

УЧЕНИЕ ОБ УМНОМ ДЕЛАНИИ ПРЕПОДОБНОГО СИЛУАНА АФОНСКОГО И СХИАРХИМАНДРИТА СОФРОНИЯ (САХАРОВА)

диакон Сергей Коновал

студент II курса магистратуры кафедры богословия

Московской духовной академии

141312, Сергиев Посад, Троице-Сергиева Лавра, Академия

konoval-sergej@mail.ru

Для цитирования: Коновал С., диак. Учение об умном делании преподобного Силуана Афонского и схиархимандрита Софрония (Сахарова). // Вопросы богословия. 2024. № 2 (12). С. 64–71. DOI: 10.31802/PWG.2024.12.2.005

Аннотация

УДК 271.2-36

В статье приводится рассмотрение учения об умном делании известных его делателей, отцов современников — преподобного Силуана Афонского и схиархимандрита Софрония (Сахарова). Оба отца рассматривают умное делание (практику молитвы Иисусовой), как нечто большее, чем просто механическое повторение слов молитвы; молитва представляется высоким искусством внутреннего состояния души и сосредоточенности ума. Они подчеркивают важность внутреннего состояния сердца и сосредоточенности ума. Также отцы говорят о различных путях духовной жизни, образах молитвы и ступенях ее развития. Особо отцы подчеркивают, что вся деятельность молящегося должна быть направлена на соблюдение заповедей и постоянном предстоянии перед Богом в чистоте молитве. В своем учении они держатся той мысли, что истинная сущность духовной жизни заключается не только в деятельности, но и в созерцании, во внимании к внутреннему состоянию человека и его отношениям с Богом.

Ключевые слова: преподобный Силуан, схиархимандрит Софроний, умное делание, Иисусова молитва.

The Doctrine of Intelligent Work by St. Siluan of Athos and Archimandrite Sophrony (Sakharov)

Serhiy Konoval, deacon

II-year Master's degree student at the Department of Theology
at the Moscow Theological Academy
Holy Trinity-St. Sergius Lavra, Sergiev Posad, 141312, Russia
konoval-sergej@mail.ru

For citation: Konoval, Serhiy. "The Doctrine of Intelligent Work by St. Siluan of Athos and Archimandrite Sophrony (Sakharov)". *Theological Questions*, no. 2 (12), 2024, pp. 64–71 (in Russian). DOI: 10.31802/PWG.2024.12.2.005

Abstract. The article provides an examination of the doctrine of intelligent doing by its famous doers, the fathers of contemporaries – St. Siluan of Athos and Archimandrite Sophrony (Sakharov). Both fathers consider intelligent doing (the Jesus prayer practical) as something more than just a mechanical repetition of the prayer words; prayer seems to be a high art of inner state of the soul and mind concentration. They emphasize the importance of the inner near state of the heart and mind concentration of the mind. The fathers also talk about the various ways of spiritual life, ways of prayer and stages of its development. The fathers especially underline that all the worshipper activity should be aimed at observing the commandments and constantly standing before God in pure prayer. In their teaching, they adhere to the idea that the true essence of spiritual life is not only in activity, but also in contemplation, in attention to the eternal condition inner state of man and his relationship with God.

Keywords: Venerable Siluan, Archimandrite Sophrony, intelligent work, Jesus' prayer.

Пришедшая с Православного Востока традиция умного делания прочно вошла в жизнь Русской Церкви, став одним из средств ведения духовной жизни, доступное всем стремящимся к спасению¹. Не только монахи, но и миряне могут на личном опыте познать благодатное действие этого молитвенного делания. Отцы древности и учителя умной молитвы своим жизненным опытом и писаниями свидетельствовали учение своих предшественников, и также оставляли после себя духовные наставления. Некоторые отцы считали, что умное делание является уделом исключительно монахов, иные, что к этому деланию могут прибегать и миряне. Соответственно, и те, и другие передавали свое учение об умном делании на удобном их современникам языке.

В данной статье будет рассмотрено учение об умном делании преподобного Силуана Афонского и его ученика, схиархимандрита Софрония (Сахарова). Оба отца вели подвижническую жизнь, неразрывно связанную с молитвой. Подвизаясь на Афоне, они не могли не быть знакомы с трудами и учением святых отцов-аскетов, учивших об умном делании (о внутренней или Иисусовой молитве), чей опыт они переняли и воплотили в жизнь.

О преподобном Силуане Афонском (в миру Симеон Антонов) (ум. 1938 г.) и его учении об умной молитве мы прежде всего узнаем из книги «Старец Силуан Афонский» схиархимандрита Софрония (Сахарова) (1896–1993), ученика и ближайшего собрата старца Силуана.

