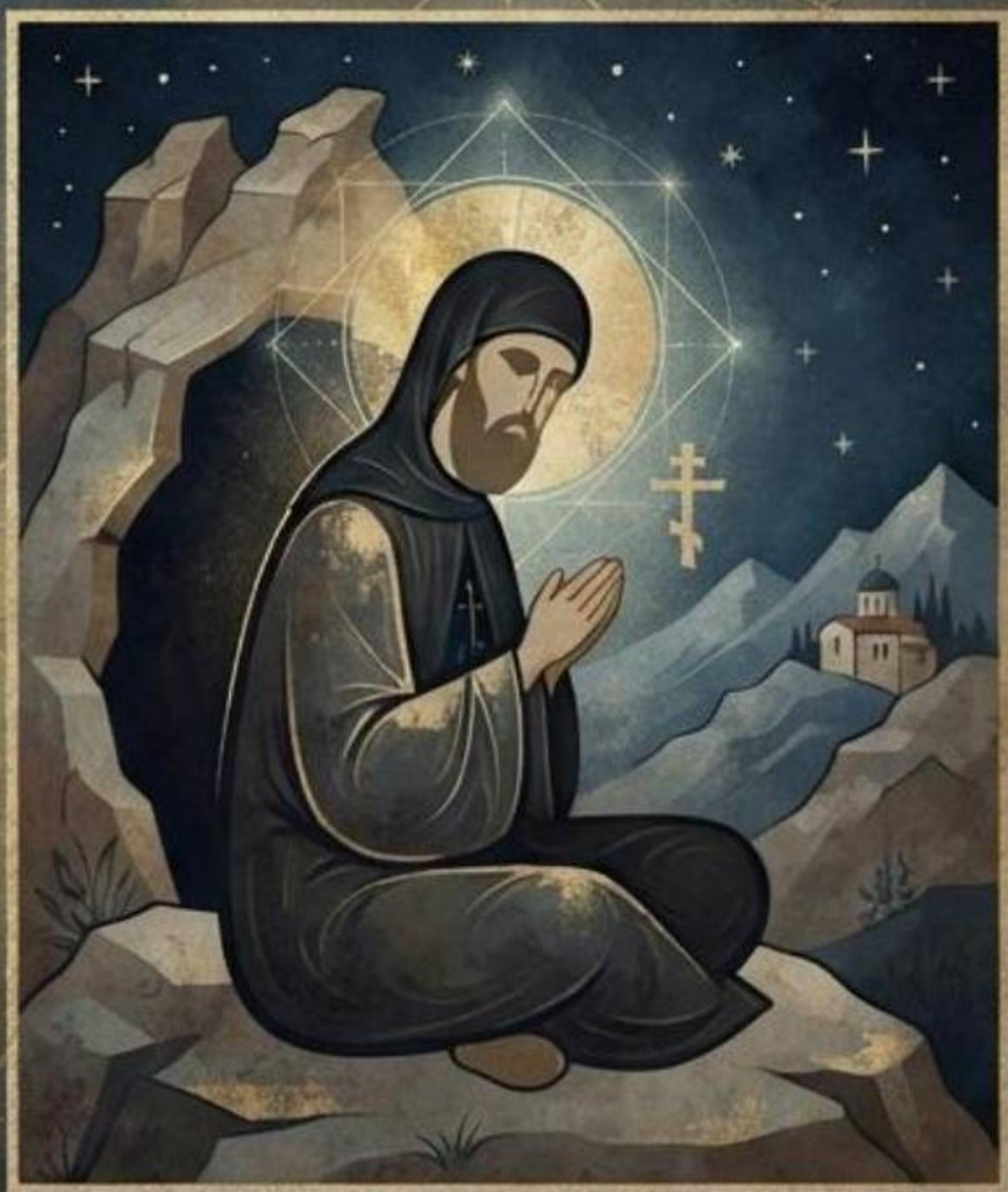


ИСИХАЗМ

его истоки и развитие



НАТАЛЬЯ ДЕМЧИК

Наталья Демчик

Исихазм: его истоки и развитие

«Автор»

2026

Демчик Н. И.

Исихазм: его истоки и развитие / Н. И. Демчик — «Автор», 2026

Сущность исихазма История исихазма: а) Древний этап исихастской традиции - «исихазм до исихазма» – ранний этап IV-V вв., его представители: свв. Антоний Великий, Пахомий Великий, Макарий Великий, Иоанн Златоуст, диакон Евагрий Понтийский, свв. Нил Анкирский, Иоанн Кассиан, Ефрем Сирий и др. б) Синайским исихазм – V-IX вв., его представители: синайские подвижники свв. Иоанн Лествичник (VII в.), Исихий (VII—VIII вв.) и Филофей (IX—X вв.) Синайские, св. Диадок Фотикийский (Сев. Греция), старцы Варсануфий и Иоанн Газские, их ученик авва Дорофей и др. в) Развитие учения о Богосозерцании Симеона Нового Богослова (949—1022), изложение и систематизация учения об умной молитве Григорием Синаитом (ок. 1268 — 1346). Деятельность свв. Григория Кипрского, Феолипта Филадельфийского, Никифора Уединенника. г) Византийский исихазм – исихастское возрождение в Византии - XIV в. Св. Григорий Палама. Исихазм в новейший период. Развитие исихазма в разных странах.

