**Тема: О молитве и молитвенном делании.**

**1. Предварительные замечания о молитве (понятие "молитва", классификация, понятие "умная молитва")**

Составитель Ника

*«Не знаем, как молиться — должны учиться тому. Поэтому и апостолы ко Господу молились: «Господи! Научи нас молиться» (Лк 11:1).» Тихон Задонский. Сокровище духовное, ст. 123*

*«Кто желает навыкнуть молитве, тому надо читать только о молитве.» Феофан Затворник, Письма, п. 900*

[Введение в тему 1](#_Toc192058653)

[1. Некоторые предварительные замечания о молитве 1](#_Toc192058654)

[К понятию «молитва» относятся разные делания 2](#_Toc192058655)

[О том, что существует много современных толкований учений святых отцов о молитве, а также поучения о ней современных учителей и делателей 3](#_Toc192058656)

[О том, что святые отцы по-разному могли обозначать виды, способы и степени молитв 4](#_Toc192058657)

[Многими христианами не учитывается, что есть молитвенное делание, а есть молитва разных состояний и высот, есть молитвенный час, а есть не молитвенный 4](#_Toc192058658)

[О том, что от нечеткого понимания учений святых отцов о молитве (особенно непрестанной и Иисусовой) и от чрезмерного рвения можно впасть в прелесть 5](#_Toc192058659)

[Из-за смешивания и не различения способов молений можно неправо толковать учения святых отцов и иметь мечтательное мнение о молитве 5](#_Toc192058660)

[2. О возможных классификациях молитв на основе разных признаков 6](#_Toc192058661)

[О молитвах в молитвенный час и вне его/в любое время/постоянной 6](#_Toc192058662)

[О четырех молитвенных деланиях 7](#_Toc192058663)

[Молитва бывает внешне выражаемая и внутренне 8](#_Toc192058664)

[Текст молитв бывает свой и не свой 8](#_Toc192058665)

[Молитва может твориться внимательно и не внимательно 8](#_Toc192058666)

[Молитва может классифицироваться по разным видам взываний 9](#_Toc192058667)

[Молитвы можно проговаривать и петь 9](#_Toc192058668)

[Классифицировать молитву можно по разным состояниям молящихся 11](#_Toc192058669)

[О молитве мирского христианина и монашествующего 12](#_Toc192058670)

[3. О значениях понятия «умная молитва» 13](#_Toc192058671)

[Умная молитва – это память о том, что Господь всегда с тобой, и «живое» обращение к Нему 13](#_Toc192058672)

[О разных значениях «умная/внутренняя молитва» у разных святых отцов 14](#_Toc192058673)

# Введение в тему

## 1. Некоторые предварительные замечания о молитве

По милости Божией к нам, грешным, и по воле Божией, составитель бесед для христиан приступает к очень важной теме – теме о молитве, теме об общении грешного человека с Богом.

Но прежде сделаем некоторые замечания для читателей этой темы. В ней будет раскрыт не просто теоретический вопрос о молитве, а это некое пособие для тех, кто желает научиться молитвенному трезвению и правой молитве, составленное по учениям святых отцов и с учетом опыта.

**Филарет Дроздов** (т.1, 12. Слово на Преображение Господне): «Хотя должно уповать, что в сем доме молитвы нет никого, кто бы не имел более или менее познания о силе и действии молитвы, однако, для основательного знания, да будет позволено войти о сем предмете в исследование, как бы о неизвестном».

### К понятию «молитва» относятся разные делания

Вначале обращаем внимание, что вообще к понятию «молитва» относятся разные делания.

**Исаак Сирин** (Слова подвижнические, сл. 39): «Надлежит же знать нам, возлюбленные, и то, что всякая беседа, совершаемая втайне (внутренне), всякое попечение доброго ума о Боге, всякое размышление о духовном установляется молитвою, и нарицается именем молитвы, и под сим именем сводится воедино, будешь ли разуметь различные (духовные – от сост.) чтения, или глас уст в славословии Богу, или заботливую печаль о Господе, или телесные поклоны, или псалмопение в стихословии, или все прочее, из чего составляется все учение чистой молитвы, от которой рождается любовь Божия».

Зарин С.М. (Аскетизм по православно-христианскому учению, гл.3, 5): ««Молитва» (προσευχή (просефхи)) понимается в Св. Писании и у свв. Отцов церкви и в общем смысле, — как известное религиозно-нравственное психическое состояние (например: молитвенное благонастроение, при котором возникает желание молитвы и чувства, или очень частая память о Боге – от сост.); и в более узком в специальном значении, — в смысле определенного религиозно-нравственного акта выражения, проявления и осуществления во вне этого настроения (т.е. непосредственное обращение к Богу в словах при молении – от сост.), — как всецелое устремление всего человеческого существа к Богу… Если «молитва» в смысле религиозно-нравственного настроения, в смысле сердечного, благоговейного памятования о Боге, надежды на Него во всех обстоятельствах и событиях жизни, должна и может быть непрерывным состоянием христианина, то «молитва» в специальном значении этого слова должна быть «предпочитаема занятиям, в которых не настоит надобности необходимой» (т.е. исполнение молитвы должно быть предпочитаемо занятиям, в которых нет необходимой надобности, как на данный момент, так и в общем – от сост.). Таким образом, «молитва» служит преимущественным выражением действительного личного общения христианина с Богом, как Спасителем и Освятителем».

В нашей теме мы рассмотрим молитву, как непосредственное обращение к Богу разными способами.

### О том, что существует много современных толкований учений святых отцов о молитве, а также поучения о ней современных учителей и делателей

Особо отметим, что существует много учений и книг о молитве (как святых отцов, так и современных богословов, и современных пишущих христиан), но мы будем в этом труде обучаться только на учениях святых отцов.

Опыт же составителя в ознакомлении с некоторыми современными работами говорит, что одни писали о молитве так, что это некий теоретический труд без своего личного опыта делания молитвы (или от своего малого опыта, который мог быть хотя и долгий, но не совсем правый).

**Максим Грек** (Догматические сочинения, 5): «Ведь не в том заключается совершенство премудрости, чтобы изобиловать множеством красноречивых и замысловатых изречений, расточать языком своим красноречие и наизусть говорить длинные речи, заимствованные у древних прославленных мужей».