По определению старца Силуана, молитва является творчеством бесконечным и разнообразным. Но все же имеются различные ее виды, зависящие от установки или направленности духовных сил человека, которые даны отцами Церкви². Согласно со святыми отцами, преподобный Силуан говорит о трех образах молитвы: «первый... характеризуется воображением, второй — размышлением, третий — погружением в созерцание»³. Последний образ считается отцами самым правильным, при этом первые два также полезны в силу того, что человек не может сразу взойти к третьему образу, каждому образу свое время. Первые два образа не имеют таких духовных плодов, нужно духовно развиваться и постепенно переходить от одного образа к другому, иначе есть риск впадения в «духовные заболевания». Третий образ

1 Концевич И. М. Стяжание Духа Святого на путях древней Руси. М. Институт русской цивилизации. 2009. С. 92–121.

2 Софроний (Сахаров), схиархим. Преподобный Силуан Афонский. Изд. 3-е. СТСЛ. 2011. С. 139.

3 Там же. С. 140.

заключается в таком состоянии ума в сердце, при котором молящийся своим умом полностью предстоит перед Богом⁴.

Находясь на стадии первого образа, человек постоянно пребывает в состоянии воображения, мечтания. Все божественное ему представляется в «различных фантастических образах»⁵.

При втором образе человек может получать благодать, при этом не понимая, что с ним на самом деле происходит. Он не может удержаться в этом состоянии в «силу неправильности своей внутренней установки», потому что его сердце и ум пока еще открыты для проникновения всего постороннего. Отличительной чертой этого образа является сосредоточение внимания «в головном мозгу», что приводит к «рассудочным философским созерцаниям, которые..., как и первый образ молитвы, выводят... в мир представляемый, воображаемый»⁶.

Третий образ молитвы — «соединение ума с сердцем» — преподобный Силуан считает нормальным религиозным состоянием, дающееся свыше, которого желает и ищет молящийся. Это состояние испытывает всякий, кто молится искренне, от всего сердца. «Плачь умиления» во время молитвы является показателем того, что «ум соединился с сердцем» и молитва нашла свое место — «первую ступень восхождения к Богу»⁷.

Результатом такого соединения ума и сердца является недопущение «проникновения помыслов в сердце»⁸. Ум сам отталкивает их и не дает помыслам перерасти в страсть на самой первой стадии ее зарождения. Такое делание преподобный Силуан называет «умным безмолвием»⁹, заключающееся в хранении своего ума и сердца от посторонних помыслов. Оно перенято нами через свидетельства и предания святых отцов первых веков христианства.

По мысли преподобного Силуана достижение умно-сердечного внимания является целью каждого монаха. После долгого времени совершения такого подвига, молящийся получает способность отталкивать от себя посторонние помыслы. Тогда он чувствует постоянное всеприсутствие и действие Бога и его «молитвенное состояние становится непрестанным»¹⁰.

4 Там же. С. 141–142.

5 Там же. С. 140.

6 Там же. С. 140–141.

7 Там же. С. 141–142.

8 Там же. С. 142.

9 Там же. С. 144.

10 Там же. С. 144.

Следует заметить, что о затворе и отшельничестве преподобный Силуан говорил, как о вспомогательных средствах, способствующих развитию «чистой молитвы». Никакой вид подвижничества (безмолвие, затвор, пастырское служение, богословский труд и др.) не может являться высшим образом духовной жизни, но каждый может быть таким «если он соответствует воле Божией о данном лице», а воля Божия о каждом человеке особая¹¹. При этом всегда нужно стремиться к чистой молитве, которая «произносится с умилением..., ничем не перебивается». Преподобный Силуан выделяет еще один вид молитвы — чистой, при которой ум заключен в сердце и без посторонних мыслей «поучается в памяти имени Божия». Такая молитва является даром Божиим¹².

Некоторыми святыми отцами приводится различие между двумя образами духовной жизни — деятельным и созерцательным, из которых первый — путь хранения заповедей. Преподобный Силуан таким же образом разделяет духовную жизнь на деятельную и созерцательную, но с тем отличием, что и ту, и другую он видит «именно как хранение заповедей»¹³. Основой умного безмолвия для старца Силуана являлась первая и наибольшая заповедь Христа: *возлюби Бога всем сердцем, всем помышлением, всей душой* (Мф. 22, 37–38).

Основой умного делания преподобный Силуан считал хранение своего сердца от помыслов через умное внимание, благодаря которому достигается предстояние Богу в чистой молитве¹⁴. Такой путь направлен на достижение постоянного «умно-сердечного» внимания. На это могут уйти многие годы, но в результате такого подвига ум приобретает силу отталкивать от себя помыслы, и подвижник удостоивается чувства всеприсутствия Бога, а молитва становится непрестанной.