© Демчик Н. И., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Исихазм: его истоки и развитие	5
Введение	6
1. Сущность исихазма	8
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Исихазм: его истоки и развитие

Исихазм: его истоки и развитие

Введение

Говорить об исихазме – это значит говорить об истории отношений человека и Бога на протяжении многих веков. Исихазм – это непостижимое человеческим умом и разумением таинство богосозерцания и богопознания для тех, кто избрал путь непрестанной молитвы. Путь этот сложен и опасен по причине сопровождающей его духовной борьбы, но именно этот путь открывает человеческой душе глубины Божественных истин, в которых всё земное кажется маловажным и незаметным. Душа, приступившая однажды к исихии, не оставляет её, она может лишь временно отдаляться, а затем снова приближаться, но молитвенное единение с Богом, святость Божественного имени очищают и просвещают душу особой благодатью, которая незримо начинает преобразовать природу человека и внешне и внутренне.

На протяжении всей человеческой истории души человеческие стремились к богообщению через молитву по заповеди самого Бога. Сегодня мы имеем богатый опыт Богообщения и Богопознания, изложенный в писаниях святых отцов, апостолов, пророков. Мистическое богословие – одна из богословских наук – занимается изучением этого опыта. Отец Павел Флоренский, Владимир Лосский, протопресвитер Иоанн Мейендорф, Конрад Онаш, Ферри Лилиенфельд оставили свои научно-исследовательские труды в области исихазма.

Распространение термина «исихазм» на еще более широкую – политико-культурную – сферу произошло во многом под влиянием авторитета протопр. И. Мейендорфа, занимавшегося, в частности, богословием свт. Григория Паламы и русско-визант. связями XIV-XVI вв. В поисках «идентичности» православия на Западе в условиях постепенного размывания русской диаспоры и в попытке противопоставить православие инославным конфессиям, развив историософию русской религиозной мысли и идеи нек-рых правосл. ученых 30-50-х гг. XX в., протопр. И. Мейендорф (к-рому в ряде публикаций последовали в Греции – А.-Э. Тахиаос, а в России – Г. М. Прохоров) создал теоретическую концепцию, выдвигавшую на первый план паламизм и И. с целью подчеркнуть динамизм и своеобразие православия, развивавшегося в последние века Византии и в слав. странах по иным путям, нежели «возрожденческий гуманизм» на Западе, и связать вост. мистику с социально-политической жизнью (включая искусство, см.: ИАБ, № 9. 1342, 1357, 1359, 1448, 1450, 1457; эти и подобные работы представляются недостаточно аргументированными, ср.: ИАБ, № 1. 591; о противоречивых взглядах в совр. науке относительно влияния И. на искусство Болгарии в XIV в. см.: Панчева. 2005). Дальнейшая популяризация подобного представления привела к еще большей размытости понятия «исихазм», ставшего восприниматься практически как синоним «православия». Особое значение здесь имеет творчество С. С. Хоружего, предпринявшего попытку положить И. в основу нового философско-антропологического синтеза, ставящего своей целью дальнейшее развитие правосл. богословия, но на самом деле в принципиальных положениях и выводах ему противоречащего (см.: Дунаев. 2008-2009. С. 579-580).¹

В русле «политического» и «философского» И. в последнее время создан целый ряд работ на русском языке, претендующих на научный характер (см., напр.: Семаева И. И. Традиции исихазма в русской религиозной философии первой половины XX века: Докт. дис. / Моск. пед. гос. ун-т. М., 1994. 335 с.; Чернышева А. Н. Философия исихазма и формирование архетипов древнерусского религиозного искусства: Эстетический анализ иконописи XIV-XVI вв.: Канд. дис. / МГУ. М., 1998. 127 с., илл.; Климков О., свящ. Опыт безмолвия: Человек в мирозерцании византийских исихастов. СПб., 2001. 285 с.; Скоков С. Н. Идея интуиции в диалоге феноменологии и исихазма: Канд. дис. / Рос. ун-т дружбы народов. М., 2002. 145 с.; Петрунин В. В. Политический исихазм и его традиции в «Основах социальной концепции Русской Православной Церкви»: Канд. дис. / МГУ. М., 2002. 132 с. (изд.: Политический исихазм и его традиции в социальной концепции Московского Патриархата. СПб., 2009); Надеяева Е.

П. Традиции исихазма в русской средневековой культуре: Канд. дис. / Моск. пед. гос. ун-т. М., 2004. 190 с.; Филиндаш Л. В. Исихазм и его влияние на византийскую и русскую живопись XIV-XV вв.: Канд. дис. / Гос. ун-т управления. М., 2006. 197 с., илл.; см. также: ИАБ, № 9. 1375, 1378, 1422, 1432-1437, 1457).²

¹ Иларион (Алфеев), митрополит. Исихазм. Церковно-научный центр «Православная энциклопедия». М., 2011. – С. 240.

² Там же.

1. Сущность исихазма

«Царствие Божие внутри вас есть» (Лк. 17:21)

Слово «исихазм» происходит от греч. ἡσυχία – спокойствие, покой, безмолвие. Другие его значения: освобождение, прекращение, тишина, молчание, мир, уединение.