Другие писали о высоких молитвенных состояниях, но они ни разу их не переживали (т.к. не являются причастниками Духа Святого), одни из них понимали, что этого еще не достигли, а другие могли написать от своего представления, что они уже это пережили на своем опыте (хотя это только лишь их мнение о себе и своей молитве).

Т.е. разные современные изложения вопроса о молитве пишутся разными людьми, с разным опытом; это может быть сухая теория или в которой изложен свой опыт; эти работы могут быть поверхностными (но могут показаться неопытному как глубокие), могут быть краткими и общими или подробными и расширенными.

Составитель, во-первых, говорит об этом потому, что считает, что каждый читатель выбирает сам — доверять этому писателю или нет, брать ли в руководство то, что там написано или нет, уметь различать возможные неправости или не уметь и т.д. И это его выбор и способности.

И, во-вторых, потому что составитель также имеет право изложить свой труд о молитве. И это не только теоретический труд, основанный на собрании учений святых отцов, а и собственный опыт и делание (начиная от самых низших молитвенных состояний до высших, которых его, грешного, сподобил Господь).

К тому же, это разрешено святыми отцами:

**Игнатий Брянчанинов** (Беседа старца с учеником, О молитве Иисусовой, Отдел 3): «…замечает преп. Григорий Синаит, что находящиеся в молитвенном преуспеянии обучают молитве других сообразно тому, как сами достигли в ней преуспеяния».

Также заметим, что составитель скажет о молитве и то, что знает на своем опыте каждый молящийся христианин, и то, чего какой-то читатель, возможно, не знал. О самом простом относительно молитвы нельзя не сказать, т.к. этот материал может читать новоначальный, который еще не имеет опыта делания молитвы, молитвенного трезвения и брани с помыслами при молитве. А если этот материал будет читать уже более опытный христианин, то, возможно, он найдет для себя также полезные советы и объяснения. И если это материал будет читать или просматривать истинно опытный молитвенник и не найдет ничего полезного для себя, то блажен такой христианин (и, конечно, ему не нужен этот труд).

Также отметим, что в настоящее время написано немало книг и поучений о молитве Иисусовой, и в этих трудах также приводятся поучения святых отцов о ней. К тому же в них указываются различные степени этой молитвы, например: словесная, умно-деятельная, умно-сердечно деятельная, умно-сердечно самодвижная, умно-сердечно чистая, созерцательная и др.

**Антоний Голынский** (Путь умного делания, Пред.): «Молитва, по мере действия в ней слова, ума, сердца и Духа Божьего, имеет соответствующие наименования. Она бывает словесной, умной деятельной, умно-сердечной деятельной. …Последующие два вида молитвы обретаются подвижником лишь по очищении сердца от страстей и греха и именуются умно-сердечной самодвижной, движимой Духом Святым, и умно-сердечной чистой, или непарительной. Последняя есть истинно созерцательная молитва…».

Но составитель не будет говорить об этой молитве, а скажет о разных способах моления. А если и будет где-то упоминать или использовать учения о ней, то применит свою терминологию степеней молитвы.

### О том, что святые отцы по-разному могли обозначать виды, способы и степени молитв

Заметим, что большой сложностью в деле обучения молитве по учениям святых отцов является то, что они нередко по-разному обозначали степени, способы и виды молитв/молений. Да и духовные понятия, например, ум, сердце, трезвение имеют не только разные определения, но и много значений. А неопытному человеку в этом трудно разобраться.

Составитель же будет или приводить свои обозначения, или будет указывать в скобках простые толкования в учениях святых отцов. А иногда будут посвящаться разделы тому или иному понятию/выражению, которое может трудно пониматься и поэтому неправо толковаться.

### Многими христианами не учитывается, что есть молитвенное делание, а есть молитва разных состояний и высот, есть молитвенный час, а есть не молитвенный

Также в теме будет подробно идти речь о трудовом молении, или молитвенном делании, а о молитве более высоких состояний или о молитве искренней, настоящей будет сказано кратко для ознакомления.

Нельзя не заметить, что молитвенные состояния бывают от человека (и таких большинство), а бывают – от Бога (и это, к сожалению, не часто). Мы будем говорить о молитве, исходящей от человека, которая бывает «не молитвой» и настоящей молитвой.

При этом будет четкое разделение на молитвы во время молитвенного часа и вне его. И мы будем говорить преимущественно о молитвах во время молитвенного часа.

### О том, что от нечеткого понимания учений святых отцов о молитве (особенно непрестанной и Иисусовой) и от чрезмерного рвения можно впасть в прелесть

В поучениях святых подвижников о молитве иногда говорится о высоких степенях молитвы, которые были у этих подвижников (причем еще и у причастников Духа Святого). Обычный же христианин, особенно новоначальный (не только в вере, а и в осознанном занятии духовной жизнью) по своему рвению может начать молитвенное делание, стремясь к тому, чего он не может достичь (т.к. эти высокие состояния это – дар Святого Духа не каждому делателю). К тому же некоторые описания молитвенных состояний человек может начать выискивать в себе, и, найдя, как ему кажется, что-то похожее, впадет в прелесть (или неправое мнение) о себе и своей молитве.

**Макарий Оптинский** (Письма, т.1, п. 372): «Книжку «Письма о христианской жизни» я знаю и ожидаю скоро оной присылки. Я ее прочитал, но еще не всю. Книга очень хороша, но о молитве в некоторых местах очень смело сказано, как-то: в сердце иметь ум, и что это всякий может делать, (и что – от сост.) искать в себе теплоту и прочее (именно на этих вопросах и на других, как показывает опыт составителя, многие и уловляются – от сост.). Неопытные примутся за это и ничего не найдут, смутятся (т.е. некоторые попробуют молиться, но ничего не ощутив такого, бросят заниматься молитвой – от сост.), а мало-мало кто ощутит, увлечется и впадет в прелесть (т.е. придумает о себе или о способах стяжания молитвы, или о своей молитве – от сост.). Святые отцы говорят, что на это требуется много времени, подвига, труда и наставника непрелестного (чего у многих современных делателей нет – от сост.) и что в чистую молитву един от тысячи токмо достигает… Это слова св. Исаака Сирина; он же пишет во 2 Слове: кто прежде обучения в первой части деяния приступает ко второй, видения, которое состоит в духовном поучении и молитве, на того гнев Божий находит…».

