

Отец Войчех Чиак OCD

(Отец Войчех Чиак OCD (р.1958) – босой кармелит. Советник Варшавской Провинции, преподаватель в Высшей Духовной Семинарии Босых Кармелитов и в Институте Духовности “Кармелитанум” в г. Познань, живёт в г. Познань.)

ПЕДАГОГИКА МОЛИТВЫ

**Издательство “Кармелитанум”
Познань 2001**

*/Издание третье, исправленное
Для внутреннего использования/*

Набор и печать:

Высшая Духовная Семинария Босых Кармелитов в г. Познань

Перевод на русский язык и набор:

Кармель в Караганде, Казахстан 2005

СОДЕРЖАНИЕ

- ◆ Что такое молитва?
- I. Факторы обусловленности молитвы:
 - 1) Молчание
 - ложное
 - регламентированное
 - о самом себе
 - как отсутствие суетливости
 - внутреннее
 - 2) Время
 - 3) Уединение
 - 4) Духовное чтение
 - 5) Тело
 - 6) Сердце
- II. Молитва как встреча с Тем, о Ком мы знаем, что Он нас любит – проблема метода
- III. Молитва как жизнь – молитва и работа

Что такое молитва?

Возьмём за основу определение св. Терезы Иисуса /Авильской/:

«Внутренняя молитва, по моему, есть ничто иное, как доверительное и дружеское общение с Богом и сердечная, многократно повторяющаяся беседа с Тем, о Ком мы знаем, что Он нас любит» / «Книга жизни» 8,5/

В этом определении стоит выделить две взаимодополняющие формы отношений с Богом:

- общение
- беседа

Общение представляет собой пребывание в чьём-либо присутствии, приязнь, знакомство, которое, в свою очередь, должно вести к началу беседы с кем-то другим, беседы, проникнутой доверием, упованием и духом дружбы.

Следует отметить, что мы опираемся на польский перевод произведений св. Терезы Иисуса, и оно, по-моему, является подлинной интерпретацией мысли святой Терезы. Вот как звучит по-испански фрагмент, процитированный выше:

“Que no es otra cosa oration mental, a mi parecer, sino tratar de amistad estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama.”

Пребывание в присутствии кого-либо и разговор с ним имеет масштаб конкретных отношений с Богом, что в другом месте ещё более точно определено как отношения с Личностью Иисуса Христа, Бога и Человека.

Внутренняя молитва – это удачное интерпретация выражения святой Терезы “*oration mental*” – “мысленная молитва”, так как из контекста её высказывания следует, что речь, в данном случае, идёт о чём-то большем: о том, что касается всего человека и, в то же время, проникает внутрь него, а не относится исключительно к мысли.

I. ФАКТОРЫ ОБУСЛОВЛЕННОСТИ МОЛИТВЫ:

Я хочу представить несколько основных факторов, обуславливающих молитву и имеющих огромное влияние на сам подход к молитве и на её переживание:

- молчание;
- уединение;
- время;
- духовное чтение;
- тело;
- сердце.

1. МОЛЧАНИЕ

В Священном Писании Бог является пророку Илии в молчании /3 Цар 19, 12-13/. Кармелитский Устав, в свою очередь, предписывает молчание, которое является выражением надежды в ожидании пришествия Господня. В XVI в., когда св. Тереза Иисуса начинает реформу Кармеля, она, в частности, восстанавливает такой образ жизни, в котором сохранение молчания рассматривается как условие, необходимое для жизни, направленной на молитву. Святой Иоанн Креста, в свою очередь, говорит, что в молчании Бог приходит к человеку в личности Иисуса Христа и произносит Своё Слово.

Эти произвольно выбранные ссылки показывают нам значение молчания. Так что не было бы преувеличением сказать, что возрождение в наши дни понимания ценности молчания в жизни христианина, а тем более, человека, пытающегося вести молитвенную жизнь, есть нечто необходимое.

Однако о каком же молчании идёт речь?

Молчание ложное

Зачастую мы произносим слишком много слов, и эти слова не всегда правдивы, иногда они надуманны, искусственны. Следовательно, речь идёт о такой манере говорить, о таком использовании слов, чтобы то, что мы говорим, было правдиво, соответствовало действительности. Это очень важно, поскольку слова формируют нас, созидают. Произносятся лживые, искусственные слова, пусть даже просто немного приукрашивая, мы творим и создаём себя в некоей пустоте и, таким образом, наносим вред себе и окружающим. Фальшивыми словами мы укореняемся в некоем положении обособленности, закрытости для того, что благо и для того, что нисходит свыше – от Бога. И когда нехватка молчания становится причиной отхода от того, что благо, и закрывает наши уши для голоса, исходящего от Бога, то, очевидно, что тогда приходит шум, гомон и суматоха.

Молчание регламентированное

В каждой монашеской конгрегации, ордене или церковном учреждении /религиозной общине/ время молчания включено в устав, внутренний распорядок дня. Это означает, что на определённое время дня распространяется предписание абсолютного молчания или так называемого косвенного, неполного молчания, когда рекомендуется соблюдать рассудительность и благоразумие в употреблении слов. Такое регламентированное молчание может иметь место и в жизни некоторых мирян.

Молчание о самом себе

В наше время стало особенно модно давать бесконечные интервью, проводить опросы, писать автобиографии и мемуары. А это, в силу самих вещей, означает говорить о себе. Но всегда ли это уместно? Нам угрожают чрезмерные разговоры о себе. /Неограниченные разговоры о себе опасны для нас./ Формой подобных разговоров могут быть и дневники, где мы говорим о себе самим же себе. Желание говорить о себе может выражаться в отношении к исповеднику, духовному наставнику или другим людям в так называемой жизни в обществе; когда мы говорим обо всём и обо всех и, вместе с тем, избегаем того, что на самом деле существенно. Разумеется, все эти формы бесед о себе важны и необходимы и не следует их перечёркивать /совершенно отвергать их/. Однако, одно дело – высказывание, серьёзная беседа о себе, и совсем другое – заглушение самого себя разговорами о себе. Молчание о себе – это необходимое и неперемное качество в молитвенной жизни, которое позволяет открыться в ней для диалога с Другим – с Иисусом Христом.

Молчание – лекарство от суетливости

Банально, наверное, было бы говорить, что сейчас трудные времена. Сегодня, в условиях экономического кризиса, различного рода угрозах, человек постоянно активен, обеспокоен, озабочен содержанием своей семьи, обеспечением собственной безопасности. И здесь перед нами встаёт угроза излишней активности, некоей внутренней суетливости, когда что-то непрерывно гонит нас куда-то и не позволяет сосредоточить наше внимание на личности Иисуса. Что же нам делать, чтобы избежать этого? В данном случае особенно важно уметь сочетать в течение дня периоды молчания с периодами активности и работы. Лучше всего, в данном случае, отвести в распорядке дня некоторое время для молитвы, но так, чтобы иметь время и на исполнение своих обязанностей, связанных с профессиональной деятельностью

или семьёй. Конечно, это было бы идеально ситуация, но не всегда это удаётся. Поэтому, может быть, здесь нужно сделать несколько уточнений:

- Обязательно отводить определённое время на молитву. Часто возникает искушение думать, что достаточно всё делать из любви, и это может заменить нам молитву. Но это не так. Необходимо делать всё возможное для того, чтобы в течение дня уделить определённое время молитве. Сколько времени мы для этого предназначим, зависит от того образа жизни, который мы ведём, и от тех обстоятельств, с которыми сталкиваемся, и ситуации могут быть разными. Но как бы то ни было, определённое время для Господа мы всегда должны иметь. Вот убедительные свидетельства, которые стоит привести в данном контексте: /Нижеследующий отрывок поможет нам лучше понять, насколько это необходимо/

«На следующее утро в коридоре ко мне подошёл пожилой священник и сказал:

- Сестра Бридж, я знаю, что Вы молитесь, но мне нужно Вам сказать кое-что. Я, правда, не знаю, как это сделать. –

Он затруднялся сказать, о чём, собственно, идёт речь, и этим ещё более озадачил меня. Наконец, он сказал мне, что не мог заснуть этой ночью, так как, ложась спать, он вдруг услышал внутренний голос: «Иди к сестре Бридж и скажи ей, что час, который она провела, это Мой час, и Я хочу этот час для Себя».

Рассказав это, он взглянул на меня, улыбнулся и произнёс: – Это, наверно, не имеет слишком большого значения, правда? –

Он не знал, какое огромное значение это имело для меня. Я поблагодарила его. Именно в этот момент я осознала, насколько Иисус жаждет того, чтобы я сдержала своё обещание: не потому, что Он нуждается во мне, а потому что хочет любить и учить меня. Мы порой забываем, что Иисус – живая Личность, ждущая нас. Он был там и ждал меня.

Это стало для меня прекрасным уроком. Эти три часа /молитвы/ я посвящаю не своим разнообразным вымыслам, а живой Личности, Присносущему Иисусу. Господь ждёт меня не ради того, что я могу Ему дать, а ради того, чем Он может меня одарить». (*«Дабы верили»*, с. Бридж Мак Кена OSC, Хенри Либерсат, изд-во Марианов, Варшава 1991, стр.41).

Сестра Бридж при своей интенсивной жизни и своём служении выделила себе в течение суток три часа для молитвы и старается быть им верной.

А вот свидетельство священника отца Янцажа, современного душпаستыря рабочих в Новой Хуте *, умершего несколько лет назад: / * Нова Хута – город в Польше./

«Я спрашиваю его:

- Как у Вас на всё хватает времени?

– Всё зависит от распорядка. Я раз и навсегда установил для себя распорядок дня и теперь лишь следую ему. Однажды я услышал как бы внутренний голос: «Казя,* (* сокр. от имени *Казимеж*) изо всех сил служи Господу Богу, Церкви и людям, только не ленись, /перетрудись/». Простая философия жизни, не более того.

- И во всей этой спешке Вы находите достаточно времени для молитвы?

– Без этого не было бы и деятельности! Я стараюсь, чтобы моя деятельность тоже была молитвой. Вечером у меня есть свои полтора часа для сосредоточения и медитации /размышлений/. Но самая лучшая моя часовня – это моя машина, потому что в ней, по крайней мере, нельзя заснуть, – добавляет он шутливо. – Часто люди спрашивают, откуда у меня берутся силы на всё это? А я отвечаю: «Видно, Господь Бог всё-таки немножко любит человека. Если ты с Ним хорошенько поболтаешь, наверняка Он тебе в чём-то да поможет» (*„Ksiądz Jancarz – duszpasterz miasta bez Boga”* – «Отец Янцаж – душпастирь города без Бога», в: „List” – «Лист» № 5/92, стр.21). Это весьма красноречивое свидетельство.