Выделяют неск. значений термина «исихазм»: 1) христ. монашеская жизнь, преимущественно отшельническая, ставящая своей целью созерцание и молитву; 2) практика молитвы Иисусовой и особые связанные с ней психофизические приемы; 3) богословие свт. Григория Паламы, имевшее своей целью, в частности, защитить и обосновать практику Иисусовой молитвы; 4) «политический исихазм» – комплекс социокультурных и политических идей, зародившихся в Византии и распространившихся в слав. странах (правомерность выделения последнего значения вызывает с научной т. зр. большие сомнения; в частности, ср. критику в: Rigo. 2008. Р. ХСIII, Not. 181).¹ Также выделяют ряд значений термина «исихазм», вытекающих из перечисленных выше: движения в византийско-слав. монашестве XII-XVI вв.; общецерковные настроения (*gesamtkirchliche Gesinnung*) в поздней Византии XIV-XV вв.; неоисихастская духовность XVIII-XX вв. (включающая в себя т. н. филокалическое возрождение в Греции, в Румынии и в России, в т. ч. сочинения свт. Игнатия (Брянчанинова) и «оптинское старчество»); неоисихастское (паламитское) богословие XX в. (Lilienfeld. 1986).²

Крупнейший современный исследователь исихазма о. Иоанн Мейендорф (1926—1992) выделяет следующих четыре значения термина:

древнейший смысл: уединенное, отшельническое монашество (в отличие от общежительного), тем самым, протекающее в безмолвии, молчаливничестве;

развившаяся на Синае и Афоне и достигшая расцвета в XIV в. особая школа и техника молитвы, часто именуемая «умным деланием» (πραξίς νοερά) и имеющая своим ядром непрестанное творение в уме молитвы Иисусовой «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного»;

учение св. Григория Паламы (1296—1359), или паламизм, богословское выражение и обоснование исихазма в смысле 2), в центре которого — концепция нетварных Божественных энергий, действующих в мире и человеке;

наиболее поздний смысл: широкое явление в религиозной жизни России XIV—XVI вв., охватывающее все влияния и отражения перешедшего на Русь исихазма в духовной практике, монашеской и монастырской жизни, духовной культуре и даже государственном строительстве.

В первых двух значениях исихазм наиболее широко распространён. И во многом благодаря трудам профессора протопр. Иоанна Мейендорфа и учёного иезуита Ириней Осера. Среди основных типов вост. духовности И. Осер выделил 5 направлений: 1) первоначальная духовность (от апостольских времен до прп. Ефрема Сирина); 2) «интеллектуалистская» духовность, представителями которой были Климент Александрийский, Ориген, Евагрий Понтийский, прп. Максим Исповедник, синайские подвижники, Никита Стифат, прп. Григорий Синаит и его последователи-исихасты; 3) школа «сверхъестественного чувства», способного, в противовес интеллектуалистской мистике, опытно воспринимать божественные явления (к этому направлению принадлежали автор «Макариевского корпуса», свт. Диадок Фотикийский, прп. Симеон Новый Богослов); 4) школа свт. Василия Великого и прп. Феодора Студита, делавшая упор на практических добродетелях, особенно послушании и братской любви; 5) «исихастская духовность» (типичный представитель – Григорий Синаит), выдвигавшая на первый план молитву и психофизическую практику (Hausherr. 1935).⁴

¹ Там же.

² Там же.

³ Иоанн Мейендорф. Жизнь и труды св. Григория Паламы: Введение в изучение. — Санкт-Петербург: Византинороссика, 1997. — С. 480.

¹ Иларион (Алфеев), митрополит. Исихазм. Церковно-научный центр «Православная энциклопедия». М., 2011. – С. 240.

Первые два определения исихазма слились, по сути, в одно понятие. Сегодня под исихией мы понимаем христианскую монашескую жизнь, которая заключается в подвиге аскетизма, уединения и духовно-практическом усвоении молитвы Иисусовой с целью духовного усовершенствования, а также - в подвиге добровольного отказа от жизни супружеской, как отвлекающей своей многозаботливостью от стремления к созерцательной молитве, основным условием которой является безмолвие, сосредоточенность душевных сил, внимание, посильный телесный пост. По выражению преп. Иустина Поповича, исихия – это молитвенное безмолвие. Понятие «И.» включает два аспекта. В более общем смысле слова И. — этико-аскетическое учение о пути человека к единению с Богом через «очищение сердца» слезами и через сосредоточение сознания в себе самом.¹ Валерий Лепяхин, известный иконописец, выделяет шесть элементов исихастской практики:

- «1) очищение сердца как средоточия духовной жизни человека,
- 2) сочетание ума и сердца или «сведение» ума в сердце,
- 3) непрестанная молитва,
- 4) безмолвие, трезвение и внимание,
- 5) призывание имени Божия как реальной преобразующей силы,
- 6) явление нетварного Фаворского света как вступление подвижника в Богообщение и

