

**ПОСЛАНИЕ К ЕПИСКОПАМ КАТОЛИЧЕСКОЙ ЦЕРКВИ  
О НЕКОТОРЫХ АСПЕКТАХ  
ХРИСТИАНСКОЙ МЕДИТАЦИИ**

**ВВЕДЕНИЕ**

1. Многие христиане горячо желают научиться подлинной молитве, хотя современная культура чрезмерно затрудняет реализацию испытываемой ими потребности в тишине, сосредоточении и медитации (богомыслии). На существование такой потребности в сосредоточении и подлинном контакте с Богом указывает большой интерес - также и среди христиан - к различным формам медитации, связанным с некоторыми религиями Востока и их специфическими формами молитвы. Но этому явлению сопутствует ощущаемое многими желание обладать ясными вероучительными и пастырскими критериями, которые позволили бы соединить обучение различным по своей форме видам молитвы с верностью свету богооткровенной истины данной в Иисусе Христе при посредничестве церковного Предания. Ответом на эту острую необходимость должно стать настоящее Послание. Важно, чтобы возникающие в различных локальных Церквях многочисленные формы молитвы, в том числе и новые, никогда не затмили ее подлинной природы, личной и общинной. Эти указания адресованы в первую очередь епископам, которые должны сделать их предметом своей пастырской заботы в доверенных им Церквях, чтобы благодаря им весь Народ Божий - священники, иноки и миряне, - с новым рвением призывали в молитве Отца через Духа Господа нашего Иисуса Христа.

2. Вследствие все более частых контактов с другими религиями, с их различными стилями и методами молитвы, многие верующие в последние десятилетия задают себе вопрос о ценности нехристианских форм медитации для христиан. Это касается прежде всего восточных методов<sup>1</sup>. Есть и такие, кто обращается сегодня к этим методам в

---

<sup>1</sup> Под названием «восточные методы» подразумеваются методы, вдохновленные индуизмом и буддизмом, такие как дзен, трансцендентальная медитация или йога. То есть речь идет о таких методах нехристианской медитации Дальнего Востока, которые сегодня часто практикуют некоторыми христианами в их медитативных практиках. Основные направления и методы, заключенные в настоящем документе должны стать исходной точкой не только по отношению к данной проблеме, но также, более обобщенно, к

терапевтических целях. Отсутствие духовного мира в жизни, протекающей в утомляющем ритме навязанном развитым технологическим обществом, способствует тому, что также некоторые христиане видят в этих методах путь к достижению внутреннего мира и психического равновесия. Осмысление этого психологического аспекта не входит в сферу проблематики настоящего Послания, целью которого является представление богословских и духовных аспектов проблемы. Иные христиане считают, что открывшись на опыт других религий, они сделают свою молитвенную жизнь более богатой за счет существующих там методов молитвы. Отмечая тот факт, что в настоящее время многие традиционные формы христианской молитвы вышли из употребления, они спрашивают, нельзя ли в связи с этим обогатить наше наследие новыми формами молитвы с учетом и тех, которые до сих пор были нам чужды?

3. Чтобы ответить на этот вопрос, следует прежде всего задуматься, - по крайней мере в общих чертах, - над тем, какова внутренняя природа христианской молитвы, чтобы затем увидеть можно ли обогатить ее методами медитации, возникшими в ином религиозном и культурном контексте, а если можно, то как. В связи с этим необходимо отчетливо сформулировать основную предпосылку. Христианская молитва всегда определяется структурой христианской веры, сияющей истиной о Боге и о творении. Поэтому со всею отчетливостью можно сказать, что она приобретает образ личного, внутреннего и глубокого диалога человека с Богом. Она выражает то общение и единство, которое существует между искупленным творением и внутренней жизнью Лиц Святой Троицы. Это единство, основанное на Крещении и Евхаристии, являющихся источником и вершиной церковной жизни, предполагает обращение, отход от своего «я» в направлении Божественного «Ты». Христианская молитва одновременно обладает подлинно личным и подлинно общинным характером. Ей чужды безличные и сконцентрированные на «я» техники, которые могут выработать автоматизм, ведущий к замкнутости в эгоистичной духовности, неспособной открыться навстречу трансцендентному Богу. Ищущий в Церкви новых форм медитации всегда должен помнить, что подлинная христианская молитва является встречей двух свобод: бесконечной свободы Бога с ограниченной свободой человека.

---

различным формам молитвы, практикуемым сегодня в Церкви, главным образом в обществах, движениях и группах.

## 1. ХРИСТИАНСКАЯ МОЛИТВА В СВЕТЕ ОТКРОВЕНИЯ

4. О том, как надлежит молиться человеку, принимающему Откровение, говорит Священное Писание. Ветхий Завет представляет собою сборник прекрасных молитв, на протяжении столетий сохранивших свою жизненную актуальность. Они продолжают существовать и в Церкви Иисуса Христа, где они стали основой официальной молитвы<sup>2</sup>. Псалмы встречаются уже в древнейших текстах Ветхого Завета, а затем появляются вновь в более поздних текстах<sup>3</sup>. Молитвы Псалтири свидетельствуют о великих деяниях, совершенных Богом ради избранного Им народа. Израиль размышляет над этими событиями истории спасения и актуализирует их в памяти при помощи молитвы.

В свете библейского Откровения Израиль узнает Бога во всем творении и судьбе каждого отдельного человека, воздавая Ему хвалу. Тем самым он призывает Бога как Того, Кто спешит с помощью в опасности, болезни, преследованиях и в страдании. И наконец, израильтянин прославляется Бога в Его силе и благости, в справедливости и милосердии, в Его царственном величии.

