
A stylized sunburst with orange rays and a blue arc is in the top left. Below it is a circular icon with a blue border and a blue dove with spread wings in the center.

Митрополит  
Антоний  
Сурожский

A stylized illustration of two hands in a prayer position, palms facing each other, rendered in orange and brown tones.

# Не могу, Господи, жить без Тебя!

Книга о молитве

# митрополит Антоний Сурожский

## Не могу, Господи, жить без Тебя! Книга о молитве

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69894133](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69894133)

*Не могу, Господи, жить без Тебя! Книга о молитве: Никея; Москва;*

2023

ISBN 978-5-907661-22-6

### Аннотация

Митрополит Антоний Сурожский был не только удивительный проповедник – центром его жизни, его опыта была молитва. Тексты книги – о разных аспектах молитвы: молитва как мистический опыт и молитва среди повседневных забот, молитва-просьба и молитва-благодарность. Владыка говорит с тактом, любовью и уважением к своим слушателям – и при этом парадоксально, мощно, таинственно. После этих текстов хочется молиться!

Многие из бесед переведены специально для сборника и публикуются впервые. А в конце есть «молитвослов» митрополита Антония – моменты бесед, в которые вдруг прорывалось его живое и сокровенное обращение к своему Господу.

# Содержание

Часть I. Звать Бога по имени	5
Страшная глубина молитвы[1]	5
Молитва: в чем ее ценность?[2]	8
Молитвиться или молиться?[3]	15
Ответы на вопросы	27
Белый камень с именем для Бога[6]	33
Конец ознакомительного фрагмента.	35

**Митрополит  
Антоний Сурожский  
Не могу, Господи, жить  
без Тебя! Книга о молитве**

*К 20-летию со дня кончины Владыки*

*Допущено к распространению Издательским советом  
Русской Православной Церкви ИС Р23-302-0037*

© Metropolitan Anthony of Sourozh Foundation, 2023

© ООО ТД «Никея», 2023

# Часть I. Звать Бога по имени

## Страшная глубина молитвы<sup>1</sup>

Приходится слышать и читать в современной литературе: молитва так интересна, молитва так полна жизни – почему бы вам не приступить к молитве? А мне хотелось бы, наоборот, сказать: будьте осторожны! Молитва полна глубины, но глубины страшной, поистине *страшной*, потому что это встреча лицом к лицу с Самим Господом.

Моисей, пророки, праведники с трепетом подходили к Богу – а они были святые... как же мы можем приступить к Богу без страха и трепета? Ведь всякая встреча с Богом – это нечто подобное последнему суду: безответственно в Божие присутствие нельзя прийти. Встретив Господа, можно отойти от Него только оправданным или осужденным, другом или врагом – среднего пути нет.

Бог нас создал. Он нас создал для того, чтобы мы имели радость бытия, радость Им жить, радость Его знать, радость знать и любить друг друга. Он открыл нам возможность вместе строить Царство Любви, мира, вечной радости... Он наш

---

<sup>1</sup> Проповедь, которая, предположительно, была произнесена в лондонском приходе в 1971 году. Здесь и далее названия глав даны редактором.

Творец, мы от Него зависим совершенно. И это могло бы быть страшно, если бы это не был Бог любви, потому что зависеть от кого-либо страшно – если мы не любимы.

Но Он нас любит. Он нас так любит, что стал человеком, страдал, умер для того, чтобы мы могли быть свободны, любить и жить. Как естественно должно бы нам желать встречи с Ним. И, однако, это не всегда так. Иногда нам этой встречи хочется, но иногда мы ее откладываем, мы ее боимся.

Почему? Потому что мы Его не знаем лично, близко, не знаем как друга, как родного. В этом наша вина. Мы могли бы Его знать, если только подходили бы к Нему в молитве и стояли перед Ним лицом к лицу, давая Ему возможность нас встретить. И тогда желание молиться росло и росло бы в нас, как желание радости, как нарастание жизни.

А молитва бывает иногда трудна. И не только потому, что мы не знаем Бога, а потому, что нам стыдно. Стыдно не столько своих грехов, сколько своей молитвы. Нам кажется, что молитвенные слова неправдивы, мы обращаемся к Богу с одним, а жизнь наша говорит о другом, мысли наши не соответствуют нашим словам. В сердце очень много того, чего нельзя уложить в слова молитвенные.

Что с этим делать? Часто мы выправляем это самым простым, бессмысленным, безнадежным образом: мы перестаем молиться. Мы укрываемся от Бога, мы создаем себе мир, в котором наша неправда *укладывается*.

Но тогда мы теряем и молитву, и Бога, и смысл, и жизнь.

Настоящий путь, выводящий нас из этого тупика, – трудный путь. Надо переменить жизнь, переменить внутри своего сердца. Надо стать достойными тех молитвенных слов, которые мы произносим. И тогда мы сможем говорить правдиво, и тогда молитва будет радостью живой встречи.

Как же нам научиться молитве? Раньше всего помнить: не только в те моменты надо молиться, когда молитва бьет ключом из наших сердец...

Один мальчик как-то у меня спросил: имею ли я право, когда я так счастлив, что Бог меня любит, прыгать, танцевать и кричать: я Тебя люблю, я Тебя люблю, я так Тебя люблю?..

