

*Джек
Уинслоу*

Утро с Богом

Духовное обновление
день за днем

The Morning Quiet Time

*Refreshment for the spirit
day by day*

Jack Winslow

Foreword by Philip Boobbyer

ББК 86.37
УДК 225

Джек Уинслоу. Утро с Богом: Духовное обновление
день за днем. М.: Библейско-богословский институт
св. апостола Андрея. 2009 г. – 90 с.

Перевод Ирины Колбуговой
Редактор: Арина Гусева
Корректор: Валентина Еремеева
Обложка Дмитрия Купреева

Издание осуществлено при поддержке организаций
Anglo-Nordic Productions и *Oxford Group*
(Великобритания)

Джек Уинслоу (1882–1974), священник Англиканской церкви, делится с читателями своим опытом каждодневного утреннего общения с Богом. В это общение входит не только молитвенная практика, но и сосредоточенная медитация в упорном стремлении услышать наставления Бога на грядущий день и грядущую жизнь.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме, включая размещение в сети интернет, без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-89647-132-7

© *Initiatives of Change*
© Библейско-богословский институт св. апостола Андрея,
2009; ул. Иерусалимская, д. 3, Москва, 109316;
standrews@standrews.ru, www.standrews.ru

Содержание

Предисловие к русскому изданию 7

Предисловие 13

Утреннее бодрствование 19

Вступая в состояние покоя 33

Покой тела 34

Покой ума 35

Покой духа 37

Хвала и благодарение 40

Каждодневная отдача себя Богу 46

Молитва за ближних 52

Молитва внимания 58

Слушание 58

Ожидание распоряжений 64

Размышление над Писанием 71

Созерцание 80

Эпилог 88

Предисловие к русскому изданию

Однажды с английским коллегой, знатоком русской интеллектуальной истории начала XX века, когда вышли в свет известные книги С.А. Франка и Е.Н. Трубецкого с поразительным названием «Смысл жизни», мы смеялись над тем, что в скептической Англии появление книги с подобным заглавием было бы невозможно. Оказывается, напрасно мы шутили. Прочитав книгу английского пастора Джека Уинслоу, придется признать: невозможно по названию, но не по содержанию. Эта небольшая работа собственно и посвящена смыслу жизни: встрече человека с Богом живым.

Автор пишет об утренней молитве, о том, с чего начинается свой день верой живущий христианин в любом уголке мира. О важности этих первых утренних минут, задающих тон наступающему дню, немало и очень проникновенно говорили еще отцы церкви. Современному читателю, часто обремененному с самого утра неотложными хлоп-

потоми, возможно, покажется близкой историей, рассказанная одним мудрым человеком, жизнь которого преобразилась под влиянием глубоких утренних молитв. Он в юности пожаловался своему духовному наставнику, что по утрам не может тратить время на молитвы: надо бежать по делам. Зато вечером, — рассуждал он, — когда все дела позади, он мог бы посвятить достаточное время молитвенным упражнениям. Тогда наставник, неплохой музыкант, спросил: «Как ты думаешь, инструмент надо настраивать до или после концерта?»

Джек Уинслоу предлагает свои советы, по-протестантски четкие и прагматичные, как «настроить себя» на грядущий день и на грядущую жизнь. Возможно, они во многом окажутся полезными и назидательными и для православных христиан в их молитвенном творчестве. Однако есть и куда более глубокий смысл появления этой книги в России. Автор призывает, вслед за вдохновившей его Оксфордской группой, вернуться к наследию раннехристианской церкви, «вновь открыть» его, дерзновенно призывая при этом к самым вершинам молитвы, к «молитве безмолвной». Здесь мы, конечно, оказываемся в русле мощной православной традиции.

Автору этого предисловия посчастливилось неоднократно бывать в Каппадокии, удивительных древних христианских землях в сердце Малой Азии, куда в первые века от Рождества Христова прибывали христиане,

чтобы «побыть в тишине» и обрести внутреннюю свободу. Греческие отцы церкви в первом тысячелетии считали «безмолвие», которое они называли «исихия» (др.-греч. — спокойствие, тишина, уединение), и исходным моментом, и венцом молитвенной жизни. Безмолвием здесь обозначалось пребывание всех сил души и тела в полном мире, спокойствии, собранности, в состоянии совершенной бдительности и в то же время свободы от всякой суеты и движения.

Святая гора Афон стала подлинным центром исихазма. Одним из главных его представителей был Григорий Палама, живший в XIV веке, основным его трудом считаются «Триады в защиту священо-безмолвствующих». Это имя известно всем практикующим православным, ибо Русская православная церковь ежегодно празднует его память Великим постом. Из Византии исихазм распространился на Русь и во многом повлиял на духовный подъем русских земель, связанный с именами Нила Сорского и, конечно, Сергия Радонежского. Созерцательность в тишине стала неотъемлемой фундаментальной чертой русской жизни, а представление об идеальном месте на этой земле — как о пристанище, где нет препятствий для молитвы, где ничто не нарушает благословенной тишины. «Да тихое и безмолвное житие поживем во всяком благочестии и чистоте», — каждый день провозглашается в Русской церкви.

Мощно звучит и современная проповедь. Протоиерей Александр Мень говорил на не-

делю св. Григория Паламы: «Кто хочет узнать волю Божию, ищите тишины. Кто хочет собрать свои мысли и чувства, ищите тишины, потому что наши мысли и чувства разбегаются, не подчиняются нам. Мы живем всегда в рассеянности, но истинная духовная жизнь человека происходит только в собранности, внутреннем уединении. Надо собрать свои мысли и чувства в тихий очаг в глубине сердца, чтобы там наступило молчание, в котором Бог произносит Свое слово, обращенное к тебе. Если мы не будем заставлять, принуждать себя к молчанию, если мы останемся подвластны житейскому шуму, бесконечному бегу, то у нас вся жизнь пройдет на поверхности, без глубины, без духовности, без настоящей встречи с Господом». Замечательно писал о молитвенном творчестве митрополит Антоний Сурожский. Его небольшая книга «Учиться молиться» выдержала десятки изданий.

Таким образом, для того чтобы ввести русского читателя в книгу Джека Уинслоу, многогрешному автору этого предисловия, к счастью, нет нужды апеллировать к собственному молитвенному опыту, увы, крайне незначительному. Некоторые замечания, однако, сделать необходимо, и здесь мы будем ссылаться на авторитетных авторов.

Следует учесть, что Джек Уинслоу пишет для укорененной в рационализме и прагматичном трезвомыслии западной аудитории. Вероятно, русскому читателю часто можно было бы рекомендовать в богомыслии ограни-

чить полет фантазии и воображения. Большинство подвижников восточного христианства вообще считало любой элемент воображения недопустимым. «Происхождение этого разногласия очень древнее. Оно связано с различием психологии людей Востока и Запада. Восток, склонный к умозрениям, фантазии, богатому воображению, должен был получить противоядие в виде запрета давать волю воображению. Запад же, более трезвый и рационалистический, нуждался в обратном: в оживлении духа с помощью сил души» (Александр Мень. Практическое руководство к молитве). Возможно, в XXI веке эти различия не столь сильны, как тысячу лет назад, и в России встречаются иной раз сущие англичане по характеру и наоборот, но культурная разница, несомненно, сохраняется.

Важно отметить, что учителя молитвы рекомендовали «избегать поспешности» при переходе к высшим формам молитвы, чтобы не стать жертвой гордыни и болезненных состояний. К сожалению, многим из нас, по здравой оценке собственной персоны, вряд ли стоит ожидать немедленных потрясающих результатов. «Если бы мы были смиренны или хотя бы разумны, то не ждали бы, что раз мы решили молиться, то сразу же приобщимся к опыту святого Хуана де ла Крус, святой Терезы или преподобного Серафима Саровского», — говорил митрополит Антоний Сурожский.

Тех, кто практикует «безмолвную молитву», великие учителя православия учат нико-

гда не оставлять обычных форм молитвы, продолжать читать молитвенное правило. Конечно, неоценима была бы и помощь опытного духовного наставника.

Понятно, что настоящая молитва требует напряженного труда, это узкая и тернистая тропа. «Царство Небесное силою берется» (Мф 11:12), силой напряженного внутреннего труда человека.

Книга Уинслоу может стать полезным подспорьем на этом пути; замечательно, что она выходит в России. При этом она еще и помогает читателю обратить внимание на сокровище православного наследия, увы, столь часто неизвестного и не востребованного в родной стране.

*Сергей Подболотов
Европейский университет,
Санкт-Петербург,
июнь 2008*

Предисловие

Многие жаждут более близкого общения с Богом, при этом не слишком ясно представляя себе, как этого можно достичь. Действительно, как можно осуществить личный контакт с Богом и сделать свою духовную жизнь глубже? Для некоторых людей ответ на этот вопрос состоит в отведении некоторого времени для молитвы каждое утро, чтобы в ней найти вдохновение на грядущий день; однако им не всегда легко удается сделать время духовного размышления плодотворным. Что следует делать во время «утреннего покоя»? Данная книга представляет собой практическое введение для тех, кто ищет ответа на этот вопрос.

Джек Уинслоу (1882–1974) учился в Итоне и Оксфорде и был рукоположен в сан священника Англиканской церкви в 1907 году, а с 1911 года читал лекции в

Колледже св. Августина в Кентерберии. В 1914 году он отправился в миссионерское путешествие в Индию, где провел 20 лет. В 1921 году он основал общину Христа Сева Сангха Ашрам, ставшую местом общей жизни в бедности и служении для индийских и английских христиан различных каст и классов.

В Индии Уинслоу испытал влияние Оксфордской группы (которая теперь называется *Инициативы перемен*), основанной Фрэнком Бухманом, и продолжал работу Бухмана после своего возвращения в Англию.

Уинслоу не утратил интереса к совместной жизни в общине, так ярко проявившегося во время его пребывания в Индии, и в послевоенное время. В 1945 году, будучи капелланом Брайанстонской школы в Дорсете, он стал попечителем аббатства Ли, нового христианского центра общинной жизни в Северном Девоншире, а в 1948 году переехал в аббатство Ли, где служил в качестве старшего капеллана до своей отставки в 1962 году.

В книге «Утро с Богом», впервые опубликованной в 1938 году под названием «Когда я пробуждаюсь», отражен личный опыт молитвы и медитаций Уинслоу. Как сам автор пишет в этой книге, он впервые почувствовал необходимость серьезного отношения ко времени покоя благодаря американскому религиозному деятелю и пионеру экуменизма Джону Р. Моту. Оксфордская группа, призывавшая верующих к служению Богу как ожида-

нию его «руководства», также сформировала понимание Уинслоу того, что он здесь называет «молитвой внимания».