Следует последовательно придерживаться назначенного распорядка молитвы. Хотя, конечно же, случаются и ситуации, когда приходится менять свои планы.

Чтобы в течение дня среди множества различных занятий хранить молчание как средство от суетливости, постоянной «замотанности», спешки, необходимо стремиться и стараться всегда всё делать по Божьей воле.

Св. Эдит Штайн показывает, как следует сочетать повседневный труд с молитвенным правилом, и в каком духе необходимо приниматься за работу, чтобы в ней не было излишней лихорадочности.

«Итак, мы приступаем к исполнению повседневных обязанностей, например, мы учим детей в школе, урок за уроком, один за другим, по четыре-пять часов. Приходится решать трудные задачи, ежечасно менять тему. Несмотря на все наши усилия, нам никак не удаётся достигнуть того, что мы запланировали, и, возможно, так до конца и не удастся. Усталость, непредвиденные препятствия, тупость /апатия/ детей, различные отвращения, раздражение, страхи. Или вот ещё работа в офисе: контакты с неприятными начальниками и коллегами, необоснованные претензии, несправедливые упрёки, человеческая низость, может быть, также нищета различнейшего рода. Наступает время обеда, мы приходим домой, уставшие и разбитые, а там нас уже ожидают новые испытания. Куда подевалась та утренняя свежесть души? Вновь хочется бушевать и кипятиться: раздражение, злость, грусть. А до вечера ещё столько надо сделать! Надо бы тут же взяться за новую работу. Нет, не сейчас, по крайней мере, не раньше, чем мы хотя бы на минуту погрузимся во внутреннюю тишину. Мы должны настолько хорошо знать и стараться понимать самих себя, чтобы суметь определить, где и как нам следует искать покоя. Лучше всего снова стряхнуть с себя все заботы, на минутку преклонив колени перед дарохранительницей. Но не каждый может сделать это. Кому-то другому необходимо просто немного передохнуть физически, сделать короткую передышку в своей комнате, чтобы перевести дух. Если нам трудно найти внешнее успокоение, и мы не располагаем местом, в котором мы могли бы укрыться; если обязанности, не терпящие промедления, не позволяют нам выделить время для тишины, тогда нужно внутри себя хотя бы на мгновение отключиться от всего, прибегая к Господу. Ведь Он присутствует повсюду и может нам в одну минуту дать то, в чём мы нуждаемся. Так день подходит к концу, мы сильно утомлены, но спокойны. Если же вечерний анализ минувшего дня покажет, что наша работа была небрежной, сделанной наспех, что многое из того, что мы запланировали, не выполнено, и это вызовет у нас глубокое сожаление и стыд, примем и это, вверяя /отдавая/ себя в руки Божьи и предавая себя Ему. Так мы успокоимся в Нём и действительно отдохнём, чтобы затем начать новый день так, словно мы начинаем новую жизнь». („*Sposoby osiągnięcia wewnętrznego uciszenia*” – «Способы достижения внутреннего успокоения», в: „*Z własnej głębi i – Pisma różne*” – «Из глубины своей души – Различные произведения», Краков, изд-во Отцов Босых Кармелитов, 1978 г., стр.17-18).

Это и есть молчание как средство от суетливости, именно это и означает предстать перед Богом и отдать Ему в молчании всё то, что было доброго в течение дня, и то, что у нас не вышло.

При этом хочу отметить, что молчание как средство от суетливости имеет следующие две составные: строгое придерживание времени, предназначенного для молитвы, и отсутствия спешки, то есть надлежащего подхода к работе в течение дня. /строго придерживайся распорядка молитвы и не будь суетлив, т. е., как следует, относись к своей работе в течение дня. / О последнем я хотел бы поговорить несколько подробнее в дальнейшем. /Далее я немного больше буду говорить на тему самой работы./

Молчание внутреннее

Это молчание богословское, молчание пред Богом, а конкретно, пред личностью Иисуса Христа. Особенно в начале созерцательной молитвы, когда личность Иисуса Христа всё бо-

лее явственно показывает Своё присутствие, человек обязан более сознательно относиться к молчанию.

«Человек в тишине вырастает,
переполняется доброю,
живёт тишиною в истинном существовании,
слушает весенних птиц
и угадывает голос Бога
о, благослови нас, тишина,
и будь благословенна тишиною,
принесённая лёгким веянием ветра
дуновением Духа».
(Зофья Зарембянка, „List” – «Лист» № 6/92, стр.13)

2. ВРЕМЯ, предназначенное для молитвы

Упомянув ранее о необходимости молчания, особенно молчания как лекарства от суетливости, я уже говорил, что одним из существенных условий такого молчания является соблюдение точно установленного распорядка молитвы. И здесь необходимо было бы сказать ещё кое-что.

Нужно принять во внимание многообразие графика дня, различные ритмы времени. Молитва в разное время дня должна выглядеть по-разному. Здесь необходимо учитывать время суток, час, определить, какой отрезок дня наиболее подходит для мысленной молитвы, чтения Святого Писания, Евхаристии и т.д. Следует также помнить о необходимости молитвы и в коротких промежутках времени: на остановках, в трамвае, в прочих подобных ситуациях.

При составлении распорядка молитвы необходимо также учитывать и ритм недели. Такими особенными днями молитвы должны быть воскресенье и праздники. При исполнении наших профессиональных обязанностей, особенно если они связаны с интеллектуальным трудом, зачастую возникает некоторая опасность того, что мы порой забываем, что умственная работа, учёба и т.п. тоже могут быть формой работы, они занимают время, которое мы могли бы посвятить молитве.

Следует также выделить такое время и в течение месяца – день сосредоточения, день утишения. /Следует также составлять график молитвы и на весь месяц./

Также следует учесть время /определять график/ для молитвы в цикле литургического года и праздников. Периодами, как бы автоматически благоприятствующими такому сосредоточению, являются Адвент и Великий Пост.

Наконец, в нашей жизни происходят разные события, которые должны способствовать молитве и которые мы сами должны использовать как благоприятную возможность для этого. Такими событиями могут быть, например, смена места работы, потеря кого-либо из близких, различные моменты внутренних, духовно-психологических или семейных проблем. Оказавшись в таких трудных жизненных ситуациях, серьёзных обстоятельствах стоит, прежде всего, спросить себя: есть ли у меня время для молитвы, и как я его использую? Тут мне хотелось бы подчеркнуть то, что более всего меня интересует в этом отношении – время, предназначенное для мысленной, продолжительной молитвы, для так называемого размышления или внутренней молитвы. Здесь речь идёт не о какой-то религиозной практике, актах благочестия, а об испытании своей личности, об исследовании самого себя, о том, чтобы ответить самому себе на ряд основополагающих вопросов: насколько я переживаю эти ситуации как личность и насколько я открыт в них для того, чтобы полностью довериться Богу – Единому, но в Трёх Личностях?

3. Другим, весьма важным условием молитвенной жизни является УЕДИНЕНИЕ.

Для кармелитской духовности образцом уединённой жизни является пророк Илия. В его деятельности были периоды, когда он удалялся в пустынные, безлюдные места и там пребывал пред Богом. Беря в качестве примера наш Орден, мы видим некоторое соединение деятельной жизни с уединением в основании так называемых эремов /монастырей пустынножительств/. Их создателем был блаженный отец Пётр Томазий Иисуса (1564-1627). Он, в частности, основал эрем /пустынь/ в Лас Батуэкас (недалеко от Саламанки), существующий до сих пор. Первоначально таким эремом был также монастырь в Черной (близ Кракова). Эрем /пустынь/, по самой своей сути, служит для того, чтобы монахи после некоторого периода деятельного служения удалялись сюда и проводили здесь один год или более в уединении, ведя жизнь, практически и исключительно посвящённую молитве, а затем вновь возвращались к соответствующим занятиям, к обычному монашескому образу жизни. Естественно, что пустынь характерна и типична для монашествующих. Тем не менее, она может служить образцом, своего рода подсказкой и для людей, живущих в миру. Она является для них как бы рекомендацией. В нашей жизни должно сохраняться некое равновесие между пребыванием среди людей и периодами уединения. Особенно в наше время, когда мы входим в разного рода отношения с людьми /при таком разнообразии форм межличностного общения/, когда объективно ощущается наплыв информации и впечатлений, может наступить какое-то пресыщенность и скука. А ведь всё это – информация, исходящая от людей, говорящая о людях и передаваемая людьми. И пресыщенность, в состоянии которой мы можем впасть, это не только пресыщенность какой-то информацией. Прежде всего, может наступить весьма серьёзная пресыщенность другим человеком, безразличие к нему, он может просто надоест. Поэтому-то так важны и необходимы эти периоды уединения.

Как это сделать?

Во время одного из своих визитов в Польшу Святой Отец обратился к монашеским конгрегациям с просьбой, чтобы они предоставили современным людям возможность уединения, пребывания в одиночестве. Другой формой уединения могут стать реколлекции, дни сосредоточения или, например, можно воспользоваться поездками за город, на лоно природы.

Вот свидетельство учительницы одного из варшавских лицеев, которая, в частности, говорит о таком периоде уединения в ходе закрытых реколлекций по св. Игнатию Лойоле:

«Для меня также важно время закрытых реколлекций, в которых я участвую ежегодно. В тишине я могу встретиться с Богом. У меня появляется шанс спокойно взглянуть на свою повседневную жизнь. Часто к концу реколлекций я принимаю какие-то более конкретные решения. Например, на последних реколлекциях я решила, ввиду переизбытка обязанностей, отказаться от части моей общественной деятельности» („List” – «Лист» 4/92, стр. 11)

Однако в данном случае мы говорим об одиночестве, в определённом смысле физическом, как об удалении в уединённое место. При этом следует заметить, что изоляция сама по себе ещё недостаточна, поскольку она также может предоставить возможность поисков самого себя, /вести к нездоровому сосредоточению на себе самом, к ещё большему эгоцентризму/. Более того, она ещё более может благоприятствовать концентрации на самом себе. Такая обособленность может способствовать тому, что человек начнёт размышлять о прошлом, создавать вокруг себя своего рода ореол мученичества, страдальчества, оставленности. Подобное одиночество является опасным и даже нежелательным.