Боговедение». ²

В Библии слово «сердце» сердце употребляется 591 раз в Ветхом Завете и 155 раз в Новом Завете (плюс больше 150-ти производных от него слов). Оно является ключевым понятием духовной и душевной жизни человека, всех проявлений поведения и характера той или иной личности. *«Гордые сплетают на меня ложь; я же всем сердцем буду хранить повеления Твои. Ожирело сердце их, как тук» (Пс. 119:69).* *«Итак, братия, имея дерзновение входить во святилище посредством Крови Иисуса Христа, путем новым и живым, который Он вновь открыл нам через завесу, то есть плоть Свою, и имея великого Священника над домом Божиим, да приступаем с искренним сердцем, с полною верою, креплением очистив сердца от порочной совести, и омыв тело водою чисто» (Евр. 10: 19-22* Главным составляющим духовной жизни является любовь человека к Богу. *«Люби Господа, Бога твоего, всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всеми силами твоими» (Втор. 6, 5).* Эти же слова в Новом Завете произнёс Иисус Христос: *«возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею, и всем разумением твоим» (Мф. 22, 37)* Человек должен стремиться к Богу : *«всем сердцем моим ищу Тебя» (Пс. 118, 10); «в сердце моем сокрыл я слово Твое, чтобы не грешить пред Тобою» (Пс. 118, 11); «потеку путем заповедей Твоих, когда Ты расширишь сердце мое» (Пс. 118, 32).* Сердцу отводится доминирующая роль, оно противопоставляется уму: *«надейся на Господа всем сердцем твоим, и не полагайся на разум твой» (Пр. 3, 5).* Сердце часто упоминается и в негативной функции: *«из сердца исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления: это оскверняет человека» (Мф. 15, 18-20); «изнутри, из сердца человеческого, исходят злые помыслы, прелюбодеяния, любодеяния, убийства» (Мк. 7, 21).* Отдаление от Бога и делание зла определяется как плохое расположение сердца. *«Огрубело сердце народа сего» (Ис. 6, 10); «этот народ приближается ко Мне устами своими, и языком своим чтит Меня, сердце же его далеко отстоит от Меня» (Ис. 29, 13); «и не взывали ко Мне*

сердцем своим, когда вопили на ложах своих» (Ос. 7, 14); «обратитесь к Богу во глубину сердца, от которого вы далеко отступили» (Ис. 31, 6); «рождали из сердца лживые слова» (Ис. 59, 13); «помышления сердца их было зло» (Быт. 6, 5); «сердце сынов человеческих исполнено зла» (Ек. 9, 3); «лукаво сердце человеческое более всего и крайне испорчено» (Иер. 17, 9-10). По этой причине ещё в Ветхом завете Бог через пророков призывает к очищению сердца, к его обновлению. «смой злое с сердца твоего» (Иер. 4, 14); «отвергните от себя все грехи ваши, которыми согрешили вы, и сотворите себе новое сердце и новый дух» (Иез. 18, 31); «раздирайте сердца ваши, а не одежды ваши, и

¹ Аверинцев С.С. Словарь. Исихазм. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://religion.wikireading.ru/63998>. – Дата доступа: 25.04.2018.

² Цит. по: Лепяхин В. Икона и иконичность. Приложение 3. Исихазм: содержание понятия и его границы.,- С.-Пет., 2002. – С. 363

обратитесь к Господу вашему» (Иоил. 2, 13); «тот, у которого руки неповинны и сердце чисто, ...тот получит благословение от Господа» (Пс. 23, 4).). Призыв к очищению сердца звучал и из уст Спасителя неоднократно. «Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят» (Мф. 5:8). В Ветхом завете звучат просьбы и мольбы к Богу об очищении сердца: «приклони сердце мое к откровениям Твоим, а не к корысти» (Пс. 118, 36); «сердце чистое сотвори во мне Боже» (Пс. 50, 12); «даруй же рабу Твоему сердце разумное» (3 Цар. 3, 9). Бог внимлет просьбам и даёт человеку просимое «иное» сердце: «Как скоро Саул обратился, чтоб идти от Самуила, Бог дал ему иное сердце, и сбылись все те знамения в тот же день» (1 Царств, 10:9). В Новом Завете сердце является центром восприятия горнего мира, где главное условие для Богопознания – это очищенное сердце: «блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят» (Мф. 5, 8), – узрят Бога очищенным сердцем своим и в сердце своем»; «взойдет утренняя звезда в сердцах ваших» (2 Петр. 1, 19); «любовь Божия излилась в сердца наши Духом Святым...» (Рим. 5, 5); «Бог, повелевший из тьмы воссиять свету, озарил наши сердца...» (2 Кор. 4, 6); Бог «дал залог Духа в сердца наши» (2 Кор. 1, 22); «Бог послал в сердца ваши Духа Сына Своего, вопиющего: «Авва, Отче!»» (Гал. 4, 6); «Для сего преклоняю колени мои пред Отцем Господа нашего Иисуса Христа, от Которого именуется всякое отечество на небесах и на земле, да даст вам, по богатству славы Своей, крепко утвердиться Духом Его во внутреннем человеке, верою вселиться Христу в сердца ваши» (Еф. 3, 14-17). Так же мы видим в Библии слова о нераскаянном сердце, которые акцентируют наше внимание на необходимости покаяния, как главного условия очищения сердца: «по упорству твоему и нераскаянному сердцу, ты сам себе собираешь гнев на день гнева и откровения праведного суда от Бога» (Рим. 2, 5). И ещё одно условие очищения сердца – это понуждение себя к молитве, приложение усилий: «Господа Бога святите в сердцах ваших» (1 Пет. 3, 15); «непрестанно молитесь» (1 Сол. 5:17)

Эти вышеизложенные библейские положения учения о сердце были в последствии продолжены в святоотеческой традиции. Аскеты, отшельники, богословы, отцы и учителя церковные, многие подвижники оставили нам богатое литературное наследие, в котором изложен их личный многоценный опыт исполнения заповедей Божиих для очищения и обновления сердца.