В то же время религиозная мысль Уинслоу была сформирована Индией в не меньшей степени, чем Западом. Во введении к первому изданию «Утра с Богом» Уинслоу описывал индийскую традицию мистицизма как «значительное обогащение» его духовной жизни; не случайно ранее вышла в свет его книга «Индийский мистик: мысли о вкладе Индии в христианство» (1926 г.). Он несомненно верил в то, что вполне можно черпать вдохновение из религиозных традиций Востока, оставаясь при этом верным христианином.

Уинслоу был добросердечным и отзывчивым человеком, наделенным пастырским даром, и он видел необходимость разъяснить, чем может быть наполнено время утреннего покоя. В результате появилась эта книга. Во введении к ней Уинслоу писал:

Цель этой книги, пусть она достигнута и не в полной мере, — оказать помощь в очень практических вопросах. Ко мне часто обращаются за простыми советами: как придерживаться того, что одни называют «временем покоя», а другие «утренним бодрствованием» с Богом. Да я и сам чувствую потребность это объяснить, исходя из собственного опыта и по мере своих возможностей. В конце концов я понял, что должен написать

небольшую книгу, которая содержала бы общее введение в этот предмет, выраженное максимально доходчивым языком, доступным людям, не имеющим богатого опыта духовной жизни...

В этой книге нет ничего ни заумного, ни научного, нет никаких попыток руководить теми, кто способен восходить на новые духовные высоты. Простая книга для простых людей. Но она наверняка окажется очень полезной тем, кто только начинает жить по вере, и в то же время в ней могут найти вдохновение и духовно многоопытные читатели. В эпилоге Уинслоу подчеркивает, что время покоя не предполагает ухода от мира; некоторая отстраненность от него способствует более глубокому участию в его делах и заботах. Он высказывает мысль, отражающую идеи Оксфордской группы, о том, что люди, находящиеся в близком общении с Богом, знают тайну защищенности и внутреннего покоя, в которых так нуждается мир. Уинслоу предполагает, что, когда люди слушают Бога, они начинают понимать, как положить конец страху, ненависти, антагонизму и войне; он на самом деле отваживается предвидеть наступление нового устройства мира.

Уинслоу сам первым бы утверждал, что существует множество способов того, как организовать время покоя, и что в конечном счете этим должен руководить Дух Божий. В то же время людям часто необходимы ориен-

тиры, чтобы они могли представить себе, с чего начать или как возобновить свой духовный путь. Книга поможет им найти эти ориентиры.

*Филипп Буббайер
Исторический факультет
Кентского университета,
Февраль 2005*

*Да будет Бог в моей голове
И в моем уме.
Да будет Бог в моих глазах
И в моем взгляде.
Да будет Бог в моих устах
И в моей речи.
Да будет Бог в моем сердце
И в моих мыслях.
Да присутствует Бог при моем конце
И при начале моего нового пути.*

Утреннее бодрствование

Когда я учился в Оксфорде, в университете приехал миссионер Джон Р. Мот, тогда еще молодой человек. Та неделя оставила неизгладимый след в моей жизни. Не то чтобы его миссия стала для меня определяющим религиозным опытом. Мои мысли о религии как главном интересе моей жизни пришли раньше, а мое живое восприятие Христа случилось позднее. Однако среди всего, что тогда было сказано и потом забыто, одна мысль Мота, как позже оказалось, перевернула всю мою жизнь. Он сказал что-то в таком роде: «Если вы хотите сделать свою жизнь действительно полезной для Бога и ближних, вам необходимо каждый день отвести время, когда вы никуда не спешите, для утреннего бодрствования с Богом».

До этого времени я привык с детства читать утренние молитвы, но они немногим отличались от моих детских молитв и

продолжались, думаю, пять — десять минут. Несмотря на то, что они помогали мне помнить о Боге в начале каждого дня, они не оказывали заметного влияния на то, что я делал днем. Но теперь я уловил нечто большее, способное оказывать более сильное и глубокое воздействие на меня. Я понял, что должен быть готов отводить по крайней мере полчаса, день за днем, для этого «утреннего бодрствования», что это должно быть чем-то большим, чем просто чтение молитв. В этом должно быть некое живое общение с живым Богом.

Я стал учиться религиозному размышлению над Библией и понял, что таким образом можно получить, так сказать, личное послание от Бога. Я открыл для себя меру необходимой самодисциплины, если надо вставать достаточно рано, чтобы посвятить это время Богу и строго придерживаться принятого распорядка, и обнаружил, что дисциплина сама по себе оказывает спасительное воздействие. Практикуясь в этом достаточно долго, я заметил, что это стало придавать новые цвета и оттенки моей жизни, серьезно влиять на меня, как и предсказывал Мот.

С тех пор я придерживаюсь практики утреннего покоя с Богом почти посто-

янно. Я не всегда уделял ей достаточного внимания, порой мои размышления становились торопливыми и формальными или им отводилось несоответствующее время, но я продолжал. Жизнь продолжалась, обязанности возрастали, я больше ощущал необходимость в ней и все больше уделял этому внимания. Теперь, когда прошло больше 35 лет, вспоминая миссию в Оксфорде, могу с уверенностью сказать, что, если все эти годы я мог с пользой служить Богу и людям, то этому я обязан времени утреннего бодрствования с Богом. Я начал практиковать его еще тогда, и ничто другое не сравнимо с ним по силе воздействия.

Опыт, накопленный за эти годы, научил меня, что часы покоя, проведенные с Богом день за днем, — неисчерпаемая тайна силы, развития, цели и мира. Это — вечно свежий источник силы. Вновь и вновь я встречал утро нового дня, чувствуя себя совершенно неспособным на выполнение ожидавших меня задач, с уставшим телом, притупленным рассудком, подавленным духом. Однако обновление в покое, благодаря личному общению с живым Богом, восстанавливало мои силы и мою энергию, физическую, умственную и духовную. Я пережил на собственном

опыте истину, выраженную в строках архиепископа Тренча:

Господи, какие перемены в нас может
совершить
 Единственный короткий час, проведенный в
Твоем присутствии!
 Сколь тяжелое бремя ты снимешь с того,
кто устал!
 Сколь иссушенную почву орошаешь словно
проливным дождем!

 Мы преклоняем колена, как мы слабы!
 Мы встаем, как мы полны сил!

Я часто вспоминаю удивительную иллюстрацию передачи такой силы. Дело было почти 30 лет назад. Во время миссии в Уимблдоне, где я был тогда викарием, мы служили литургию на многолюдной улице, и миссионер говорил о молитве, когда мимо прошел трамвай и на какое-то время заглушил его голос. Когда трамвай уже удалялся, миссионер показал на него и сказал: «Смотрите, как легко и быстро он движется по пути, когда поднимает рычаг к оживляющей его проволоке наверху! И как он бессилен сдвинуться хотя бы на дюйм без этого живого контакта!»

Если мы хотим получить жизненные силы, побеждать то, что тянет вниз, для вдохновляющего чувства, что мы способны выполнять задачи и справляться с про-

блемами предстоящего дня, — мы должны позволить Духу наполнять нас силой каждое утро. Если нам нужны силы для наших ближних — для того, чтобы им помочь, ободрить, наставить и что-то изменить в их жизни, — мы должны уделять еще больше внимания ежедневному возобновлению наших собственных духовных ресурсов. Если порой я чувствую, что у меня нет сил, мне нечего сказать людям или я не могу действительно помочь им, почти всегда это происходит из-за того, что в какой-то момент я утратил живой контакт с Богом.

Время утреннего покоя с Богом кроме того, безусловно, способствует развитию. В христианской жизни невозможно останавливаться на месте. Отсутствие развития неизбежно означает регресс. Если случается так, что я нахожусь в том же состоянии, что и год назад, значит, я упустил все то новое, что Бог давал мне или чему хотел меня научить. По собственному опыту знаю, такого рода застой чаще всего происходит потому, что мое время покоя с Богом стало формальным и утратило творческое начало.

С другой стороны, если я действительно могу сказать вместе с пророком: «каждое утро Он пробуждает, пробуждает

ухо Мое, чтоб Я слушал, подобно учащимся» (Ис 50:4), тогда я понимаю, что снова начинаю идти вперед. Я возрастаю в понимании Бога, когда размышляю над Библией. Я по-новому воспринимаю Его характер, Его цели, способы Его действия. Я возрастаю в понимании и самого себя, и моих ближних, и того, как им помочь. Я возрастаю в своей собственной духовной жизни. У меня меньше неразрешимых проблем, больше готовности к действию под руководством Бога. В каждом таком случае у меня появляется ощущение успеха, ощущение восхождения на новые вершины, завоевания новых миров. Чтобы продвигаться «от силы к силе» в христианской жизни, нам должно начинать каждый день без всякой спешки с проведения времени с Богом.

Соблюдение утреннего бодрствования наполняет жизнь целью. Я расскажу об этом подробнее в главе о молитве внимания. Но уже здесь могу сказать, что я научился посвящать день Богу и делаю это каждое утро. Я пытаюсь понять Его замысел каждого дня, в той мере, в какой Он сочтет нужным открыть мне, и ожидаю указаний, которые Он желает мне дать. В моей жизни появились цели, которых прежде не было, и она окрасилась в цвета, ранее недоступные.

Я вижу, что даже я могу сделать что-то, пусть и незначительное, для реализации замысла Божьего. Дела и события, казавшиеся раньше не имеющими особого значения, — письма, разговоры, «случайные» встречи, — стали наполняться смыслом, я понял, каким образом каждый день и час могут быть созидательными для Бога. Не остается места для скуки во множестве банальных дел, и при этом не возникает ни чувства тщетности, ни бесполезности, поскольку все вплетено в единый замысел.

Час покоя с Богом ранним утром каждого дня — вот в чем секрет внутреннего мира. Я проверил это на собственном опыте. Случалось, я просыпался с чувством беспокойства и тревоги: возможно, озадаченный какими-то определенными проблемами, решения которых я не мог найти; возможно, меня мучило неясное ощущение подавленности, которое не объяснить никакими конкретными причинами, но испытываемое многими людьми ранним утром. Но когда я вступал в тишину моего общения с Богом и когда Богу я поручал всего себя со всеми моими тревогами, мир вновь постепенно овладевал моей душой.

Порой случалось, что тучи беспокойства и подавленности рассеивались внезапно и солнце вновь сияло на ясном небосклоне.

Иногда эти тучи исчезали постепенно, но к тому времени, как час покоя подходил к концу, все совершенно прояснялось.

