философия нового мышления

Эммет Фокс

НАГОРНАЯ ПРОПОВЕДЬ

Молитва Господня

7 основных аспектов Бога

1931г.

Эммет Фокс

Нагорная проповедь: Молитва Господня

«Автор»
2026

Фокс Э.

Нагорная проповедь: Молитва Господня / Э. Фокс — «Автор», 2026

Эта книга родилась из простого вопроса: что сказать человеку, который хочет молиться — по-настоящему, искренне, — но устал от слов, которые не резонируют, и от обещаний, которые не сбываются?Ответ оказался у Эммета Фокса. Три его текста, собранные здесь, — не три разные книги, а три стороны одного учения. «Молитва Господня» — это форма: Фокс разбирает её фраза за фразой и показывает, что это карта роста души, а не магическая формула. «Семь основных аспектов Бога» — это содержание: семь красок, на которые можно настраиваться в молитве — Жизнь, Истина, Любовь, Разум, Душа, Дух, Принцип. «Слова мудрости» — это практика: готовые формулы на каждый день, когда трудно.Фокс нигде не пугает и не требует «правильных слов». Он говорит: молись просто, молись ежедневно, молись искренне — и доверься. Именно поэтому эта книга подходит и тому, кто только начинает, и тому, кто устал и хочет начать заново.

© Фокс Э., 2026
© Автор, 2026

Содержание

От составителя 5
I: МОЛИТВА ГОСПОДНЯ 8
Отче наш 10
Сущий на небесах 12
Конец ознакомительного фрагмента. 13

Нагорная проповедь: Молитва Господня

От составителя

Эта единственная Молитва, текст которой даже я знаю наизусть. Но, если честно, то никогда я так сильно и не задумывался на словах, несущих такие глобальные смыслы. И сейчас это понимание просто разрывает меня от осознаний ясности того, почему в нашей жизни не складывается всё так, как хотелось бы каждому человеку и как хотелось бы, в первую очередь, Самому Богу видеть каждого из нас счастливым.

Эта книга родилась из простого вопроса: что сказать человеку, который хочет молиться — по-настоящему, искренне, — но устал от слов, которые не резонируют, от формул, которые не работают, от обещаний, которые не сбываются?

Ответ оказался у Эммета Фокса. И ответ не один — их три, и они складываются в одно целое.

Три текста, собранные здесь, — это не три разные книги. Это три стороны одного и того же учения, три подхода к одной истине: **молитва — это не просьба, а осознание; не уговаривание Бога, а пробуждение в человеке того, что уже есть.**

«Молитва Господня» — это **форма**. Фокс разбирает её медленно, фраза за фразой, и показывает, что это не заклинание и не магическая формула. Это карта роста души. «**Отче наш**» — не обращение к далёкому трону, а утверждение родства. «**Да святится имя Твое**» — не славословие, а признание природы Бога как всецело благой. «**Хлеб наш насущный**» — не список просьб, а осознание Присутствия, которое одно и есть питание.

Фокс говорит: хлеб — это не просто еда, это всё, что нужно для здоровой, счастливой, свободной жизни. Но главное — он переворачивает само понимание: хлеб насущный — это **осознание Присутствия Божьего**, которое одно и есть питание. И ещё эта деталь: есть свою пищу нужно самому, никто за тебя не усвоит. Осознание — из первых рук. Это очень отрезвляет и в то же время утешает.

А центральная часть — о прощении — устроена как ловушка: она не даёт произнести Молитву, не простив. Фокс пишет об этом с улыбкой, но твёрдо: Молитва не терпит нечестности. Говоря о прощении в Молитве, Фокс безжалостно точен. Он не говорит «постарайтесь простить», он говорит: Молитва устроена так, что вы **не сможете физически её произнести**, прежде не простив.

Это не мораль, это механика. И его объяснение, почему прощение освобождает вас, а не только другого — «для пленника нужны двое: пленник и тюремщик» — это образ, который врезается в память. И потом: простить — не значит полюбить. Это снимает с людей огромный груз ложной вины. «Мы не обязаны любить кого-либо; но мы связаны обязательством любить всех» — это различие между чувством и волей, и оно освобождает.