Да, мальчик был прав, и как было бы замечательно, если и взрослые могли бы так же непосредственно и живо молиться.

Но есть моменты, когда молитва не дается так легко. Тогда надо молиться из глубины своих убеждений. Потому что не всегда мы можем чувствовать живо – но мы от этого не меняемся. Иногда усталость одолевает нас, иногда мы ничего не чувствуем, кроме боли в теле и усталости душевной. Но мы *можем* Господу сказать – за пределом этого бесчувствия, глубже этой усталости: «Я *знаю* Тебя, я *люблю* Тебя, о Боже, Отче, Ты – моя надежда, о Господи Иисусе, Ты – моя защита. Душе Святый, Ты – моя помощь, Троице Святая, Боже мой, благословен еси во веки!»

# Молитва: в чем ее ценность?<sup>2</sup>

В какой-то степени говорить о ценности молитвы людям, имеющим молитвенный опыт, столь же бессмысленно, как и рассказывать о нем тем, кто такого опыта не имеет. Для первоначального молитва – как дыхание, как жизнь, как любовь, как все сущее, все, что для него важно. С этой точки зрения она выходит за рамки понятия ценности.

Например, мне вспоминается старинная легенда, в которой рассказывается, как один человек был изгнан из своего царства и бродил по свету вместе со своей женой. Изгнали его из-за наложенного на него проклятия, и он решил, что если расстанется с супругой, то сможет избавиться от проклятия хотя бы ее. Пока она спала, он ушел. И вот она целыми днями бродит по лесам и долам и взывает к нему: «Где ты? Где ты? Я не могу без тебя жить. Почему ты скрылся от меня? Отчего ты так жесток? Приди же!»

Не так ли начинается всякая сердечная молитва, не это ли переживают те из нас, кто однажды коснулся края одежды, а потом утратил ощущение божественного присутствия? «Где Ты, Господи? Отчего Ты так жестоко скрылся от меня? Я не могу без Тебя жить!» Применимо ли вообще к этому воплю слово «ценность»? Это ведь не то, что можно выбрать или не

---

<sup>2</sup> Беседа состоялась в среду четвертой седмицы Великого поста 1980 года в храме св. Иакова на Пикадилли. Пер. с англ. А. Дик.



выбрать, либо выбрать лишь из-за присущей ему ценности, которой не обладают другие вещи. Это вопль всего нашего существа: «Господи, я не могу жить, когда Ты удаляешься от меня!»

Бывают чудесные моменты, когда Господь приближается к нам настолько, что мы забываем о земле и о небе. Есть такая японская пословица: то, что наполняет душу до краев, не дает следить за временем. Нет ни прошлого, ни настоящего, ни будущего – только то, что переполняет душу. Что мы ощущаем в такие моменты, как не единение, безмятежность, упоение, бесконечный мир и покой? Ничего другого нам не нужно. Царство Божие уже явилось в силе. Все уже сбылось. Все уже состоялось. Вечность для нас уже не другой мир, не стремление к ней, но ни больше ни меньше как настоящее, наша нынешняя жизнь.

Бывают моменты страданий, когда нас терзает физическая боль или душевная тревога. А бывают моменты, когда мы способны потерпеть и произнести: «Господи, дай мне разделить с Тобой ужас Гефсиманского сада, Твою крестную муку, позор бичевания, предательство Иуды – того, кто назывался Твоим ближайшим другом и предал Тебя, отречение Петра – еще одного Твоего друга, который почел за лучшее не знать Тебя, чтобы не подвергаться опасности. Позволь мне разделить с Тобой все это». Тогда наша молитва изливается из глубины души в единении со Христом, и Христом распятым. В такие моменты мы душой и телом спо-

способны понять загадочные слова апостола Павла: «Восполняю недостаток в плоти моей скорбей Христовых» (Кол. 1: 24).

Но бывают такие моменты, когда на первый план выходит наша человеческая слабость, когда подводит выдержка, сдаёт мужество, колеблется вера, а мы обращаемся к Богу со словами: «Доколе, Господи, доколе?»

В нашем мире таких ситуаций очень мало, они возникают редко. Но есть страны, которые так страдают под гнетом физической и душевной боли, что «Доколе, Господи, доколе?» там, наверное, восклицают миллионы людей.

Во время всех этих испытаний, которые я упомянул, слова рождаются не из каких-либо религиозных убеждений и не представляют собой мировоззрение, выраженное в молитве, – они изливаются из души подобно тому, как кровь вытекает из раны, как ликующая радость потоком извергается из сердца.

Бывают моменты, когда мы сталкиваемся с болью и терзаниями других людей и заступаемся за них перед Богом, обращаясь к Нему с молитвенным ходатайством. Но заступиться за другого человека не означает просто стать пред Богом и воззвать к Нему с благодарностью и с просьбой протянуть Свою руку, чтобы поддержать немощного и слабого, облегчить боль, дать надежду – хотя бы отблеск надежды. Заступиться за кого-то – значит обратиться к Богу так, как обратился к Нему пророк в шестой главе Книги Исаии: «И услышал я голос Господа, говорящего: кого Мне послать?» И в

ответ пророк сказал: «Вот я, пошли меня» (Ис. 6: 8). В этот момент мы принимаем на себя ответственность за все происходящее.