Необходимо также упомянуть о таком достаточно важном факторе, как умение сочетать уединение с общением.

«Любовь и одиночество
взялись за руки как сёстры
идут нога в ногу
не разделяй их
не дёргай
лапы прочь!

любовь без одиночества
была бы неправдой
одиночество без любви –
отчаянием».

/о. Ян Твардовский/

«Любовь без одиночества была бы неправдой».

Встреча с другим человеком, встреча с тем, кого мы любим, с кем мы связываем наши надежды любить и быть любимым, с одной стороны, становится для нас своего рода обетованием, обещанием встречи с Кем-то иным, с Кем-то большим, с Тем, Кто стает для нас настоящим другом. Кроме того, подобная встреча с другим человеком показывает нам наше экзистенциальное одиночество пред Богом. Духовная дружба во внутренней жизни также ведёт и подготавливает к одиночеству в экзистенциальном плане и более всего открывает нас Богу. Это та истина, которую то не может сокрыть.

Современный человек непрестанно стремится к общению. Все фильмы, перенасыщенные эротикой, – это ничто иное, как косвенное выражение скрытой тоски по общению. Пусть даже эта тоска переживается неверным, искажённым образом. В свою очередь, все фильмы ужасов, триллеры – это также особое проявление одиночества и попытка справиться с ним путём силы, насилия, беззакония.

Человек молитвы тоже испытывает одиночество. Ему не избежать этого, но, в то же время, он находит иной выход, как выйти из этого одиночества, путь странствия, чтобы встретиться с Тем, Кто заполнит это одиночество.

Одиночество и обособленность

Одиночество, о котором мы говорили выше, благотворно и желательно для нас, и нам следует избирать его. Конечно, не всегда легко сделать такой выбор. Известны случаи, когда на такое одиночество трудно решиться, но, тем не менее, я повторяю: это положительное одиночество.

Обособленность – это нечто совершенно иное, это одиночество эгоиста, человека, замкнутого в себе, никого не ищущего, никого не ожидающего. Обособленность стала участью многих современных людей; это, можно сказать, бич современной цивилизации. Это то одиночество, которое тяготеет над человеком подобно проклятию.

4. ДУХОВНОЕ ЧТЕНИЕ

Духовное чтение тесно связано с так называемой постоянной формацией /непрерывным самовоспитанием, самообразованием/. О необходимости постоянной формации /непрерывного самовоспитания/ в последнее время всё чаще говорится как в отношении жизни священника, так и монашествующих. Но оно необходимо и в жизни мирян. Одним из составляющих такой постоянной формации /непрерывного самовоспитания/ является духовное чтение.

К этой проблеме необходимо подойти очень серьёзно, так как при наших различных и многочисленных занятиях, при возможности выбора разнообразной литературы умение правильно выбрать соответствующую книгу для чтения становится своего рода искусством. Отмечу лишь, что чтение служит углублению наших познаний и расширению нашего интеллектуального горизонта. Так ли это важно? Да, потому что, читая соответствующие книги, а чтение является одной из форм самообучения, мы получаем возможность опереться на твёрдое основание и углубить нашу веру, которая, в свою очередь, тесно связана с любовью. Попробуем определить, как конкретно сочетать чтение с молитвой.

– Молитва должна питаться некоторым познанием, так как иначе она может стать пустой и чисто эмоциональной.

– Духовное чтение должно быть направлено на познание личности Иисуса Христа. В этом отношении мы имеем яркое свидетельство из жизни св. Терезы Иисуса. В 1559 г. по указу инквизиции были запрещены книги, написанные на кастильском языке. Святая Тереза с печалью восприняла этот указ, так как, не зная латыни, она как раз пользовалась кастильскими переводами Св. Писания и другой духовной литературы. Всем известно, насколько большую роль играло чтение в её молитвенной жизни. Иисус в одном из Своих явлений утешил её, обещав, что Он Сам станет отныне её «Книгой». У Терезы был ряд видений Иисуса, в которых Он открывал ей Свою человеческую природу, что, в свою очередь, привело к тому, что в молитве св. Тереза искала присутствия Иисуса в Его Человечности. Свои переживания и мысли святая выразила в своих книгах, в своих поучениях о молитве, в которых она подчёркивала, насколько большую роль играет сосредоточение на Человечности Иисуса Христа. Всё, о чём так красноречиво писала св. Тереза, касается и нас и имеет отношение к нашему духовному чтению.

Стремясь углубить свою молитвенную жизнь, человек обязан стремиться познать Личность Иисуса Христа. И хотя нам, возможно, не будет дано испытать то, что испытала св. Тереза, тем не менее, читая, мы должны познавать Его Личность.

Итак, у нас уже есть первый, основной критерий в выборе книг для духовного чтения: читать всё, что служит более глубокому познанию личности Иисуса Христа. Сюда относятся воздыхания об Иисусе Христе (Ветхий Завет) и повествование о Его пришествии к нам (Новый Завет). Всё Священное Писание – это предвечное Слово, принявшее образ слова человеческого. Оно целиком обращено к Личности Иисуса Христа, и поэтому, читая Библию, прежде всего, Евангелия, мы вправе пытаться отыскать в их строках образ милосердного Иисуса. Так поступала и св. Тереза Младенца Иисуса.

Какие издания Библии следует читать? Естественно, речь идёт об изданиях с комментариями. (На польском языке, несмотря на все оговорки и возражения, лучшим изданием, служащим молитвенной жизни и духовному познанию Личности Иисуса Христа, является, пожалуй, познаньская Библия.)

Следует также прилагать все усилия к изучению богословского учения о Христе как о Боге и Человеке в ипостасном единении */unia hipostatica/*. Неплохо было бы также подумать и о книгах, посвящённых жизни Иисуса. Много книг есть на польском языке. Важное место занимает книга Романа Брандштэттера «Иисус в Назарете» (пол. яз.) Она написана человеком веры, очарованным Личностью Иисуса Христа, и, в то же время, евреем, по-особому чувствующим Библию и реалии жизни этого народа. Это очень важно ввиду того, что зачастую мы склонны как-то абстрактно воспринимать Иисуса, а ведь нельзя забывать, что Иисус был евреем, жил в определённое время, принадлежал к определённой культуре, и это оказывало на Него своё влияние. Его слова и деяния нельзя понять до конца, не учитывая этих факторов.

Иисус Христос сказал о Себе, что Он есть Путь, Истина и Жизнь. При выборе литературы нужно исходить именно из стремления познать Иисуса как Путь, Истину и Жизнь.

* Христос – Истина. Чтение богословских книг. В них суть Откровения выражена на человеческом языке, упорядоченным образом. Поэтому мы должны читать книги:

* ортодоксальные, не противоречащие учению Церкви. Может быть, в Польше, у нас не так остро стоит эта проблема, но на Западе в наше время это очень актуально;

* это должны быть книги, написанные с простотой, так как это признак того, что они являются верным отражением предвечной Истины;

* некоторые догмы, богословские истины следует постигать в их целостности;

* те истины или догмы, которые наиболее притягивают и увлекают нас, следовало бы изучить углубленно и обдумать;

* читать на тему той или иной истины вероучения в зависимости от литургического времени или нашей внутренней духовной ситуации, в которой мы находимся, либо с учётом общего положения верующих. Последнее означает спрашивать себя, какие богословские истины подвергаются сегодня сомнению или, наоборот, на какие из них обращается особое внимание. Так, например, в наше время оспариваются истины о священстве, Церкви и т.д.;

* при выборе авторов следует руководствоваться тем, признаны ли они Церковью. Несомненно, здесь нужно было бы рекомендовать классиков: св. Фому Аквинского, Отцов Церкви или, может быть, современных, но признанных Церковью богословов, таких, как Ханс Урс фон Бальтазар. Нужно избегать чтения книг «модных» авторов. Мы должны помнить о принципе, который всегда остаётся в силе: то, что мы читаем, должно служить молитве.

* Христос – Путь. Весьма полезным может быть и общее изучение духовности. будь то с точки зрения истории, так как в течение столетий формировались различные течения и школы духовности, будь то в форме более систематического изложения вопроса на тему развития благодати в человеке. (Так, например, представил это о. Плацид Огурек OCD в рамках богословия духовной жизни.)

Хотелось бы здесь особенно подчеркнуть необходимость изучения отдельных школ духовности. Это огромное богатство в Церкви и следует учитывать этот факт. Например, св. Игнатий Лойола подчёркивает значение аскезы и ценность умения распознавать Святого Духа в повседневной жизни. Св. Бенедикт говорит о Литургии, о том, какую роль она играет, а св. Тереза Иисуса говорит о молитве и тех перспективах, которые она в себе содержит.

Следует отдавать себе отчёт в том, что ни одна духовность не может считаться совершенной сама в себе, но каждая из них служит своего рода дополнением другой. Ведь и сами учителя духовности, прежде чем под действием Святого Духа создать характерное для них учение, многое почерпнули от других. Лучшим примером тому является св. Тереза Иисуса. С одной стороны, мы чувствуем сильную привязанность и ощущение традиций Кармеля, но с другой стороны, она с не меньшей восприимчивостью принимает и всё хорошее от иезуитов, доминиканцев, францисканцев и великих представителей епархиального духовенства того времени. Всё это она позднее обобщает, соединяет воедино в рамках духовности, которую сегодня принято именовать терезианской, то есть, духовностью св. Терезы.

В последних документах, изданных властями нашего Ордена /OCD/, наш Генеральный Настоятель, желая подчеркнуть необходимость обучения, рекомендует также тщательное изучение духовности других учителей, наставников молитвы, помимо кармелитской духовности.

Эта открытость другим формам духовности позволяет надлежащим образом определить место своей собственной духовности в контексте жизни Церкви. Однако нельзя «разбрасываться» и оставаться дилетантом, стремящимся ознакомиться со всеми течениями духовности и пытающимся прочесть всех учителей, но в то же время, так ничего и никого основательно не изучившим. Поэтому необходимо выбрать собственную духовность, т.е. такую, которая более всего нам бы подходила. Пусть она будет обогащена и преображена моим личным вкладом, пусть она будет приспособлена ко мне. И пусть это будет мой личный путь жизни, но именно такое «приспособление» в рамках какой-либо духовности и есть то, к чему надо стремиться. Это тот путь, идя по которому, я обрету благодать и встречу Личность Иисуса. Это тот путь, по которому я должен следовать за Христом, который укажет мне мой личный опыт подражания Его Личности. Каждая из духовностей стремится отобразить в себе что-либо из жизни Иисуса. Доминиканцы воплощают в себе Иисуса, Который проповедует и учит, кармелиты должны отражать Иисуса, Который молился в уединённых местах и, вместе с тем, время от времени нисходил к людям. Поэтому необходимо уметь связать ту или иную духовность с жизнью Иисуса и отобразить в духовности то, что из деяний Господа я должен воплотить в моей собственной жизни и в тех конкретных обстоятельствах, которые меня окружают. В этой связи выбору определённой духовности должно предшествовать приобретение глубоких познаний о жизни её учителей и тщательное изучение произведений, связанных с данной духовностью. Благодаря этому, наше призвание проясняется, приобретая большую восприимчивость к воздействию Святого Духа, Который будет побуждать нас к воплощению чего-либо из жизни Иисуса в том, что присуще для избранной нами духовности.