### Из-за смешивания и не различения способов молений можно неправо толковать учения святых отцов и иметь мечтательное мнение о молитве

В теме о молитве есть разные вопросы: вопрос о способе моления, вопрос о внимательной молитве и о чувстве при ней, вопрос о чем молиться и др.

Но иногда можно встретить поучения современных священников или христианских писателей о духовном, которые не совсем право толкуют учения о молитве именно из-за не уточнения о каком аспекте идет речь. Эта неправость проявляется в том, что они отвечают на вопросы о молитве, смешивая все способы моления; не уточняя какие это молитвы - о мирском или духовном; приводят фразы святых отцов, не учитывая контекста их поучения, и др. ошибки. И эти не уточнения приводят к неправому советованию, и человек может начать делать то, что не право и это не дает результатов. Поэтому рассудительность требует того, что бы вопросы о молитве рассматривались с уточнениями. Если же все эти вопросы смешать или вырвать только один аспект, то это будет не разумно, поверхностно, и не право.

Вот яркие примеры таких ответов, например, на вопрос о том, можно ли молиться своими словами. В них смешаны все виды моления, есть явное мечтательное представление о молитве, есть ссылка на святых, но не точно применимая, и др. (но этого всего может не заметить неопытный). Создается такое впечатление, что высказано все, что вспомнилось о молитве и смешалось в кучу (составитель приводит это не по осуждению, а с болью и для наглядного примера).

Интернет – источники: 1) «Еще есть некое старое правило, говорящее о том, что желательно читать молитвы не на память, а по молитвослову. В чем здесь дело? Святые отцы замечали: при таком чтении бывает, что нас вдруг задевает какое-то слово, и в этом случае останавливаешься. Объясняют они это тем, что ангел-хранитель молится вместе с нами и хочет о чем-то нам напомнить, на что-то обращает наше внимание. И в этом отношении чтение молитв по молитвеннику для нас лучше, чем чтение наизусть. Как ни странно, опыт показывает: наизусть отбарабанишь молитву — и все, а когда читаешь, то чувствуешь вот эту связь с ангелом-хранителем». 2) «Не сказал Господь Своим ученикам: «Молитесь своими словами, прислушивайтесь к голосу вашего сердца!» - нет. Он сказал: «из сердца исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления», (Мф.15:19). Не учил сказать всего два слова, но зато от всей души, а научил их молитве Господней, которая имеет и начало, и конец, и каждое слово в ней наполнено душеспасительным смыслом».

Поэтому для того, чтобы полно раскрыть вопрос о молитве, нужно сказать о разных способах моления и четко понимать слова святых отцов, учитывая контекст.

Итак, приступим к очень важной теме для христианина – теме о молитве, которой каждый из нас должен учиться.

**Феофан Затворник** (Что есть духовная жизнь…, п.31): «…молитве надо учиться, как и всякому другому делу».

Благодарение Господу за просвещение и разбивание наших заблуждений и немощей! Да славится Господь наш Иисус Христос, через Которого и с Которым Отцу слава, держава и честь, со Святым и Животворящим Духом, ныне и присно, и во веки веков. Аминь.

## 2. О возможных классификациях молитв на основе разных признаков

Так же во введении скажем о том, что о молитве можно говорить, исходя из разных признаков молитв и способов молений.

**Марк Подвижник** (Слово 1, 200 глав, гл. 22): «Есть много образцов молитвы, отличных один от другого; но ни один образ молитвы не вреден, кроме того, что не есть молитва, но делание сатанинское».

Как известно, классификации, в том числе и молитв, строятся на основе разных признаков. Насколько молящиеся задумываются об этом, это другой вопрос (но мы сейчас не будем об этом говорить, а скажем о возможных классификациях молитв). Так, например, о молитве можно говорить исходя из следующих данных, которые мы далее кратко перечислим, и которые также будем обязательно учитывать в этой теме. (И для всех говорящих/пишущих о молитве это также желательно делать)

### О молитвах в молитвенный час и вне его/в любое время/постоянной

Итак, есть молитва, которую человек старается постоянно творить при телесном труде или передвижении, причем и при уединении и без него (например, на улице). И это моление вне молитвенного часа.

А есть те, на которые отводится время между делами (т.е. в молитвенное время), и это происходит в уединении или в храме.

**Иннокентий Пензенский** (Христианское нравоучение, или богословие деятельное подлежательное, ч.10, гл.  Предмет, время и место молитвы; ее виды): «О времени и месте молитвы известно, что хотя молиться должно во всякое время духом, однако же это не исключает известнейших ежедневных периодов времени, удобнейших для молитвы, каковы утро и вечер, полдень и полночь. Подобным образом, хотя должно молиться «на всяком месте» (1 Тим.2, 8), однако же более способствует молитве место сокровенное (уединение – от сост.), церковь, или храм».

Святые отцы, когда говорят о молении в молитвенное время, то обозначают, например, следующими фразами: «в установленные часы», «в известные часы», «молитвенное правило», «при молитвословии» и др. Составитель же этой темы обычно употребляет фразу «в молитвенное время/час». А когда говорится о молитве в любое время, то в учения святых отцов может говориться, например: «вне церкви/дома», «на всяком месте», «непрестанно» и др. Составитель же этой темы обычно употребляет фразу «вне молитвенного времени/часа».

Почему это важно учитывать? Потому что при них существуют разные техники творения и способы удержания молитвенного внимания.

### О четырех молитвенных деланиях

Существует четыре молитвенных делания – молитвословие, богомыслие, обращение к Богу по всякому делу и творение его во славу Божию, и творение кратких молитв вне молитвенного часа.  Молитвословие творится в молитвенное время, а другие вне его. К тому же они, как говорит свт. Феофан, воспитывают правый молитвенный дух.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 227): «Первый способ … есть читательное, или слушательное наше молитвословие (которое творится во время молитвенного часа в церкви или дома – от сост.). … (Второе молитвенное делание – от сост.) богомыслие, или благоговейное размышление о Божественных свойствах и действиях .... О каком из этих предметов ни стань размышлять, размышление это непременно исполнит душу благоговейным чувством к Богу: оно прямо устремляет к Богу все существо человека (и он молится – от сост.)…. (Третье молитвенное делание – от сост.) часто(е) обращени(е) к Богу есть обращение всякого дела - большого и малого во славу Божию. … При каждом деле вспомним о Боге, - и вспомним не просто, а с опасением, - как бы не поступить в каком случае неправо и не оскорбить Бога каким-либо делом. … (Четвертое молитвенное делание – от сост.) частое, в продолжение дня, взывание из сердца к Богу краткими словами, судя по нуждам души и текущим делам. … Итак, кроме молитвенного правила - научать душу молитвенно возноситься к Богу, существуют еще три способа, вводящие в молитвенный дух. Это – (1) … богомыслие, - (2) всякое дело обращать во славу Божию и – (3) часто обращаться к Богу краткими воззваниями. … Эти три - богомыслие, творение всего во славу Божию и частые воззвания суть самые действительные орудия умной и сердечной молитвы. Всякое из них возносит душу к Богу. Кто положил упражняться в них, тот скоро приобретет навык - полагать восхождения в сердце своем к Богу».