5. В Новом Завете, через слова, дела, Страсти и Воскресение Христа мы узнаем в Нем окончательное Откровение Бога о Самом Себе. Воплощенное Слово, являя нам Бога, открывает перед нами глубины Его любви. Святой Дух, излитый в сердце верующего человека, «все пронизает, и глубины Божиии» (1 Кор 2, 10). По обетованию, данному Иисусом Христом Своим ученикам, Дух научит нас всему, чего Он еще не мог нам сказать. Но Дух «не от Себя говорить будет, но (...) прославит Меня, потому что от Моего возьмет и возвестит вам» (Ин 16, 13 след.). То, что Иисус называет «Своим», принадлежит (как Он Сам поясняет далее) также и Богу Отцу, поскольку «все, что имеет Отец, есть Мое; потому Я сказал, что от Моего возьмет и возвестит вам» (Ин 16, 15).

Авторы Нового Завета отчетливо осознали, что говоря об Откровении Бога во Христе, они говорили как освященные Святым Духом. Синоптики повествуют о делах и словах Иисуса Христа на основании полученного после пасхальных событий более глубокого понимания того, что они видели и слышали. Все Евангелие от св. Иоанна

---

<sup>2</sup> О Псалтири в молитве Церкви ср. *Institutio generalis de Liturgia Horarum*, 100-109.

<sup>3</sup> Ср., например, Исх 15; Втор 32, 1; 1 Цар 2, 2; 2 Цар 22, некоторые пророческие тексты, 3 Цар 16.

пронизанно созерцанием Того, Кто от начала является Божиим Словом, - Словом, Которое стало Плотью. Апостол Павел, увидев по дороге в Дамаск Иисуса в Его Божием величии, старается привести верных к тому, чтобы они «могли постигнуть со всеми святыми, что широта и долгота, и глубина и высота, и уразуметь превосходящую разумение любовь Христову, дабы и вам исполниться всею полнотою Божиею» (Еф 3, 18-19). Для Павла тайной Бога является Христос, «в Котором сокрыты все сокровища премудрости и ведения» (Кол 2, 3) и далее Апостол объясняет: «Это говорю я для того, чтобы кто-нибудь не прельстил вас вкрадчивыми словами» (Кол 2,4).

6. Между Христом и молитвой существует тесная связь. Догматическая Конституция «О Божественном Откровении» поучает нас, что в Откровении Бог «по изобилию Своей любви обращается к людям, как к друзьям (ср. Исх. 31, 11; Ин 15, 14-15), и говорит с ними (ср. Вар 3, 38), чтобы приглашать их к общению с Собой и принять их в это общение»<sup>4</sup>.

Это Откровение совершилось посредством слов и действий, которые всегда взаимосвязаны. От начала все устремлено к Иисусу, Который есть полнота Откровения и благодати, и к Святому Духу. Он позволяет человеку принять Божии слова и увидеть Божии дела, благодарить и прославлять Его как в собрании верующих, так и в сердце, освященном благодатью.

Поэтому Церковь всегда рекомендует читать Божие Слово как источник христианской молитвы. Она поощряет искать и открывать глубокий внутренний смысл Священного Писания в молитве, чтобы чтение Библии всегда было собеседованием между Богом и человеком; ибо «мы беседуем с Ним, когда молимся; мы слушаем Его, когда читаем Божественные изречения»<sup>5</sup>.

7. Из всего, что было сказано, можно сделать некоторые выводы. Если *молитва христианина* должна включиться в тринитарное действие Бога, то и ее суть должна быть определена двойным направлением этого действия: в Святом Духе Сын приходит в мир, чтобы примирить его с Отцом, Воплощенный Сын возвращается к Отцу, исполнив Его волю в Страстях и Воскресении. Господня молитва «Отче наш» отчетливо представляет единство этого Божиего дела: воля Отца должна реализоваться на земле как и на небе

---

<sup>4</sup> Второй Ватиканский Собор. Конституция *Dei Verbum*, 2. Этот документ дает другие существенные указания для богословского и духовного понимания христианской молитвы; ср., например, 3, 5, 8, 21.

(просьбы о хлебе, о прощении, об опеке указывают основные аспекты воли Отца о нас), чтобы новая земля жила в небесном Иерусалиме.

Молитва Господня<sup>6</sup> доверена Церкви («молитесь же так») и потому христианская молитва, в том числе и индивидуальная, по сути своей является молитвой в «общине святых», в которой и с которой мы молимся, как участвуя в общинной молитве, так и молясь индивидуально. Потому молитва эта всегда должна быть молитвой в подлинном духе молящейся Церкви, то есть под ее началом, что иногда может принимать форму опытного духовного руководства. Христианин, даже молясь уединенно и при закрытых дверях, сознает, что в своей молитве о благо Церкви он всегда соединен с Христом в Святом Духе вместе со всеми святыми<sup>7</sup>.

## 2. ЛОЖНЫЕ СПОСОБЫ МОЛИТВЫ

8. Уже в первые века существования Церкви в нее проникли ложные способы молитвы. Некоторые тексты Нового Завета (ср. 1 Ин 4, 3; 1 Тим 1, 3-7; 4, 3-4) позволяют распознать их отголоски. В результате можно отметить два основных отклонения: псевдогнозис и мессалианизм, которым много внимания посвятили Отцы Церкви. Этот первый опыт христиан и позиция Отцов весьма поучительны при изучении современной проблематики.

Выступая против псевдогнозиса<sup>8</sup>, Отцы заявляют, что материя сотворена Богом и потому является благой. Более того, они утверждают, что благодать, источником которой всегда является Святой Дух, не составляет свойства души, но как дар должна быть испрашена у Бога. Поэтому просвещение или высшее познание Духа («гнозис») не делают христианской веры ненужной. Для Отцов подлинным знаком высшего познания и плодом молитвы всегда является христианская любовь.