* Христос – Жизнь. Христос продолжает Свою жизнь в Церкви. Церковь – это продолжение человеческой природы Иисуса Христа. В этой связи мы можем постигать тайну жизни Иису-

са Христа в Церкви, изучая историю. Мы можем также задать себе вопрос: как представляют себе Христа здесь и сейчас, каким образом Христос присутствует здесь и сейчас.

Чтобы изучить жизнь Иисуса Христа в Церкви в историческом измерении, что тоже немало важно, следует читать и изучать книги из области истории Церкви. В свою очередь, желая распознать жизнь Иисуса в сегодняшнем мире, нам стоило бы систематически читать определённые периодические издания, а при их выборе руководствоваться конкретными правилами: чтобы они в духе Церкви отвечали на действительно важные проблемы нашего времени.

Если речь идёт о поместной Церкви, /то таким изданием мог бы стать какой-нибудь епархиальный или любой иной католический журнал или газета. /то таким журналом, который мог бы нам помочь, учитывая контекст нашей локальной Церкви в Познани, является „*Przewodnik Katolicki*” – „*Католический проводник*”, независимо от того, как его оценивают, в более широком масштабе стоит обратиться к издаваемому в Кракове журналу „*List*” – «*Лист*» и, разумеется, к доминиканскому ежемесячнику „*W drodze*” – «*В пути*», а также к другим аналогичным изданиям. Их становится всё больше, и это тоже требует умения соответствующего выбора./

С этой же точки зрения следует вдумываться, вслушиваться, наблюдать за всем тем, что сообщают нам средства массовой информации /СМИ/. Даже обычная, так называемая мирская информация, может стать для нас вестью об Иисусе Христе, живущем сегодня в мире. Проблема заключается в «фильтре», т.е. способе прочтения того, что содержит в себе информация. Если бы мы вообще воспринимали всё, что сообщают нам СМИ, именно под этим углом зрения, нам было бы намного легче систематизировать и упорядочить это восприятие. Это своего рода форма защиты от наплыва всех этих хаотических сообщений. Новости говорят нам о том, как люди распознают присутствие Христа или как они не распознают его и как многие люди всё ещё далеки от Христа.

Помимо СМИ, прессы и т.п. нельзя оставлять без внимания и книжные издания, содержащие важную информацию о жизни Церкви (например, точка зрения о II пленарном Синоде в Польше, где выявляются основные проблемы Церкви в нашей стране.)

Кроме того, жизнь Христа особым образом воплощается в святых и блаженных, в них как бы являет себя Сам Христос. Другими словами, в жизни святых мы можем наблюдать, как ведёт себя Иисус, как Он реагирует на конкретные проблемы в разное время и в разных местах. Так что столь многочисленные беатификации и канонизации, совершаемые в последнее время Святым Отцом, стремятся побуждать людей к смелому труду на пути подражания Христу. Святые как бы говорят нам, что, несмотря на все трудности, нет ничего невозможного в том, чтобы Иисус Христос воплотился в жизни каждого человека, и это осуществимо настолько, насколько человек откроется Иисусу.

Те или иные святые являют нам отдельные черты характера Иисуса, отдельные лучики Его величайшей благодати. Святой Иоанн Креста, например, ставит перед нами некоторые логичные требования и, вместе с тем, являет неисчерпаемую человеческую нежность и доброту Иисуса. Св. Тереза Младенца Иисуса, в свою очередь, являет нам Иисуса, благорасположенного но, в то же время, энергичного и требовательного по отношению к человеку. Св. Рафал Калиновский учит нас, как следует сочетать любовь к родине с любовью к Иисусу и как в различных обстоятельствах воспринимать всё то, что служит ещё большему упованию на Иисуса Спасителя...

Наблюдая за тем, чем живёт Церковь, мы можем увидеть, как именно проявляется присутствие Иисуса Христа, как Он живёт в данном месте и в данное время.

Подведение итогов

Духовное чтение является важным фактором для молитвенной жизни и, в принципе, служит двум целям:

- предоставляет какие-либо знания, благодаря которым вера начинает опираться на разум,

а не сводится к сфере эмоций и ощущений,

– должно быть непрременной составляющей постоянной формации, благодаря которой, человек, читая литературу, подобранную соответствующим образом, т. е. с позиции Христа – Пути, Истины и Жизни, пытается противостоять окружающей его действительности. Это попытка чтения богословской литературы и книг о различных школах духовности, а также о том, что происходит в мире в наше время в свете Иисуса Христа. Это попытка найти живую личность Иисуса Христа и, в то же время, продолжение встречи с Его личностью, встречи, которая всегда должна происходить во время молитвы.

5. ТЕЛО

Тело является важным фактором в ситуации, когда нам надо начать молитвенную жизнь. Хочу, в связи с этим, затронуть следующие вопросы:

- отношение к телу в наше время,
- кризис тела и жизнь молитвы,
- правильное отношение к телу,
- рекомендации.

Отношение к телу в наше время.

В наше время людям предлагается счастье, которое опирается на том, что может пережить и испытать тело. Создаётся впечатление, будто только теперь открыта истинная роль тела и ему уделяется соответствующее значение. Однако же фактически именно современная культура, как никогда прежде, враждебна к телу. Враждебность в отношении к телу проявляется во многих сферах жизни. Прежде всего, отравлена наша естественная среда. Последние сообщения с экологической конференции в Бразилии говорят о том, до какой степени человек разорил окружающую среду. Кроме того, наша среда заглушена шумом и криком.

Другим проявлением враждебности современной культуры к телу являются всевозможные транквилизаторы, которыми сегодня часто злоупотребляют.

Вместе с тем, сам образ жизни, транспортные средства, несмотря на то, что эффективно действуют, однако они не лучшим образом влияют на тело.

Места проживания, особенно в крупных городских агломератах являются своего рода заточением и могут негативно воздействовать на тело.

Мы очень часто питаемся нездоровой пищей, нерегулярно и наспех. В результате всех этих факторов тело бунтует. Отсюда возникают многочисленные стрессы, утомление, появляются трудности с концентрацией внимания, мы жалуемся на плохое самочувствие. Своего рода фальшью является также внешняя акцептация тела, о которой говорится в наше время. Как никогда прежде, тело стало предметом, вещью. И это, конечно, имеет влияние на молитвенную жизнь.

Кризис тела и молитвенная жизнь – две опасности

Поскольку человек западной культуры ориентируется на счастье, опирающееся на жизнь тела, то, вместе с тем, тело человека восстаёт против него, и тогда появляется искушение, чтобы использовать молитву как средство для того, чтобы вернуть себе утраченное счастье, хорошее самочувствие, исцеление тела.

И действительно, лабораторные исследования людей, практикующих медитацию, показывают, что их самочувствие улучшается, их организм лучше функционирует. Более того, даже в самом кругу христианских вероисповеданий появляются различные движения, главным об-

разом, движение Обновления в Святом Духе, где подчёркивается возможность исцеления тела от различных заболеваний. И тут тоже возникает искушение относиться к молитве как к орудию, инструменту. Кроме того, мы должны сознавать, что даже если мы будем учитывать все эти факторы, тело всё ещё мешает нам, несмотря на то, что мы уделяем ему столько забот. Это бремя тела сказывается на молитве, особенно на внутренней молитве. В силу обстоятельств, появляются проблемы с сосредоточением. Под влиянием стрессов возрастают трудности в выражении чувств, доброжелательности к Иисусу Христу. Усталость тела также затрудняет сохранение одного постоянного положения во время молитвы.

Правильное отношение к телу

Следует отметить, что, вместе с тем, под влиянием негативного опыта Запада, а также влияния восточных течений нехристианских духовностей, равно как и под влиянием истинного восприятия традиции, которая содержится в учении великих Учителей Западной Церкви, в настоящий момент, в рамках христианской духовности телу придаётся соответствующее значение в молитвенной жизни, и прилагаются усилия для того, чтобы учитывать его на практике.

Обратимся к св. Иоанну Креста. Какое-то время ему приписывали негативное отношение к телу. Я полагаю, что его отношение к телу достаточно взвешенно: с одной стороны, он осознаёт, что тело после первородного греха стало смертным и слабым и, кроме того, оно является бременем для души, но всё же играет незаменимую роль в жизни человека. Прежде всего, по словам св. Иоанна Креста, тело является местом, в котором человек может открыться для Бога. В первую очередь, это место, откуда человек посылается в мир. Благодаря телу человек воплощается в данном конкретном месте и в определённом времени как духовная личность. В своём теле он имеет возможность открыться для Бога, для того, чтобы познать Его через веру, путём обладания в надежде и проявления в любви. В то же время, после первородного греха тело также является местом, в котором диавол особенно атакует человека, местом некоей раздвоенности.

Именно в нашем теле мы совершаем основной выбор между личностью Иисуса Христа и диаволом. Наша брань не против крови и плоти, спасение человека не опирается исключительно на том, чтобы сохранить тело, сделать его счастливым, ибо такого типа мышление – лишь заблуждение. Это заблуждение нас, современных людей, защищающихся перед совершением этого главного выбора. Этот выбор предоставляется нам, в первую очередь, в момент крещения, которое включает нас в самую суть жизни Иисуса Христа. Он Сам владычествовал, как Царь, и уже у истоков Своей общественной деятельности Он противостоял искушениям диавола на пустыне, связал его, дабы потом Своею смертью на кресте окончательно победить его.

Однако в наши дни мы не хотим бороться с диаволом и совершать такой выбор. Более того, мы не признаём самого существования диавола, не предпринимая никакой борьбы, избегая выбора, что в результате привело к тому, что мы считаем, что борьба с телом приведёт к его сохранению или отвержению. Это абсолютная ограниченность перспективы и основное заблуждение в нашем мышлении.