Иногда тучи не уходили: проблемы и задачи оставались нерешенными; однако отступало чувство их тяжести. Путь выхода из сложной ситуации не был указан, но приходил мир от осознания того, что Бог все держит в своей руке и Сам несет бремя; какая могла остаться причина для беспокойства? Это чувство покоя в самой сердцевине бури, возможно, самое удивительное из всех. Это именно тот мир, о котором Господь в канун Своих страданий сказал своим ученикам: «Мир оставляю вам, мир Мой даю вам: не так, как мир дает, Я даю вам».

Важно помнить, что времена духовной сухости, когда мы почти не ощущаем присутствия Божьего в мире, — не обязательно следствие греха. Конечно, может быть и так; и если мы переживаем такие времена, то нужно просить Бога дать нам понять, не являются ли они результатом какой-то нашей вины, с которой нужно что-то делать. Однако все учителя духовной жизни говорят нам, что такая сухость сама по себе не греховна и что в той же мере, в какой она представляет собой препятствие для духовного роста, она мо-

жет стать, если ее правильно использовать, существенной помощью в духовной жизни. Продолжение молитвы в непреклонной дисциплине без явного ощущения результатов укрепляет нашу волю и дает нам в действительности еще более надежную поддержку Бога, чем прежде. Некоторые из великих святых постоянно испытывали периоды духовной сухости. «Ощутимый» опыт присутствия Бога нам не принадлежит, и мы не можем им распоряжаться. Если мы будем об этом помнить, то это спасет нас, с одной стороны, от самовосхвалений, когда мы его переживаем, а с другой стороны, от разочарования при его отсутствии.

Часто случалось, что в Индии, сидя на земле во время молитвы на открытом воздухе в тихие утренние часы еще до восхода солнца на рассвете или при затухании сияния неба на закате, я испытывал успокаивающее благословение этого мира. Мы сидели неподвижно в течение пятнадцати — двадцати минут, не произнося никаких молитв и слов, впитывая сам мир Божий и успокаивая издерганные нервы, усталые тела, суетные мысли. Время тишины заканчивалось индийским благословением: «шанти, шанти, шанти», «мир, мир, мир»; и эти слова были по-

добны эху, идущему из самой сердцевины духовного опыта.

Важно подчеркнуть, что наше бодрствование с Богом должно быть именно утренним. Действительно, Псалмопевец говорит, что это «Душа моя ожидает Господа, более, нежели стражи — утра». И именно раннее утро должно отводиться для священного времени молитвы. Никакое другое время дня не подходит.

Это то время, когда нас менее всего что-либо отвлекает. Ночной сон пролет между нами, трудами и заботами предыдущего дня, а работа дня нового еще не началась. Мы можем предать себя без страха и помех этой высочайшей задаче — молитве.

Раннее утро — это время, когда наш ум пребывает в состоянии наибольшей ясности. Я знаю, что есть люди, которые жалуются, что это не так, но причина обычно заключается в том, что или им не хватило времени для сна, либо из-за каких-то физических или умственных расстройств их сон — прерывистый и тревожный. И до тех пор, пока не будет устранена причина этого, то, что я пишу, к ним не применимо. Здоровые люди, как правило, просыпаются после освежающего сна бодрыми, они готовы к трудам нового

дня. То, какими будут плоды их трудов, зависит от Бога, и именно общению с Ним должна быть отдана свежесть раннего утра.

Есть и более глубокая причина посвящать ему этот утренний час. В структуре нашей психики есть что-то, что делает нашу интуицию особенно тонкой именно в это время. Наверняка многим случалось засыпать с проблемами, над которыми они безуспешно бились в течение дня, а утром просыпались с готовым решением. Что-то происходило в часы сна на более глубоких уровнях сознания, что высвобождало истину или какое-то воспоминание, что не только не достигалось сознательными усилиями мысли, а, может быть, даже запутывалось еще больше.

Нам еще предстоит изучить важность и задачи сна. Мы знаем, как он необходим для возобновления наших физических и умственных способностей. Психологи изучают смысл наших снов, чтобы полнее использовать их для восстановления здоровья рассудка. Но еще мы не в полной мере осознали, как много часы сна могут значить для духовного восстановления и просвещения. У Псалмопевца есть удивительная мысль, которой нет в наших молитвенниках. Он говорит: «возлюбленному Своему Он дает сон» (Пс 116:2).

Сокровище, данное нам во сне, мы можем сохранить в момент нашего пробуждения. В некотором смысле наше утреннее время покоя должно начинаться накануне вечером. Нам надо засыпать с мыслями о Боге, с желанием и ночью быть в Его присутствии, а время, пока наше сознание пребывает в состоянии покоя, наше подсознание может быть открыто Его влиянию и учению. Как поется в старом гимне:

Пусть только наши глаза получат должный
покой,
Душа же вечно бодрствует, открытая Тебе.

Тогда мы проснемся уже в жажде и ожидании того, что Он дал нам во сне и что Он даст нам чуть позже в эти минуты утренней свежести..

Все это вместе взятое помогает нам понять, почему мужчины и женщины — те, кто больше всего послужил Богу и Его Царству, всегда рано вставали: чтобы у них было достаточно времени, чтобы начать день с общения с Богом. Взять хотя бы три примера.

Джон Уэсли, чья деятельность изменила облик Англии, всегда молился рано утром, пока не нахлынула суeta дня. Махатма Ганди, всколыхнувший Индию, вставал

в четыре утра для безмолвной медитации и молитвы. Фрэнк Бухман, которому, по воле Бога, обязана своим рождением Оксфордская группа, часто говорил о том, что он большей частью черпал вдохновение в тех ранних часах дня, когда в тишине прислушивался к голосу живого Бога. И одним из сильных моментов Оксфордской группы было учение об особой важности первого утреннего часа с Богом.

Можно привести бесчисленные примеры из жизни духовных лидеров, показывающие, что утреннее бодрствование с Богом было секретом их внутренней силы и активности.

Несомненно, для того, чтобы вставать достаточно рано для такого неспешного занятия, как бодрствование с Богом, какое-то время требуется жесткая дисциплина. Однако вещи, о которых мы говорим, столь важны для нас, для всей нашей жизни, что никакое усилие не будет чрезмерным для достижения этой цели. И как только это станет обычаем, соблюдать его будет не так уж и трудно. От солдат ожидают, что они придут на парад по приказу в любой час, и едва ли они при этом рассчитывают, что старший сержант поздравит их с тем, что они явились вовремя!

Однако мы, участники высших маневров в армии Божьей в момент крайней необходимости, легко жалуемся на то, что нам приходится оставлять постели на час раньше, чем того требует работа, и как же мы превозносим себя, если нам это удастся! Давайте же раз и навсегда, устыдившись, прогоним нашу вялость и расслабленность и для решения этой самой важной из всех задач соберемся с духом, чтобы «нести свое бремя как добрые солдаты Иисуса Христа».

Вступая в состояние покоя

Теперь посмотрим, как использовать время, отводимое нами для утреннего покоя с Богом.

Сколько оно будет длиться, пусть каждый решит для себя сам. Мне же теперь нужен час и не меньше, и я предпочитаю, чтобы этот час был в моем полном распоряжении настолько, насколько это возможно, и чтобы он ничем не прерывался. Правда, жизненные обстоятельства у разных людей разные, и человеку, идущему на работу очень рано, или женщине, которой нужно одеть, накормить и отправить в школу детей, это вряд ли подойдет. Они могут сократить это утреннее время, отложив размышления над Библией, молитвы за своих близких, или и то и другое и на более позднее время. Однако я уверен, по причинам, о которых уже писал, что лучше иметь целый час в начале дня. Можно суметь изменить свой распорядок

дня так, чтобы это стало возможным. Всегда можно найти способ, если есть желание.

Каждый, исходя из собственного опыта, должен детально продумать, на что потратить время, что и за чем должно следовать. Я предпочитаю не придерживаться строго раз и навсегда установленного правила: время от времени я меняю и его содержание, и порядок. Хотя есть такие существенные элементы, которым всегда должно найтись место в этот час, и именно о них я буду говорить в следующих главах, в том порядке, которому я обычно следую сам.

Итак, прежде всего мы должны отвести несколько минут на то, чтобы войти в состояние покоя, чтобы тело, ум и дух были подготовлены к дальнейшему бодрствованию.

Покой тела

Это может показаться малозначимым, хотя на самом деле очень важно. Жизнь многих людей проходит в постоянной суете и спешке. С утра до вечера у них нет ни минуты покоя, нервы, как правило, измучены и перенапряжены. Им просто необходимо приучить себя время от

времени полностью расслаблять тело, чтобы можно было спокойно подумать.

Индийские духовные учителя, развившие практику созерцания до точности науки, намного превосходящей то, что есть у нас на Западе, уделяют большое внимание подготовке тела. Для этого они предписывают позу, сочетающую в себе покой и внимание. С одной стороны, мы должны суметь забыть о своем теле, чтобы оно никак не отвлекало нас от молитвы: тело должно быть совершенно расслабленным. С другой стороны, расслабленность должна быть не той, от которой потянет в сон, она должна сочетаться с бодростью сознания.

Индийские учителя, кроме того, придают большое значение глубокому, ритмичному дыханию, это, несомненно, также способствует спокойному состоянию тела и ума. Надо заметить, что некоторые физические упражнения после пробуждения, в том числе и для глубокого дыхания, помогают прогнать сонливость и обрести свежесть, бодрость и равновесие.

Покой ума

Мы должны очистить наш ум от всего, что отвлекает его извне, подготавливая его для молитвы. «Куда бы ни забрел непо-

стоянный и нетвердый ум, там он остановит его и приведет к послушанию духу». В другом месте сказано, что ум сначала подобен обезьяне, прыгающей с ветки на ветку; и ни один человек, пытающийся спокойно молиться, не усомнится в правильности этого сравнения. Как сказано в Бхагавадгите, мы должны настойчиво продолжать: «Мало-помалу он завоюет покой постоянным контролем над умом».

По словам св. Терезы, мысли во время молитвы, как рой пчел, который сначала вьется в беспорядке, а потом спокойно усаживается внутри улья.

Я знаю, что вопрос умственного покоя представляет трудность для многих, кто хочет научиться молиться лучше. Им кажется, что сосредоточиться очень сложно. Могу сказать им одно: когда ваши мысли в беспорядке, не нервничайте и не беспокойтесь, это только усложняет дело, но спокойно снова и снова возвращайте их к точке внимания. Привычка к концентрации быстро приходит с практикой. Научитесь ей как любой житейской работе, и вы увидите, что она станет вам доступной во время молитвы.

Я понял, что вниманию во время молитвы очень способствует разговор с Богом вслух. Я помню, что Бог всегда рядом и часто делюсь с Ним своими мыслями

совсем запросто, как если бы разговаривал с другом. Я ощущаю его реальность, и мои мысли больше не разбегаются.