Однажды при мне группа студентов задала великому американскому антропологу Маргарет Мид вопрос о том, что можно сделать, столкнувшись с насилием. Достаточно ли в этом случае слов? Надо ли создать политическое или общественное движение?

Со свойственной ей восхитительной прямоотой она ответила: «Прежде чем делать что-либо из этого, встаньте между жертвой и человеком, который собирается нанести удар». Вот это настоящее заступничество – готовность встать между двумя противоборствующими сторонами, между молотом и наковальней. Это настоящее заступничество, тот момент, когда молитва и жизнь соединяются. В отсутствие жизни, которая демонстрирует истину, молитва оказывается ложью, высшим проявлением лицемерия применительно к Богу и применительно к человеку.

Молитва и жизнь соединяются в нашем поиске Бога, стремлении к Нему, воззвании к Нему в Его отсутствие, соединяются в тот момент, когда вся наша жизнь превращается в одну сплошную муку или всепоглощающую радость. Жизнь становится настоящей, когда наша молитва исполняется сопереживания, сопричастности нуждам других людей.

Можно ли в таком случае говорить о том, что молитва обладает ценностью? Конечно, она ею обладает. Эта ценность

– возможность в полной мере быть самим собой, не только по отношению к Богу, но и по отношению к ближнему. По отношению к ситуации в обществе, по отношению к судьбам всего мира. Или иногда попросту к судьбе другого человека – и это ничуть не менее значимо, ведь вы в этот момент, возможно, приоткрываете для него дверь Царства Божьего.

\* \* \*

Ценность молитвы состоит и в том, что она представляет собой очень серьезное испытание наших желаний и нашей воли. В начале своей небольшой брошюры о молитве американский писатель Теодор Уэдделл пишет, что если мы не сводим молитву к произнесению слов, если мы включаем в нее все свои сердечные порывы, устремления всего своего существа, все свои мысли, всю свою волю, то возникает два вида молитвы, и важно иметь мужество и честность, чтобы отличить один от другого.

Есть молитва, которая могла бы принадлежать Господу Иисусу Христу, – молитва истины, молитва духа. А есть молитва, которая никак не может исходить от Господа, которую Он счел бы богохульством, поскольку она сокрушает стены небесного града Иерусалима, разрушая и в нас, и вокруг нас целостность Царства Божьего.

Как часто мы читаем молитвы, которые звучат набожно. Мы произносим слова, которые Бог может слышать без от-

вращения, без стыда за нас. Но в то же время из нас рвется другой вопль, который не восходит к Богу, – это вопль об удовлетворении чего-то иного: хотений нашей плоти, обид наших сердец, владеющей нашими помыслами горькой жажды мести, стремления к праздности, желания, чтобы Бог сделал за нас то, что мы должны сделать для Него. Вот подлинные молитвы, которым Господь может внимать с ужасом и болью, потому что они отрицают и лишают смысла Его воочеловечение, Его жизнь и Его смерть.

Как часто мы произносим набожные слова, но при этом не желаем воплощать их в жизнь. «Но раз так, – пишет Теодор Уэдделл, – то неужели мы не понимаем, что наша подлинная молитва, которая является выражением желаний нашего тела и души, обращена к тому, кто готов удовлетворить эти желания, – не ко Христу, но к врагу рода человеческого?»

В таком случае молитва становится не просто излиянием души перед Богом, но строгим критерием. С ее помощью можно определить, отдана ли душа Богу или врагу, стоим ли мы на стороне Бога или в лучшем случае пока нет.

Тогда молитва превращается в мельничный жернов, который перемалывает в нас все, что чуждо Богу, – все без исключения. В таком случае, как написал в XIX веке один богослов, молитва становится кинжалом, который мы добровольно вонзаем себе в сердце. Лучше умереть, чем стать предателем.

Вот несколько мыслей, которые я хотел до вас донести.

А теперь давайте помолчим немного перед лицом Господа, а после спросим себя: «Где я нахожусь во время молитвы? Перед Богом или перед врагом? Перед истиной жизни или перед смертью?»

# Молитвиться или молиться?<sup>3</sup>

Прежде всего я хотел бы провести грань между двумя очень разными явлениями, которым один семилетний мальчик придумал забавное название. Как-то вечером ему пришлось молиться вместе с матерью дольше, чем он хотел, и после этого он попросил ее: «Если мы закончили молитвиться, давай немного помолимся». Он заметил разницу между этими действиями: «молитвиться» значило вычитывать определенное количество молитв, выбранных его матерью как подходящие для ребенка и угодные Богу, а сам он хотел поговорить с Богом, рассказать Ему что-то, может быть, даже несколько вещей, которые были у него на сердце, как если бы он говорил с другом, а не писал официальное воззвание.

Мне кажется, это очень важно различать. Проблема в том, что чем более церковную жизнь мы ведем, тем больше мы привыкаем «молитвиться» и тем меньше замечаем разницу между вычитыванием молитв, песнопениями «для Бога», если можно так сказать, и словами, идущими от сердца.

