаты, в которой мы молимся, а ведь она должна достичь небес. Поэтому очень важно, чтобы каждое слово молитвы было нами глубоко пережито. Если мы не способны сосредоточиться на длинных молитвах, которые содержатся в книгах Православной Церкви – молитвенниках, попробуем свои силы в молитвах кратких: «Господи, помилуй», «Господи, спаси», «Господи, помоги мне», «Боже, милостив буди мне, грешному».

Один подвижник говорил, что, если бы мы могли со всей силой чувства, от всего сердца, всей душой сказать одну только молитву «Господи, помилуй», – этого было бы достаточно для спасения. Но проблема заключается в том, что, как правило, мы не можем сказать этого от всего сердца, не можем сказать этого всей нашей жизнью. Поэтому, чтобы быть услышанными Богом, мы бываем многословны.

Будем помнить, что Бог жаждет нашего сердца, а не наших слов. И если мы будем обращаться к Нему от всего сердца, то непременно получим ответ.

ПРАВОСЛАВНЫЙ МОЛИТВОСЛОВ

Молиться можно по-разному, например, своими словами. Такая молитва должна постоянно сопутствовать человеку. Утром и вечером, днем и ночью человек может обращаться к Богу с самыми простыми, идущими из глубины сердца словами.

Но есть также молитвословия, которые еще в древности были составлены святыми, их нужно читать, чтобы учиться молитве. Эти молитвословия содержатся в «Православном молитвослове». Там вы найдете молитвы утренние, вечерние, покаянные, благодарственные, найдете различные каноны, акафисты и многое другое. Купив «Православный молитвослов», не пугайтесь, что в нем так много молитв. Вы не обязаны все их читать.

Если утренние молитвы прочитать быстро, это займет примерно двадцать минут. Но если их читать вдумчиво, внимательно, отзываясь сердцем на каждое слово, то чтение может занять и целый час. Поэтому если у вас нет времени, не пытайтесь прочитать все утренние молитвы, лучше прочитайте одну-две, но так, чтобы каждое их слово дошло до вашего сердца.

Перед разделом «Молитвы утренние» говорится: «Прежде чем ты начнешь молиться, постой немного до тех пор, пока не утихнут твои чувства, и затем с вниманием и благоговением произнеси; «Во имя Отца и Сына и Святаго Духа. Аминь». Постой еще немного и только потом начинай молиться». Эта пауза, «минута молчания» перед началом молитвы, очень важна. Молитва должна вырасти из тишины нашего сердца. У людей, которые ежедневно «вычитывают» утренние и вечерние молитвы, постоянно существует соблазн прочитать «правило» как можно скорее, чтобы приступить к повседневным делам. Часто при таком чтении ускользает главное – содержание молитвы.

В молитвослове много прошений, обращенных к Богу, которые повторяются несколько раз. Например, вы можете встретить рекомендацию прочитать «Господи, помилуй» двенадцать или сорок раз. Некоторые воспринимают это как какую-то формальность и вычитывают эту молитву на большой скорости. Между прочим, по-гречески «Господи, помилуй» звучит как «Кирие, элейсон». В русском языке есть глагол «куролесить», который произошел именно от того, что псаломщики на клиросе очень быстро по много раз повторяли: «Кирие, элейсон», то есть не молились, а «куролесили». Так вот, в молитве не нужно куролесить. Сколько бы раз вы ни читали эту молитву, она должна быть произнесена со вниманием, благоговением и любовью, с полной отдачей. Не нужно стараться вычитать все молитвы.

Лучше посвятите двадцать минут одной молитве «Отче наш», повторяя ее несколько раз, вдумываясь в каждое слово. Не так-то легко бывает человеку, не привыкшему подолгу молиться, сразу вычитывать большое количество молитв, но к этому и не надо стремиться. Важно проникнуться тем духом, которым дышат молитвы Отцов Церкви. Вот главная польза, которую можно извлечь из молитв, содержащихся в «Православном молитвослове».