---

<sup>5</sup> Там же, 25.

<sup>6</sup> О молитве Господней ср. *Institutio generalis de Liturgia Horarum*, 3-4.

<sup>7</sup> Ср. там же, 9.

<sup>8</sup> Согласно учению псевдогностиков материя представляет собою нечто нечистое, она удерживает душу в узах незнания, из которых ее должна освободить молитва и вознести к подлинному, высшему знанию, а в результате - и к чистоте. Безусловно, не все способны к этому, а только действительно духовные люди. Для простых верующих достаточна вера и исполнения Иисусовых заповедей.

9. Если совершенство христианской молитвы невозможно оценить на основании возвышенности гностического познания, то тем более нельзя оценивать ее, ссылаясь на опыт Божественности, как это делали мессалиане<sup>9</sup>. Псевдо-харизматики IV века отождествляли благодать Святого Духа с психологическим переживанием ее присутствия в душе. Выступая против их учения, Отцы Церкви подчеркивали, что соединение молящейся души с Богом совершается в тайне, главным образом в таинствах Церкви. Кроме того, они учили, что соединение это может совершаться даже через опыт печали или глубокого страдания. Вопреки мнению мессалиан, чувства такого рода не обязательно должны быть знаком оставленности Святым Духом. Они могут являться, - как всегда говорили учителя духовной жизни, - подлинным участием в оставленности Христа, пережитой Им на Кресте. Сам же Иисус всегда остается образцом молитвы и ее посредником<sup>10</sup>.

10. Обе эти ложные формы по-прежнему остаются соблазном для грешного человека. Они склоняют его к преодолению пропасти, разделяющей творение от Творца: по их мнению такая пропасть не должна существовать. Земного Иисуса, являющегося для нас дорогой к Отцу, они считают лишним и ненужным. Они низводят благодать до уровня естественной психологии – «высшего познания» или «просвещения».

Кажется, что эти ложные формы молитвы, время от времени появлявшиеся на протяжении всей истории Церкви, сегодня вновь вызывают интерес у многих христиан, видящих в них психологическую и духовную помощь, а также способ быстрого обретения Бога<sup>11</sup>.

11. Где бы время от времени ни проявлялись эти ложные формы молитвенной жизни, распознать их очень легко. Христианская медитация (богомыслие) ведет молящегося к тому, чтобы в спасительных делах Бога, совершенных Им во Христе,

---

<sup>9</sup> О мессалианах писал уже св. Ефрем Сирий, *Hymni contra Haereses*, 22, 4: CSCO 169, 1957, 79, затем Епифаний из Саламины, *Panarion* (называемый также *Adversus Haereses*): PG 41, 156-1200; PG 42, 9-832; и Амфилохия, *Contra haereticos*: G. Ficker, *Amphilochiana*, I, Leipzig 1906, 21-77.

<sup>10</sup> Ср., например, Св. Иоанн Креста, *Путь на гору Кармель*, 7, 11.

<sup>11</sup> В Средние века в Церкви существовали крайне радикальные течения, которые, не без иронии, были описаны одним из величайших христианских созерцателей, фламандцем Иоанном ван Руйсброеком (Ruysbroeck). Он различал три типа ошибок, существующих в мистической жизни (*Die gheestelike Brulocht*, 288, 12-230, 17; 230, 18-232, 22; 232, 23-236, 6) и дал общую критику этих форм (236, 7-237, 29). Впоследствии подобные техники были описаны и отвергнуты Терезой Иисуса, которая отмечала, что «забота о том, чтобы ни о чем не думать, побуждает мысль думать еще больше» и что христианская

Воплощенном Слове, и в даре Его Духа, постичь всегда проявляющуюся в них (в человеческом и земном аспекте) глубину Бога. В то же время в рассматриваемых здесь методах медитации - также и в тех случаях, когда исходной точкой являются слова и дела Иисуса - их сторонники избегают, если это возможно, всего земного, чувственного и вмещающегося в границы понятий. Тем самым они стремятся войти и погрузиться в сферу Божественного, которая сама по себе неуловима для чувств и понятий<sup>12</sup>. Эта тенденция, свойственная уже поздней греческой религиозности (прежде всего в неоплатонизме), проявляется также в религиозной жизни многих других народов, осознавших скудость имевшихся у них представлений о Божестве и предпринимавшихся ими попыток приблизиться к Нему.

12. Факт распространения в наше время в христианском мире и в различных церковных общинах восточных форм медитации ставит нас лицом к лицу со стремительным разворотом к рискованным и ошибочным попыткам *соединения христианской медитации с медитацией нехристианской*. Существует множество предложений такого типа и они достаточно радикальны. Одни применяют восточные методы только как психологическую подготовку к подлинно христианскому созерцанию. Другие идут дальше, пытаясь при помощи различных техник достичь духовных переживаний, аналогичных тем, которые известны нам по описаниям некоторых католических мистиков<sup>13</sup>. Есть и такие, кто без сомнений ставит предлагаемый буддистскими теориями бесформенный и расплывчатый абсолют<sup>14</sup> на том же самом уровне, что и величие Бога, открывшегося во Христе, и превосходящего любую тварную реальность. Для этого они прибегают к «апофатическому богословию», которое

---

медитация, не сосредоточенная на тайне Христа, всегда является своего рода «предательством» (ср. Св. Тереза Иисуса, Житие, 12, 5; 22, 1-5).