О чём же речь, в таком случае, что мы должны делать, в связи с этим? Мы должны признать наше бытие в теле, само тело как место выбора, а молитву – как время, в которое мы должны сделать такой выбор, познавая при этом ценность жизни с Иисусом Христом. Молитва открывает Его близость там, где я нахожусь с Ним в моём теле. И в своём теле я могу выразить свою любовь к Нему и одновременно проявить свою солидарность с другими.

Другие рекомендации

Следует, чтобы мы, прежде всего, изменили наш подход к жизни. Он должен состоять в том, чтобы быть с Иисусом. Из этого истекает необходимость новой аскезы, заключающейся в

самоограничении, самообладании и умеренности. Также необходимо позаботиться о соответствующем, так называемом непосредственном приготовлении к молитве, в котором тело тоже имеет своё значение. И тут появляется проблема места для молитвы. Им может быть лоно природы, где так легко отыскать присутствие Божие, но им может быть и собственная комната, часовня или храм. Два последних места всегда особенно подходят для молитвы, ввиду того, что они освящены присутствием Иисуса Христа в Пресвятых Дарах. Важно также положение тела, положение сосредоточения и почтения, ибо мы стоим пред Иисусом Христом, Господом и Царём нашим. Уважение и приветливость к Иисусу мы можем выразить также нашими жестами. Позиция тела во время молитвы может быть различной. Для некоторых это может быть прогулка, для других – сидение на пятках и т. д.

* 5. СЕРДЦЕ или глубина души

Что такое сердце? Согласно библейскому определению, сердце обозначает наиболее сокровенную и глубокую часть нашей души. По словам св. Терезы – это «седьмая обитель», в которой человек более всего является самим собой и, одновременно предстаёт пред Богом. Там, где св. Иоанн Креста говорит о глубине или субстанции, первооснове души, Эдит Штайн говорит, как о глубинном «я».

Это очень актуальная тема. Современный человек хочет вернуться к глубине. С одной стороны, существует тенденция преувеличивать роль тела, когда мы видим наше исцеление и спасение в том, что бережём и блюдём тело, когда даже молитва служит для того, чтобы исцелить тело. Однако с другой стороны существует также позитивная тенденция, основанная на стремлении вернуться к глубинам своей души. Есть различные попытки и способы реализации этого, а самое главное то, что в нас зарождается такого рода желание. Необыкновенно трогательным проявлением такой тоски является песня Яцека Качмарского, поэта протеста:

«И лечу среди тиши
Я – жар – мучит – стужа
И всё мчится ввысь,
А я – вглубь»
(с диска «Мимоходом» 2002)

Здесь нас интересует глубина души или такое понимание сердца, которое имел в виду св. Иоанн Креста и которое он полнее всего выразил в своей «Духовной песне»:

«В начале необходимо отметить, что Слово, Сын Божий, единстве с Отцом и Святым Духом присутствием Своим действительно укрыт в глубочайшей сути души. Душа же, которая стремится Его найти, должна уйти из всего, что относится привязанностей и воли. Она должна войти в себя, путём сосредоточения так, чтобы всё почитала как бы за несуществующее. Именно это выражает св. Августин, когда, беседуя с Богом в своих «Солилоквиях», говорит: «Я не нашёл Тебя, Господи, вне меня, ибо, заблуждаясь, я искал Тебя снаружи, а Ты был внутри меня». Бог же пребывает укрытым в душе, и там хороший созерцатель должен искать Его с любовью, вопрошая: где Ты укрылся?» («Духовная песнь» 1,6).

Здесь речь идёт о глубине души (сердце), прежде всего, в богословском значении, о глубине как о месте нахождения Бога, Пресвятой Троицы. Речь идёт также о глубине души с антропологической точки зрения, о месте, где человек более всего является самим собой.

Образ души, изображённой св. Терезой в виде замка с рядом обителей, является представлением, позволяющим нам лучше понять странствование вглубь нас самих, которое мы должны предпринять для того, чтобы встретить там Иисуса Христа и заключить с Ним духовный брак и посредством него войти в общность жизни Святой Троицы. Мы должны отправиться в путь от нашего тела, нашего изгнания к внутреннему центру нашего духа, проходя очередные обители, чтобы там встретиться с живым Богом и найти самих себя.

Чтобы взойти на этот путь, необходимо начать молитвенную жизнь. В ситуации после первородного греха человек живёт вне себя, на окраине замка, вне своего сердца, глубины своей души и часто даже не подозревает о том, какие пространства духа скрываются в нём самом. Особенно в нынешней культуре, которая сводит человека к одному измерению, нам бывает трудно открыть то, что скрывается в нас.

Кроме того, нужно помнить, что человек не в состоянии самостоятельно достичь этой глубины души в богословском значении. Он может осознать в себе существование глубины познания, наличие памяти, надежды, существование глубины в этическом плане, наличие воли; но ему гораздо труднее осознать эту глубину в богословском значении. Он может слышать её отголоски, её призыв: «бездна бездну призывает голосом водопадов своих» (Пс 42), но сам не может войти в неё. Личность Иисуса должна ввести его туда. Итак, необходимо каким-то образом встретить Иисуса, а это достигается благодаря молитве.

Тело всегда будет местом исхода, всегда будет напоминать об этой необходимости исхода.

II. МОЛИТВА КАК ВСТРЕЧА С ТЕМ, О КОМ МЫ ЗНАЕМ, ЧТО ОН НАС ЛЮБИТ – ПРОБЛЕМА МЕТОДА.

В течение веков был выработан ряд методов, благодаря которым можно систематически проводить медитацию. Все эти методы «окрашены» влиянием отдельных духовностей и носят отпечаток времени, в котором возникли. Тут можно привести так называемые объективные методы, аскетически-психологические и эмпирические.

Объективные методы особенно сосредоточены на представлении темы в частях, пунктах, с упорядоченными рефлексиями, размышлениями, служащими улучшению внутреннего состояния души. Эти темы распределены по отдельным дням недели, месяца, литургического года.

Аскетически-психологический метод более связан с дисциплиной психической деятельности с целью хорошего развития мысленной молитвы, когда большой упор делается либо на отвлечённые умозаключения, либо на чувства, или же на решения, на волю, а также на воображение.

Эмпирический метод более занимается психофизическими элементами, которые сосредоточены в деятельности, активности молящегося.

Каждый метод относителен, так как он зависит от того, предназначен ли он для начинающих или продолжающих, и связан с конкретной ситуацией того, кто молится. Каждый метод приспособлен к условиям и степени развития внутренней жизни. По мере продвижения, он может быть упрощён или оставлен. Человеку, особенно в начале внутренней жизни, необходимо предложить какой-либо метод, чтобы его психика была добросовестно занята и направлена на разговор с Богом. Первый набросок мысленного метода происходит от св. Бернарда († 1153). Он показывает этот метод в 4 пунктах:

1. Мысль о самом себе – кто ты;
2. Мысль о вещах, которые ниже тебя;
3. Мысль о вещах, которые выше тебя;
4. Мысль о вещах, окружающих тебя;

В XII в. отец Хуго св. Виктора в одном из своих произведений указывает на 5 моментов размышления, которые он относит к познанию истины:

1. Чтение, чтобы познать истину;
2. Медитация, чтобы усвоить истину;
3. Молитва, которая подчёркивает некоторые истины;
4. Умозаключение, охватывающее составляющие истины;
5. Радость от истины.

Здесь можно привести указания многих школ духовности, однако, мы обратимся лишь к некоторым из них:

Игнатианская школа – школа духовности св. Игнатия Лойолы

Духовные упражнения св. Игнатия Лойолы направлены на то, чтобы все практики религиозной жизни осуществлялись для того, чтобы устранить из души неупорядоченные чувства и таким образом познать волю Божию относительно своего призвания и спасения души. Святой Игнатий продолжил метод кардинала Грасиа Хименес Сиснероса, а тот, в свою очередь, почерпнул некоторые элементы из течения *devotio moderna* («новой набожности»). Святой Игнатий указывает 5 методических схем.

I схема:

Подготовительная молитва – приготовление места и просьба о духовных плодах.

Медитация – деятельность трёх душевных сил:

- разума;
- памяти;
- воли.

Беседа и молитва.

Этот метод, называемый методом трёх сил души, является важнейшим в игнатианской школе.

II схема: упрощает центральную часть предыдущего метода. Заключает в совокупности действие трёх сил души.

III схема: метод пяти чувств тела, основанный на том, что вместо активности трёх сил души приводятся в действие пять чувств.

IV схема: размышление на определённую тему с помощью воображения и разума.

V схема: медитация, опирающаяся на три духовные позиции: наблюдение, слушание и восхваление Бога.

Доминиканская школа

Людовик Гренадский очень глубоко интересовался методом мысленной молитвы, которая, по его мнению, сводится к трём последующим этапам:

1. Приготовление: на вечер подготавливается тема для размышления; утром, когда человек просыпается, он вновь вспоминает эту тему, возобновляет свои намерения, думает о тех, кто в это время тоже молится, и вспоминает о своих прегрешениях. Он также думает о необъятности и величии Бога.
2. Чтение: должно быть медленным, коротким, внимательным.
3. Медитация:
 - * при помощи воображения – речь идёт о представлении себе какого-либо факта, над которым надо размышлять, либо открытие чувства, с которым требуется размышлять на данную тему.
 - * интеллектуальная – если тема является умозрительной и требует умозаключения.
4. Благодарение: общее и подробное.
5. Просьба о благодати для мира, Церкви, для настоятелей и молящегося.

Кармелитский метод

Автором метода является соратник **св. Терезы Иисуса, отец Иероним Грасиан OCD**, который в одном из своих произведений "*Disciplina rogare*" включает в центральную часть медитации Людовика Гренадского ещё три элемента, и, таким образом, медитация, согласно о. Грасиану, должна содержать восемь пунктов:

1. Подготовка души к молитве;
2. Чтение;
3. Медитация на выбранную тему;
4. Созерцание, позволяющее остановиться на особенно захватывающем предмете медитации;
5. Предание воли молящегося воле Божьей;
6. Благодарение за полученные блага;
7. Просьба о новой благодати;
8. Завершение или изложение наиболее существенного пункта медитации, который желательно сохранять в течение дня.

Отец Грасиан рекомендует данный метод начинающим, которыми, в то же время, руководит какой-либо духовный наставник.