А эта цитата из книги может вас даже вдохновить.

«Ни в коем случае не повторяйте этот акт прощения, потому что вы сделали это раз и навсегда, и сделать это второй раз означало бы молчаливо отречься от своей собственной работы». — Эммет Фокс

И как же это замечательно, что человеку, единожды совершившему предложенный автором акт прощения, больше никогда не понадобятся, длящиеся годами проработки с психологами, которые, по сути, сами вошли в эту профессию, чтобы исцелить свою душу. И тогда они и их учителя не знали, что метод невероятно прост и пришел вместе с молитвой к нам из самой древности.

****

«**Семь основных аспектов Бога**» — это **содержание**. О чём думать, когда молишься? Фокс даёт семь красок: Жизнь, Истина, Любовь, Разум, Душа, Дух, Принцип. Это не догматы для заучивания, а рабочие инструменты.

Заболел — осознай Жизнь.

Запутался — осознай Истину.

Боишься — осознай Любовь.

Обиделся — не надо ничего прорабатывать, просто осознай и искренне прости.

Не понимаешь, как всё устроено, — осознай Принцип.

Фокс говорит: выбирайте аспект по нужде, и результат придёт — не потому, что вы «выпросили», а потому, что настроились на то, что уже есть.

«**Слова мудрости**» — это **практика**. Здесь Фокс даёт готовые формулы: как возложить бремя, как заявить свои права на благо, как благословлять вместо проклятия, как быть настойчивым без тревоги. Это не теоретические рассуждения, а то, что можно сказать себе хоть сегодня вечером, хоть когда трудно.

Три текста — три стороны одного дела. Форма, содержание, упражнение. Или, если хотите, — путь, карта и дорога.

И ещё одно, что эти тексты объединяет. Фокс нигде не пугает. Он не грозит адом, не требует «правильных слов», не ставит условий. Он говорит: молитесь просто, молитесь ежедневно, молитесь искренне — и доверьтесь. «Бог не требует от вас красноречия, — сказал бы он, — Он видит ваше сердце».

Именно поэтому эта книга подходит и тому, кто только начинает, и тому, кто устал и хочет начать заново.

Отдельно скажу о восьмой строке — «**Ибо Твоё есть Царство, и сила, и слава во веки**». В древнейших текстах Молитвы этой строки нет; это позднейшее добавление, вошедшее в богослужение.

Фокс называет её «превосходной аффирмацией», но тут же оговаривается, что она «в действительности не является частью Молитвы». И это верно: она — не прошение, а утверждение. После этой строки слово «аминь» звучит избыточно, как если бы после «дважды два — четыре» кто-то добавил: «Да, это правда». Факт не нуждается в подтверждении.

Само слово «аминь» пришло из еврейской традиции, где означало «**истинно**» или, «**да будет так**». В синагоге народ отвечал этим словом на молитвы, подтверждая согласие.

Иисус тоже использовал это слово — но иначе. Он не завершал им молитву — Он им **открывал** Своё слово. «**Истинно, истинно говорю вам**» — это не подпись под сказанным, а **печать перед сказанным**. Как если бы Он говорил: «Слушайте внимательно — то, что сейчас будет, есть сама Истина». В Молитве же, как она вышла из Его уст, этого слова не было.

«Аминь» в конце — это голос общины, которая услышала молитву и ответила: «Да, так». Его добавили позже, когда Молитва вошла в общественное богослужение.

Так что мы не обязаны ставить «аминь» в конце Молитвы, потому что Иисус его там не ставил. Но мы можем вспомнить его там, где оно действительно было — в начале Его слов. И если уж искать ему место в русской речи, то это не «аминь» в конце, а **«истинно»** в начале. «**Истинно: Отче наш**…» — вот это было бы честно по отношению к тому, как Он говорил.

А вот в оригинале, где не было восьмой строки, там просто тишина после «**избавь нас от всякого зла»**. И эта тишина тоже полна.