МОЛИТВА И ЖИЗНЬ

Молитва сопряжена не только с радостями и обретениями, которые происходят благодаря ей, но и с кропотливым ежедневным трудом. Иногда молитва приносит огромную радость, освежает человека, дает ему новые силы и новые возможности. Но очень часто бывает, что человек не расположен к молитве, ему не хочется молиться. Так вот, молитва не должна зависеть от нашего настроения. Молитва – это труд. Преподобный Силуан Афонский говорил: «Молиться – это кровь проливать». Как и во всяком труде, со стороны человека требуется усилие, подчас огромное, чтобы даже в те минуты, когда молиться не хочется, принудить себя к этому. И такой подвиг окупится стократно.

Но почему нам порой не хочется молиться? Я думаю, главная причина здесь заключается в том, что наша жизнь не соответствует молитве, не настроена на нее. В детстве, когда я занимался в музыкальной школе, у меня был прекрасный учитель по классу скрипки: его уроки бывали иногда очень интересными, а иногда очень трудными, причем зависело это не от его настроения, а от того, насколько хорошо или плохо я подготовился к уроку. Если я много занимался, учил какую-то пьесу и приходил на урок во всеоружии, то и урок проходил на одном дыхании, и учителю было приятно, и мне. Если же я всю неделю проленился и приходил неподготовленным, то и учитель огорчался, и мне было тошно от того, что урок не идет так, как хотелось бы.

Точно так же и с молитвой. Если наша жизнь не является подготовкой к молитве, то и молиться нам бывает очень трудно. Молитва – это индикатор нашей духовной жизни, своеобразная лакмусовая бумажка. Мы должны выстраивать свою жизнь таким образом, чтобы она соответствовала молитве. Когда, произнося молитву «Отче наш», мы говорим: «Господи, да будет воля Твоя», – это значит, что мы всегда должны быть готовы к тому, чтобы исполнять волю Божию, даже если эта воля противоречит нашей человеческой воле. Когда мы говорим Богу: «И остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должником нашим», – мы тем самым берем на себя обязательство прощать людей, оставлять им их долги, потому что, если мы не оставляем долги нашим должникам, то, по логике этой молитвы, и Бог не оставит нам наших долгов.

Итак, одно должно соответствовать другому; жизнь – молитве и молитва – жизни. Без этого соответствия не будет у нас успеха ни в жизни, ни в молитве.

Не будем смущаться, если нам трудно молиться. Это означает, что Бог ставит перед нами новые задачи, причем решать их мы долж-

ны и в молитве, и в жизни. Если мы научимся жить по Евангелию, то научимся и молиться по-евангельски. Тогда и жизнь наша станет полноценной, духовной, истинно христианской.

Главы из книги митрополита Илариона (Алфеева) «О молитве»

https://azbyka.ru/otechnik/Illarion_Alfeev/o-molitve/#0_10

Древняя молитва

Господи, Боже мой!

Удостой меня быть орудием мира Твоего,
чтобы я вносил любовь туда, где ненависть,
чтобы я прощал, если обижают,
чтобы я соединял, где есть ссора,
чтобы я говорил правду, где господствует заблуждение,
чтобы я воздвигал веру, где давит сомнение,
чтобы я возбуждал надежду, где мучает отчаяние,
чтобы я вносил свет во тьму,
чтобы я возбуждал радость, где горе живет.

Господи, Боже мой, удостой,
не чтобы меня утешали, но чтобы я утешал,
не чтобы меня понимали, но чтобы я других понимал,
не чтобы меня любили, но чтобы я других любил,
ибо кто даёт – тот получает,
кто забывает себя – тот обретает,
кто прощает, тому простится,
кто умирает – тот просыпается в Вечной Жизни.

Аминь.

Михаило-Архангельский Харлампиевский храм
Иркутск 2018 г.