Покой духа

Мы должны быть спокойными не только телом и умом, но и наш дух должен успокаиваться перед Всемудрым, Всесвятым и Вселюбящим Богом, в Чье присутствие мы вступаем. Есть беспокойство духа, соответствующее беспокойству ума и тела; оно делает нашу молитву невозможной. В моем случае, как мне кажется, это происходит из-за слишком сильно давящих на меня чувств, желаний и нужд. Чтобы дать место Богу, надо потеснить свое маленькое «я» с его жалкими и мелкими проблемами.

Это вмешательство озабоченного, беспокойного «я» в наши молитвы было удивительно точно описано индийским поэтом Рабиндранатом Тагором в одной из его поэм. Он говорит о приближающейся встрече с Богом «в безмолвном мраке», но за ним следует другой, тот, кого он тщетно старается избежать.

Он поднимает пыль с земли в своей
развязной манере;
Он присоединяет свой громкий голос
к каждому произнесенному мной слову;

Он — мое собственное маленькое «я»;
 мой Господь, он не знает стыда;
 но мне стыдно приближаться к Твоей двери
 в его сопровождении.

Как мы можем избавиться от этого развязного маленького «я» и достичь покоя духа, необходимого нам для молитвы? Только если мы предадим самих себя и все время нашей молитвы целиком под начало Самого Святого Духа. «Мы не знаем, о чем молиться, как должно» (Рим 8:26), но Святой Дух, Который «ходатайствует за нас», тоже будет молиться в нас, если мы Ему позволим. В моих собственных молитвах, с тех пор как я это осознал, произошли большие перемены. Раньше была какая-то натянутость и напряженность, как если бы все бремя молитвы лежало на мне. Теперь, когда я вручил время покоя Святому Духу, Он — Вдохновитель и Руководитель в молитве, и я должен только быть Его соработником. Думаю, что это действительно важная для религиозной жизни практика призывания Святого Духа для рождения в нас молитвы.

В силе Святого Духа, таким образом, мы пребываем в покое перед Всемогущим Богом, нашим Отцом. Мы оставляем на это время все мысли о нас самих и наших собственных нуждах. Наш дух пребывает в смирении и благодарном преклонении

перед нашим Создателем, когда мы возносим нашу хвалу в унисон с небесными хорами:

Свят, Свят, Свят,
 Господь Саваоф;
 Полны небо и земля Славы Твоей,
 Слава Тебе,
 Боже Всевышний!

Хвала и благодарение

Наши первые моменты безмолвного поклонения Богу переходят в хвалу и благодарение. Мы восхваляем Его за все, что есть в Нем Самом. Мы благодарим Его за все, что Он сделал, делает и сделает.

Хвала и благодарение идут от переполняющей нас радости. Они — естественное и переливающееся через край выражение этой радости. Среди тех девяти качеств, которые ап. Павел называет «плодами Духа», только любви радость уступает первое место.

Когда человек входит в новую жизнь с помощью Духа, его переполняет, прежде всего и в первую очередь, новое чувство любви к Богу и ближним, разрушая застарелый эгоизм и полностью преображая его мироощущение. Эта вновь обретенная любовь приносит с собой совершенно невероятное счастье — счастье, не завися-

щее от внешних обстоятельств. Это в своей глубочайшей основе радость в Боге, заново открытая и все более удивительная день ото дня; совершенное удовольствие ребенка, имеющего такого изумительного отца. Исходя из такого источника, она пропитывает при этом все возможные сферы жизнедеятельности и любые отношения.

Настоящий христианин светится счастьем — не потому, что у него нет неприятностей, искушений или трудностей (он также несет на себе бремя жизненных забот, как и все остальные), но потому, что он узан и любим Богом, он живет ради служения Ему и полностью Им защищен. Это та радость, которую обещал Христос, которую «никто не отнимет у вас».

Эта радость бурно вырывается как хвала и благодарение и не может быть сдерживаема. Вся жизнь становится для христианина псалмом хвалы — «И все, что вы делаете словом или делом, все делайте во имя Господа Иисуса Христа, благодаря через Него Бога и Отца» (Кол 3:17).

Следовательно, вполне подобает и даже неизбежно, чтобы хвала и благодарение занимали главное место среди наших утренних молитв. Наша радость в Боге вырывается наружу в начале каждого

нового дня. Его милость «новая каждое утро».

Хвала и благодарение должны быть спонтанными и не требующими никакого искусственного воздействия. Имея своим источником неистощимую радость, они сами сформируют русла, по которым им предстоит течь. Однако на деле большинство из нас, как правило, не достигают этого уровня переполняющей нас хвалы, и временами нам даже полезно устанавливать некоторые правила для молитвы.

Моя практика состоит в том, что у меня есть схема хвалы и благодарения, которой могу пользоваться, если Дух меня направляет, и я действительно применяю ее в течение определенного времени. С другой стороны, я, не колеблясь, ее отбрасываю, если могу выразить радость как-то более непосредственно.

Кому-то предложенная мною такого рода схема может стать полезной, но я не имею в виду, что она будет полностью принята, скорее надеюсь, что кому-то она поможет в подготовке его собственного правила молитвы. Это программа на неделю; она начинается с понедельника и достигает своей кульминации в воскресенье, в великий день хвалы.

Понедельник: Хвала Богу в Его собственном вечном Бытии, самосуществующей Единичности, великому «Я есмь», Троице в единстве.

Благодарение за то, что вся наша жизнь укоренена в Нем: прошлое, настоящее, будущее — все под Его защитой; в Нем ее исток и основание.

Вторник: Хвала Богу, Создателю, Его бесконечной мудрости; нетварной красоте, лежащей в сердцевине всего.

Благодарение за творение; чудо и красоту вселенной, в которой мы живем; за возможность видеть и удивляться, радоваться и благодарить.

Среда: Хвала Богу Отцу, заботящемуся обо всех Своих детях Своим божественным промыслом; непреходящей любовью.

Благодарение за все, что промыслом Божиим дано мне с детства до настоящего времени; за все простые радости повседневной домашней жизни.

Четверг: Хвала Богу, Воплощенному в Иисусе; Его рождению; Его жизни и жертвенному служению; Его учению; Его откровению о Боге.

Благодарение Ему через непрестанное действие в Церкви, Теле Его; за литургию и таинства, в особенности за таинство Святой Евхаристии.

Пятница: Хвала Христу, распятому за нас, совершенной жертве любви; «Агнцу Божьему, который берет на Себя грех мира».

Благодарение за все, что исходит от Креста; кресты и в нашей жизни; за тяготы и испытания, благодаря которым мы учимся и возрастаем.

Суббота: Хвала Богу за Его апостолов, мучеников и всех святых, которые следовали за Христом распятым.

Благодарение за святых в нашей повседневной жизни; за тех, кого мы знали и любили, кто пребывает в раю.

Воскресенье: Хвала Христу, Воскресшему и Вознесшемуся, и Святому Духу, посланному в Пятидесятницу.

Благодарение за рождение свыше; за жизнь в Духе; за Царство Христа, распростертое по всей земле.

Все то, что здесь описано очень кратко, может бесконечно расширяться и дополняться; но даже тогда останется еще множество тем для благодарения и хвалы. А еще мы жаждем возблагодарить Бога за особенные милости, которыми Он нас постоянно одаривает; но лучше это делать не утром, а вечером, оглядываясь на прошедший день. Раз за разом я не перестаю поражаться, вспоминая вечером то, что, казалось, прошло как обычный день и не представляло никакого особого интереса, и обнаруживаю, как много свидетельств любви Божьей в нем содержалось, сколько причин благодарить Его.

Обычай хвалы не только проистекает из радости, но и, в свою очередь, углубляет ее. Благодарение — вернейший способ излечить депрессию. Демоны беспокойства, страха и уныния могут только мимолетно посетить ум, постоянно благодарящий Бога.

Однако все это — лишь приятное побочное свойство благодарения. Оно привело бы к саморазрушению, если бы стало

основным мотивом. Я возношу хвалу и благодарение Богу не за то, что я могу от этого получить, а потому что Он — лучше любых слов и Он мой, а я — Его.

Благоговение, почитание, хвала, благодарение — высшие виды деятельности, на которые человек способен, и им невозможно научиться не только за один день, но и за всю жизнь. И все же мы можем учиться благодарить и хвалить в течение всей нашей жизни и таким образом участвовать уже здесь, в этой жизни, пусть скромно и несовершенно, в непрерывной небесной литургии.

Каждодневная отдача себя Богу

После молитвы и благодарения мы переходим к практике нашей каждодневного вручения себя в руки Бога.

Я использую здесь слово «вручение» в смысле полной отдачи самих себя Богу. Но мы всегда должны помнить, что отдача нашей воли Богу не проявление слабости: своей индивидуальности мы при этом не утрачиваем, но, напротив, это способ обрести настоящую свободу, а для наших способностей и дарований — возможность глубже раскрыться.

До настоящего момента, следуя порядку молитвы Господней, мы перенесли наши мысли с самих себя на Самого Бога. Теперь мы опять возвращаемся к себе, но и в этом случае не для того, чтобы просить что-то для себя, а чтобы передать себя Ему, чтобы через нас могло быть прославлено Его имя, скорее наступило Его

Царство и была исполнена Его Воля. Мы все еще находимся в первой части молитвы Господней.

Совершенно естественно, что отдача себя в руки Божьи следует за благодарением как наилучшая ее форма.

«Мы молим Тебя дать нам достойное приятие всех Твоих милостей, чтобы наши сердца могли быть благодарными и чтобы мы и дальше возносили хвалу Тебе, не только устами, но и жизнью, отдавая себя в служение Тебе». Вся благодать Божья по отношению к нам требует нашей полной ответной самоотдачи.

Эта каждодневная отдача себя Богу совершенно необходима. Только так мы можем не утратить, но даже развить то, что получили при крещении. Ведь первый шаг нам уже ясен — впитать ту истину, что любовь Божья, как она явлена во Христе, должна овладеть нами полностью. И мы целиком вручаем себя Ему: наше тело, ум и дух; через полное послушание, как дети Его, обретая свободу, блаженство и новую жизнь.

Если не было этого великого крещального отдания себя в руки Бога, каждодневное не имело бы смысла. Если мы никогда по-настоящему не просили Бога взять попечительство над нами, честно

признаваясь в каждом осознанном грехе, принимая за него воздаяние, отдавая Ему самих себя и все, что мы имеем, если этого не было, тогда ежедневное вручение себя Богу — притворство.

Но если мы осознали волю Божью, приняли вызов, и родились заново в свободу и победу, тогда очень важно, чтобы каждый день мы возобновляли наше общение с Богом. Иначе вскоре мы будем отброшены на прежний уровень.