В чём разница между этими двумя подходам: «от зла» или «от лукавого»?

«От всякого зла» — это более широкий, универсальный и понятный современному человеку взгляд. Он охватывает всё: и внешние беды, и несправедливость, и собственное внутреннее зло, и любые деструктивные силы.

«От лукавого» — это более узкий, персонифицированный акцент, характерный для восточнохристианской аскетики. Его смысл в том, что зло — не просто абстрактная «плохая погода» в мире, а чья-то сознательная воля, искажающая правду.

****

В самой молитве нет жёсткого противоречия между этими смыслами. В современных русских переводах Нового Завета всё чаще используют вариант «от зла», а некоторые богословы прямо говорят, что в личной молитве абсолютно естественно вкладывать в эти слова именно просьбу о защите от всякого зла — как внешнего, так и внутреннего.

В греческом тексте здесь стоит τοῦ πονηροῦ — слово, которое может означать и «лукавого» (как лицо), и «зло» (как вещь или состояние). Древнейшие переводы (например, латинская Вульгата: a malo) и ряд ранних отцов церкви понимали это место как «от всякого зла». Мы следуем этому пониманию, потому что оно шире и точнее передаёт смысл просьбы: речь не о борьбе с одним противником, а об избавлении от зла во всех его формах. «От всякого зла» — это яснее и более универсальны, чем «от лукавого».

****

В данную книгу собраны эти три текста не случайно. Потому что порознь они просто три хорошие полезные вещи. А вместе — получается единое учение: о том, что Бог ближе, чем дыхание, и что молитва — это не способ получить что-то от Бога, а способ вспомнить, что всё уже дано.

Пусть для каждого из вас, дорогой читатель этой книги, найдётся именно то, что вы искали. Можно не торопиться. У Фокса скорость не в количестве прочтений, а в честности сердца.

I: МОЛИТВА ГОСПОДНЯ

Эммет Фокс «Нагорная проповедь» Harper-Collins Publishers 1934

Молитва Господня — важнейший из всех христианских документов. Иисус тщательно выстроил её с совершенно определёнными и ясными целями. Именно поэтому из всех его учений она известна лучше всего и цитируется чаще всего. Она поистине является тем общим знаменателем, который объединяет все христианские церкви. Каждая из них, без исключения, использует Молитву Господню; это, пожалуй, единственная почва, на которой они все сходятся. Каждого христианского ребёнка учат Молитве Господней, и любой христианин, который вообще молится, произносит её почти каждый день. Её фактическое использование, вероятно, превышает использование всех остальных молитв вместе взятых. Несомненно, каждый, кто стремится следовать по Пути, которым вёл Иисус, должен взять за правило использовать Молитву Господню — и использовать её осознанно — каждый день.

Для этого нам следует понимать, что молитва — это тщательно выстроенное органическое целое. Многие люди повторяют её, как попугаи, забывая о предостережении Иисуса против пустых повторений, и, конечно же, в этом случае никто не извлекает из этого никакой пользы.

Великая Молитва — это сжатая формула развития души. Она составлена с величайшей тщательностью ради этой конкретной цели, так что те, кто использует её регулярно и с пониманием, испытают подлинное изменение души. Это та перемена в виде единственного прогресса, которую Библия называет рождением свыше. Именно изменение души имеет значение. Простое приобретение новых знаний, воспринятых умом, не приводит в душе ни к каким изменениям. Молитва Господня специально предназначена для того, чтобы вызвать эту трансформацию, и при регулярном использовании она неизменно это делает.

Чем больше анализируешь Молитву Господню, тем прекраснее видится её строение. Она отвечает нуждам каждого человека на его собственном уровне. Она не только обеспечивает быстрое духовное развитие тем, кто достаточно продвинулся, чтобы быть готовым, но даже в своём поверхностном смысле она даёт более простодушным и даже более материально мыслящим людям именно то, что им нужно в данный момент, если они используют Молитву искренне.