<sup>12</sup> Св. Тереза Иисуса отклонила в свое время соблазн некоторых методов, предлагавших погружение в беспредельные глубины Божества ценой сосредоточения на человеческой природе Христа. Указывая всей Церкви на ее пример и ее учение, Папа Иоанн Павел II напомнил в гомилии 1 ноября 1982 года, что призыв Терезы Иисуса к молитве, целиком сосредоточенной на Христе, «не утратил значения и в наше время, когда получают распространение некоторые формы молитвы, черпающие вдохновение не из Евангелия, и стремящиеся обойти Христа в пользу интеллектуальной пустоты, которая в христианстве лишена смысла. Всякий способ молитвы ценен настолько, насколько он вдохновлен Христом и ведет ко Христу, Который есть Путь, Истина и Жизнь (ср. Ин 14, 6)»: Гомилия в честь св. Терезы (1 ноября 1982 г.) AAS 75 (1983) 256-257.

<sup>13</sup> Ср., например, «Облако незнания», духовное произведение анонимного английского писателя XIV века.

<sup>14</sup> В религиозных текстах буддистов понятие «нирваны» означает состояние покоя, основанного на угасании конкретной реальности, как имеющей лишь преходящее значение (то есть исполненной разочарований и страданий).

проникает далее, чем то, которое выражается о Боге посредством положительных утверждений. Отрицательное богословие постулирует, что ничто существующее в мире не может быть знаком, указывающим на бесконечность Бога. Ради погружения в «неопределенной бездне Божественности» сторонники этих методов предлагают не только отказаться от размышлений об историоспасительных делах Бога Ветхого и Нового Завета, но также и от самой идеи Троидного Бога, Который есть любовь<sup>15</sup>.

Чтобы эти попытки примирить христианскую медитацию с восточными техниками не привели к пагубному синкретизму, они должны постоянно подвергаться проверке, в которой предельно точно будет отделяться способ молитвы от ее содержания.

### 3. ХРИСТИАНСКИЙ ПУТЬ СОЕДИНЕНИЯ С БОГОМ

13. Желая найти правильный «путь» молитвы, христианин должен учитывать все вышесказанное о важнейших элементах *пути Христа*, для Которого «пищей есть творить волю Пославшего [Его] и совершить Его дело» (Ин 4, 34). Наиболее полное единство Иисуса с Отцом непрестанно выражается в глубокой молитве. Отец посылает Его к людям, к грешникам, даже к тем, кто убьет Его. Он же наиболее тесным образом единится с Отцом в послушании Его воле. Здесь нет никакого противоречия с индивидуальной молитвой. На протяжении земной жизни Иисус временами удаляется в пустынные места, чтобы там молиться, чтобы соединиться с Отцом и получить от Него новую силу для исполнения Своей миссии в мире. На Фаворе, где явственно проявилось Его единство с Отцом, речь идет о Его грядущих страстях (ср. Лк 9, 31) и абсолютно неприемлемым является предложение Апостолов остаться «в трех куцах». Любая форма христианской созерцательной молитвы ведет к любви ближнего, к действию и страданию, и именно тем самым наиболее полно приближает к Богу.

14. Чтобы приблизиться к тайне сопричастности человека Богу, которую Восточные Отцы Церкви называли *обожением* человека, и чтобы хорошо понять, каким образом это совершается, необходимо вспомнить о том, что человек по своей сущности

---

<sup>15</sup> Мейстер Экхарт говорит о погружении «в неопредленную Божественную глубину», во «тьму, где никогда не воссиял свет Троицы». Ср. *Sermo "Ave gratia plena"*, в конце. В: J. Quint, *Deutsche Predigten und Traktate*, Hanser 1955, 261.

тварен<sup>16</sup> и навеки останется творением. Никогда не станет возможным такое, чтобы «Я» Бога поглотило "я" человека, даже в наиболее высоких состояниях благодати. Однако, необходимо признать, что человеческая личность сотворена «по образу и подобию» Божию, а пробразом этого образа является Божий Сын, Которым и для Которого создано все (ср. Кол 1, 16). Именно этот пробраз являет нам величайшую и глубочайшую тайну христианства: Сын всегда «другой» по отношению к Отцу, но в Святом Духе Он «единосущен Отцу». В результате «инаковость» не является злом, но наоборот - она величайшее благо. Существует «различие» в Боге, обладающего единой природой в трех Лицах, а также «различие» Бога и творения, являющееся следствием различий природы. Наконец, в Евхаристии и других таинствах Христос дает нам Себя Самого, делая нас участниками Своей Божественной природы<sup>17</sup>, не нарушая природы творения, в которой Он Сам участвует благодаря Воплощению.

15. Размышление над этими тайнами ведет к поразительному открытию: в христианстве сверх меры, без всякого уничтожения личности в море Абсолюта и при сохранении тварного статуса творения, реализуются все стремления, выраженные в молитвах других религий. «Бог есть любовь» (1 Ин 4, 8) - это глубоко христианское утверждение совершенным образом сочетает в себе *единство и «различие»* любящего и любимого в их вечном диалоге. В полноте истины мы, как усыновленные, можем стать участниками Христа, взывая с Сыном в Святом Духе «Авва! Отче!». В этом смысле Отцы Церкви вполне правы, говоря об обожении человека, приобщенного по природе Христу - Божию Сыну. Его благодатью человек становится участником Его Божией природы, «сыном в Сыне». Принимая Святого Духа, христианин прославляет Отца и реально участвует в троичной жизни Бога.

#### 4. ВОПРОСЫ, КАСАЮЩИЕСЯ МЕТОДА

---

<sup>16</sup> Ср. Второй Ватиканский Собор. Конституция *Gaudium et spes*, 19: «Глубочайшее основание человеческого достоинства состоит в том, что человек призван к общению с Богом. Человек приглашается к беседе с Богом уже с самого начала своего существования: ведь существует он лишь потому, что сотворен Богом благодаря любви, и всегда храним благодаря любви. И по истине он в полной мере живет лишь тогда, когда свободно признает эту любовь и предает себя в руки своего Творца».