Говорить от сердца трудно, потому что для этого необходимы две вещи: Бог, к Которому можно обратиться, и сердце, желающее говорить с Ним.

Когда я был еще молодым священником, меня просили: «Расскажите, пожалуйста, что делать, чтобы научиться мо-

---

<sup>3</sup> Беседа состоялась 17 сентября 1984 года в Пекхэме. Пер. с англ. А. Дик.

литься». У меня всегда был готов ответ, я говорил: «Вот молитвослов, читайте его так-то и так-то, внимательно, благоговейно, без спешки, искренне, это будет ваша молитва». А потом оказалось, что некоторым людям это дается легко, а некоторым – невыносимо тяжело, и я выяснил, что некоторые люди вполне могут благочестиво, внимательно и серьезно читать эти молитвы, но при этом читая их как бы самим себе. Они никогда не обращались с ними к Богу и ни разу не чувствовали, что говорят с Богом, поскольку Бог, в Которого они верят, настолько туманен, далек и нереален, что им совершенно нечего Ему сказать. Знаете, общаться можно с реальным человеком, но не с вымышленным персонажем...

Итак, первый вопрос, который мы должны задать себе, если хотим научиться молиться, а не декламировать, читать или распевать молитвы: есть ли у меня Бог, Которому я могу молиться, Бог, Который является для меня реальной личностью, к Которому можно обратиться?

Английское слово God (Бог) происходит от германского корня, который означает «Тот, перед Которым простираются в преклонении». В этом определении ничего не говорится о том, каков Бог, – только о том, что происходит с человеком в Его присутствии или при всепоглощающем ощущении Его присутствия.

Так почему бы не задать себе вопросы: было ли у меня хоть раз в жизни ощущение божественного присутствия, охватывал ли меня трепет, случалось ли мне в храме, или



в моей комнате, или где-нибудь на улице, среди полей и деревьев, почувствовать тишину, которая обладает глубиной, покой, который исходит не от меня, а наоборот, царит вокруг меня и проникает в меня, наполняет меня и завладевает мной? Был ли у меня опыт, который позволяет мне говорить о том, что у меня состоялась встреча с Богом? Может быть, я лишь коснулся края Его одежды, как женщина, о которой говорится в Евангелии, что она коснулась края одежды Христа и исцелилась. Может быть, как апостол Павел, я на долю секунды оказался лицом к лицу с ослепительным, ошеломительным ощущением присутствия Бога.

Конечно, может быть и нечто среднее: моменты глубины, мира, покоя – моменты, в которые становишься глубже, чем казалось возможным, моменты погружения в тишину, которая сотворена не нами, моменты ощущения мира более глубокого, чем все, что мы испытывали, и, очевидно, не вызванного сложившимися обстоятельствами, когда посреди трагических событий испытываешь умиротворение, превосходящее всякое понимание.

Это важно, ведь чтобы говорить с кем-то, как я упоминал в начале беседы, нужен тот, с кем говорить. Нельзя говорить в пустоту.

Второе условие – сердце, которое стремится говорить с Богом, и для этого надо понимать: Бог, к Которому мы обращаемся, заботится о нас, мы любимы, мы важны для Него, Он велик до такой степени, что для Него ничто не может

быть слишком мелко, ведь за определенной гранью величия разница между большим, малым и средним становится незаметна.

Если подняться в небо на самолете, горы начинают сливаться, а когда самолет летит совсем высоко, и горы, и поля превращаются просто в разноцветные пятна. В каком-то смысле именно так Бог видит все, что касается человека, с одной лишь разницей: когда мы летим на самолете, нам все кажется мелким, а у Бога все обретает подлинную значимость, если это важно для нас или влияет на нашу жизнь.

Так бывает и в обычной жизни: маленькая искорка может сыграть решающую роль, попавшая в глаз пылинка может все изменить.

Помню, один старый священник как-то раз сказал мне: «Только Бог может придавать истинное значение тому, что нам кажется неприметными мелочами». Он видит эти мелочи, они для Него важны, для Него нет ничего незначительного, потому что Бог – это не разум; Бог – это сердце. Он смотрит на нас не с любопытством, а с любовью. А там, где есть любовь, все становится значимым.

Так что мы можем обратиться к Богу со всем, что в нас есть, не думая о том, что надо найти нечто достойное Его, соизмеримое, так сказать, с Его масштабом, а не то, что Его недостойно, слишком мало для Него. На самом деле все может иметь огромное значение.

Но для этого в жизни есть серьезное препятствие.



Когда я хочу предстать перед Богом, встать перед Ним, я обнаруживаю, что во мне живет несколько разных людей: я не всегда один и тот же человек. Я бываю разным в разных ситуациях, я веду себя по-разному по отношению к тем или иным людям.

Могу привести вам несколько примеров. На войне я, будучи офицером, с рядовыми или младшими по званию был одним, а с моим командиром – другим. Когда я работал врачом – по-разному относился к пациентам и к своим учителям: не то чтобы я в одном случае был подобострастным, а в другом надменным, дело не в этом, просто ситуации разные. Ты либо командуешь, либо подчиняешься. Выполняешь либо одну функцию, либо другую.