Возникло очень много методов медитации, ниже приведены несколько схем, которыми можно воспользоваться.

Схема метода размышления св. Жана де ла Салль (Иоанна Сальского):

А. Расположение, подготавливающее душу к медитации:

1. Я осознаю радостную истину о Сущем Господе Боге, любящем меня:
 - а) в том месте, в котором я нахожусь в данное время, поскольку Ты, Господи, повсюду, Вездесущий, а особенно там, где находятся вместе «двое или трое, собравшиеся во Имя Твоё...»
 - б) присутствующем в храме (часовне) – в Доме Твоего Присутствия, особенно в Пресвятом, любящем нас Присутствии, в Пресвятых Дарах.
2. Со всем благоговением возбуждаю в себе:

- а) три действия в отношении к любящему меня Господу Богу:
- **адорации**... выражая Тебе, Господи, преклонение от лица всей вселенной...
 - **доверия**... выражая Тебе, Господи, полное упование на Тебя...
 - **благодарности**... выражая Тебе, Господи, моё сердечное благодарение за дары природы и все благодати...
- б) три действия в отношении к самому себе:
- **смирения**... «что есть человек, что Ты помнишь о нём?» (Пс 8), «прахом и суетой»...
 - **стыда и сожаления**... «Помилуй меня, Боже...» (Пс 51/50)
- в) три действия, направленные непосредственно к Иисусу Христу:
- обращаюсь, Господи Иисусе, к Твоим заслугам (ведь Ты сам сказал, что без Тебя мы ничего не сможем сотворить...)
 - поэтому выражаю желание **соединения с Тобою, Господи**...
 - обращаюсь, Господи Иисусе, к Твоему Духу («не знаете, какого вы духа»), дабы я постиг Твоего Духа, Господи, в том, над чем сегодня размышляю.

В. После чтения Святого Писания определяю своё отношение к объекту медитации:

1. С глубочайшей верой принимаю Твоё Слово (пример), которым Ты хочешь сегодня научить и наставить меня...
2. Преклоняюсь пред Тобою, Господи Иисусе, за Твою святость, к подражанию которой Ты призываешь меня словами и примером Своей жизни...
3. От всего сердца благодарю Тебя, Господи Иисусе, за Любовь, которую Ты мне столько раз доказывал ..., и доказываешь...
4. Мне так стыдно, потому что, несмотря на столько благодатей, я так далёк от осуществления того, чего Ты справедливо ожидаешь от меня, Господи...
5. По этой причине я возбуждаю в себе сокрушение, Господи...
6. Как проявление доброй воли, я принимаю решения под влиянием Твоих слов и поступков (над которыми я сегодня размышлял).
 - **Что я постановляю?...**
 - **Почему я это постановляю?...**
 - **Как я буду исполнять это?...**
7. В этом деле я выражаю свою искреннюю волю соединения с Твоим Духом, Господи...
8. Прошу Тебя, Господи, дабы я сегодня и в последующие дни моей жизни умел претворять в жизнь то, над чем сегодня размышлял и что постановил.
9. Прошу также о заступничестве и помощи вас,
мои святые Покровители: Крещения, Миропомазания, Дня.

С. Благодарность души

1. Ещё раз подвергаю оценке совести сегодняшнее размышление...
2. Благодарю, Тебя, Господи, за вдохновения, полученные во время медитации
3. Предаю себя на сегодняшний день под особую опеку Твоей и нашей Матери...
«Под Твою защиту».

Схема метода размышления св. Франсуа де ла Салль (Франциска Сальского) – св. Франциск Сальский, молись обо мне!

А. Введение:

1. Верую, преклоняюсь, благодарю Тебя, Господи Боже, за Твоё любящее меня присутствие:

- повсюду и во всех вещах...
- в моей душе и в душе моих братьев...
- в Пресвятых Дарах...
- в Небе (которое находится там, где есть Ты)...

2. Прошу о помощи в этом размышлении:

- Тебя, Господи Боже, Свет и Сила моей души...
- Тебя, Ангел-хранитель, друг мой от Господа Бога...
- Тебя /Вас/, мой Покровитель /мои Покровители/:
- святого Крещения,
- Миропомазания,
- моего прихода,
- сегодняшнего дня...

3. Вызываю в памяти предмет размышления:

- место: где?
- время: когда?
- обстоятельства: кто? как? почему?

В. Ядро медитации:

1. Хочу умозрительно представить Твои слова и поступки, данные мне сегодня в Евангелии:

- **как я должен понимать это?**
- **чего Ты ожидаешь от меня?**
- **что Ты хочешь, чтобы я сделал сегодня?**

9. Волей и чувствам принимаю участие в евангельском событии, обдуманном таким образом, соответственно возбуждая чувства к евангельскому вдохновению:

- любви в ответ на Любовь Господа Бога...
- терпеливой любви по отношению к конкретному человеку...
- сопереживания в Пресвятой Человечности /Человечестве/ Господа Иисуса Христа...
- восхищения...
- преклонения...
- благодарности...
- страха Господнего...
- отвращения ко греху...

3. Принимаю решение совершенствоваться в любви к Богу и ближнему:

- **Что я постановляю?...**
- **Почему я это постановляю?...**
- **Как я буду исполнять это?...**

С. Заключение:

1. Благодарю Тебя, Господи, за сегодняшнее размышление...

2. Прошу Тебя о благословении моих постановлений:

- по отношению к себе...
- по отношению к другим...

3. Составляю себе:

- девиз дня
- духовный «букет», «связку»

Схема метода размышления св. Альфонса Марии Лигуори – св. Альфонс Лигуори, молись обо мне!

А. Приготовление:

1. Верую и преклоняюсь пред Твоим любящим меня присутствием, Господи Боже...
2. Уничижаюсь пред Тобою, Господи, пред Твоим Величием... (что я пред Господом – прах и ничтожество!..)
– и высказываю Тебе, что я постоянно не дорастаю до дара Твоей любви...
3. AVE MARIA (Радуйся, Мария):
 - Дочь Бога Отца,
 - Матерь Сына Божия,
 - Невеста Духа Святого, прошу, помоги мне молиться!

В. Медитация:

1. Опираясь на Твоё слово, Господи, возбуждаю в себе размышление:
 - как я должен его понять, Господи?
 - чего Ты ожидаешь от меня?
 - верую, Господи, но только укрепь мою веру.
2. Соответственно с евангельским текстом и на основе вызванной веры, я также выражаю чувства:
 - **любви...**
 - **преклонения...**
 - **доверия...**
 - **скорби...**
 - **и т.п. ...**
3. Молитва и прошения:
 - прошу Тебя, Господи, о свете и стойкости призвания,
 - а также о даре духа любви...

С. Заключение:

1. Благодарю Тебя, Господи, за дар молитвы...
2. Принимаю постановления:
 - Почему я это постановляю?...
 - Как я буду исполнять это?...
3. Прошу о благодати верности постановлениям.

ВНИМАНИЕ! Исполнение постановлений можно сочетать, например, с упоминанием их в каком-либо из воззваний в Литаниях.

Схема метода размышления св. Терезы Иисуса – св. Тереза, Учитель Церкви, молись обо мне!

А. Введение:

1. Встаю пред Тобою, любящий Господи Боже, и признаюсь Тебе в своей смиренной и полной преданности любви...
2. Вновь осознаю цель этой медитации:
 - чтобы эта наша встреча мысли, сердца и воли продвинула меня на шаг вперёд в дружбе с Тобой, мой Господь, Бог и Учитель...

- чтобы путём возрастания нашей дружбы Ты мог сегодня действовать в нашей человеческой семье по Своему благоволению...
 - как Ты действуешь через дружеское общение со Своими большими друзьями: Авраамом, Моисеем...
3. При повторном прочтении из Библии Твоих слов и поступков, произнесённых и совершённых также для меня, я вспоминаю тему нашей сегодняшней беседы...

В. Ядро медитации:

1. Актом искренней веры я стою в присутствии Твоей Пресвятой Человечности, Господи Иисусе, и смиренно вопрошаю:
 - Как я должен понимать то, что прочитал?
 - Что Ты хочешь мне этим сказать, Господи?
 - Что Ты хочешь, Господи, чтобы я сделал сегодня?
2. Стараюсь умозрительно погрузиться в суть выбранной сцены из Твоего Евангелия, Господи, или в избранное слово Твоё, спрашивая себя:
 - в чём состоит проблема?
 - каким было и каковым является теперь моё отношение к этой проблеме?
 - каковым оно должно быть с сегодняшнего дня?
3. Сердечно разговариваю с Тобою, Господи, погружаясь в раздумье, словами души в тройном диалоге:
 - взглядов...
 - сердец...
 - желаний...

С. Заключение:

1. Благодарю Тебя, Господи Боже, за дары благодатей:
 - вообще...
 - особенных...
2. Жертвую Тебе, Господи Боже, все мои силы для служения Тебе:
 - сегодня...
 - в конкретные дни...
3. С этой целью я решаю...
 - почему я это постановляю?...
 - как я буду исполнять это?...
3. Выбираю себе идею дня, девиз и смиренно прошу о необходимой помощи для исполнения этих постановлений:
 - Господа Бога,
 - Пресвятую Марию Деву,
 - Святых Покровителей, Ангелов.

Стоит отметить, что все эти методы медитации, в основном, предназначены для людей, начинающих молитвенную жизнь, и, действительно, в начале они полезны и необходимы. Тем более, в наше время, когда современному человеку особенно трудно организовать время для внешне бесполезных вещей. Ему трудно соответствующим образом освоить это время, предназначенное для молитвы. Но следует подчеркнуть, что хотя эти методы и необходимы, при их выборе всё же следует соблюдать некоторые принципы, связанные с моим личным темпераментом или с местом и харизмой ордена, в котором я нахожусь, или же с духовностью, которая мне как-то особенно соответствует (не на основе сиюминутного настроения, а на основе верного понимания).

Эти методы обычно разрабатываются мужчинами, ввиду чего они слишком интеллектуальны. При их применении, чересчур схематичном, есть опасность утраты личных отношений с

Иисусом Христом. По этой причине, думаю, было бы желательно рекомендовать читателю воссоздать тот метод молитвы, который предлагает св. Тереза в «Пути совершенства». Её метод – это, прежде всего, попытка находить себя в присутствии Иисуса Христа. Как это сделать? Тереза говорит о некоторых этапах:

1. искать общества Иисуса;
2. смотреть на Того, Кто смотрит на нас;
3. вслушиваться в Учителя;
4. говорить с Ним.