Святые отцы советуют блюсти и хранить сердце:

«Пока сердце пребывает в добре, дотоле и Бог нем пребывает, дотоле оно служит источником жизни; потому что из него исходит доброе. Но как скоро уклоняется от Бога и делает беззакония, – становится оно источником смерти, потому что из него исходит злое. Сердце – Божия обитель, потому имеет нужду в охранении, чтобы не вошло в него злое, и Бог не удался из него» / Ефрем Сирий. /;

«Всякий час и всякое мгновение будем всяким хранением блюсти сердце свое от помыслов, туманящих душевное зеркало, в коем надлежит печатлеться и светописаться одному

Иисусу Христу... Будем непрестанно искать Царствия Небесного внутри сердца» / Филофей Синайский. /;

«Блюсти сердце – значит иметь ум трезвенный и чистый от помысла, наводящего брань» / Варсонофий Великий/;

«Устрой у входа сердца шлагбаум и приставь к нему строгую стражу. Всякого подходящего, – помысл, чувства, желание, – спрашивай: свой или чужой. Чужих гони без жалости, – и будь неумолим» / Феофан Затворник/.¹

Необходимо очищать сердце:

¹ Сердце: христианское учение. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.xra-spb.ru/slov/1-21.html>. – Дата доступа: 24.04.2018.

«Бог одного от нас требует, того, чтоб сердце наше было очищаемо посредством внимания» /Симеон Новый Богослов/;

«Кто желает видеть Господа внутри себя, тот прилагает усилие очищать сердце свое непрестанным памятованием о Боге» /Исаак Сирий/;

«Видишь, что сосуд исполненный ничего другого не вмещает. Тако имеется сердце человеческое, которое подобно есть сосуду. Когда оно исполнено будет любовью мира сего и попечением мирских вещей, не вмещает Слова Божия в себя...» / Тихон Задонский/;

«Войди вниманием в сердце свое и исследуй тщательно, какими помыслами, какими расположениями и пристрастиями оно особенно занято и какая страсть наиболее господствует над ним и тиранствует в нем; потом против этой страсти прежде всего и поднимай оружие и ее побороть старайся. На этом и сосредоточь все внимание и заботу, с одним только исключением, что когда подымется между тем другая какая страсть случайно, то ею следует тебе тотчас заняться и ее прогнать и потом опять обращать оружие против главной своей страсти, которая непрестанно выказывает свое присутствие и власть. Ибо как во всякой борьбе, так и в нашей невидимой, следует противоборствовать тому, что самым делом борет в настоящий момент» / Никодим Святогорец/;

«Заглядывай чаще в свое сердце, опускайся в глубь его (глубоко сердце человека); приведи в ясность сознания все, что в нем есть худого, и измечи во вздохах сожаления или в горьких слезах раскаяния всякое зло, скрывающееся во глубине сердечной... Главное занятие христианина в этой жизни должно быть очищение своего сердца, чтобы очищенное сердце способно было в будущей жизни узреть Бога... К очищению сердца направлены почти все таинства, или вся благодать Духа, присущая таинствам: крещение – это баня сердца или пакибытия человека; таинство миропомазания – утверждает чистоту сердечную, дарованную благодатию Божиею в крещении; покаяние – вторая баня сердечная после крещения; причащение соединяет христианина чрез очищенное сердце с пречистым Христом...» / Иоанн Кронштадтский/

Святитель Феофан Затворник выделял два способа очищения сердца – деяние и созерцание. Он писал: «они начинают вместе, в истинно шествующем, и идут рука об руку; но в начале деяние идет впереди, а потом опережает его созерцание, под конец же и совсем поглощает его» /Феофан Затворник/.¹

Очищение сердца происходит при помощи молитвы:

«В молитве бей прямо в грешное сердце, в его особенные вопиющие, надоедающие недостатки, выжимай их из него; не щади себя; пролей об них слезы: со слезами выйдут. А коль пощадишь сердце, не тронешь его: вся дрянь – так и останется, и нет тебе пользы от молитвы» / Иоанн Кронштадтский/.²

В чистом сердце обитает Бог:

«Человек, очистивший сердце свое, не только уразумеет свойства творений Божиих, но, прошедши всю лестницу оных, узрит, по возможности, и самого Бога» / Максим Исповедник/;

«У того, кто установился в трезвении или старается установиться в нем, чистое сердце соделывается мысленным небом, с своим солнцем, луною и звездами, и бывает вместилищем невместимого Бога» /Филофей Синайский/;

¹ Там же.

² Там же.

«Войди в себя, пребывай в сердце своем; ибо там – Бог. Он не оставляет тебя, но ты оставляешь Его» /Ефрем Сирин/;

«Дивно сие, братия мои; весьма досточудно и неизреченно для дольних. Недоступный для всякого ума входит в сердце и обитает в нем; Сокровенный от огнезрачных обретается в сердце. Земля не выносит стопы Его; а чистое сердце носит Его в себе. Небо – мало для пяди Его, а сердце – обитель Его. Небо объемлет Он горстию Своею, и одна пядень пространства – жилище Его» /Ефрем Сирин/.¹

Святые отцы пишут и о свойствах, которые приобретает человек с очищенным сердцем: безобразность: «Сердце чисто то, которое всегда представляя Богу память безвидною и безобразною, готово бывает единым от Него впечатлениями печалится, в каких Он обычно благоволит явным Себя ей делать» /Каллист и Игнатий Ксанфопулы/;