<sup>17</sup> Как пишет св. Фома Аквинский об Евхаристии: «...proprius effectus huius sacramenti est conversio hominis in Christum, ut dicat cum Apostolo: Vivo ego, iam non ego; vivit vero in me Christus» (Ga 2, 20), In IV Sent., d. 12 q. 2 a. 1.

16. Обычно *великие религии*, стремившиеся к соединению с Богом в молитве, указывали также и способы достижения такого соединения. Поскольку «Католическая Церковь не отвергает ничего из того, что истинно и свято в этих религиях»<sup>18</sup>, не следует априори отрицать этих рекомендаций как нехристианских. Наоборот, можно принять полезное в них, при условии, что при этом не будет утрачено христианское понимание молитвы, ее логика и требования, поскольку новое определение этих элементов и их приятие должно совершаться в этом контексте. Из этих элементов в первую очередь следует назвать смиренное приятие опытного в молитвенной жизни наставника и его указаний. Понимание этого было живо в христианстве уже с давних времен, начиная с эпохи Отцов пустыни. Опытный в *sentire cum Ecclesia* наставник должен не только вести и предостерегать от опасностей, но и как «духовный отец», проникая в сердце ученика, вводить его в молитвенную жизнь, которая является даром Святого Духа.

17. В христианской древности, в ее поздний период, различались три этапа на пути к совершенству: путь очищения, путь освящения и путь соединения. Такое различие дало начало моделям многих школ христианской духовности. Эта верная сама по себе схема требует все же некоторых уточнений, которые позволят нам дать ее верную христианскую интерпретацию и избежать опасных недоразумений.

18. Поиск Бога в молитве должен быть предварен и идти в паре с аскетикой и очищением от собственных грехов и ошибок, поскольку по слову Иисуса только «чистые сердцем (...) Бога узрят» (Мф 5, 8). Евангелие стремится привести человека к нравственному очищению, стремится вернуть в его жизнь истину и любовь. Оно ведет его к очищению от всех инстинктов эгоизма, которые мешают человеку распознать и принять Божию волю в ее совершенстве. Плохи не страсти как таковые (как думали стоики и неоплатонники), но их эгоистическая направленность. Христианин должен освободиться от них, чтобы обрести состояние положительной свободы, которое в христианской древности определялось термином «*apatheia*», в Средние века – «*impassibilitas*», а в игнацианских духовных упражнениях - «*indiferentia*»<sup>19</sup>.

Достижение этого состояния невозможно без радикального самоотречения. Мы видим это и в Посланиях святого Апостола Павла, который отчетливо говорит об

---

<sup>18</sup> Второй Ватиканский Собор, *Nostra Aetate*, 2.

<sup>19</sup> Св. Игнатий Лойола, *Духовные упражнения*, 23сл.

«умервщлении» грешных наклонностей<sup>20</sup>. Только благодаря такому отречению человек становится свободным, может исполнять Божию волю и участвовать в свободе Святого Духа.

19. Поэтому нужно произвести верную интерпретацию доктрины тех учителей, которые предлагают «удалить» из разума все чувственные представления и понятия, сосредотачивая полное любви внимание на Боге так, чтобы возникающая вследствие этого пустота могла быть заполнена сокровищами Божества. Пустота, в которой нуждается Бог, представляет собой отказ от эгоизма. В то же время нет необходимости отказываться от сотворенных Богом вещей, которые Он дал нам и среди которых поместил нас. Несомненно то, что молитва требует полной концентрации на Боге и - по крайней мере настолько, насколько это возможно, - отрешения от земных дел, к которым привязывает нас наш собственный эгоизм. В этом прекрасным учителем для нас может быть Блаженный Августин: «Если желаешь обрести Бога, оставь внешний мир и войди в себя. Но не оставайся в себе, а превзойди себя, ибо ты не Бог. Он глубже и больше тебя. Я искал Его присутствия в моей душе и не нахожу Его. Но предаваясь богомыслию, я продолжал искать Бога и вздыхать к Нему. Через рассматривание творений я пытался познать 'невидимое Его'(Рим 1, 20)»<sup>21</sup>. «Замкнутость в себе» - вот настоящая опасность. Великий Доктор Церкви рекомендует сосредоточиться на себе, но затем превзойти собственное «я», которое есть не Бог, но творение. Бог всегда “interior intimo meo et superior summo meo”<sup>22</sup>. Бог действительно есть в нас и с нами, но превосходит нас в Своей тайне<sup>23</sup>.

20. С догматической точки зрения достижение совершенной любви Бога невозможно, если не принимается во внимание данный нам Богом дар Воплощенного

---

<sup>20</sup> Ср. Кол 3, 5; Рим 6, 11 сл.; Гал 5, 24.

<sup>21</sup> Блаж. Августин, Enarr. in Ps., 41, 8: PL 46, 469.

<sup>22</sup> Блаж. Августин, *Confessiones*, 3, 6, 11: PL 32, 688; *De vera religione*, 39, 7: PL 34, 154.