Иногда в благовестнических движениях такое случается. Когда мы впервые осознаем присутствие Бога в нашей жизни и Его силу, способную разорвать цепи греха, нас настигает чувство освобождения и радости и жизнь кажется навсегда измененной.

Но проходит несколько месяцев, и не только уходит этот свет радости, но возвращаются старые искушения, а большие надежды тускнеют. В чем причина? По моему собственному опыту, это происходит по трем причинам. Во-первых, из-за недостатка христианского окружения. Новичок не находит никого, кто мог бы наставить его на новом пути. Во-вторых, из-за недостатка «упражнений».

Для того чтобы эта новая жизнь не угасла, она должна являть себя в служе-

нии другим и иметь от них свидетельство о себе. Лучше всего, чтобы и окружение, и служение могли сочетаться и человек, чья жизнь была изменена Духом Божиим, был бы окружен такими же людьми, так же измененными и вовлеченными в общее служение, в котором они отдают другим то, что получили сами.

И третья причина, может быть, самая распространенная. Человек, чью жизнь Господь преобразил в ответ на прошение взять его жизнь в Его Божественные руки, не понял, что необходимо каждый день возобновлять этот завет. Он думал, что, то, что случилось с ним при обращении, произошло раз и навсегда. Он не понял, что должен «ежедневно возрастать в Божьем Святом Духе более и более» и что это может произойти, только если каждый день давать Святому Духу возможность в нас действовать глубоко и полно.

Это каждодневное деланье совершенно необходимо для нашего духовного роста. Все полнее и полнее мы отдаем свою свободу Богу, чтобы больше послужить приходу Его Царства.

Иногда в эти утренние часы нашего безмолвного преклонения перед Божественной святостью Дух заставляет нас почувствовать нашу собственную греховность,

подобно тому, как Он открыл ее Исае. Он открывает нам грехи, ранее нами не признаваемые. Мой опыт свидетельствует о том, что осознание греха приходит не столько в результате рефлексии, тщательного самоанализа, а скорее как результат ощущения Божьего присутствия и Его святости, и в этом Свете мои собственные грехи проступают особенно отчетливо.

Каждое такое осознание греха — вновь и вновь призыв к отдаче себя Богу, в Его руки. Это совсем не повод для депрессии из-за кажущейся остановки; наоборот, это призыв благодарить Бога за то, что Святой Дух действует в нас, исцеляя то потаенное, что нуждается в лечении. Когда мы видим еще один грех, мы смиренно исповедуем его Богу с молитвой о прощении и решаемся, если смирение и честность этого требуют, признаться в нем своим друзьям. Тогда и самое наше падение становится источником дальнейшего развития через новое возвращение в объятия Бога. Он опять входит в нашу жизнь, чтобы основательнее присматривать за нами.

Однако случается ли осознание греха или нет, мы возобновляем нашу практику утреннего покоя. Слова могут быть самыми простыми: «Вот я, Господи, готовый

служить Тебе еще один день». Кто-то предпочтет большую полноту, отдавая Ему все, что есть: тело, ум, дух, волю, время, талант, дружбу, собственность, все, что имеем. Или словами старого гимна:

Господи, я возобновляю мой обет;
 Рассей мой грех, как утреннюю росу;
 Охраняй первые ростки моей мысли и воли
 И наполни Собою мой дух.
 Направляй, руководи, подсказывай мне
 в этот день
 Все, что я задумаю или скажу,
 Чтобы все мои способности во всей их силе
 Могли объединиться только в Твоей славе.

Тут не слова важны. Слов вообще может не быть. И не чувства. Этот акт может быть совсем не эмоциональным — и так, возможно, даже лучше. Важно лишь само неистребимое желание вверить себя Воле Божьей, желание быть Ее проводниками каждый день.

Благодаря этому (поскольку Он никогда не принуждает нас) мы становимся пригодными для Него.

Благодаря этому (как мы вскоре увидим) мы можем узнавать Его волю.

Благодаря этому каждый день открывается как творческий для Бога и Его Царства.

Молитва за ближних

Я думаю, будет правильным, поговорить о молитве за ближних именно здесь. Некоторые молятся за ближних в какое-нибудь другое время дня, например в полдень или вечером; это вполне приемлемо. Однако наше утреннее время покоя едва ли будет завершенным без молитвы за других, а эта маленькая книга точно будет неполной, если я совсем не включу в нее главу о молитве за ближних.

Рано утром я молюсь о тех, о ком хочу молиться, и это я не пропускаю ни в коем случае. Каждодневное воспоминание перед Богом некоторых близких из числа все более и более возрастающего круга друзей — самый удивительный и надежный залог дружбы. Оно помогает сохранять живые отношения с теми, с кем я редко могу видиться или вообще не вижу и только изредка могу с ними пере-

писываться. В тот момент, когда каждый из них предстает перед Богом в моей молитве, я вспоминаю их с любовью, и узы нашей привязанности и помощи крепнут.

Как правило, я возношу эти молитвы за ближних сразу же после молитвы Богу, о том, что я отдаю себя в Его руки. Я имею в виду, что, заново предоставив самого себя Богу для служения Ему, я предоставляю вместе со мной и тех, за кого я особенно прошу о том же. Он знает их нужды телесные, умственные, духовные — так, как я не могу знать. У Него есть Свой замысел о каждом из них. Мне нужно только мысленно принести их Ему, как человек, разбитый параличом, был принесен своими друзьями к Иисусу, желая, чтобы Его воля исполнилась для каждого из них во всей полноте.

Убежден, что, имея такую молитву, мы держим в руках орудие необычайной силы для помощи другим и для того, чтобы привести людей к Богу. Я даже не говорю о совместной молитве за ближних, молитве «двух или трех», собравшихся во Имя Иисуса, которая еще более действенна. Однако и горячая молитва одного человека, только что обновившего свой завет с Богом, ради братьев своих «много может» (Иак 5:16).

Те, кто читал письма преподавателя Кембриджского университета и священника при колледже Форбса Робинсона, вспомнят, как часто он писал об этой силе молитвы. Он на собственном опыте понял, что часто получасовой молитвой он мог сделать гораздо больше для студента, которому старался помочь, чем получасовой беседой с ним.

Я знаю, что сам я не использовал и половины тех необъятных возможностей этой искренней и непрерывной молитвы за тех, кому хотел бы помочь и кого хотел бы привести к Богу. Думаю, есть люди, до которых на первых порах невозможно достучаться никаким иным способом; но, даже если нам кажется, что кто-то не откликается на наши молитвы, мы можем быть уверены, что до тех пор, пока мы будем только говорить с ним, но не молиться за него, наши усилия будут недостаточными.

Нет необходимости подчеркивать, что такая молитва очень действенна для исцеления душевно или телесно больных. Почти каждый сможет вспомнить пример из собственного опыта, как «молитва веры» на самом деле «исцелила больного».

Я наблюдал это на ежемесячной службе, которую мы с м-ром Мэджем в тече-

ние нескольких лет проводили в Индии. Исцеление во имя Христа происходило. И не только тех, кого приносили туда для наложения рук, но и тех, кто не мог присутствовать сам, но за кого мы молились. Каждый месяц на службе читался длинный список благодарений от тех, чьи страдания были облегчены или исцелены силой молитвы с верой. Это была совместная молитва, но и молитва одного человека приводит к удивительным результатам.

Можно попытаться понять духовные или психологические законы, лежащие в основе помощи или исцеления, которые, несомненно, происходили благодаря молитве. Мы не сомневаемся в самом факте, об этом свидетельствует опыт, но мы не можем понять то, «как» молитва за ближних усиливает нашу веру.

Я попытаюсь ответить на этот вопрос размышлениями моего старого друга, лондонского викария Х. Кроншоу; мне самому они были полезны. Он излагал это следующим образом: Бог уважает нашу свободу и никогда не навязывает Своего благословения нам. Его сила, помощь, исцеление даются только тогда, когда Он находит настоящий отклик веры или расположения. По собственному опыту мы знаем, как мы беспомощны в попытке по-

мочь тому, от кого не можем получить никакой ответной симпатии, кто отгораживается от наших попыток дружбы глухой стеной равнодушия. И Сам Господь в Его собственной деревне «не совершил там многих чудес по неверию их». Не было отклика веры.

Однако есть такая вещь, как заместительная вера. Она важна там, где собственная вера человека, которого это больше всего касается, несовершенна или недостаточна. Когда расслабленный был принесен к Иисусу его четырьмя друзьями, это было признаком их стойкой веры, открывшей для Него возможность, во-первых, произнести слова прощения больного, а затем исцелить его. А расслабленный, возможно, подхватил что-то вроде «инфекции веры» от своих друзей, и это принесло плоды.

Так в молитве за ближних мы сначала возводим наши сердца к Богу и в спокойствии позволяем Ему вновь укреплять нашу веру. Затем, мысленно обращаясь к нашим друзьям, распространяем вокруг них атмосферу, так сказать, нашей собственной веры, через которую на них может воздействовать помогающая, обращающая и исцеляющая сила Божья.

Эта «инфекция веры», которая ощущается через молитву, может укрепить

веру, уже имеющуюся у тех, за кого мы молимся, и ускорить появление первых проблесков в тех, у кого ее пока нет. Это еще больше расширяет русло потока новой жизни.

Эта попытка рационального объяснения молитвы за ближних помогла мне самому глубже понять ее и укрепила веру в ее силу.

Вряд ли мы сможем когда-нибудь понять во всей полноте причину такого удивительного действия молитвы, но все мы знаем — молитва действует. У всех у нас (рукоположенных и нет) есть эта великая священническая обязанность и привилегия — стоять между Богом и человеком и, подняв руки в молитве «за людей всех сословий», быть живыми проводниками Его жизни.

Молитва внимания

Слушание

Теперь поговорим о молитве внимания или слушания Бога. Ей большинство христиан уделяет совсем мало внимания. Я довольно давно осознал ее важность, особенно в связи с размышлением над Библией, но благодаря Оксфордской группе я стал полнее понимать ее пользу.

Оксфордская группа в этом вопросе, как и в многих других вопросах, не открыла ничего нового, но вновь привлекла внимание к обойденной вниманием части христианского наследия. Если молитва имеет в основе своей беседу между нами и Богом, то очевидно, что участие Бога в ней важнее нашего, и поэтому мы должны уделять больше времени слушанию Бога, чем обычно, когда говорим с Ним.

Но, не правда ли, что большинство христиан именно слушанию уделяют так

мало внимания? Епископ Лондонский Артур Уиннингтон Ингрэм сказал об этом так: «Вы молитесь; но прежде чем Бог успеет ответить, вы уже встали с колен и уходите. Мы болтаем с Ним, подобно детям со своими родителями, никогда не задерживаясь, чтобы выслушать то, что они нам скажут... Может быть, годами Господь пытался сказать нам что-то, но мы никогда не находим времени, чтобы дать Ему возможность говорить с нами».