Это важно учитывать, т.к. у каждого молитвенного делания есть свои особенности.

### Молитва бывает внешне выражаемая и внутренне

Есть молитва внешняя и внутренняя, творимая вслух и молча. А также должная (по обязанности) и произвольная (по желанию).

**Дмитрий Ростовский** (Творения, т.3, 8. О молитве человека, уединившегося…, гл. 1): «Молитва также бывает двоякая — внешняя и внутренняя: явно творимая и тайно; соборная и совершаемая наедине; должная и произвольная. Должная — творимая явно по уставу церковному, соборная молитва имеет свои времена: полунощницу, утреню, часы, литургию, вечерню и повечерие; на эти моления люди и призываются звоном, ибо они их, как подобающую Царю Небесному дань, должны воздавать на всякий день. Творимая же втайне произвольная молитва бывает и безвременно, когда кто захочет, без всякого зова, только по движению самого духа. Первая, то есть церковная молитва, имеет положенное число псалмов, тропарей, канонов и прочих пений, и действий иерейских, другая же (тайная, произвольная), как безвременная, неопределенна и числом молитв, ибо каждый молится сколько хочет, - иногда кратко, иногда же долго. Первая произносится вслух устами и голосом, вторая же - не только стоя или на ходу, но и лежа, словом, всегда, когда бы ни случилось возвести ум свой к Богу. Первая, соборная, творится в храме Господнем, в церкви или по случаю в каком-либо доме, где соберется несколько людей, вторая же, уединенная, совершается в затворенной клети, согласно слову Господа: "Когда молишься, войди в комнату твою и, затворив дверь твою, помолись Отцу твоему. Который втайне" (Мф. 6, 6)… Внутренняя молитва (если случается, находясь среди людей, подвигнуться к ней духом) не требует ни уст, ни книги, не употребляет движения языка, ни голоса (хотя это и наедине происходит), но только возведение к Богу ума и самоуглубления, что возможно делать и на всяком месте».

### Текст молитв бывает свой и не свой

Молитвы нужно различать по следующим признакам: каким способом делается молитва – читается из молитвослова чужая молитва, говорится своими словами или повторяется чужая по памяти (о чем мы и будем говорить в первой части).

### Молитва может твориться внимательно и не внимательно

Классифицировать молитву можно и по силе внутренней сосредоточенности (это относится к волевой силе, следящей за умственной). И тогда молитва бывает двух видов: внимательной и рассеянной.

**Марк Подвижник** (Слова, Слово 6): «…молитва бывает различная: ибо иное — неразвлеченною мыслию молиться Богу и иное — предстоять на молитве телом и развлекаться мыслию».

 (А этот вопрос является основополагающим этой темы, и именно об этом и будет идти речь в следующих частях – о молитвенном трезвении и его стяжании при разных способах моления)

### Молитва может классифицироваться по разным видам взываний

Есть деление по тому признаку, каково содержание молитвы, например: просительная, благодарственная, покаянная и др., а также могут быть взывания, беседования, вопияния, восклицания и др.

**Дмитрий Ростовский** (Творения, т.3, 30. Зерцало православного исповедания, ч.2): «Молитва есть прошение к Богу с теплой верой и с надеждой на получение просимого по воле Его. Она бывает троякая. Первая есть та, коей мы благодарим Бога за благодеяния, а больше всего за свободу наших душ от врага. Вторая та, в которой мы просим Бога, чтобы простил Он наши грехи и излил на нас благодать Свою как в душу, так и на тело. Третья же молитва есть та, которою мы в пении благословляем Господа нашего за неприступное Его великолепие и вечную славу».

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 1 Тимоф., гл.2, ст. 1-2, 1-я полов.): ««Молю убо прежде всех творити молитвы, моления, прошения, благодарения…» …Можно видеть в сих речениях указания и на разные предметы молитв, и на качества молитв или разные состояния молящегося. Так молитва, δεησις (деисис), — от: δεω (део),—по предмету есть «прошение об избавлении от скорбного» (бл. Феодорит, бл. Феофилакт),—того, что причиняет скорбь, держит в тесноте и крайности… Моление, προσευχη (просефхи), — по предмету есть «испрашивание благ» (бл. Феодорит, бл. Феофилакт)… — Прошение, εντευξις (энтефхис), (от: εντυγχανω — говорить за кого пред кем),—есть по предмету ходатайственный за других вопль с жалобою на врагов видимых и невидимых и испрашиванием помощи против них (см.: бл. Феодорит, бл. Феофилакт)».

Об этой классификации мы речь не ведем в нашей теме.

### Молитвы можно проговаривать и петь

Молитвы могут проговариваться, а могут петься (здесь имеется в виду не «пение», как еще одно возможное определение «молитвы», а именно «вокал»; но стоит заметить, что не во всех поучениях можно точно понять идет ли речь о пении – вокале или пении – молитв из молитвословов). Вот как, например, говорится о значении слова «пение» молитв.

**Игнатий Брянчанинов** (Советы относительно душевного иноческого делания, гл. 23, 22): «…под именем «пения» здесь надо понимать молитвенное чтение псалмов (тогда еще не было других молитвословий, употребляемых ныне)… (гл.22) Святые отцы совершали молитвенное чтение псалмов и прочих молитвословий с такою неспешностью, необходимою для внимания и для заключения ума в слова молитвы, что они это чтение назвали псалмопением. Псалмопение - отнюдь не пение по гласам или по нотам, но крайне неспешное чтение, протяжностью своею подходящее к пению».