<sup>23</sup> Положительный христианский смысл «оставленности» творений образцово представлен в лице Бедняка из Ассизи. Именно потому, что святой Франциск ради любви к Господу оставил тварные вещи, он видит их все исполненными Божиего присутствия, сияющими достоинством Божиих творений и поет о них изумительную песнь бытия в своем кантике творения (ср. С. Esser, *Opuscula sancti Francisci Assisienensis*, Ad Claras Aquas, Grottaferrata [Roma] 1978, 83-86). Он так пишет в своем «Послании ко всем верующим»: «Все творение: на небе, и на земле, и в море, и в глубинах бездонных (Откр 5, 13) воздает Богу честь и славу и благословение, потому что Он наша жизнь и наша сила. Он, Который един благ (Лк 18, 19), един Всевышний, един Всемогущ и достоин изумления, прославленный и святой, достойный чести и благословения во веки веков. Аминь» (там же, 124). Святой Бонавентура отмечает, что Франциск в каждом

Сына, распятого и воскресшего. В Нем через действие Святого Духа мы получаем как чистую благодать участие во внутренней жизни Бога. Когда Иисус говорит «видевший Меня видел Отца» (Ин 14, 9), Он не говорит о внешнем созерцании и о знакомстве с Ним как с человеком («плоть не пользует нimalo» Ин 6, 63). Эти слова относятся скорее к созерцанию, возможному по благодати веры: через доступного нам Иисуса познать то, что Он как Слово Отца хочет нам возвестить о Боге («Дух животворит (...). Слова, которые Я говорю вам, суть дух и жизнь», там же). При созерцании такого рода речь не идет о чисто человеческом абстрагировании Того, в Ком явил Себя Бог, но о принятии Его Божественности и вечности в Его историчности. Как говорит в «Духовных упражнениях» св. Игнатий, мы вынуждены будем стараться понять «бесконечное Божественное благоухание и сладость» (124), исходя из бесконечной Богооткровенной истины, от которой мы и начали наши рассуждения. Бог может «вознести» и «освободить» нас от всего того, что удерживает нас в этом мире, приняв в полноту троичной жизни Своей вечной любви. Это дар можно получить только «во Христе через Святого Духа», но его невозможно обрести своим собственным усилием в отрыве от Его Откровения.

21. На пути христианской жизни после этапа очищения наступает просвещение любовью, которую Отец дает нам в Сыне и помазании, которое мы получаем от Него в Святом Духе (ср. 1 Ин 2, 20).

Со времен христианской древности говорится о «просвящении», полученном в Крещении. Оно ведет посвященных в Божественные тайны верных к познанию Христа в вере, которая в свою очередь действует через любовь. Более того, некоторые церковные писатели явственно говорят о просвещении, полученном в Крещении, как об основе превосходства познания Иисуса Христа (ср. Флп 3, 8), определяемого как «theoria», то есть созерцание<sup>24</sup>. В благодати святого Крещения верные призваны развивать в себе познание Божественных тайн и свидетельствовать о них «через глубокое постижение переживаемой ими духовной реальности»<sup>25</sup>. Никакое Божественное просвещение не в

---

творении созерцая Божие присутствие, изливал свою душу в великом гимне благодарения и славы. Ср. *Legenda S. Francisci*, 9, 1. В: *Opera omnia*, Quaracchi 1898, VIII, 530.

<sup>24</sup> Ср., например, Св. Иустин, *Apologia*, I, 61,12-13; PG 6, 420-421; Климент Александрийский, *Pedagogus*, I, 6, 25-31; PG 8, 281-284; св. Василий Великий, *Homoliae diversae*, 13, 1: PG 31, 424-425; св. Григорий Назианзин, *Orationes*, 40, 3, 1: PG 36, 361.

<sup>25</sup> Второй Ватиканский Собор, Конституция *Dei Verbum*, 8.

состоянии отменить актуальность истин веры. Благодать и просвещение, которые Бог может дать нам, помогают в пониманию внутреннего аспекта таинств, признаваемых и совершаемых Церковью, в ожидании дня, в котором христианин сможет лицезреть в славе Бога таким, каким Он есть (ср. 1 Ин 3, 2).

22. Наконец, если Бог того пожелает, молящийся христианин может обрести особый опыт *сопричастия* с Ним. Объективное начало такого сопричастия христианина с Богом составляют таинства, в первую очередь Крещение и Евхаристия<sup>26</sup>. Через таинства по особой благодати Святого Духа молящийся может быть призван к тому особому роду сопричастия с Богом, который в христианстве называется *мистическим*.

23. Безусловно, христианину необходимы периоды уединения, чтобы сосредоточиться и в присутствии Бога найти свой путь. Но как творение, которое знает, что находится в безопасности только силою благодати, способ, которым приближается к Богу христианин основывает не на какой-либо *технике* в строгом смысле этого слова. Это бы противоречило тому духу, духу детского доверия, которого требует от нас Евангелие. Подлинная христианская мистика не имеет ничего общего с техникой. Она всегда является даром Бога, и получающий его всегда осознает себя недостойным этого дара<sup>27</sup>.

24. Существуют особые *мистические милости*, которые даруются, например, основателям церковных институтов или другим святым. Милости эти характерны для их личного мистического опыта. Они не могут стать предметом подражания других верующих, в том числе принадлежащих к этому институту и стремящихся ко все более совершенной молитве<sup>28</sup>. Существуют различные степени и способы участия в молитвенном опыте основателя, и не обязательно это участие у всех проявляется в одинаковой форме. Наконец, молитвенный опыт, которому отводится привилегированное место во всех древних и новых подлинно церковных институтах, в конечном итоге

---

<sup>26</sup> Соборная Конституция *Lumen gentium* определяет Евхаристическую жертву как «источник и вершину всей христианской жизни» (11), в ней мы «действительным образом причащаясь Тела Господня ... возвышаемся до общения с Ним» (7).

<sup>27</sup> Св. Тереза Иисуса, Внутренняя крепость, IV, 1, 2.