Это относится и к тому, как люди ведут себя в семье. Очень авторитарный начальник вполне может быть очень покорным мужем. Я как-то слышал такое выражение, что жена носит обручальное кольцо на пальце, а муж – в носу...

Так какими же он или я предстанем перед Богом, в каком из наших образов мы будем стоять перед Ним? Будет это авторитарный властный руководитель или трусоватый муж? Командир или подчиненный? Человек, который думает о том, что совершить великого, или человек, который никогда ничего не совершит из-за слабости, лени или трусости?

Итак, первая задача: когда мы стоим перед Богом – если у нас есть Бог, перед Которым мы можем стоять, – быть как можно ближе к своей истинной сущности, быть собой.

И для этого, мне кажется, перед началом молитвы надо дать себе немного времени. Мы склонны думать, что как только придет время, можно будет просто встать пред Богом и начать молиться. Но ведь письма мы пишем не так. Когда мы собираемся написать какое-нибудь ответственное письмо, мы садимся, готовим бумагу и ручку и задумываемся о том, кому мы пишем, как мы к нему относимся, что мы хотим ему сказать, как об этом лучше сказать конкретному человеку и так далее.

Тому же надо научиться и в отношениях с Богом. Я не имею в виду, что всякий раз, собираясь помолиться, надо задавать себе одни и те же вопросы, – но надо об этом помнить.

Вот, например, в конце дня, когда мы собираемся ложиться спать и молиться перед сном, почему бы не задаться вопросом о том, зачем мы читаем вечернее правило? Потому ли, что нас этому научили в детстве и мы теперь всю жизнь это делаем? Не превратилась ли вечерняя молитва в рутину, обычное дело – не более, если не менее того? Или же дело в том, что в нас поселился суеверный страх: если не помолиться на ночь, Бог не станет за нами приглядывать? <...>

Что заставляет нас молиться: эта суеверность или искреннее желание встретить Бога? Действительно ли под конец целого дня, когда занятость не давала сосредоточить ум и об-

ратить свое сердце к Богу, мы можем воскликнуть: «Господи, наконец-то мы вместе! Как это прекрасно: дверь закрыта, нам никто не мешает, нет ни задач, ни проблем, мы стоим лицом к лицу...» <...><sup>4</sup>

Вот то, к чему мы должны стремиться, чему должны пытаться научиться, что должны найти, – ощущение того, что мы находимся в присутствии Бога и что быть в присутствии Бога так хорошо, чудесно, мирно и нужно.

При этом мы должны быть честны, потому что бывают моменты, когда нам не очень хочется проводить с Богом слишком много времени, потому что у нас есть нечто более соблазнительное. Да, я, конечно, уделю Богу необходимое Ему время, Он ведь нуждается в моем внимании, бедняга. <...>

Мне кажется, если попытаться быть честными в этот момент, мы поймем, что бывает такое, что мы вписываемся то в одну картину, то в другую. Есть благословенные мгновения, когда мы жаждем быть с Богом, а есть жалкие минуты, когда мы сводим молитву к рутине, или к суеверию, или к мимолетному поцелую на ночь – наскоро, чтобы отделаться и бежать к чему-то более привлекательному.

И если нам достанет честности подумать об этом перед началом молитвы, мы можем обратиться к Богу в истине и сказать: «Господи, как чудесно! Я целый день жаждал оказаться с Тобой лицом к лицу, и вот это время пришло. Давай побудем вместе, посмотри на меня, а я посмотрю на Тебя,

---

<sup>4</sup> См. с. 213.

и мы помолчим, потому что подлинное общение возможно только в тишине. Мне это будет так радостно! Надеюсь, Тебе тоже».

Или, если у нас есть другие мотивы, можно сначала сказать Богу: «Господи, как мне стыдно! Ты так возлюбил меня, что сотворил меня, дал мне не просто существование, но жизнь, познание Тебя, Ты задумал меня в образе Господа Иисуса Христа, Который отдал за меня Свою жизнь, Ты дал мне все сокровища, которыми богата наша вера, которые передаются через таинства, а я могу только сказать, что мне с Тобой скучно, что мне не очень-то и хочется долго с Тобой быть. Какой позор!» И если начать на этом уровне, то мы будем говорить истину, мы будем общаться с Богом исходя из фактической реальной ситуации, и мы можем начать со слов покаяния, можем выразить сожаление, попросить о помощи, попросить Бога дать ощущение Своего присутствия, которое изменит ситуацию. Если мы попытаемся быть с Богом настоящими, только тогда у нас появится шанс встретить Его.

\* \* \*

Я несколько раз упомянул о тишине. Тишина – это очень важно, но она не создается словами: «А теперь наступает тишина». Нельзя погрузиться в тишину, повторяя себе: «Тише, тише, не думай, не чувствуй, молчи, не шевелись», потому что чем больше мы это себе говорим, тем меньше в нас ти-

шины.

Тишина может быть плодом двух состояний: ощущения постоянно углубляющегося общения и близости или нашей открытости, слушания чего-либо умом и сердцем.