Величайшая из всех молитв была задумана ещё с одной целью, столь же важной, как и две другие. Иисус предвидел, что с течением веков его простое, первоначальное учение постепенно будет покрываться всевозможными внешними вещами, которые в действительности не имеют с ним ничего общего. Он предвидел, что люди, никогда не знавшие его, полагаясь, совершенно искренне, несомненно, на свой собственный ограниченный интеллект, будут создавать богословские и доктринальные системы, заслоняя собой прямую простоту духовного послания и фактически возводя стену между Богом и человеком. Он задумал свою молитву таким образом, чтобы она благополучно прошла через эти века, и осталась неизменной.

Он составил её с непревзойденным мастерством, так что её нельзя было исказить, извратить или адаптировать к какой-либо созданной человеком системе; так что, по сути, она несла в себе всё послание Христа, и при этом на поверхности не было ничего, что могло бы привлечь внимание беспокойного, контролирующего типа человека. Так и вышло, что через все перемены и превратности христианской истории эта Молитва дошла до нас в неискаженном и незапятнанном виде.

Первое, что мы замечаем, — это то, что Молитва естественно построена из семи частей. Это очень характерно для восточной традиции. Семь символизирует отдельную душу, подобно тому как число двенадцать в той же традиции означает полноту целого.

В практическом использовании мы часто находим добавленную восьмую часть — «Ибо Твое есть Царство, и сила, и слава», — но она, хотя и является сама по себе превосходным утверждением, в действительности не является частью Молитвы. Семь частей соединены с величайшей тщательностью, в совершенном порядке и последовательности, и они содержат всё необходимое для питания души.

Рассмотрим первую часть:

Отче наш

Это простое утверждение само по себе представляет собой определённую и законченную богословскую систему. Оно ясно и чётко устанавливает природу и характер Бога. Оно подытоживает Истину Бытия. Оно сообщает всё, что человеку нужно знать о Боге, о себе самом и о своём ближнем. Всё, что добавляется к этому, может быть лишь комментарием и, скорее всего, усложнит и затемнит истинный смысл текста. Оливер Уэнделл Холмс сказал: «Моя религия заключена в первых двух словах Молитвы Господней», и большинство из нас полностью с этим согласится.

Обратите внимание на простое, ясное и определенное утверждение – «**Отче наш**». В этом пункте Иисус раз и навсегда утверждает, что отношения между Богом и человеком – это отношения отца и ребенка. Это исключает любую возможность того, что Божество может быть безжалостным и жестоким тираном, каким его часто изображает богословие. Иисус определенно говорит, что это отношения родителя и ребенка; не восточного деспота, имеющего дело с униженными рабами, а родителя и ребенка. Теперь мы все прекрасно знаем, что мужчины и женщины, какими бы несовершенными они ни были в других отношениях, почти всегда делают все возможное для своих детей. К сожалению, жестокие и злые родители тоже встречаются, но они настолько исключительны, что о них пишут в газетах. Подавляющее большинство мужчин и женщин проявляют себя наилучшим образом в отношениях со своими детьми. Говоря об этой же истине в другом месте, Иисус сказал: «Если вы, будучи так полны зла, тем не менее делаете всё лучшее для своих детей, насколько же более Бог, который всецело благ, сделает для вас». И поэтому он начинает свою молитву с утверждения характера Бога как совершенного Отца, поступающего со своими детьми.

Заметьте, что эта часть, которая устанавливает природу Бога, в то же время устанавливает и природу человека, потому что если человек — потомок Бога, он должен быть причастен природе Бога, поскольку природа потомка неизменно подобна природе родителя. Это космический закон: подобное рождает подобное. Невозможно, чтобы розовый куст производил лилии или чтобы корова родила жеребёнка. Потомок есть и должен быть той же природы, что и родитель; и поэтому, поскольку Бог есть Божественный Дух, человек по своей сути также должен быть Божественным Духом, что бы ни говорила видимость.