<sup>28</sup> Без специальной благодати никто из молящихся не будет стремиться к целостному пониманию Божественного Откровения, которое св. Григорий отмечал у св. Бенедикта, и к тому мистическому энтузиазму, с которым св. Франциск Ассизский созерцал Бога во всех Его творениях. Не удостоится он и того видения, которое дано было св. Игнатию над рекою Кардонье и которое, по его словам, могло бы занять для него место Священного Писания. «Темная ночь», описанная св. Иоанном Креста, является частью его личной молитвенной харизмы. Хотя это, безусловно, не значит, что каждый брат его общины должен переживать ее в точности как и он, чтобы достичь совершенства в молитве, к которому Бог его призывает.

является чем-то глубоко личным. Бог по молитве посылает свои милости конкретному человеку.

25. Говоря о мистике, следует различать *дары Святого Духа* и *харизмы*, которые Бог дает по Своей воле. Дары Святого Духа каждый христианин может развивать в себе, живя верой, надеждой и любовью. Тем самым через подлинную аскезу он может достичь определенного опыта Бога и истин веры. О харизмах же Апостол Павел говорит, что они в первую очередь служат благу Церкви, то есть благу других членов Мистического Тела Христова (ср. 1 Кор 12, 7). В связи с этим следует напомнить, что харизму нельзя отождествлять со сверхъестественными («мистическими») дарами (ср. Рим 12, 3-21). Следует также помнить, что граница между «дарами Святого Духа» и «харизмами» может быть подвижная. Можно с уверенностью сказать, что, с одной стороны, харизма, приносящая плоды в Церкви, не может «функционировать» в новозаветном мире без определенной степени личного совершенства, а с другой стороны - каждый «живой» христианин обладает своей миссией (и в этом смысле «харизмой») в созидании Тела Христова (ср. Еф 4, 15-16)<sup>29</sup>, в единстве с церковной властью, «которой надлежит Духа не угашать, но все испытывать и доброго держаться» (Конституция Второго Ватиканского собора «Свет народам» 12).

## 5. ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

26. Опыт учит, что *позиция и положение тела* оказывают влияние на сосредоточение и состояние духа. На это обратили внимание некоторые христианские писатели Востока и Запада.

Хотя в размышлениях этих авторов и присутствуют элементы, общие с нехристианскими религиями, но они лишены преувеличения и односторонности, которыми сегодня часто изобилуют предложения людей недостаточно подготовленных.

Изучая духовность, эти христианские авторы восприняли элементы, которые помогают сосредоточиться на молитве. Вместе с тем эти авторы признавали их условную

---

<sup>29</sup> Призвание христианина к «мистическим» переживаниям может заключать в себе как то, что св. Фома называет живым переживанием Бога при содействии даров Духа, так и те формы получения благодати, которые невозможно наследовать (и которых не следует добиваться). Ср. св. Фома Аквинский, *Summa Theologiae*, I-II, 1c, а также а. 5 ad 1.

ценность: они полезны, если принимают во внимание цель христианской молитвы<sup>30</sup>. Например, пост в христианстве имеет прежде всего значение покаяния и умерщвления. Но уже по мнению Отцов Церкви он призван был помочь человеку настроиться на встречу с Богом, усилить способность христианина владеть собою и сделать его более внимательным к нуждам братьев.

В молитве человек призван установить связь с Богом. Таким образом, и его тело должно принять положение, наиболее способствующее сосредоточению<sup>31</sup>. Эта позиция тела может символическим образом выражать саму молитву, изменяясь в зависимости от культурных предпочтений и личных качеств молящегося. В некоторых частях света христиане все более отдают себе отчет в том, что та или иная позиция тела может способствовать молитве.

27. Молитва христианского Востока<sup>32</sup> давно оценила психо-физический символизм, которого не доставало молитве Запада. Это может относиться как к определенному положению тела, так и к основным жизненным функциям, таким как дыхание или биение сердца. Например, практика «Иисусовой молитвы», отвечающая естественному ритму дыхания, может, по крайней мере некоторое время, для многих быть весьма полезной<sup>33</sup>. С другой стороны, те же восточные учителя подтвердили, что не все одинаково способны пользоваться этим символизмом, поскольку не все в состоянии перейти от внешнего материального знака к поиску духовной реальности. Неверно понятый символизм может даже превратиться в идола и препятствовать вознесению духа к Богу. Еще более трудным является переживание в молитве всей реальности собственного тела как символа. Оно может превратиться в культ тела и привести к обманчивому отождествлению возникающих впечатлений и душевных переживаний с переживаниями духовными.

---

<sup>30</sup> Ср., к примеру, свидетельства древнехристианских писателей о принятых у христиан положениях тела во время молитвы: Тертуллиан, *De oratione*, XIV; XVII: PL 1, 1170. 1174-1176; Ориген, *De oratione*, XXXI, 2: PG 11, 550-553; а также о значении положения тела: Варнава, *Epistula*, XII, 2-4: PG 2, 760-761; св. Иустин, *Dialogus*, 90, 4-5: PG 6, 689-692; св. Ипполит Римский, *Commentarium in Dan.*, III, 24: GCS I, 168, 8-17; Ориген, *Homiliae in Ex.*, XI, 4: PG 12, 337-338. Ср. также Ориген, *De oratione*, XXXI, 3: PG 11, 553-555.

<sup>31</sup> Ср. св. Игнатий Лойола, *Духовные упражнения*, 76.

<sup>32</sup> Как, например, медитация отшельников-исихастов. Исихия, или внутренняя тишина, считается у отшельников условием молитвы. Для ее восточной формы характерны уединение и сосредоточение.

<sup>33</sup> Практика «Иисусовой молитвы», которая является повторением богатой библейским содержанием формулы призывания и прошения (например, «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя») соответствует естественному ритму дыхания. Ср. св. Игнатий Лойола, *Духовные упражнения*, 258.