Мы знаем, что происходит, когда встречаются двое – друзья, муж с женой или ребенок с матерью. Они могут сидеть в разных углах и говорить друг с другом, а потом разговор, который начинался бодро и быстро, становится спокойнее, и говорят они уже не умом, а сердцем. И постепенно беседа становится очень тихой и мирной и заканчивается тишиной, потому что общение так глубоко, что уже не нужны слова для того, чтобы быть вместе. В этот момент наше общение становится подлинным, настоящим и глубоким. Не тогда, когда мы говорим друг с другом, а тогда, когда мы *пребываем вместе*.

То же может быть и в молитве, когда мы общаемся с Богом. Мы можем сначала предстать в истине перед Богом, Которого мы знаем, – не объективно существующим Богом, но тем, что мы о Нем знаем.

И обратиться можно, наверное, к малой грани божественной тайны, но именно к той, которая для нас реальна. Потом можно прочесть несколько молитв подобно тому, как мы используем речь, чтобы вступить с человеком в контакт, почувствовать его, проникнуть в его ум и сердце. А потом можно молиться тише и тише и в конце концов замолчать. Помолчать какое-то время – у каждого свой промежуток времени,

в течение которого он может хранить тишину.

Знаете, можно пользоваться речью и тишиной так же, как маленькие мальчики – и, пожалуй, девочки тоже, – разбегаются по коридору и скользят, а потом снова разбегаются и скользят. Чтобы скользить, надо сначала разбежаться. То же касается и речи, слов молитвы. Они нужны нам, потому что наш ум неспособен сосредоточиться и сердце у нас недостаточно спокойно. Так что можно собраться, произнося слова, а потом побыть в тишине, и повторять так снова и снова.

Когда я говорю «снова и снова», я имею в виду, что это может продолжаться очень долго – гораздо дольше, чем мы себе представляем.

Помню, раз или два у меня был такой опыт, когда я был вожатым в лагере для мальчиков. Я говорил своим подопечным: «А теперь ложитесь спать, а я пойду в часовню, помолюсь перед сном». И кто-нибудь из мальчиков говорил: «А можно мы тоже пойдем?» Я отвечал: «Да». И несколько раз бывало такое, что я произносил вечерние молитвы, прерываясь на то, чтобы помолчать, потом, закончив вечерние молитвы, я переходил к вечерне, потом к повечерию, а наутро оказывалось, что мальчики все это время были со мной. Они не замечали, как прошла целая ночь, потому что произносимые слова позволяли им вступить в тишину, а потом, когда тишина слишком затягивалась, мы снова возвращались к словам, и так проходила вся ночь. Так не получится делать каждый вечер, но я привел этот пример, чтобы показать, что



для этого не обязательно быть мистиком, это может произойти с каждым, даже с мальчиками в лагере.

\* \* \*

Второй способ научиться тишине состоит в том, чтобы слушать <...><sup>5</sup> Надо ждать – неподвижно, тихо, открыто, – чтобы воспринять все, что захочет передать нам Бог. Потому что, возможно, Он пожелает открыться нам совершенно не таким, каким мы знали Его вчера. Нельзя вновь пережить вчерашний опыт, можно только быть открытым тому опыту, который даст вам Бог.

Мне вспоминается одна книга французского писателя Жоржа Бернаноса, он рассказывает о молодом человеке, который в определенный момент после бури мыслей, эмоций, событий ощущает вокруг себя тишину. Эта тишина настолько глубока, что он понимает: это не просто отсутствие звука, эта тишина имеет плотность. И, продолжая ощущать ее, осознает, что эта тишина есть Присутствие. В центре этой тишины было реальное Присутствие. Мне кажется, это важно, это вопрос эксперимента, обучения, попытки понять. Такая тишина иногда на нас нисходит. Словно Чтимая Птица парит в воздухе, а потом присаживается рядом с нами.

Наверное, некоторые из вас читали книгу французского

---

<sup>5</sup> См. с. 265.

писателя Сент-Экзюпери, которая называется «Маленький принц». Там есть история, которая мне кажется относящейся к этой теме, — я перескажу ее другими словами.

Принц знакомится с Лисом и хочет с ним подружиться. Но, когда он к нему приближается, Лис отпрыгивает назад, потому что боится. Маленький принц говорит Лису: «Я хочу с тобой дружить». А Лис объясняет: «Если ты хочешь со мной дружить, ты не должен меня пугать. Ты должен сидеть очень-очень тихо, а я сяду поодаль, и тогда твое сердце будет биться с ожиданием, а мое — с надеждой. А потом я немного придвинусь к тебе, а ты должен сделать вид, будто этого не заметил. И я буду придвигаться все ближе и ближе, а ты не должен показывать, что видишь это, пока я не окажусь совсем близко. И тогда я тебя обнюхаю, а ты можешь меня погладить. А завтра, когда ты придешь, ты должен сделать то же самое и обязательно прийти точно в то же время, потому что если я буду знать, что ты придешь в определенный момент, за полчаса до этого я уже буду ждать тебя, и сердце у меня будет биться с радостью и надеждой. А если ты будешь менять время своего прихода, я никогда не буду знать, когда начинать надеяться».

Это относится и к нашим отношениям с Богом. И Он, и мы оказываемся в положении Лиса, который хочет быть приручен, и Маленького принца, который хочет, чтобы Лис приблизился к нему.