бесстрастность: чистое сердце у того, «кто не только не бывает тревожим и тяготим какою-либо страстию, но и не помышляет даже ни о чем худом, или мирском...» /Симеон Новый Богослов /;

сострадание и милосердность: «в том состоит чистота сердца, чтобы, видя грешников, или немощных, иметь к ним сострадание и быть милосердным» /Макарий Египетский/;

позитивность: «Когда всех людей видит кто хорошими, и никто не представляется ему нечистым и оскверненным, тогда подлинно чист он сердцем» /Исаак Сирин/.²

возможность получать откровения от Бога: «как это ни сомнительно для неверующих, мы утверждаем, что сердцем можно воспринимать вполне определенные внушения прямо как глаголы Божии. Но это не только удел святых. И я, подобно многим, не раз испытывал это с огромной силой и глубоким душевным волнением» /Лука (Войно-Ясенецкий) /.³

преображение человека с чистым сердцем после смерти: «Тот небесный огонь Божества, который христиане еще ныне, в веке сем, приемлют внутрь себя, в сердце, действуя внутрь сердца их, когда разрушится тело, начнет действовать совне, и снова сопряжет члены, совершит воскресение разрушенных членов» /Макарий Египетский/.⁴

Чистое сердце, по учению святых отцов, духом понимавших глубины библейских и евангельских истин, приобретает непрерывной памятью о Боге – непрерывной молитвой, которая называется умно-сердечной. Она совершается умом в сердце. Цель исихастов – сведение ума в сердце – т. е. сосредоточить чувство любви к Богу и молитвенное зывание к нему в одном общем ключе. Никифор Уединенник, один из исихастов практиков, так пишет об этом: *«Известно, что дыхание, которым дышим, чрез легкие проводит воздух до сердца. Итак сядь и собрав ум свой вводи его сим путем дыхания внутрь, понудь его вместе с сим вдыхаемым воздухом низойти в самое сердце и держи его там, не давая ему свободы выйти, как бы ему хотелось. Держа же его там, не оставляй его праздным, но дай ему следующие священные слова: Господи, Иисусе, Христе, Сыне Божий, помилуй мя! И пусть он повторяет их день и ночь. Попекись навикнуть сему внутри пребыванию с означенною молитвою и блюди, чтоб ум твой нескоро выходил оттуда, ибо в начале он будет очень унывать от такого стеснительного заключения внутрь. Зато, когда навикнет, ему там будет весело и радостно пребывать, и он сам захочет остаться там. Как человек, возвратившийся с чуждой стороны в свой дом, сам себя не помнит от радости, увидев опять жену и детей: так ум, когда соединится с сердцем, исполняется неизреченной радости и веселия.*

Если ты успеешь войти в сердце тем путем, который я тебе показал, воздай благодарение Богу, и держись этого делания всегда: оно научит тебя тому, о чем ты и не думал. Если же, и много потрудившись, ты не сможешь войти в страны сердца тем способом, который я тебе показал; то делай, что я тебе еще скажу, и с Божией помощью

¹ Там же.

² Там же.

³ Там же.

⁴ Там же.

найдешь искомое. Известно, что словесность человека (внутреннее слово, слово, каким беседует с собою) есть в персях: ибо там, внутрь персей, когда молчат уста, говорим мы с собою и совещаемся, там молитвы творим (когда на память мысленно читаем их), и псалмопение там ведем и всякую другую беседу с собою. Этой то словесности, отняв от нее всякий помысл, и дай говорить непрестанно: Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, и понудь себя, вместо всякой иной речи, это одно вопить внутри. Продержись терпеливо в этом делании только несколько времени, и тебе откроется чрез это вход в сердце без всякого сомнения, как и мы сами опытом это дознали.

*Вместе с таковым многожелательным и радостным вниманием в сердце и стражем его – вниманием, и придет к тебе весь лик добродетелей: любовь, радость, мир, долготерпение, кротость и проч.»*¹

Практика непрестанной молитвы основана на апостольском призыве **«Непрестанно молитесь...» (1Сол.5:17)**

В православной аскетической литературе обычно выделяют три вида молитвы: словесную, мысленную и сердечную (иногда ее называют умно-сердечной). Словесная молитва творится языком, ум же не вникает в слова молитвы, а сердце остается холодным; мысленная — творится в уме, который вникает в слова молитвы, сочувствует им. Описание третьего вида или «образа» молитвы — собственно исихастской молитвы — приведем по Добротолюбию: «Третий образ (молитвы) воистину дивен есть и неудобоизъясним, и для тех, которые не знают его опытно, не только неудобопонятен, но кажется даже невероятным... Ум (быть в сердце — отличительная черта сего третьего образа молитвы) да хранит сердце в то время, когда молится, и внутрь его да вращается неотходно, и оттуда, из глубины сердца да воссылает молитвы к Богу».²

Лествичник советует истинному искателю духовной жизни: «Непрестанное памятование об Иисусе пусть соединится с твоим дыханием и только тогда ты почувствуешь пользу молитвенного безмолвия». Здесь речь идет о постоянном любовном общении с Христом, целью которого является соединение с Богом и Его «святым наднебесным огнем», недостойных попяляющего, а чистых просвещающего (просветляющего) «в меру совершенства» (Слово 28). Святой [Григорий Нисский](#), в толковании на Псалмы, говорит, что Моисей провел сорок лет в уединении, пребывая в «молитвенном безмолвии», созерцая невидимое. По преп. [Исааку Сирину](#), «исихия» – вершина совершенства и «мать покаяния». Он называет ее и «началом очищения». По тому же святителю, слово – орган сего мира; молитвенное безмолвие, требующее полного отречения от мира как от плотских желаний, похоти очес и гордости житейской, употребляется как орган безмолвия, в котором тайна будущего века.³