В Библии, как в Ветхом, так и Новом Заветах, много сказано о том, как Бог разговаривает с людьми. Он говорит с Авраамом, Иаковом, Моисеем. Затем, после того как Бог голосом в Силоме отвечает на слова Самуила: «говори, Господи, ибо слышит раб Твой», открывается длинная череда пророков, ожидающих услышать, что скажет Бог, и передать Его наставления, предупреждения и ободрения людям.

У Аввакума типичное мировоззрение пророка. «На стражу мою стал я, — говорит он, — и, стоя на башне, наблюдал, чтоб узнать, что скажет Он во мне и что мне отвечать по жалобе моей? И отвечал мне Господь и сказал: запиши видение и начертай ясно на скрижалях, чтобы читающий легко мог прочесть».

Когда Иезекииль провозглашает: «было ко мне слово Господне», он всего лишь описывает то, что испытывали все пророки.

В Новом Завете пророческая нота появляется вновь. Слово Божье приходит к Иоанну в пустыне и направляет его на его великую пророческую миссию. Сам Господь наш, как и следовало ожидать, всю Свою жизнь был направляем Святым Духом. Своим ученикам Он обещает, что Святой Дух будет направлять их во всем.

То же мы находим в Деяниях апостолов. Дух нисходит на них в Пятидесятницу, наполняет их и берет на себя ответственность за их труды. Он дает им нужные слова и смелость во время гонений. Дух дает им определенные и конкретные указания от Бога.

Филипп был послан по пустынной дороге в Газу и встретился с евнухом как раз в тот момент, когда был ему нужен. Анания был направлен в дом Иуды на Прямую улицу, чтобы крестить гонителя. Савла и Варнава были разделены по повелению Духа для выполнения их работы. На каждом этапе своего великого миссионерского пути ап. Павел полагается на Духа, ожидая, чтобы Он показал ему, куда идти и что делать.

Чтобы возратить уверенность первых христиан, их чувство ясности цели и та-

кой же триумфальный успех, мы должны обратиться к их тайне слушания Бога и тому, как позволить Его Духу направлять нас. Ведь очевидно, что наш Господь и в послепостольский период намерен делать Свою Церковь также направляемой Духом; и как на всем протяжении истории, так и в наше время было много тех, кто, умея слушать Бога, наполнял свою жизнь смыслом и целью. Каждый их день становился творческим деянием для Царства Божьего.

Есть ли необходимость пояснять, что, когда я говорю о слушании Бога, я не имею в виду, что мы слышим Его голос в буквальном смысле? И такие случаи известны; однако мистики, которым мы доверяем и которые слышали Его голос, первыми усомнились бы в адекватности этого опыта.

Нет, Бог говорит с нами, используя не физические наши способности, но умственные и духовные. Иногда это может быть наш рассудок или то, что мы называем здравым смыслом, если он действительно обращен к Нему. Иногда, используя интуицию, указывает на вещи, которые наш разум в обычной ситуации никогда бы не осознал. Иногда, чтобы был осознан грех, он говорит голосом совести, призывая к дальнейшему духовному росту.

Если Бог пожелает, Он может послать внезапные и неожиданные наставления. Они для нас как гром среди ясного неба. Однако мы не должны подвергать сомнению Его руководство, которое проявляет себя через наши обычные способности, данные нам для понимания. Они не должны бездействовать, наш ум не должен становиться «чистым листом бумаги», слушая Его, — трюк, который труднее всего выполнить! Наоборот, мы должны в спокойствии просить Его направлять наши мысли Его Духом и затем позволить им обрести гармонию, пребывая в уверенности, что Он руководит ими.

Безусловно, мы можем ошибаться, но Он может исправить наши ошибки, если мы стараемся выполнять Его волю. Несомненно, временами наши мысли могут быть запятнаны эгоистическими желаниями или побуждениями, которые мы не сразу осознаем. Они могут окрашивать или искажать то, что Бог пытается нам показать. Однако все чаще, по мере нашего духовного роста, мы будем различать всплески этих спонтанно возникающих импульсов от наставлений Бога. Наше духовное ухо научится распознавать подлинные интонации Его голоса.

Но для этого надо научиться выполнять некоторые условия.

В первую очередь, нужно быть готовыми ко всему, что Бог может сказать нам, без исключения. Мы должны, по словам богослова Оксфордской группы Б. Х. Стритера, «предоставить себя полностью в распоряжение Бога». Мы должны безоговорочно выполнять Его указания, иначе нам не дождаться следующих.

Во-вторых, в этот момент мы должны быть спокойными, никуда не спешить. Мы должны быть достаточно аккуратными и дисциплинированными, регулярно предоставляя для этого время тишины. Если во время нашего покоя с Богом мы думаем о посторонних делах, мы неждемся, что Бог заговорит с нами.

И последнее. Мы действительно должны полностью отдать себя служению ради наступления Царства. Мы не можем управлять неподвижной машиной, однако чем быстрее она едет, тем быстрее реагирует на движения руля. Отдавая себя без остатка служению Богу, чтобы привести к Нему все сущее, весь мир, — и этой задаче подчиним нашу жизнь, — мы можем быть уверены, что день за днем мы будем входить в понимание той роли, которую Он приготовил для нас и которая включена в Его замысел о нас.

Ожидание распоряжений

Молитва внимания должна, я полагаю, занимать значительную часть времени нашего утреннего бодрствования с Богом. Как я уже сказал, важнее дать Ему возможность говорить с нами, чем говорить самим. Слушать «распоряжения на день» — это одна из возможностей творить молитву внимания.

Моя обычная практика такова: я возобновляю отдачу себя в руки Божьи; заверяю Его, что готов выполнять Его пожелания; молюсь за тех, за кого я особенно хочу помолиться; после этого я отдаю в Его распоряжение предстоящий мне день и прошу Его дать мне понять, что я должен сделать.

Я могу это делать только потому, что верю: Бог действительно заинтересован в моем времени и у Него есть на него Свои планы. Большинству из нас нетрудно поверить, что Бог в Своем безошибочном провидении руководит нашей жизнью в целом и контролирует ее в главном. Но не всегда поверишь, что Он заботится и о том, что мы называем «мелочами».

Но что такое на самом деле «мелочи»? И, если они есть, можем ли мы сказать, какие события считать «мелочами», а какие значительными? Например, у меня есть выбор между двумя рейсами самолё-

тов, летящих в Индию. Кажется, не так уж важно, какой из них я выберу. Выбираю один из них и благополучно прилетаю в Индию. Другой самолет разбивается, и все пассажиры погибают. Было ли решение, казавшееся таким незначительным, действительно таковым? Или еще, мне необходимо поехать в Лондон, и я могу выбрать один из одинаково хороших путей. Бросаю жребий, выбираю один из них и останавливаюсь в придорожной гостинице пообедать. Там я встречаю человека в отчаянной нужде, который посвящает меня в свои несчастья, находит решение своих проблем в Боге и, в конце концов, становится служителем церкви, нужным многим мужчинам и женщинам. Все его будущее и будущее многих других людей изменилось благодаря этому, казалось бы, незначительному решению.

Когда мы поймем на этих примерах, которые могут быть умножены до бесконечности, какие важные проблемы связаны для нас с событиями и решениями, которые сами по себе могут показаться незначительными, мы осознаем, что не должны пытаться определить, что в нашей жизни «мелочи», а что нет. Мы должны верить, что либо миром правит случай, либо у него есть божественный Автор и

Его план, определенный и совершенный как во всех конкретных деталях, так и концептуально.

Однако, далее, если это так, мы должны твердо верить — Бог может открыть что-то из этого плана, относящееся к нам. Если есть некоторые вещи, которые Он желает, чтобы я сделал, то найдет способ показать мне, что это за вещи. Он сделал меня свободным, а не марионеткой в Его руках, поэтому никогда не будет навязывать мне Свою волю. Он может направлять меня и исправлять многое в моей жизни, что я не могу контролировать сам, но в том, что касается моих собственных намерений, Он может показать мне Свой план, надеясь на то, что я со своей стороны добровольно принял его и войду в сотрудничество.

Эта мысль о нашем свободном сотрудничестве включает в себя ряд соображений. С одной стороны, мы можем злоупотребить нашей свободой и не выполнить план Бога; либо мы можем совсем отказаться от поиска Божьих указаний, предпочитая сами планировать то, что мы сделаем, либо мы можем искать Божьих указаний, но не выполнить их.

В любом из этих случаев мы препятствуем Его замыслу, и тогда Он изменит свой план, поправив со Своим удивитель-

ным терпением то, что мы испортили, используя для благой цели даже те ошибки, которые мы допустили, если мы наконец действительно вручим Ему нашу волю.

Однако, с другой стороны, если мы и вправду предадим Ему свою волю и будем свободно сотрудничать с Ним, тогда Он даст нам возможность чего-то большего, чем просто пассивное принятие предписанного плана. Он подобен отцу, идеально планирующему жизнь и работу сына в сотрудничестве с ним самим; он завоевал его любовь и доверие. И сын охотно и радостно принимает всё, что тот ему предлагает, но отец, полный великодушного уважения к личной свободе сына, не навязывает ему свой план. Он скорее привлекает на свою сторону творческую мысль сына так, что дальше они работают вместе. Так и нам, когда мы добровольно сотрудничаем с Богом, дается удивительная привилегия и счастье совместной творческой работы с Ним. Он не только посвящает нас в Свои тайны и замыслы, называя нас не слугами, а друзьями, но даже приглашает вносить наш собственный вклад в это делание.

Следовательно, мы можем верить, что план Бога в Его великом замысле завоевания мира не неизменный и не шаблонный.

Он гибкий и адаптируемый к ситуации. Адаптируемый — в связи с маневрами врага и с неудачами Его собственного воинства; а гибкий — потому что готов принять и использовать любую творческую концепцию, которую мы можем предложить.

Поэтому, когда я слушаю указания Бога для наступающего дня, я верю, что Бог заинтересован даже в такой незначительной личности, как я; что у Него есть план для моего дня, в точных и конкретных деталях; что мой день, как Он его видит, согласовывается с Его собственным великим замыслом, предполагается, что это будет день, плодотворный и, наконец, что Он нуждается и в моей творческой мысли.

Практически то, что я делаю, выглядит примерно так. Я спокойно думаю о наступающем дне. Некоторые дела уже распланированы (надеюсь, под Его руководством), их распорядок установлен. Я поверяю их Богу и прошу показать мне, как бы Он их сделал, и записываю любую мысль, которая приходит мне в голову относительно этих дел.

В течение дня есть ничем не заполненное время. Я прошу Бога показать мне (если Он хочет это сделать), как мне

провести это время. И снова записываю все мысли, которые меня посещают.