Мне кажется, если задуматься над этими образами, вы

увидите, что из них можно кое-что понять о молитве и о тишине. Создать в себе тишину можно, будучи внимательными, открытыми, стремясь к тому, чтобы произошло то, чего мы не знаем.

## **Ответы на вопросы**

**– Чтобы оказаться в той тишине, о которой вы говорите, нужны какие-то особые обстоятельства?**

– Думаю, конечно, в идеальном случае тишина нисходит на нас в те моменты, когда мы находимся одни в подходящей обстановке. Например, когда мы в отпуске гуляем по лесу или по полю, когда мы можем расслабиться, когда ничто нас не отвлекает ни снаружи, ни внутри. Но бывает и такое, как я могу судить по своему опыту – а я пять лет провел на войне и пятнадцать проработал врачом, – что можно пребывать в тишине, даже находясь внутри общей сумятицы, если изнутри тебя прочно держит нечто, притягивая тебя к центру твоей сущности. Одна из вещей, которые я счел очень показательными на войне, состоит в том, что когда опасность становится достаточно велика и человек оказывается совершенно беспомощным, можно вступить в эту тишину, потому что больше абсолютно ничего нет. Вокруг звуки стрельбы, крики, происходит много всего, но все это вне твоего контроля, и ты отступаешь и одновременно умаляешься и погружаешься очень глубоко. То же может происходить во

всех ситуациях, когда вокруг собирается толпа, потому что в толпе вполне можно почувствовать себя бесконечно более одиноким, чем в обществе двух-трех друзей, а иногда и гораздо более одиноким, чем наедине со своими мучительными размышлениями.

### **– Где найти смелость быть собой настоящим?**

– Как обрести смелость быть? Думаю, просто надо оставаться реалистом. Есть у вас смелость или нет, но вы уже существуете, так что следует это учесть. Знаете, даже если вы закрываете глаза на опасность, она от этого никуда не девается. Можно заткнуть уши, но звук или тишина при этом остаются. Так что это вопрос того, готовы ли вы быть настоящим или будете пытаться исключительно в своих глазах выглядеть тем, кем вы не являетесь. Нельзя обмануть Бога, надев на себя черную рясу, или одежду унылого цвета, или военную форму, или что-нибудь еще. Бог все равно видит тебя насквозь. Обмануть окружающих тоже нельзя, потому что в большинстве случаев люди проницательны и так же лживы, как и вы, так что они понимают, как это работает. Поэтому единственный человек, которого мы можем обмануть, пытаюсь разыграть спектакль, – это мы сами.

Мы можем ходить как короли, но все вокруг будут знать, что мы ими не являемся. Так почему бы не наслаждаться преимуществом быть тем, кто я есть, и быть настоящим в глазах Бога и в глазах окружающих? Это оправдывает себя,

потому что в каком-то смысле Бог может спасти грешника, которым я являюсь, но не святого, которым я не являюсь. Бог может общаться с тем, кто я есть, но не с мнимым человеком, который не есть я. Окружающие могут сформировать очень глубокие отношения с тем, кто я есть, но строить отношения с иллюзорной личностью совершенно невозможно. Если им предъявить привидение, которого не существует, как они могут строить с ним отношения?

Можно сделать следующее – это необходимо всем нам, ведь никто из нас не является таким настоящим, как я описал или попытался показать, но мы можем проводить небольшие эксперименты, чтобы понять, так ли опасно быть собой настоящим, как мы воображаем. Предположим, я скажу правду, вместо того чтобы юлить, что тогда будет? И вот я говорю правду и вижу, что ничего страшного не произошло. Я знаю о себе, что не люблю причинять людям боль, если этого можно избежать. Иногда я месяцами раздумываю над тем, что надо сказать человеку то-то и то-то, но как? А потом в один прекрасный день я собираюсь с духом и говорю: «Смотри, я должен тебе сказать то-то и то-то». А человек смотрит на меня и отвечает: «Почему же ты мне раньше не сказал?» Я измучился, а этот человек совсем не переживал.

Мне кажется, часто с помощью таких экспериментов мы обнаруживаем, что то, чего мы так опасались, – не опасно, и это позволяет углубить наши отношения и сделать их более ценными, потому что общаться с настоящим человеком го-

раздо плодотворнее, чем с маской, или призраком, или фальшивой личностью. Так что мы должны просто экспериментировать и набираться смелости за счет таких маленьких побед.

Это относится ко всем сферам жизни. Знаете, как учатся дети: они сначала осваивают простые навыки, и это дает им смелость двигаться к более сложным вещам. И в жизни все так же: надо бороться со слабыми противниками, учиться побеждать, а потом переходить к более сильным. Не надо начинать с битвы с великанами.

**– Вы говорите о личной молитве, но ведь есть еще общая, совместная молитва, молитва Церкви, – может быть, она важнее? Ведь даже в молитве «Отче наш» местоимение «мы», а не «я»...**

– Я не думаю, что совместная молитва ценнее личной, если только личная молитва не строится по принципу «я против мира, против остальных». Видите ли, человечество задумано как большая мозаика, и каждый ее элемент имеет значение. Если из мозаики убрать небольшой кусочек, который кажется незначительным, потому что не окрашен в какой-то определенный цвет, не имеет определенных размеров, постепенно все развалится. Каждый из нас должен достичь, скажем так, святости, в этом состоит наше призвание. И не достигая ее, мы обкрадываем и Бога, и нашего ближнего в их ожиданиях.