К пункту №1:

Св. Тереза, согласно с духом Кармеля, старалась пребывать в постоянном присутствии Божьем, а конкретно – в присутствии Иисуса Христа. Первым и высочайшим переживанием этого присутствия была молитва и Евхаристия. Но и после молитвы, в ходе повседневных занятий и дел, св. Тереза старалась находиться в Его присутствии. А с некоторого момента её жизни Иисус постоянно сопутствовал ей. Исходя из своего собственного опыта, св. Тереза также советовала сёстрам заботиться о пребывании в присутствии Иисуса Христа. В «Пути совершенства» она говорит так:

«Постарайся, доченька, найти общество. А какое же ты могла бы найти общество, лучшее, чем общество самого Учителя, Который научил нас той молитве, которую ты собираешься прочесть. Представь себе Господа, стоящего тут же, рядом с тобой, и посмотри, с какой любовью и с каким смирением Он благоволит наставлять тебя. Поверь мне, такого доброго друга ты никогда не должна оставлять. Когда привыкнешь всегда пребывать в Его присутствии, а Он будет знать, что ты делаешь это и стараешься во всём угодить Ему, уже от Него, как говорится, не отцепишься. Он тебя ни на минуту не отпустит. Он будет споспешествовать тебе во всех твоих тяготах, на каждом шагу будет тебе хранителем и утешителем. Думаете, малое ли дело – иметь всегда и везде при себе такого друга?» (26,1).

В присутствии какого Иисуса Христа следует нам предстать? В какой ситуации необходимо Его представить себе? Вот какие советы даёт нам св. Тереза:

Если вы веселы, радостны, то встаньте в присутствии Иисуса Христа радостного:

«Если вы в радостном расположении, то смотрите на воскресшего Господа. Само представление себе Его славного выхода из гроба наполнит душу вашу веселием. Какая же это радость, какая неземная прелесть, какая знатность, какое торжество, какая радость! С каким веселием взирает Он на это поле битвы, на котором Он сразился со смертью; и в этом сражении Он завоевал такое прекрасное царство и хочет, чтобы вы тоже были его участниками» (26, 4).

В свою очередь, если вы печальны, то встаньте в присутствии скорбящего Иисуса Христа, – советует Тереза:

«Если вы грустны и в печали, то смотрите на Господа в Гефсиманском саду, какая скорбь была в Его душе, ибо Он стонал и сетовал на неё. Смотрите на Господа привязанного к столбу, пропитанному Его страданиями, на Его Тело, истерзанное бичами в клочья ради любви, которой Он вас любит. Он столько выстрадал, одни глумились над Ним, другие оплевали, иные отреклись от Него; без друзей, которые заступились бы за Него, дрожащий от холода, и такой одинокий, что вы можете беспрепятственно приблизиться к Нему и соединить свою печаль с Его болью. Черпать утешение у Него и утешать Его взаимно» (26,5).

Разве в этих указаниях, когда св. Тереза советует нам исходить из нашего самочувствия в данный момент, она хочет ввести нас в какую-то иллюзию, заставить крутиться вокруг самих себя? Она осознаёт этот упрёк, поэтому обосновывает свою позицию и обращается к той жизненной ситуации, которая была характерна в супружествах того времени. Она приписывает это отношению Иисуса к человеку, а значит, и ко мне:

«Говорят, что замужняя женщина, если хочет спокойно жить, должна приспособливаться к настроению мужа. Если муж печален, она должна тоже проявлять грусть, если же весел,

должна оказывать радость, хотя бы и не имела её в сердце. Смотрите, доченьки, какой вы избежали неволи. Вот так же, как эта жена со своим мужем, подобным образом поступает и Господь с вами. Он делает Себя зависимым, а вас почитает как бы за Своих хозяек, приспособиваясь к вашим настроениям» (26,4).

Это не только тщательное наблюдение за отношениями, господствующими в супружестве того времени, но, прежде всего, тут заключается глубокая истина о Воплощении, которая была иными словами также выражена в пастырской Конституции Второго Ватиканского Собора „Gaudium et spes” пункт 21 /в русском переводе – пункт 22/: «Ибо Он, Сын Божий, через Своё воплощение некоторым образом соединился с каждым человеком. Человеческими Своими руками он трудился, человеческим разумом Он мыслил, человеческой волей действовал, человеческой волей Он действовал, человеческим сердцем любил. Рождённый от Девы Марии, Он поистине стал одним из нас, уподобившись нам во всём, кроме греха».

Что это означает? Иисус Христос самим фактом Воплощения стал близким каждому из нас и Своим присутствием сопутствует нам в каждой жизненной ситуации. Он делает это не с позиции зрителя или политика, выступающего с декларацией, не с позиции поучающего моралиста или журналиста, ищущего сенсаций, а на основе глубокой солидарности с нами. Когда мне грустно, Иисусу тоже грустно; когда мне весело, Иисус тоже по-настоящему радуется со мной. И действительно, Иисус «приспособляется» к нашему настроению, учитывает его. Поэтому и мы имеем право, исходя из нашего внутреннего состояния, искать Иисуса в соответствующей ситуации.

К пункту №2:

Смотреть на Того, Кто смотрит на нас. Иисус первый смотрит на нас:

«Знайте же, что Божественный Жених никогда не сводит глаз со своей невесты и терпит вас, несмотря на такое множество совершённых предательств и скверных поступков. И, не разочарованный всем этим, Он не перестал помнить о вас и смотреть на вас». (26,3).

Иисус смотрит на нас, то есть, непрестанно дарует нам существование и с милосердием следит за нашей участью; не с позиции какого-то ревнивого или злобного хозяина, а того, Кто нас любит. Необходимо осознать Его взгляд, постоянно сопровождающий нас, взгляд милосердного и доброго Иисуса.

Во время размышления, когда мы находимся в Его присутствии, надо, прежде всего, воспринять Его взгляд, устремлённый на нас. Если же Он смотрит на нас, то попытаемся и мы смотреть на Него. Св. Тереза спрашивает:

«Неужели, мыслите вы, это такое великое дело, если вы, хоть на некоторое время закрыв глаза за души на внешнее, всматривались бы в Него? Поймите, что Он, как Сам говорит Своей возлюбленной в Песне Песней, ничего от нас более не желает, лишь только одного взгляда и в каждую минуту, когда захотите, найдёте Его. И Он так жаждет, чтобы мы на Него взирали, что не упускает ни малейшего усилия». (26, 3).

В этих советах Тереза желает, чтобы мы вошли с Иисусом в личный контакт, увидели Его взгляд, а затем сами смотрели Ему в глаза, без страха. Чтобы мы осознали, что наша жизнь исходит от Него и что Кто-то смотрит на нас с таким огромным благорасположением.

К пункту № 3:

Вслушиваться в Учителя.

Иисус не только смотрит на нас, но и что-то говорит нам. Прежде всего, Он желает научить нас молитве и учит нас, собственно, одной молитве – «Отче наш».

«Неужели вы полагаете, что Он молчит, хотя мы и не слышим Его голос? Напротив, Он говорит, и весьма выразительно, нашему сердцу!» Прежде всего, Он учит нас обращаться к

Отцу как к Отцу нашему. Св. Тереза подражает Иисусу Христу и вместе с Ним хочет ввести нас в самое сердце христианской молитвы. Всё содержание молитвы должно помогать нам открыться вместе с Иисусом для доброты Бога-Отца; вместе с тем, все наши молитвы, их содержание, постоянно воспроизводят одну и ту же молитву, каковой является молитва «Отче наш».

К пункту № 4:

Говорить с Ним. Тут важна эта очерёдность: после вслушивания в Учителя мы начинаем беседу с Ним. Мы должны обращаться к Нему простыми и истинными словами. Это не могут быть чересчур восторженные, искусственные слова. Св. Тереза подаёт нам пример слов, с которыми мы можем обратиться к Иисусу: «Но как же это может быть, Господи, что ангелы оставляют Тебя одного, что и Отец Твой Небесный не утешает Тебя? Если же, Господи, Ты хочешь всё это добровольно терпеть ради моей любви, то что значат мои страдания по сравнению с Твоими, по какому праву я могла бы жаловаться? Какой стыд охватывает меня, когда я вижу Тебя в таком состоянии; и я готова уже сносить все страдания, какие выпадут на мою долю, и почитать их за величайшее для себя благо, коль скоро в них я могу хоть немного стать похожей на Тебя. Пойдём же вместе, Господи! Куда шёл Ты, туда и я хочу идти, то, что Ты перенёс, то и я жажду перенести». (26. 6).

В этих словах раскрывается просьба «Да будет воля Твоя!».

Метод св. Терезы состоит в том, чтобы во время молитвы, называемой размышлением или внутренней молитвой, открывать присутствие Иисуса Христа. Такой способ молитвы открывает нам созерцание, то есть моё согласие и открытость для того, чтобы Иисус молился вместе со мной в глубине моего духа. Молитва, в таком понимании, по мнению св. Терезы, учит человека, прежде всего, быть пред лицом Иисуса Христа, а затем действовать. Впрочем, «Отче наш» содержит оба эти элемента.

В первой части Иисус ставит человека пред лицом Отца, а во второй – ставит человека пред лицом истории. Он подчёркивает необходимость некоторых конкретных действий: делиться хлебом с другими, прощать грехи, бороться со злом.

Эта молитва, побуждающая к тому, чтобы мы искали Иисуса Христа в глубине нашего сердца, приближает нас к Марии, позволяет нам пережить в некоторой степени тайну Её личности. Ведь это именно Мария, обращаясь к своему сердцу, размышляла над словами и делами, связанными с Иисусом.

«Кто же ещё не начал так молиться, того, прошу ради нашего Спасителя, да не лишит он себя столь великого блага. Тут нечего бояться, довольно только хотеть. Ибо, хотя бы он и не совершил больших преуспеваний, несмотря на столь великую настойчивость и мужество, какие необходимы для того, чтобы дойти до совершенства и заслужить те особенные милости и утешения, которые Бог даёт совершенным; всё же, он будет иметь, по меньшей мере, столько пользы для себя, что понемногу познает путь, ведущий к Нему. А если же выдержит, тогда уж я имею о нём наилучшую надежду в милосердии Бога, Которого ещё никто не выбрал себе в друзья, чтобы Он ему за это не отплатил. Ведь внутренняя молитва, по моему убеждению, есть ничто иное, как доверительное и дружеское общение с Богом и сердечная, многократно повторяющаяся беседа с Тем, о Ком мы знаем, что Он нас любит» / «Книга жизни» 8,5/.