В моем сердце живет желание быть полезным Богу, наступлению Его Царства, я спокойно жду того, что Он захочет открыть мне. Иногда я выражаю это желание в словах молитвы:

Даруй мне, Господь, в этот день затронуть для тебя столько жизней, сколько возможно; и эти жизни Ты, Господи, воодушеви Твоим Духом, либо через слова, которые я скажу, либо через молитвы, которые я произнесу, либо через письма, которые я напишу, либо через жизнь, которой я живу.

Мысли, меня посещающие, относятся ко всякого рода вещам: письмам, которые следует написать, к людям, которых следует встретить, тому, что надо будет сказать, с чем предстоит согласиться, к работе, которую нужно сделать.

Иногда возникает полный план дня. Иногда большая часть дня утром еще остается неопределенной и проясняется в течение дня. Иногда приходят мысли не только относительно наступающего дня, а даже о какой-то более отдаленной работе, но к которой в этот день уже следует приступить. Невозможно предугадать, какие будут указания. Разнообразных воз-

возможностей и приятных сюрпризов бесконечно много.

Едва ли стоит говорить о том, что «время покоя» не ограничено утренними часами. Взрослые люди, если они стараются жить под руководством Бога, всегда сумеют найти минуту покоя, а иногда и побольше в суете дня и в рабочей круговерти.

Это утреннее время, когда я ожидаю распоряжений от Бога, дало мне совершенно новое ощущение, что я — человек, ожидающий указаний, и у меня есть своя роль в выполнении замысла Бога, и что я обязан быть готовым их выполнять.

Остается сказать о двух вещах. Первое: во время ожидания указаний у меня под рукой находится блокнот, который невероятно мне помогает. Я записываю в него все, что приходит в это время в голову, любые мысли. Основная цель этого — помнить их: ведь, как гласит китайская поговорка, «самая хорошая память слабее самых бледных чернил». Второе: пока я не запишу первую мысль, мне не удается перейти к следующей.

Я также обнаружил, что сам процесс фиксации мыслей очень помогает сконцентрироваться. Многие люди говорят: «мне абсолютно не удается остановить

блуждающие мысли» или «моя голова совершенно пуста, когда я ожидаю указаний; ничто не приходит в голову». Мой ответ — «попытайтесь записывать свои мысли».

И последнее, что я хотел бы сказать по этому поводу. Если мы хотим, получать указания от Бога постоянно, мы должны исполнять те, которые уже получили. Давайте в течение дня время от времени заглядывать в наш блокнот (и в этом его польза): мысли не смогут ускользнуть от нас или снова исчезнуть из поля зрения, — они явно напомнят о себе. (Особенно если мы не хотим выполнять эти указания.) И давайте следить за тем, чтобы выполнять все то, что нам было приказано. Безоговорочное подчинение божественному Командующему — самое важное свойство полезного солдата Его армии.

Размышление над Писанием

Другой способ слушать Бога, а Он говорит с нами, — размышление над Писанием. Библия по праву называется Словом Божьим, через нее Он обращался к сердцам и умам людей на протяжении столетий и обращается до сих пор. Мы не можем изучать речения Христа и Его учени-

ков, не осознав, как их умы были пронизаны Ветхим Заветом, как постоянно они черпали из него вдохновение, утешение и руководство. И также мы не можем читать о жизнях выдающихся христиан и христианок всех веков, не обнаружив, что постоянное размышление над Библией, и особенно над деяниями и словами Самого Господа и Его ближайших последователей, играло невероятно важную роль в формировании их мысли и образа жизни.

Библия содержит в себе *обращающую* силу. Переведенная на тысячи языков, она служила средством приведения бесчисленных мужчин и женщин всех стран к их первому знакомству с Иисусом Христом. Великий обращенный брахман Нараян Ваман Тилак обязан началом своего духовного паломничества Новому Завету, который любезно подарил ему некий иностранец в поезде. Он прочитал одну только Нагорную проповедь и осознал, что именно этого Учителя он искал всю свою жизнь. Его пример типичен для тысяч людей.

В Библии, кроме того, есть сила поддерживать новую жизнь в человеке, обратившемся к Богу. Вместе с таинствами она дает постоянную пищу для христианской души. Мы присоединяемся в духе к

тем, кто слушает, как Господь говорит из лодки на озере, или размышляем над словами ап. Павла, которые он сказал нам в Послании к Римлянам о триумфальной новой жизни, обретенной через Дух Христа Иисуса. Мы обновлены и у нас есть новые силы после вкушения этой пищи.

Однако более всего в Библия *учит* и просвещает. «Слово Твое — светильник ноге моей и свет стезе моей». Дух Святой, вдохновивший Писания, берет их и использует их как инструмент, с помощью которого Он ведет нас вперед в постоянно возрастающем понимании Бога и Его путей и наставляет на «всякую истину». Когда мы размышляем над ними, прося Его научить нас понимать их, мы подобны ученикам, сидящим и слушающим у ног своего учителя. «Каждое утро Он пробуждает, пробуждает ухо Мое, чтоб Я слушал, подобно учащимся». И каждое утреннее размышление над Библией — новое приключение, словно мы приступаем к исследованию «свежих полей и новых пастбищ».

Существует множество способов размышлять над Библией, и я думаю, что лучше проявлять гибкость, время от времени меняя его, и никогда не позволять

практике размышления над Библией становится формальной и стереотипной.

Возможно, для большинства из нас лучше всего подходит совершенно простой способ, без каких-либо разработанных правил или систем. Мы открываем нашу Библию на отрывке, над которым нам следует размышлять. Какой это будет отрывок определяется либо тем фактом, что мы в течение некоторого периода времени прорабатываем одну из книг Библии, либо тем, что мы берем для размышления одно из чтений определенного дня, или мы используем какой-либо готовый курс вроде тех, что разрабатывает «Bible Reading Fellowship»¹.

Преимущество этого последнего плана состоит в том, что в подготовленном курсе есть ценные примечания, помогающие нашему изучению Библии (хотя я настоятельно рекомендую читать их *после* того, как мы предварительно сами изучим отрывок). Нас может вдохновлять и осознание того, что тысячи наших братьев-христиан изучают тот же самый отрывок в тот же самый день; это могут быть и члены нашей семьи, с которыми мы еще сможем поделиться нашими мыслями по поводу обдуманного.

¹ Серия популярных комментариев к Библии (*прим. ред.*).

Мы просим Святого Духа научить нас тому, чему, как Он считает, мы должны научиться, и приступаем к чтению. Сандар Сингх, великий индийский христианский мистик, обычно советовал сначала прочитать весь отрывок целиком довольно быстро, а затем приступить к чтению его снова медленно, стих за стихом. Если отрывок относится к какой-то сцене, которую мы можем представить себе перед нашим мысленным взором (например, при изучении Евангелий или Деяний апостолов), хорошо было бы использовать для этого все наши способности к воображению. Если есть фразы или стихи, трудные для понимания, мы не должны отвлекаться на них. Мы можем найти их смысл в примечаниях или комментариях позднее.

Когда мы спокойно читаем Библию таким способом, размышляя над каждым стихом, и когда мы готовы принять каждый урок, который она дает нам, то часто случается так, что внезапно какая-то фраза, предложение или описанное событие как будто выделяется из всей напечатанной страницы своей просвещающей значимостью. Я внезапно осознаю, что это имеет особенное отношение к моему собственному характеру, моим обязанностям, обсто-

ятельствам моей жизни. Я понимаю, что Бог говорит со мной таким способом, что в *этом* Его сегодняшнее послание для меня. Когда это случается, то лучше всего не продолжать читать дальше, а сконцентрироваться на этом конкретном месте, позволить ему глубоко проникнуть в мой ум и попытаться понять, к каким практическим действиям подвигает меня это открытие.

Но даже тогда, когда никакого такого яркого просвещающего послания во время чтения не приходит, всегда есть простой урок для усвоения; и нам не надо стремиться получить какое-то удивительное или оригинальное послание каждый раз, так как именно старые знакомые истины о Боге и нас самих — это то, над чем нам больше всего следует размышлять и что следует крепко усваивать.

И снова в связи с размышлением над Библией я бы хотел повторить особую ценность *фиксации* своих мыслей. Епископ Эдинбурга Уолпол обычно советовал сначала записывать пересказ нашими собственными словами того, что мы прочли, а потом уже и наши мысли, пришедшие в результате размышления. Я в любом случае настоятельно рекомендую практику записывания, по крайней мере, того или тех посланий, которые, как нам кажется,

Бог дает нам через текст, над которым мы размышляли, и в особенности любого наставления относительно некоторых практических шагов, которые нам надо предпринять. Преимущество этого способа состоит в том, что мы всегда можем позднее посмотреть наши записи и вновь подумать над утренним уроком, понять, выполнили ли мы хоть что-то из тех наставлений, которые Бог дал нам во время чтения Библии.

Если кто-то нуждается в более систематическом методе размышления над Библией, чем тот простой и неформальный способ, который я только что описал, я бы рекомендовал тот, который известен как сублицианский. Он особенно применим к размышлениям над Евангелиями и состоит из трех частей, которые называются «Иисус перед глазами», «Иисус в сердце» и «Иисус в практическом выполнении».

Сначала мы представляем себе сцену, привлекая всю силу нашего воображения и стараясь понять, какие качества характера нашего Господа отражены именно в этой сцене. В Его свете мы видим с большей ясностью наше собственное несовершенство по отношению к самому воплощению добродетели. Потом мы от-

крываем Ему наши сердца и приглашаем Его, во всем Его безгрешном совершенстве, войти в них. И, наконец, в третьей части мы стараемся понять, как мы можем стать средством, простым орудием для передачи и другим того, что Он даровал нам.

Предположим, например, что я размышляю над сценой, в которой наш Господь оmyвает ноги Своих учеников. Все это событие ярко предстает перед моими глазами, и новое понимание Его удивительного смирения рождается во мне, и в свете этого моя собственная себялюбивая гордыня предстает во всей ее уродливой непреклонности. Однако я понимаю, что в Нем — мое исцеление, и я приглашаю Его войти в мое сердце во всем неприятельном смирении и Своим собственным присутствием очистить меня от гордыни и самодовольства.

Я принимаю решение идти к ближним в новом духе, духе смирения, который Он внес в мое сердце. Я прошу Его показать мне, с чего начать: есть ли такие люди, с которыми я плохо обращался и к которым я могу теперь пойти с истинно христианским смиренномудрием, попросить у них прощения и выразить желание быть им полезным.

С помощью этого метода мы можем возрастать, идти дальше шаг за шагом, во все большее и большее подобие Христу, по мере того как Он все более и более даруется нам как свобода в нас самих.