Об этом говорили и другие преподобные подвижники-исихасты: Антоний Великий, Марк Подвижник, Исайя Отшельник, авва Дорофей, свт. Епифаний Кипрский, Филофей Синайский, Григорий Синаит, Никифор Уединенник, Исихий Отшельник, Варсонофий Вели-

кий и Иоанн, Макарий Великий и многие другие отцы, чьи наставления собраны в Добротолюбии.⁴

Святые отцы призывали к чистой молитве – нерассеянной, неотвлекаемой, сосредоточенной.

Этому способствует, согласно их наставлений, безмолвие, внимание, трезвение, хранение ума и сердца. Исихасты учили, что неизреченный Логос, Слово Божье, постигается в молчании. Созерцательная молитва, отказ от многословия, постижение Слова в его глубине — вот путь познания Бога, который исповедуют учителя исихазма.⁵

¹ Цит. по: Откровенные рассказы странника своему духовному отцу. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.ccel.org/contrib/ru/Strannik/StranAp.htm> . – Дата доступа: 28.04.2018.

² Лепахин В. Икона и иконичность. Приложение 3. Исихазм: содержание понятия и его границы., - С.-Пет., 2002. – 364 с.

³ Амфилохий (Радович), митрополит. Человек – носитель вечной жизни. – М.: Издание сретенского монастыря, 2005. – 197 с.

⁴ Греч. *Θιλοκαλία* (в переводе « любовь к благу, к прекрасному»), получившая широчайшее распространение в правосл. мире антология святоотеческих творений (с IV по XV в.), по преимуществу посвященных молитвенно-созерцательному опыту монашеской жизни. Большинство сочинений, вошедших в «Д.» на греч. языке, имели хождение на Св. Афонской Горе уже в период расцвета исихазма в XIV в. В окончательном виде «Д.» было подготовлено к изданию св. *Макарием Нотарой*, бывш. Митр. Коринфским, и прп. *Никодимом Святогорцем*. В книгу вошли бережно отредактированные и систематизированные богатейшие материалы, собранные ими в рукописных святогорских хранилищах. До наст. Времени «Д.» остается основополагающей «энциклопедией» духовной жизни. / Православная энциклопедия, Добротолюбие/.

⁵ Языкова Ирина. Со-творение образа. Богословие иконы. – М.: Издательство ББИ, 2012. – 368 с.

Валерий Лепахин в своей статье об исихазме так разъясняет вышеперечисленные составляющие исихастской практики: *«Молитва должна быть не только непрерывной, но и чистой — «нерассеянной», «неразвлекаемой», «непарительной». Поэтому следующей важнейшей частью исихастской практики следует назвать безмолвие, внимание, трезвение, хранение ума и сердца, которые служат обретению чистой молитвы. О необходимости для подвижника внимания и трезвения подробно пишут Исихий пресвитер Иерусалимский, прп. Филофей Синайский, прп. Никифор Уединенник, прп. Григорий Синаит, свт. Григорий Палама и др. Внимание обычно понимается святыми отцами как сосредоточенность на памяти о Боге. Трезвение же объясняется как стояние на страже внутренних помышлений и отгнание «облака злых помыслов... из атмосферы сердца». Иногда у некоторых св. отцов внимание и трезвение объединяются, называясь хранением ума и сердца, а условием внимания и трезвения становится «молчаливость» или «безмолвие» (исихия), т.е. те элементы исихастской практики, которые дали название самому явлению. Наиболее подробно и глубоко о безмолвии написано прп. Иоанном Лествичником, который посвятил ему в своей «Лествице» отдельную главу. Прп. Иоанн пишет: «Затворяй дверь келий для тела, дверь уст — для бесед, а внутреннюю дверь души для лукавых духов». Таким образом, по прп. Иоанну, безмолвие бывает трех видов: «безмолвие» тела (уединение), безмолвие уст (молчаливость) и безмолвие души. Другие отцы называют третий вид также безмолвием ума или сердечным безмолвием. Первые два вида безмолвия — лишь условие для занятия непрерывной умно-сердечной молитвой, третий же — одновременно условие, средство и цель. Средство — потому что безмолвие сердца дает ему возможность сосредоточиться на молитве, цель — потому что достичь безмол-*

вия ума и сердца можно только молитвой, и только в безмолвном уме (и сердце) может совершаться чистая нерассеянная молитва. Таким образом, чистая неразвлекаемая непарительная молитва и есть безмолвие. Поэтому некоторые подвижники называют исихию «священным безмолвием», а монахов, творящих непрестанную молитву, — священно-безмолвствующими»¹.

По святоотеческому разуму, в основе опытного Богопознания, в основе опытного усвоения спасения, усвоения начала нового Бытия – лежит «умное делание» или «трезвение», которое состоит из внимания к помыслам и НЕПРЕСТАННОЙ МОЛИТВЫ Иисусовой, заключающейся в словах:

«ГОСПОДИ ИИСУСЕ ХРИСТЕ, СЫНЕ БОЖИЙ, ПОМИЛУЙ МЯ ГРЕШНОГО».