28. Некоторые физические упражнения автоматически вызывают ощущение покоя и разрядки, чувство благодати, а иногда - света и тепла, напоминающие духовные радости. Принимая их за подлинное утешение Святого Духа мы бы впали в абсолютно ложное понимание духовного пути. Наделение этих чувств символическим значением, типичным для мистического опыта, - при отсутствии соответствующих нравственных качеств заинтересованного, - было бы проявлением некой интеллектуальной шизофрении, которая может привести даже к психическим нарушениям, а иногда и к моральным отклонениям.

Это не означает, что подлинные медитативные практики, которые восходят к христианскому Востоку и великим нехристианским религиям, столь привлекательные для внутренне раздробленного и растерянного современного человека, не могут быть полезны для осознания молящимся Божиего присутствия и для внутренней разрядки человека среди внешних забот.

Все же необходимо помнить, что постоянное единство с Богом или внутреннее бодрствование и призывание Божией помощи, названное в Новом Завете «непрестанной молитвой»<sup>34</sup>, может продолжаться и тогда, когда человек, в соответствии с Божией волей, предается труду и заботе о ближнем. Апостол дает нам такое поучение: «Итак, едите ли, пьете ли, или иное что делаете, все делайте в славу Божию» (1 Кор 10, 31). Как утверждают великие учителя духовной жизни, подлинная молитва пробуждает в молящихся горячую любовь, побуждающую нас к участию в миссии Церкви и служению братьям для большей славы Божией<sup>35</sup>.

## 6. "Я ЕСТЬ ПУТЬ"

29. Среди предлагаемых Церковью разнообразных и богатых форм христианской молитвы каждый должен найти свою собственную. Но в конечном итоге все эти пути сходятся в том *пути к Отцу*, Которым есть Иисус Христос. Поэтому в поиске

---

<sup>34</sup> Ср. 1 Фес 5, 17 и 2 Фес 3, 8-12. Из-за этих и некоторых других текстов возникает проблема: как примирить заповедь непрестанной молитвы с заповедью работать? Ср. Блаж. Августин, *Epistula*, 130, 30: PL 33, 501-502 и св. Иоанн Касиан, *De institutis Coenobiorum*, III, 1-3: SCh 109, 92-93. Ср. также номера 14-15, посвященные так называемым «делам молитвы». В: *Afraatis Sapientis Persae Demonstrationes*, IV: PS 1, 170-174. Ed. J. Parisot.

<sup>35</sup> Ср. св. Тереза Иисуса, *Внутренняя крепость*, VII, 4, 6.

собственного пути пусть каждый положится не на свое усмотрение, но предаст себя Святому Духу, Который через Христа ведет нас к Отцу.

30. В жизни молящегося человека бывают минуты, когда он чувствует себя оставленным и потерянным, когда не смотря на все старания он вовсе не "чувствует" присутствия Бога. В такие минуты следует понять, что подобных искушений не избежал никто из тех, кто серьезно относился к молитве. Не следует этого опыта, общего всем христианам, принимать за мистическую «темную ночь». Во всяком случае человек, который в такие периоды старается устоять в молитве, может испытывать чувство, что он молится как бы «механически». Но в реальности мы имеем дело с чем-то абсолютно иным. Именно в такие периоды его молитва становится выражением верности Богу, Которому он желает предстоять и тогда, когда в обмен на это не получает никакого субъективного утешения.

Во время этих, казалось бы, мало успешных минут молитвы проявляется то, чего человек действительно ищет в молитве: Бога ли, Который в Своей бесконечной свободе всегда превышает его, или же самого себя, оставаясь в плену собственного «опыта», оценивая его либо положительно - как «опыт» соединения с Богом, либо отрицательно - как опыт мистической "пустоты".

31. Любовь Бога является единственным предметом христианского созерцания. Ее невозможно обрести при помощи какого-либо метода или техники. Для этого необходимо непрестанно устремлять свой взор на Иисуса Христа, в Котором любовь Бога к нам достигла величайшей глубины - вплоть до Крестного опыта оставленности Отцом (ср. Мк 15, 34). Поэтому Богу следует оставить решение относительно способа, каким Он желает сделать нас участниками Своей любви. Но никоим образом мы не сможем никогда достичь уровня созерцаемой нами неограниченной Божией любви. Даже тогда, когда по милосердию Бога Отца через посланного в наши сердца Святого Духа дарован нам будет во Христе некий чувственный отблеск этой Божией любви и мы будем увлечены истиной и красотой Господа.

Чем более дано творению приблизиться к Богу, тем большее возрастает в нем славословие в честь Трисвятого Бога. Понятными становятся слова Блаженного

Августина: «Ты можешь назвать меня другом, я же знаю, что я слуга»<sup>36</sup>, как и слова Той, Которая имела удел в Божией дружбе: «Призрел Он на смирение Рабы Своей» (Лк 1, 48).

*Во время аудиенции, данной нижеподписавшемуся кардиналу Префекту, Его Святейшество Иоанн Павел II утвердил это послание, принятое на пленарном собрании Конгрегации Вероучения, и повелел опубликовать его.*

От седалища Конгрегации Вероучения, 15 октября 1989 г., в торжество св. Терезы Иисуса.

Йозеф Кардинал Рацингер  
Префект

Альберто Бовон  
Титулярный Архиепископ Цезарии Нумидийской  
Секретарь

---

<sup>36</sup> Блаж. Августин, *Enarr. in Ps.*, 142, 6: PL 37, 1849. Ср. также Блаж. Августин, *Tract. in Joan.*, IV, 9: PL 35, 1410: «Quando autem nec ad hoc dignum se dicit, vere plenus Spiritu Sancto erat, qui sic servus Dominum agnovit, et ex servo amicus fieri meruit».