В этой главе я рассмотрел разные способы размышления над Писанием. Остается только добавить, что, хотя Библия и не имеет себе равных как книга для нашего духовного наставления и роста, большую пользу мы можем получить, читая и размышляя над сочинениями учителей духовной жизни. Бог может говорить с нами и так тоже, если мы будем внимательно Его слушать.

Созерцание

Теперь мы переходим к завершающим моментам нашего утреннего бодрствования с Богом. Мы обсудили безмолвное преклонение, с которого мы начали; принесение нашей хвалы и нашего благодарения; возобновление предания себя Божьей воле; молитву перед Богом за всех тех, за кого мы хотим молиться; затем время слушания Бога в молитве внимания, когда мы ждем Его указаний для наступающего дня и всего, что Он может нам сказать в тишине, когда мы размышляем над Его словом.

В завершение всего этого и перед тем, как мы приступим к трудам и заботам нынешнего дня, мы должны снова вернуться в состояние покоя, оставаясь безмолвными в присутствии Бога и питая себя Его миром и Его силой для решения

задач, которые ставит перед нами сегодняшний день.

Под созерцанием я имею в виду покой в Его присутствии — тот удивительный покой, когда мы знаем, что мы — в животворящем контакте с живым Богом; покой, при котором «дух с Духом может встретиться», так как

Ближе Он, чем дыхание,
Чем руки и ноги.

Мы больше не думаем ни о каких словах или мыслях молитвы. Мы больше не стремимся говорить с Ним и даже слушать Его. Мы желаем только быть с Ним, как двое влюбленных довольны тем, что они вместе, и не нуждаются в словах.

Если бы эта книга предназначалась для людей с глубоким опытом духовной жизни, было бы правильнее уделить много больше внимания практике созерцания. По мере того как христиане становятся людьми более духовно зрелыми, их молитвенная жизнь становится глубже, Бог ведет их от дискурсивного размышления, при котором ум погружен в мыслительный процесс, к тому, чтобы они больше времени проводили в созерцании, при котором умственная деятельность приглуша-

ется, а дух находится в восхищенном и безмолвном общении в Богом.

Некоторые восходят за пределы состояния созерцания, его иногда называют «молитвой покоя», к еще более высокой степени мистического опыта, когда на время кажется, что личностное самосознание почти совсем исчезает и мир выходит за пределы нашего сознания.

Это состояние Уильям Вордсворт описывает в своем стихотворении «Тинтернское аббатство»¹:

.....покоем безмятежным,
 Когда благие чувства нас ведут,
 Пока телесное дыхание наше
 И даже крови ток у нас в сосудах
 Едва ль не прекратится — тело спит,
 И мы становимся живой душой,
 А взором, успокоенным по воле
 Гармонии и радости глубокой,
 Проникнем в суть вещей.

В Индии такие состояния, которые в своих крайних формах переходят в транс или экстаз, изучены, поняты и культивируются гораздо полнее, чем на Западе. Люди, чувствующие призвание к аскетической жизни, обращаются к учителям йоги и под их руководством проходят

¹ Уильям Вордсворт. Избранная лирика: Сборник. Сост. Е.Зыковой. М.: Радуга, 2001. Перевод В.Рогова.

долгий и суровый путь физических, умственных и духовных упражнений, которые предписывают учителя. В конце пути они, несомненно, обретают знание исключительных психических возможностей, о которых Запад знает очень мало.

Мы со своим практически настроенным сознанием подвергаем сомнению ценность таких состояний, отклоняющихся от нормальных; однако, до того как мы больше узнаем о них, мы не должны спешить их критиковать. Кто может сказать, насколько индийский опыт мистицизма, восторженности перед духовными ценностями и настойчивое отрицание материализма обязаны духовной силе тысяч приверженцев йоги. Эти люди постоянно сконцентрированы на созерцании Вечного и с великой гряды северных холмов постоянно излучают в молитве флюиды братской любви.

В христианстве есть традиция систематического обобщения мистического опыта, продвижения по духовной лестнице до самых ее высот. Также поступали и индийские мудрецы.

Христианство и индийские учения сходятся в том, что эти более высокие ступени мистического опыта не для всех, а толь-

ко для тех, кого Бог к ним призвал. Индийцы сказали бы, что человек, чувствующий, что он может быть к ним призван, должен проверить и испытать себя под руководством опытного гуру. Христиане сказали бы, что все должны стремиться к продвижению вперед в молитвенной жизни и должны научиться практике размышления над Писанием и молитве в покое, но опыт более высоких ступеней мистицизма — только для тех, кому Бог может это даровать. Мы должны принять его с радостью, если он нам дарован, но не должны стремиться к нему или жаловаться, если нам в нем отказано.

Как бы то ни было, я бы хотел просто указать на тот опыт, к которому некоторые могут быть призваны; иногда это те, от кого мы меньше всего этого ожидаем. Иногда те, кто меньше всего ожидает это от самих себя, оказывается призванным к большим высотам мистического опыта.

Но даже обычные, не мистически настроенные христиане (для них в основном и предназначена эта книга) не должны упускать возможности провести хотя бы несколько минут в конце их времени утреннего покоя с Богом в безмолвном

созерцании. Тогда, если они почувствуют пользу и помощь этого опыта в какой-то определенной степени, они могут быть постепенно приведены к тому, что они будут посвящать ему больше и больше времени в их поклонении Богу.

В эти моменты созерцания, когда мы все еще в присутствии Господа, земля действительно ускользает из нашего поля зрения. Ее заботы забыты, ее шум и суматоха отступают, в то время как наш дух поднимается к безмятежным высотам. Мы обнаруживаем себя на настоящей Горе Преображения и говорим вместе с Петром: «Наставник! Хорошо нам здесь быть».

Для тех, кто часто ходит на литургию, участвует в Евхаристии, это будет вполне уместно, как для возобновления их отдачи себя в руки Божьи, так и для этого особенного, глубоко личного соприкосновения с живым Богом. Однако, если мы не часто ходим на литургию, именно в этот последний момент нашего утреннего бодрствования с Богом может быть достигнуто внутреннее единение с Ним.

Когда перед Ним мы пребываем в покое, как ребенок, прижавшийся к груди своей матери, Его мир, превосходящий всякое наше понимание, прокрадывается

в наши сердца, чтобы заново укрепить их против всех тревог и страхов. Давайте глубоко вбирать в себя этот мир — Христов мир, который Он дает «не так, как мир дает». От этого спокойного общения с Ним происходит наше знакомство с глубокой радостью, которую «никто не отнимет», Его надеждой, которая никогда не разочаровывает, Его бескорыстной любовью.

Если я недостаточно сказал в этой книге о молитвах за нас самих и о наших нуждах, то это потому, что все наши нужды сходятся в Самом Христе и в нашем постоянно углубляющемся единении с Ним. Я однажды слышал, как один из моих друзей, далеко продвинувшийся в мистическом опыте, сказал, что постепенно он был приведен к тому, чтобы превратить все свои просьбы о благодати для него и помощи ему в одну фразу: «Приди, Господи Иисус, и будь во мне всем тем, чем Ты хотел бы, чтобы я был».

И именно в эти моменты, когда без напряжения и искания, мы предстаем перед Ним, совершенно открытыми к полному излиянию на нас Его богатств, Он приходит и овладевает нами с помощью Духа, делая нас все более и более

полно принадлежащими Ему и все более и более подобными Себе.

Тогда, со светом от этой священной встречи с Ним на Горе, светом, все еще сияющим на наших лицах, и радостью в наших сердцах, заново укрепленные всем, что происходило во время нашего утреннего бодрствования с Богом, мы можем вступить в новый день.

Эпилог

Кто-то, кто прочел эту книгу или отбросил ее, не прочтя, может склониться к мысли, что весь разговор об утреннем бодрствовании не имеет отношения к реальным проблемам мира, в котором мы живем.

Даже тем, кто хотел бы быть оптимистами, временами кажется, что мир катится к катастрофе. Человечество, изучив весь земной шар, завоевав воздушные пространства и сократив их, теперь, похоже, склоняется к уничтожению самого себя. В таком мире имеет ли смысл тратить столько времени и энергии каждый день на молитвы и созерцание?

Возможно, достаточно сказать в ответ, что именно для такого мира, как наш, где «люди будут издыхать от страха и ожидания бедствий, грядущих на вселенную», секрет обретения внутреннего покоя

нужнее всего. И что мужчины и женщины, чья жизнь проходит в близком общении с Богом, — это люди, обладающие этим секретом.

Однако есть еще и нечто более важное. Предположим, что все те, кто называют себя христианами, действительно начнут каждое утро общаться с Богом и слушать Его распоряжения. Не получится ли, что не только в их собственных сердцах наступит мир, но и изменится вся ситуация в мире в целом?

Если бы миллионы христиан, ежедневно отдавали себя в распоряжение Бога и были послушны Ему, сомневались ли бы мы в том, что в сравнительно короткий срок все народы были бы приведены под Его главенство и наступил бы новый и лучший мир?

На вопросы о современных проблемах мира Бог, и только Бог, имеет ответ. Мы отчаянно сопротивляемся этому; однако опыт поиска любого другого пути трагичен, и нам приходится признать эту истину. Чего бы только не удалось сделать Богу, если бы вся Христианская церковь очнулась ото сна и была бы готова быть послушной Его воле, стать дисциплинированной армией под Его командованием? Чего бы только не могло тогда случиться?

Исчезли бы страх, ненависть, антагонизм, войны. Пришел бы Новый мир. Обновление человеческой жизни.

Поэтому не прямо ли слушание Бога связано с современными проблемами? Не это ли нам больше всего нужно? А если так, не смогу ли и я внести вклад в этот процесс, каких бы усилий это ни требовало?

При издательстве ББИ работают:

КНИЖНЫЙ КЛУБ ББИ

Члены Книжного клуба
приобретают наши издания
по специальным ценам

КНИГА – ПОЧТОЙ

Все наши издания
Вы можете получить по почте
наложенным платежом.
Оплата за книги производится
в момент их получения на почте

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

www.standrews.ru

**Заказать каталог, а также информацию
о Книжном клубе Вы можете**

по почте: ББИ, Иерусалимская ул.,
д. 3, Москва, 109316,
по телефонам: (495) 670-22-00, 670-76-44,
e-mail: sales@standrews.ru
и получить на нашем сайте
www.standrews.ru

**Наши издания Вы можете
приобрести в магазинах:**

В Москве:

«БОГОСЛОВСКАЯ КНИГА»
Магазин ББИ (всегда представлен
полный ассортимент)
Ул. Иерусалимская, д.3 (м. «Пролетарская»)
Тел. (495) 670-22-00, 670-76-44
E-mail: sales@standrews.ru
www.standrews.ru