Внимание и непрестанная молитва и есть та мысленная деятельность, из которой и складывается умное делание. Это умное невещественное делание есть сокровенное таинство Отцов и неудобьсказуемое. Нет слов на человеческом языке, чтобы можно было полностью изъяснить это Таинство. Никакими подобиями и сравнениями не уяснишь его.²

В основе исихастского молитвенного делания лежит призывание имени Господа, что объясняется словами Св. Писания: **«всякий, кто призовет имя Господне спасется»** (Деян. 2.21). Сам Господь Иисус Христос заповедал молиться, призывая Его имя: **«И если чего попросите у Отца во имя Мое, то сделаю, да прославится Отец в Сыне. Если чего попросите во имя Мое, Я то сделаю»** (Ин. 14:14) **«Истинно, истинно говорю вам: о чем ни попросите Отца во имя Мое, даст вам. Доныне вы ничего не просили во имя Мое; просите, и получите, чтобы радость ваша была совершенна»** (Ин. 16:23-24). Сила призывания имени Иисуса отображена в евангельских воззваниях страждущих, которые просили исцеления и милости от Господа. Евангелист [Марк](#) повествует о событии, когда [Иисус Христос](#) выходил из [Иерихона](#), у дороги сидел слепой по имени [Вартимей](#), что означает «сын Тимея» (см. [Мк. 10, 46](#)): **«Услышав, что это Иисус Назорей, он начал кричать и говорить: «Иисус, Сын Давидов! помилуй меня!»**. ([Мк. 10:47](#)) Так же молитва [хананеянки](#), которая кричала Иисусу: **«Помилуй меня, Господи, Сын Давидов,**

¹ Лепяхин В. Икона и иконичность. Приложение 3. Исихазм: содержание понятия и его границы.,- С.-Пет., 2002. – 365 с.

² Журавский Иоанн, протоиерей. О внутреннем христианстве. Тайна Царствия Божия или Забытый Путь опытного Богопознания. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://azbyka.ru/m-o-vnutrennem-xristianstve-tajna-carstviya-bozhiya-ili-zabytyj-put-opytного-bogopoznaniya>. – Дата доступа: 30.04.2018.

дочь моя жестоко беснуется».([Мф. 15:22](#)), является своего рода одним из первообразов Иисусовой молитвы. И мытарь из евангельской притчи стал примером, данным самим Спасителем, как нужно молиться о ниспослании милости Божией: **«Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаз на небо; но, ударяя себя в грудь, говорил: Боже! будь милостив ко мне грешнику!»** ([Лк. 18:13](#))

В Деяниях св. апостолов читаем о молении к Иисусу умирающего св. апостола Стефана: **«и побивали камнями Стефана, который молился и говорил: Господи Иисусе! приими дух мой. И, преклонив колени, воскликнул громким голосом: Господи! не вмени им греха сего. И, сказав сие, почил»** (Деян. 7: 59-60). Св. Апостол Павел в послании к Римлянам пишет: **«Прежде всего благодарю Бога моего через Иисуса Христа за всех вас, что вера ваша возvesщается во всем мире»** (Рим. 1:8). О величии и важности имени Иисуса также пишет св. Апостол Павел и в послании к Филиппийцам: **«Бог превознес Его и дал Ему имя выше всякого имени, дабы пред именем Иисуса преклонилось всякое колено небесных, земных и преисподних и всякий язык исповедал, что Господь Иисус Христос во славу Бога Отца»** (Флп.

2.9-10). Наиболее ярко силу имени Иисусова повествует следующее событие, описанное в Деяниях св. апостолов: *«На другой день собрались в Иерусалим начальники их, и старейшины, и книжники, и Анна, первосвященник, и Каиафа, и Иоанн, и Александр, и прочие из рода первосвященнического; и, поставив их посередине, спрашивали: «Какою силою или каким именем вы сделали это?» Тогда Петр, исполнившись Духа Святого, сказал им: «Начальники народа и старейшины израильские! Если от нас сегодня требуют ответа в благодеянии человеку немощному, как он исцелен, то да будет известно всем вам и всему народу израильскому, что именем Иисуса Христа Назорея, Которого вы распяли, Которого Бог воскресил из мертвых, – Им поставлен он перед вами здоровым. Он есть камень, пренебреженный вами, строителями, но сделавшийся главой угла, – и нет ни в ком ином спасения, ибо нет другого имени под небом, данного людям, которым надлежало бы нам спастись» (Деян. 5-12).*

С богословской и антропологической т. зр. практика непрерывного призывания имени Иисусова основывается на библейском почитании имени Божия. Смысловым центром М. И. является имя Иисус (буквально означающее: «Яхве спасает»): имена Господь и Сын Божий воспринимаются, как его истолкование. В М. И. акцент делается на призывание Иисуса, как Бога: полная форма молитвы подчёркивает, что Иисус Христос есть Сын Божий.¹

Отношение к имени Божию как к реальной силе, как к энергии Божией уходит своими корнями в Священное Писание, к третьей заповеди: *«Не произноси имени Господа Бога твоего напрасно» (Исх.20:7)*. Имя Божие священо, оно дано в Откровении, оно достойно всяческого почитания. Соломон, обращаясь в молитве к Богу, говорит: храм *«я построил имени Твоему» (3Цар.8:44)*, и Господь в ответ подтверждает: храм этот *«Я освятит имени Моему», «чтобы пребывать имени Моему там вовек» (3Цар.9:3, 7)*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.