**Филарет Дроздов** (т.3, 79. Беседа из слов св. Ап. Павла о молитве духом и умом): «В изречении Апостола представляются… два внешние вида молитвы: помолюся, воспою, – молитва словесная и молитва песненная. О сих видах молитвы довольно заметить вкратце, как верно святая Церковь следует примеру и учреждению Апостольскому, поелику и ныне употребляет в Богослужении попеременно чтение и пение, молитву словесную и молитву песненную; и как общеупотребительным и общеполезным должно почитать сие учреждение, не только для малосведущих и водимых чувственными впечатлениями, но и для людей возвышенно мыслящих, поелику и Богомудрый Апостол наравне со всем народом верующих, желает не только молиться духом и умом, но и петь от избытка Боголюбиваго сердца и умиленнаго чувства!».

В нашей теме мы будем говорить о молитве не песенной. Но сейчас будет указан нюанс относительно пения - вокала, на который, возможно, кто-то не обращал внимания.

Хотелось бы заметить, что песни, особенно хорошо спетые, могут более располагать душу к чувствам.

**Игнатий Брянчанинов** (Переписка, п. 47): «Вы спрашиваете, что значит телесная молитва? Это вообще молитва новоначальных, в особенности же клиросное пение, а наипаче нотное, где все внимание обращено на голос. От этой молитвы, сопровождаемой сильною наружною ревностью, также плотскою, переходит человек к сердечному и умственному вниманию, причем ревность действует с тихостью и благообразием. Вы это можете уразуметь из вашего сердечного опыта».

Но этим нельзя увлекаться, чтобы это не было молитвой от некой душевной сентиментальности.

**Блж. Августин** (Исповедь, кн. 10. 49, 50): «Теперь - признаюсь - на песнях, одушевленных изречениями Твоими, исполненных голосом сладостным и обработанным, я несколько отдыхаю, не застывая, однако, на месте: могу встать, когда захочу. Песни эти требуют, однако, для себя и для мыслей их животворящих, некоторого достойного места в моем сердце, и вряд ли я предоставляю им соответственное. Иногда, мне кажется, я уделяю им больше почета, чем следует: я чувствую, что сами святые слова зажигают наши души благочестием более жарким, если они хорошо спеты; плохое пение такого действия не оказывает. Каждому из наших душевных движений присущи и только ему одному свойственны определенные модуляции в голосе говорящего и поющего, и они, в силу какого-то тайного сродства, эти чувства вызывают. И плотское мое удовольствие, которому нельзя позволить расслаблять душу, меня часто обманывает: чувство, сопровождая разум, не идет смирно сзади…, но пытается забежать вперед и стать руководителем. Так незаметно грешу я и замечаю это только потом. Иногда, однако, не в меру остерегаясь этого обмана, я совершаю ошибку, впадая в чрезмерную строгость: иногда мне сильно хочется, чтобы и в моих ушах и в ушах верующих не звучало тех сладостных напевов, на которые положены псалмы Давида. Мне кажется, правильнее поступал Александрийский епископ Афанасий, который, - помню, мне рассказывали, - заставлял произносить псалмы с такими незначительными модуляциями, что это была скорее декламация, чем пение. И, однако, я вспоминаю слезы, которые проливал под звуки церковного пения, когда только что обрел веру мою; и хотя теперь меня трогает не пение, а то, о чем поется, но вот - это поется чистыми голосами, в напевах вполне подходящих, и я вновь признаю великую пользу этого установившегося обычая. Так и колеблюсь я, - и наслаждение опасно, и спасительное влияние пения доказано опытом. Склоняясь к тому, чтобы не произносить бесповоротного суждения, я все-таки скорее одобряю обычай петь в церкви: пусть душа слабая, упиваясь звуками, воспрянет, исполняясь благочестия. Когда же со мной случается, что меня больше трогает пение, чем то, о чем поется, я каюсь в прегрешении; я заслужил наказания и тогда предпочел бы вовсе не слышать пения. Вот каков я!».

Есть и более категоричное мнение пустынных подвижников о пении.

**Евергетин** (т.2, гл. 11): «1. Из Палладия. Авва Памво отправил своего ученика продавать рукоделие. И тот, как он рассказывал, отсутствовал шестнадцать дней. Ночью ученик спал в нефе храма святого апостола Марка и выучил несколько тропарей. Старец спросил его: «Я вижу, ты, чадо, смущен, не случилось ли с тобой какого искушения в городе?». Брат ответил: «Осмелюсь заметить, авва, что мы попусту тратим наши дни в этой пустыне: не поем ни канонов, ни тропарей. Когда я был в Александрии, я узнал чинопоследования в церкви, как их поют, и опечалился. Почему же и мы не поем каноны и тропари?». «Горе нам всем, чадо! - ответил старец. - Настают дни, когда монахи оставят твердую пишу, предреченную Святым Духом, и последуют за напевами и сочетаниями звуков. Но разве рождаются от тропарей слезы и сокрушение? Какое сокрушение может быть у монаха, когда он стоит в храме или в келии и голосит, ревя под стать быкам? Если мы предстоим прямо перед Богом, то должны стоять в великом сокрушении, а не в парении помыслов. И не для того ушли монахи в пустыню, чтобы предстоять Богу и при этом парить помыслами, напевать песни, сочетать лады, махать руками и притопывать ногами. Нет, мы должны в страхе великом и трепете, в слезах и воздыханиях, с благоговением и гласом смиренным, легким на сокрушение и соблюдающим меру приносить Богу молитвы».

Мы привели эти предостережения о том, чтобы не увлекаться только пением - вокалом молитв и духовным песнопением, чтобы не заменить истинное покаяние и молитву на душевную чувственность. Но пусть, конечно, каждый сам выбирает меру и способ моления обычного и песенного.

### Классифицировать молитву можно по разным состояниям молящихся

Существует и множество состояний, в которых находятся души молящихся, и можно классифицировать молитвы по этому признаку (и это самая трудная классификация как для изложения, так и для понимания).

**Феофан Затворник** (Толк. на посл. 1 Тимоф., гл.2, ст. 1-2, 1-я полов.): «…по состоянию молящегося есть (молитвенное) чувство нужды и потребности предмета молитвы, от коего (чувства) зарождается самая молитва; …по состоянию молящегося есть (и такая) из сердца исторгающаяся, вопленная молитва, вызывающая предложение обетов и готовность на всякие жертвы, в иных же случаях сопровождаемая постами, бдениями и другими лишениями…; а по состоянию молящегося есть (и такая), с одной стороны, уповательное дерзновение пред Богом, с другой — неотступность в молитве, приточно заповеданная и Спасителем».