III. МОЛИТВА КАК ЖИЗНЬ – МОЛИТВА И РАБОТА.

У Отцов-пустынников мы можем встретить такой рассказ: «Однажды к авве Лукию в Енафон (Энатон) пришли монахи, называемые евхитами, и старец спросил их: – Какой ручной рабо-

той вы занимаетесь? – Они ответили: – Мы не прикасаемся к ручной работе, а, по словам апостола, непрестанно молимся. – Старец спросил: – А вы разве не едите? – Они ответили: – Конечно, едим. – Он сказал: – А когда вы едите, кто же молится за вас? – И спрашивает дальше: – А вы что же, не спите? – Они ответили: – Конечно, спим. – А старец им на это: – А когда вы спите, кто же молится за вас? – И они не нашлись, что ответить. А он сказал им: – Простите меня, но вы живёте не так, как говорите. А я покажу вам, что, занимаясь ручной работой, я непрестанно молюсь. Потому что, находясь в присутствии Божьем, я вымачиваю пальмовые волокна; а когда сижу и вью верёвки, то говорю: *Помилуй меня, Боже, по великой милости моей и по множеству щедрот Твоих изгладь все беззакония мои*. И спросил их: – Разве это не молитва? – Они ответили: – Конечно, молитва. – Он же продолжал: – И когда вот так я проведу весь день в труде и молитве, то зарабатываю примерно шестнадцать монет: из них два кладу у церковных дверей, а на оставшиеся живу. А тот, кто возьмёт те две монеты, молится за меня, ем ли я или сплю, – и так, с Божьей помощью, я исполняю повеление непрестанной молитвы». (*Апофтегматы Отцов Пустыни. Том I – «Геронтикон /Книга Старцев/», Краков 1994, стр. 303*).

Здесь мы встречаемся с актуальной на сегодняшний день проблемой. Как её решить? Как соединить молитву с работой?

Традиционный ответ. Возьмём доктринальный принцип: Бог, Творец мира, поручил этот мир человеку. Из этого следует, что человек обязан выражать Богу благодарность и радость за всё творение. Такую позицию представляет, например, св. Франциск Ассизский. Он испытывает свежесть творения, красоту того, что непосредственно исходит из Божьих рук. Он видит, как весь мир содержится в Божественной доброте. Но если то, что мы видим вокруг, является плодом рук человеческих, то иногда нам бывает трудно воспринимать мир в его свежести, новизне, нам кажется, что всё окружающее нас – дело наших рук, и нам также кажется, что всё, что является делом рук человека, плохо.

Вообще во францисканском подходе к окружающему миру мы видим позицию благодарности.

Другая позиция – это возбуждение соответствующего, верного намерения. Всё, что мы делаем, должно быть освящено им. В том, что мы делаем, мы должны искать Божью волю. Среди различных занятий и дел, важных и не очень, больших и маленьких, намерение – это то, что направляет человека к Богу.

Однако здесь появляется некая опасность: нам может казаться, что совсем не важно, что мы делаем, важно, как мы это делаем. И здесь нам грозит своего рода спиритуализм. А ведь важна не только интенция, но и результат действия, его последствия. Таковы требования нашего времени. Стало быть, традиционное, в общем-то, предложение, чтобы сочетать молитву с работой путём благодарения и возбуждения соответствующего внутреннего намерения, приемлемо лишь отчасти и не подходит до конца для нынешнего времени, в которое нам довелось жить. Потому что человеку трудно возбудить в себе чувство благодарности за всё то, что его окружает, так же, как и одно лишь намерение отводит человека от того, чтобы его действие было успешным и благим.

Решение вопросов современной духовности

Итак, речь не идёт об обычном «украшении» реальности работы, труда каким-либо духовным намерением, которое не проникает вглубь самой работы, оставаясь чем-то внешним по отношению к ней. Что же делать? Позиция человека должна быть более активной, отсюда следует, что и сама работа представляется как продолжение сотворения.

Естественно, природа – это дар Бога, и Он наполняет её Своим присутствием. И работа человека призвана продолжить это делание Божие, она должна служить жизни, брать её на себя и развивать её во всей полноте. Молитва должна внедряться в работу. Молитва, как и работа, становится конкретным служением братьям в сохранении и развитии их жизни. В этой кон-

цепции существует своего рода опасность идеи взаимозаменяемости молитвы и работы. Разве это единственное решение проблемы?

Решение, сочетающее в себе классику и современность

В данном случае нам необходимо прибегнуть к любви и к её интересующей нас функции. Центром человеческой жизни должна стать любовь, которая является постоянным самоотречением, великодушным поиском воли Божьей. При таком соотношении молитва проявляется как любовь Бога, её выражение, а труд, работа – как следствие молитвы, как действие, принятое из любви к Богу, для того, чтобы напомнить о Нём, показать, что Он – Бог жизни и что Он творческим образом являет Своё присутствие в труде.

Во время молитвы Иисус включается в мою жизнь, в мою ситуацию, я же в своей работе представляю, воплощаю Иисуса своим конкретным поведением. В молитве я открываю Иисуса Христа. В работе – любовь, испытанная мной во время молитвы, должна быть воплощена, продолжена, должен появиться её плод. Здесь речь идёт не о работе исключительно в физическом значении, а о том, чтобы всё более обращаться к Христу, вести себя данным образом.

С одной стороны, это ведёт к полноте жизни во всём, что дано человеку, и, вместе с тем, это побуждает нас постоянно «переступать» эту жизнь, выходить навстречу тому, что является истинной жизнью. Это непрестанное странствие к жизни.

В заключение я хотел бы привести свидетельство одной мирянки, Анны Каменьской, которая, как мне кажется, старалась вести свою жизнь в таком духе:

«Что это значит – быть? Сознание самого бытия невыразимо мучительно. Лишь то, чем я заполняю бытие, имеет ценность. Работа, радость, боль, молитва, искусство.

Чувство бытия, само по себе, – это чувство пустоты, оно ужасно. Это глубочайшее одиночество. Мы должны заполнить эту пустоту Богом, чтобы почувствовать себя хоть чем-то. Без этого основного, истинного Бытия, всякое другое бытие мы воспринимаем, как абсурд. Ощущение абсурда – это ощущение существования без Бога. И в этом же смысле – нужно, прежде всего, ощутить пустоту бытия, чтобы осознать необходимость Присутствия Бога» (*Записки 1965-1972 гг.*, Познань 1988, стр. 106).

«Самым важным является не то, чтобы ходить в церковь, «быть практикующим», как это обычно называют, хотя и это тоже важно как некая установленная для себя дисциплина. Важно, чтобы жизнь, всю жизнь – день, повседневность – наполнить пониманием святости жизни, любовью, любовью к людям и миру, молитвой – в значении внутреннего сосредоточения и внимания, тишины и примирения. И при этом оставаться убеждённым в своей связи с тем, что самое важное, что настоящее, что является источником огромной силы, что превьщает меня, но что я могу впитать в себя при определённом расположении духа» (*Записки 1965-1972 гг.*, Познань 1988, стр. 107).

Чем для автора этих строк является молитва? Чем-то творческим:

«Молитва – это крепость оплот личности индивидуума. Молитвой человек создаёт себе как бы «магический круг», через который не проникнет никакое давление или принуждение извне. Молитва, хорошая молитва – это великий акт свободы человека и его работа, с помощью которой он борется с отчаянием и разложением» (стр. 144).

«Когда человек обращается к Богу, то открывается некое «ухо» в пространстве. Как будто на каждый призыв сразу же поступает ответ. Мы чувствуем, что не взываем в пустое пространство, в экзистенциальную пропасть» (стр. 150).

А чем для Анны Каменьской является работа?

«Бывают тяжёлые дни, когда я не могу работать. Но после такого дня я так устаю, как после тяжёлого труда. В глубине души как будто перемальваются камни. Это состояние мучительно постольку, поскольку я пытаюсь с ним бороться, в то время как это, возможно, состояние

благодатного творческого сосредоточения. Это и есть то самое трудное творчество, когда мы создаем себя, рождаем себя, а может быть, с большим трудом умираем. Так как это внутреннее рождение одновременно является и умиранием. На этом пути расстояния не измеряются ни в метрах, ни в километрах. Это пространство иного измерения» (стр. 148-149).

«Не следует воспринимать обязанности как принуждение. Измученные принуждением, мы не сможем познать любовь, дружбу, материнство; они всегда будут у нас ассоциироваться с внутренним насилием. Необходимость надо превратить в свободную волю, радость. Тогда выбор обязанности станет радостью, а не мучением. Говоря слова «я должна», матери даже у материнства отнимают его бескорыстную радость» (стр. 103).

О переживании одиночества:

«Одиночество всегда является одиночеством по отношению к кому-то. Важно именно то, кто отсутствует в нашем одиночестве. Если это одиночество от людей вообще, тогда это лишь пустота. Нечто иное – одиночество по отношению к кому-то самому близкому, единственному. Его отсутствие заполняет это одиночество, придаёт ему некую окраску. Даже мучительная тоска – это форма присутствия. Существует также одиночество по отношению к Богу, наиболее полное одиночество. Такое одиночество является нашей свободой. И то присутствие в одиночестве даётся с трудом, оно выработано в самом себе, высечено, словно стихотворение» (стр. 152).

Я полагаю, что заметки Анны Каменьской – это своего рода завещание, в котором отражается труд жизни человека, который соответствующим образом сочетает молитву с работой. О своих записках А. Каменьска пишет: «В этом тексте нет литературы, есть лишь труд существования, формирования и подтверждения своей идентичности в изменчивом ходе времени. Есть люди, которые переживают этот процесс естественно, так, как дышат, другим это стоит напряжения, усилий и труда, в котором им может помочь выражение своего состояния в словах, на бумаге. Быть мужественным по отношению к бытию, – как говорит профессор Эльцбергер, – вот в чём заключается смысл таких кропотливых записей» (ср. 6).

Иными словами, молитва не должна замыкать нас в нашем собственном мире, она призвана помогать нам должным образом проживать эту жизнь здесь, на земле, и реализовать наши призвания. Призвание, основанное на олицетворении Иисуса из Назарета. «Я молюсь, стало быть, существую», как говорит отец Валериан Сломка.

Я молюсь для того, чтобы всё больше становиться Иисусом Христом.

* * *