Бывают моменты, когда я вижу себя как часть великого целого во Христе, а бывает, что я стою один как грешник. Я могу сказать: «Господи, помилуй *меня* грешного»; я не могу говорить только лишь: «Господи, помилуй нас грешных», потому что есть то, что надо сделать мне, а не только другим. Произнося «Господи, помилуй нас», я прошу за других, но если я говорю: «Помилуй *меня*», мне приходится задать вопрос: да, но что для этого сделаю *я*? Итак, будучи грешником, я стою один, а будучи членом Церкви, я представляю собой частицу Тела Христова, но чтобы полностью присоединиться к «нам», к «нашим», «я» тоже должен чего-то достичь.

Молитва «Отче наш» — это сыновняя молитва. В этом смысле это молитва Христа, и в нее входим мы все в нашем единении с Ним, однако бывают ситуации, в которых «я» оказываюсь против этого, практически против Бога, если я сознательно грешу, если я говорю: «Да будет воля *моя*». То есть я думаю: «Нет, Господи, я знаю, что такова Твоя воля, но я не могу и не буду. Я знаю, что должен простить своих врагов, и все же я до смерти ненавижу этого человека — я не убью его только потому, что я трус, но не потому, что я христианин». В такой ситуации я, именно я должен справляться с этой проблемой. Другие могут справиться с ней, молясь за меня, но не отождествляя себя со мной.

**– Получается, одна из наших главных задач – уви-**

**деть, познать себя настоящих? Это вообще возможно?**

– Не думаю, чтобы мы в какой-либо момент были способны познать себя так, как нас знает Бог, но мы должны стремиться и стараться познать себя со всей честностью, которая у нас есть. Очень часто в самопознании нам мешает то, что мы не хотим знать себя такими, какие мы есть, мы хотим иметь другой образ. Не обязательно лучше, просто другой. Вот тут и нужна честность. Чтобы признаться себе: да, я не таков, каким хочу быть, я не гений, я не такой-то и не сякой-то – я такой, какой я есть. И по мере развития честности мы готовимся принять себя такими, какие мы есть.



# Белый камень с именем для Бога<sup>6</sup>

В XIX веке один писатель сказал: «Молитва – это прошение о том, что никогда не случается, адресованное тому, кто никогда не отвечает».

Если ставить перед собой цель получить просимое сразу и в том виде, как нам хочется, то это определение очень часто оказывается верным. И в своем стремлении ощутить близость, присутствие Бога мы вполне можем обнаружить, что Он безмолвствует.

Но молитва начинается в тот самый момент, когда мы обращаемся к Богу и приносим Ему не столько свои нужды, сколько жажду своего сердца, всего своего существа, когда мы проживаем свою жизнь с воплем: «Где Ты, мой возлюбленный и мой господин? Где Ты, отчего Ты скрыл от меня Свой лик? Я не могу без Тебя жить!»

Молитва начинается в момент просветления, в момент глубины, когда мы внезапно обнаруживаем – либо в юном возрасте, когда наш ум еще чист, а сердце светло, либо позднее, когда мы уже умудрены опытом, потрепаны жизнью и утомлены, – мы обнаруживаем, что в самой сердцевине нашего существа есть глубина, священное пространство, которое ничто из собранного на земле, ничто из полученного от тварного мира не может ни заполнить, ни насытить, ни реа-

---

<sup>6</sup> Беседа состоялась 25 мая 1969 года. Пер. с англ. А. Дик.

лизовать его предназначение.

Молитва начинается тогда, когда мы внезапно обнаруживаем то, что архиепископ Кентерберийский Майкл Рамсей однажды назвал «пустотой в форме Бога в глубине нашей души», или, если вспомнить Книгу Откровения, когда мы осознаем, что в самом центре нашего естества существует место, куда есть доступ только Богу, священное пространство, которое принадлежит Богу и нам. И отношения с Богом – уникальные, неповторимые, открывающие нам вечность и бесконечность, ибо ничто конечное или временное не может наполнить нас до краев и дать нам ощущение завершенности.

Молитва начинается в тот момент, когда мы обнаруживаем голод, который нельзя утолить ничем из того, что может дать земля, и, обращаясь к Тому, Кого мы подчас еще не знаем, мы восклицаем и стонем: «Где Ты? Почему Ты скрылся от меня? Не оставляй меня навеки!» Эти слова взяты не из священных книг, это вопль оставленной мужем женщины в одной из самых прекрасных человеческих легенд<sup>7</sup>.

В этот момент наша молитва уже обретает форму. У нас есть слова, с помощью которых мы можем обратиться к Тому, Кого еще никак не можем назвать. Это уже не голод нашей души, не боль пустоты и не тоска одиночества. Это возлюбленный, без которого невозможно жить. Теперь мы можем обращаться к Нему на «Ты» – Он единственный, Кого мы можем так называть.

---

<sup>7</sup> Имеется в виду сказание о Нале и Дамаянти.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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

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