Причем внутренние состояния можно рассматривать не только по степени опыта и внутренней чистоты, а и по настроению молящегося на этот момент (и это немаловажный вопрос для правого молитвенного делания и настоящей молитвы).

**Исаак Скитский** (Собеседов. Иоанна Кассиана, Первое о молитве, гл.8): «Объять все виды молитв, без высочайшей чистоты сокрушенного сердца и просвещения Святаго Духа, мне кажется, невозможно. Они столь же многочисленны, как и те состояния, в коих может находиться всякая душа… По мере чистоты, в какой преуспевает чей-либо ум, и по свойству состояния, в какое он или случаями приводится, или своим старанием приходит, ежеминутно изменяется и самый вид молитвы; и потому очевидно, что никто не может воссылать молитв всегда однообразных. Ибо всякий иначе молится в веселии, нежели когда отягчен бывает бременем печали и отчаяния; иначе, когда укрепляется в духовном преспеянии, нежели когда утесняется нападениями врага; иначе, когда испрашивает отпущения грехов, нежели когда просит приобретения благодати, или какой-нибудь добродетели, или уничтожения какого-нибудь порока; иначе, когда сокрушается мыслию о геенне и страхом будущего Суда, нежели когда воспламеняется желанием будущих благ и надеждою; иначе находится в нуждах и напастях, нежели в безопасности и спокойствии; иначе, когда просвещается откровениями Небесных тайн, нежели когда скорбит о бесплодии своих добродетелей и сухости чувствований».

(Об этом мы скажем в других частях нашей темы.)

### О молитве мирского христианина и монашествующего

О молитве можно говорить и с такой точки зрения — в каком внешнем устройстве находится христианин: живущий в миру уединенно, живущий в миру с семьей (малой или большой), работающий/не работающий, монашествующий в общежительстве или ските/отшельничестве и др.

К тому же важно учитывать, насколько христианин серьезно и постоянно ли поучается в христианском учении и обязательно через чтение Святого Писания, учений святых отцов, а также в творении молитвенного делания и т.п. От этого зависит насколько его дух приобщается Святому Духу через эти делания, а это влияет и на саму молитву.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты 2, Блажен муж): «Древу, растущему на высоте, открытому для влияний ветров и солнца, изредка пьющему дождь небесный, изредка освежающемуся росой небесной, подобен человек, расположенный к благочестию, но ведущий жизнь невнимательную, рассеянную, мало и поверхностно занимающийся изучением Закона Божия. Иногда и он освежается росою умиления; иногда и на его иссохшую душу падает живительный слезный дождь покаяния; иногда и его ум и сердце возбуждены движением к Богу; но это состояние не бывает, не может быть постоянным, даже продолжительным… Поучающийся в Законе Божием день и ночь подобен древу, насажденному при «исходищих вод» (Пс.1,3). Непрестанно бьют у самых корней его прохладные свежие воды; непрестанно его ум и сердце - эти корни человека - погружены в 3акон Божий, напиваются святым 3аконом Божиим; непрестанно кипят для него чистые, полные силы, струи жизни вечной. Эти воды, эта сила, эта жизнь: Дух Святой, обитающий в Священном и Святом Писании, обитающий в заповедях Евангелия. Кто углубляется постоянно в Писание, изучает его в смирении духа, испрашивая у Бога разумение молитвой; кто направляет по евангельским заповедям все дела свои, все сокровенные движения души, тот непременно соделывается причастником живущего в них Святого Духа».

К сожалению, опыт говорит, что по подобию первого человека, ведущего активную жизнь в миру, который и, будучи и расположен «к благочестию, но ведущий жизнь невнимательную, рассеянную, мало и поверхностно занимающийся изучением Закона Божия», живут почти все мирские христиане, а иногда и монашествующие (хотя не каждый из них это признает). А значит, таким христианам тяжелее дается молитвенное делание, как труд над молитвой, не говоря уже о постоянной или частой настоящей молитве.

Конечно, есть множество и других способов классифицировать молитвы, но мы сейчас о них не будем говорить. Составитель этой темы далее приведет свою простую классификацию, которая будет понятна начинающим (не говоря уже о знающих, только для них может звучать непривычно простая терминология), которая поможет понять суть не так молитвы, как того, как можно молиться разными способами, и в чем суть молитвенного трезвения. И составитель надеется, что эти знания во многом помогут молящемуся христианину в приобретении правой и настоящей молитвы.

## 3. О значениях понятия «умная молитва»

Но на этом не заканчивается введение потому, что нужно определиться с понятием «умная молитва», т.к. оно очень часто употребляется как святыми отцами, так и современными писателями. Оно содержит несколько значений, и кратко их обозначим для того, чтобы правильно воспринимать поучения.

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, 2, Слово о молитве умной, сердечной и душевной): «Святые отцы в своих писаниях часто заключают под одно наименование умной молитвы и сердечную…, а иногда различают их. …Но ныне, когда учение из живых уст об этом предмете крайне умалилось, весьма полезно знать определительное различие».

Почему мы так подробно об этом скажем, если это, на первый взгляд, такой простой вопрос? Потому что в разных поучениях святых отцов есть разные обозначения, которые по незнанию можно исказить или запутаться, или придать какое-то мистическое значение простому, и тогда и молитвенное делание может пойти не право. И поэтому каждый раз надо смотреть контекст. А если из него не понять какое значение употребляется, то надо учитывать, что могут быть разные значения.

### Умная молитва – это память о том, что Господь всегда с тобой, и «живое» обращение к Нему

Как всем известно, настоящая молитва – это твое обращение к Господу (или Богородице, Святым, Ангелам) такое, как будто бы ты сейчас воочию стоял пред Ним (Ними) и говорил Ему (Им). И это можно сделать только умом. Т.е. при умном обращении происходит живое «ощущение»/«вера»/память Божия, что Господь всегда и сейчас с тобой, видит и слышит тебя.

**Нил Синайский** (Слово о молитве, 153 главы, гл.3): «Молитва есть беседа ума с Богом».

**Иоанн Кронштадтский** (Моя жизнь во Христе, ст.60): «Молитва есть возношение ума и сердца к Богу».

**Дмитрий Ростовский** (О молитве человека, уединившегося в клети сердца своего…, гл.4): «Молитва (от человека – сост.) есть обращение ума и мыслей к Богу; молиться - значит предстоять умом своим Богу, неуклонно мыслью смотреть на Него (т.е. обращаться так, будто Он сейчас прям пред тобой и все слышит, но это не значит, что надо Его представлять в своем воображении – от сост.) и беседовать с Ним (говорить Ему – от сост.) в благоговейном страхе и уповании».