Давайте на мгновение остановимся и попытаемся осознать, какой огромный шаг вперёд мы сделали в понимании учения Иисуса по этому вопросу. Разве вы не видите, что одним ударом оно смело девяносто девять процентов всей старой теологии с её мстительным Богом, её избранными и любимыми людьми, её вечным адским огнём и всей прочей ужасающей атрибутикой больного и испуганного воображения человека.

Бог существует — и Вечный, Всемогущий, Вездесущий Бог есть любящий Отец человечества.

Если бы вы размышляли над этим фактом, пока не достигли бы некоторой степени понимания того, что он действительно означает, большинство ваших трудностей и физических недугов исчезли бы, ибо они укоренены и основаны на страхе. Основная причина всех бед — это страх. Если бы вы только могли до некоторой степени осознать, что Всемогущая Мудрость — это ваш живой, любящий Отец, большинство ваших страхов ушло бы. Если бы вы могли осознать это полностью, то каждая негативная вещь в вашей жизни исчезла бы, и вы проявили бы совершенство в каждой фазе.

Теперь вы видите цель, которую Иисус имел в виду, помещая эту часть первой.

Далее мы видим, что Молитва говорит не «Мой Отец», а «Отче наш», и это указывает вне всякой возможности ошибки на истину братства людей. Это с самого начала навязывает нашему вниманию тот факт, что все люди действительно братья, дети одного Отца; и что «нет

ни иудея, ни грека, ни раба, ни свободного, ни избранного, ни неизбранного», потому что все люди — братья. Здесь Иисус, делая свою вторую мысль, кладёт конец утомительной чепухе об «избранной расе», о духовном превосходстве какой-либо одной группы людей над любой другой группой. Он отсекает иллюзию, будто члены какой-либо нации, расы, территории, группы, класса или цвета кожи в очах Божьих превосходят любую другую группу. Вера в превосходство собственной особой группы, или «стада», как называют это психологи, есть иллюзия, к которой человечество весьма склонно, но в учении Иисуса ей нет места. Он учит, что человека определяет духовное состояние его собственной отдельной души и что, пока он находится на духовном пути, совершенно неважно, к какой группе он принадлежит или не принадлежит.

Последний пункт — это подразумеваемая заповедь молиться не только за себя, но и за всё человечество. Каждый ученик Истины должен ежедневно хотя бы на мгновение удерживать мысль об Истине Бытия для всего человеческого рода, поскольку никто из нас не живёт для себя и не умирает для себя; ибо поистине все мы — и в гораздо более буквальном смысле, чем люди осознают, — члены одного Тела.

Теперь мы начинаем видеть, насколько больше, чем кажется на поверхности, содержится в этих простых словах «Отче наш». Простые — можно почти сказать, невинные — на вид, они содержат сокрытый Иисусом духовный взрывчатый заряд, который в конечном счёте разрушит каждую созданную людьми систему, держащую человеческий род в рабстве.

Сущий на небесах

Четко установив Отцовство Бога и братство людей, Иисус переходит к расширению природы Бога и описанию фундаментальных фактов существования. Показав, что Бог и человек — родитель и дитя, он переходит к описанию функции каждого в великой схеме вещей. Он объясняет, что природа Бога — быть на небесах, а природа человека — быть на земле, потому что Бог — это Причина, а человек — проявление. Причина не может быть выражением, а выражение не может быть причиной, и мы должны быть осторожны, чтобы не путать эти два понятия. Здесь небеса означают Бога или Причину, потому что в религиозном языке небеса — это термин для Присутствия Бога.

В метафизике это называется Абсолютом, ибо это область Чистого Безусловного Бытия, архетипических идей. Слово «земля» означает проявление, а функция человека — проявлять или выражать Бога, или Причину. Говоря иначе, Бог — это Бесконечная и Совершенная Причина всех вещей; но Причине нужно выразиться, и Бог проявляет Себя через человека. Предназначение человека — выражать Бога всевозможными славными и чудесными способами. Часть этого выражения мы видим как его окружение: сначала его физическое тело, которое на самом деле является лишь самой интимной частью его воплощения; затем его дом; его работу; его отдых; словом, все его проявления.

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.