**Письма Валаамского старца** (п.2): «На работе и при людях старайся умно предстоять перед Богом, т.е. иметь память Божью, что Он тут».

**Феофан Затворник** (Письма о духовной жизни, п.9): «…ум стоит в сердце (т.е. внутренне – от сост.) пред Господом, в том убеждении или чувстве, что Он тут есть, видит, слышит и внимает».

**Феофан Затворник** (Письма, п. 704 и др.): «Главное - умное пред Господом в сердце (внутренне – от сост.) предстояние… Существо умной молитвы в хождении пред Богом; а хождение пред Богом есть неотходящее от сознания убеждение, что Бог, как везде есть, так и в вас есть, и видит все ваше внутреннее, - видит даже более, нежели вы сами. (896) «Дело: стать умом в сердце (т.е. внутренне сосредоточиться – от сост.) пред лицом Господа и говорить Ему молитву. При сем ведай, что умная молитва есть стояние умом пред Господом с воздыханием к Нему. (1106) Умная молитва (существует) испокон веку. Нет другой молитвы, как умной… Когда ум беседует с Богом в сердце, вот и умная молитва! (п. 1457)… Я вам скажу, что никого нет, кто бы не молился умно. Все умно молятся. Все когда молятся, мысленно Бога представляют присущим и Ему изрекают свои потребы».

Аналог этому в реальном общении - ты стоишь пред человеком и говоришь ему. Но Богу говорить так, как явному человеку не получается, т.к. Он невидим. Но, несмотря на это, ты все же можешь это делать.

Каким образом общаться с никогда не видимым тобою собеседником? Во-первых, этому помогает икона, если она пред тобой, на который изображен образ Бога, Богородицы и т.д. Во-вторых, если же образа/иконы пред человеком нет, то он все равно это может сделать: есть еще один знаемый каждым вид общения – внутренний (а не реальный), когда мы ведем мысленные разговоры/внутренние диалоги в воображении с образами людей. Иногда это явный образ, который мы видим в воображении, а иногда это размытый, но мы знаем, кому мы мысленно говорим. Это можно обозначить как умное общение (но мысленные разговоры с образами других людей у грешного человека – это страстные помыслы). Так вот у христианина должно быть умное общение с Богом, Богородицей, когда он им в уме говорит о своих грехах, просит прощения, помощи, милости и т.д. И поэтому иногда умное обращение определяется как умное зрение/очи ума, что означает обращение к внутреннему образу (но в молитве нельзя специально представлять Их образ).

**Феофан Затворник** (Письма, п. 937): «…молитв(а) умн(ая), которая называется так тогда, когда одним умом к Богу устремляемся или зрим Бога».

Но к великому горю нас, грешных, это общение заменено страстными мысленными разговорами/диалогами с образами людей…

Итак, любое обращение к Богу можно обозначить как умная молитва.

### О разных значениях «умная/внутренняя молитва» у разных святых отцов

Но есть и другие значения этого понятия.

**1.** Умная молитва – как возможность обратиться к Богу только через слово.

Каким способом ты можешь говорить Богу? Как и в жизни с человеком – словом, которое есть «собственностью» ума. Именно поэтому молитву определяют опять-таки как «умную». Вообще всякую молитву (и читаемую в том числе) можно отнести к умной молитве, т.к. к Богу можно обратиться только через слово.

**Феофан Затворник** (Письма, п. 311): «Захотели учиться умной молитве. Добре! А прежде-то какая у вас была молитва?! Молитва по существу своему есть действие умное и если вы не молились умно, то и совсем не молились. А я вам скажу, что никого нет, кто бы не молился умно. Все умно молятся. Все, когда молятся, мысленно Бога представляют присущим и Ему изрекают свои потребы. Хоть и читают молитвы, все стараются мысленно к Богу возноситься».

**Феофан Затворник** (Письма о разных предметах веры и жизни, п.66): «Весь церковный молитвословный чин наш, все молитвы, сложенные для домашнего употребления, исполнены умным (мысленным то ли гласным, то ли безгласным – от сост.) обращением к Богу. Совершающий их, если он хоть мало внимателен, не может избежать сего умного к Богу обращения (т.е. не может не приобщиться к уже готовым воззваниям, или хотя бы к некоторым из них, и будет говорить как от себя и с чувством – от сост.), разве только по совершенному невниманию к совершаемому им делу (т.е. не будет умного обращения, когда будет рассеянна молитва, и человек думает о чем-то своем, хотя и читает/проговаривает молитву – от сост.) …Что есть молитва? Молитва есть ума и сердца к Богу возношение, на славословие и благодарение Богу, и испрашивание у Него потребных благ душевных и телесных. Существо молитвы, стало быть, есть умное к Богу восхождение из сердца. …Без умной молитвы никому нельзя обойтись. Не возноситься к Богу молитвенно мы не можем; ибо природа наша духовная того требует. Вознестись же к Богу мы иначе не можем, как умным действием: ибо Бог умствен. Есть, правда, умная молитва при словесной, или внешней,— домашней ли или церковной (т.е. когда знаешь наизусть то, что читаешь или слышишь в храме – от сост.), — и есть умная молитва сама по себе (или от памяти, или своими словами – от сост.), без всякой внешней формы или положения телесного (т.е. без чтения или слышания, и без специального стояния пред иконами, поклонами и др. – от сост.)»

**2.** Так как Бог есть Дух, то человек также может духом обращаться к Нему в любое время и в любом месте. И это также значение – «умная/внутренняя молитва».

Это делание может совершаться как при «безмолвии» подвижника (когда он ни с кем вообще не общается или частично общается), так и при обычном молчании каждого человека в то время, когда он ни с кем не общается.

**Тихон Задонский** (Сокровище духовное, ст. 157): «Таковая молитва, то есть в духе и истине совершаемая… Ибо дух (как ум – от сост.) всегда свободен, и везде и всегда может к Богу приступать, и с Ним беседовать, и Ему поклоняться. И к Богу, как Вездесущему, и на всех нас взирающему, и о всех нас промышляющему, везде и на всякое время доступ свободен; и всякого везде и всегда Он готов слышать».

**Тихон Задонский** (т.3, Об истинном христианстве, кн.2, §331): «…всегда, на всяком месте и во всех наших делах, и во время еды и пития (мы можем думать о Боге или о чем-то связанном с Ним и верой или обращаться к Нему – от сост.), и в беседах богоугодных (т.е. в духовных беседах с другими мы говорим о Боге, вере и т.д. – от сост.) можем ум наш и сердце возводить к Богу, нужды наши со смирением и верою Ему представлять и милости у Него просить… Ибо Бог смотрит не на внешний знак и положение тела, в каком оно находится, но на сердце, смирение, веру, и сердечное желание».

**Дмитрий Ростовский** (О молитве человека, уединившегося в клети сердца своего…, гл.4): «…духовная же — это сердце или ум, или, по словам бл. Феофилакта, мысль тайная. Это одно и то же… Где бы человек ни был, всегда с ним его сердце, в котором он может затвориться умом, собрав мысли, и молиться Богу втайне — и среди людей, беседуя со многими. Внутренняя молитва (если случится кому, находясь среди людей, подвигнуться к ней духом) не требует ни уст, ни книги, ни движения языка, ни голоса (хотя это и наедине происходит), но требует только возведения ума к Богу и самоуглубления, что возможно на всяком месте… Во внутренней, сердечной клети человеку подобает затворяться чаще, чем между стенами, и, собрав там все свои помышления, представлять ум свой Богу, молиться Ему втайне со всей теплотой духа и живой верой, вместе же с этим поучаться и в богомыслии, чтобы возможно было ему возрасти в мужа совершенного».

**Феофан Затворник** (Начертание христианского нравоучения, ч.2, Б. 2, г, дд): «…в (такой) молитве преобладает внутреннее, или духовное, когда и без слов (имеется в виду читаемых – от сост.), и без поклонов, и даже без размышления (богомыслия – от сост.), и без всякого образа, при некотором (внешнем – от сост.) молчании или безмолвии, во глубине духа совершается действо молитвы. Эта молитва не ограничивается ни временем, ни местом, ни другим чем внешним и может никогда не прекращаться. Почему и называется действом молитвы, то есть чем-то пребывающим неизменно. Вот, собственно, внутренняя молитва».

**Феофан Затворник** (Толков. Пс. 33, п.3,бб): «…кроме внешнего человека, есть у нас человек внутренний, и кроме внешних уст,— внутренние уста,— уста сердца, кои могут свою вести речь (т.е. мысленную – от сост.), независимо от уст внешних (когда человек говорит вслух – от сост.)… Говорил ли что Моисей внешними устами (т.е. вслух – от сост.), стоя пред морем? Не говорил. А между тем Бог ответствует ему: что вопиеши ко Мне? Уста молчали, а сердце (внутренний человек/мысленно – от сост.) износило вопль, который взошел на небо и вошел в уши Божии. То же и всякий может делать, не стесняясь и не развлекаясь внешним положением, как там Моисей не развлечен был шумом и ропотом окружавшего народа (т.е. был в неком отрешенном состоянии от окружающего – от сост.). Телесными устами должны мы славить Бога в свое время: вечером, утром, в полдень. Устами же сердечными,— умным словом, изрекаемым в сердце (внутренне/в мыслях – от сост.), должно воспоминать Бога чаще, нежели дышим, как говорит святой Григорий Богослов…».

**3.** Иногда «умною молитвою» обозначалась молитва, которая сопровождается искренними чувствами к Богу или очень внимательная.

**Никодим Святогорец** (Невидимая брань, ч.1, гл. 47): «Умная, или внутренняя, молитва есть, когда молящийся, собрав ум внутрь сердца, оттуда не гласным, но безмолвным словом воссылает к Богу молитву свою, славословя Его и благодаря, сокрушенно исповедуя пред Ним грехи свои, и испрашивая у Него потребных себе благ духовных и телесных. Не словом только надо молиться, но и умом, и не умом только, но и сердцем, да ясно видит и понимает ум, что произносится словом, и сердце да чувствует, что помышляет при сем ум».

**Цветник священноинока Дорофея** (п. 33): «…сосредоточенно хранить в уме молитву Иисусову (т.е. внимательно молиться ею – от сост.), то есть умная молитва Иисусова (и другие молитвы также – от сост.)… Умная молитва требует сосредоточенности мысли… Ни с одним (сторонним – от сост.) помыслом не может и не согласна молитва Иисусова тайно и непрерывно пребывать в душе. Ибо нельзя служить Богу и мамоне. Только одному, – одному Богу служить».

**Феофан Затворник** (Письма, п.932): «Сила не в словах, а в чувстве к Богу. Оно скоро образуется у трудящихся над молитвою. Вот это и есть умная молитва. Ум, стоя в сердце (внутренне сосредоточенно – от сост.), зрит Бога (понимает, что обращается к Богу – от сост.) и умно исповедуется Ему призыванием Его».

**Игнатий Брянчанинов** (Аскетические опыты, 2, Слово о молитве умной, сердечной и душевной): «...Молитва называется умною, когда произносится умом с глубоким вниманием, при сочувствии сердца (т.е. с молитвенным чувством – от сост.); сердечною, когда произносится соединенными умом и сердцем, причем ум как бы нисходит в сердце и из глубины сердца воссылает молитву (т.е. когда в молитве сам говоришь что-то Богу от своего искреннего переживания/чувства – от сост.)».

**4.** К понятию «умная молитва» обычно относятся два способа моления: молитва по памяти и молитва своими словами (молитвенное воззвание, которое родилось у тебя сейчас от тебя лично). Т.е. это молитвы от способностей ума – запоминать, воспроизводить и производить мысли.

На этом закончим введение в тему. И напоследок заметим, что, так как все молитвы, независимо от того, каким способом они творятся, имеют единые признаки, то нередко будут приводиться поучения святых отцов, в которых говорится об одном способе моления, например об Иисусовой молитве, но эти же поучения относятся и к любой молитве. А есть и различия в особенностях, и тогда они будут указываться. Также отметим, что составитель более пользуется поучениями о молитве святителя Феофана Затворника, т.к. у него самый простой и доступный для понимания язык (а это очень нужно мирскому христианину, если он не упражнен в понимании святоотеческого учения).