Схиархимандрит Софроний (в миру Сергей Семёнович Сахаров) (1896–1993) являлся одним из видных делателей Иисусовой молитвы XX века, оставивший после себя богатое письменное наследие, которым по сей день пользуются все, стремящиеся вести духовную жизнь и разрешить вопросы, появляющиеся на этом пути.

Сам старец дал следующее определение Иисусовой молитвы — это краткое призывание, непрестанно повторяющееся верующим во имя Господа Иисуса¹⁵. Христиане начали призывать имя Спасителя с самого

11 Там же. С. 144–148.

12 Там же. С. 148.

13 Там же. С. 150.

14 *Софроний (Сахаров), схиархим.* Преподобный Силуан Афонский. Изд. 3-е. СТСЛ. 2011. С. 144.

15 *Захария (Захару), архим.* Христос как путь нашей жизни. Введение в богословие старца Софрония (Сахарова). ПСТБИ. М. 2002. С. 210.

начала истории Новозаветной Церкви. Но молитва, по замечанию старца, не будет приносить своих плодов, если она будет совершаться «механическим образом», не будет сопряжена с соблюдением Евангельских заповедей и совершается без должного почитания имени Спасителя. В этом случае молитва идет не во благо, о чем говорит Сам Христос: «*Не всякий, говорящий Мне: «Господи! Господи!» — войдет в Царство Небесное*» (Мф. 7, 21).

В первой части молитвы Иисусовой содержится исповедание воплотившегося Христа Богом. Во второй части содержится принятие факта нашей греховности. Старец Софроний указывает пять ступеней развития молитвы у молящегося: 1) устная, 2) умная, 3) умно-сердечная, 4) самодвижная, 5) благодатная. Творя устную молитву, нужно стараться сосредоточиться на каждом ее слове. Умная молитва предполагает произнесение молитвы мысленно. При умно-сердечной молитве происходит соединение ума и сердца, в котором сосредотачивается все внимание и совершается молитва. Самодвижная молитва — это молитва, произносимая без усилия. И, наконец, благодатная молитва, действующая свыше, приносит радостное ощущение любви Божией, возносит ум в духовные созерцания и может сопровождаться видением Света¹⁶.

Читая Писание, мы знаем, что почитание имени Божия берет начало еще со времен Ветхого Завета, где имя Божие несло в себе определенные свойства Бога. В этом ключе старец Софроний пишет: «Священною была история» и делит ее на три периода: первый период — от Адама до Моисея, второй период — с момента синайского законодательства, и третий период — с момента пришествия Христа¹⁷. Рассуждая о первом периоде, старец Софроний к первым главам книги Бытия, где повествуется о призывании имени Господа после рождения у Сифа сына — Еноса (Быт. 4, 26). После этого Господь являлся ветхозаветным патриархам с именем «Бог Всемогущий», но не называет Себя именем «Яхве» (Исх. 3, 14). Далее Бог дополнил откровение о Себе: «*И сошел Господь в облаке, и остановился близ него (Моисея) и провозгласил Имя ЯХВЕ*» (Исх. 34, 5–7)¹⁸. Дальнейшее повествование показывает Бога, как милостивого и человеколюбивого. Незадолго до своих страданий Христос сказал ученикам: «*Доныне вы ничего не просили во Имя Мое; просите и получите, чтобы радость ваша была совершенна... Истинно говорю вам: о чем ни попросите Отца во Имя Мое, даст вам*» (Ин. 16, 24–23).

Также у отца Софрония мы найдем наставления о практической стороне молитвы Иисусовой, которые он почерпнул у своего духовного

16 Софроний (Сахаров), преп. О молитве. Сборник статей. Изд. 2-е. СТСЛ. 2010. С. 167–168.

17 Там же. С. 152–153.

18 Там же. С. 144–145.

наставника — преподобного Силуана Афонского. Прежде всего он говорит, что в молитве мы стремимся соединить ум с сердцем. Он учит, что для достижения этого, не нужно прибегать к помощи механических средств (к психосоматическому методу молитвы). Для этого нужно приучить свой ум вниманию к молитве, то есть внимательно произносить каждое слово молитвы Иисусовой. Внимательность в молитве и стремление жить по заповедям приводит к тому состоянию, когда и сердце, и ум «соединяются в едином действии»¹⁹. В прохождении молитвенного подвига нельзя проявлять поспешность.

Но все же, отец Софроний уделяет внимание психосоматическому методу, и говорит, что в настоящее время некоторые духовные наставники разрешают его практиковать. Для этого монах должен занять удобное положение тела, наклонить голову к груди и мысленно произносить Иисусову молитву, произнося на вдохе слова «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий», на выдохе — «помилуй мя грешного». Поясняет он это следующим образом: «Во время вдыхания внимание ума сначала следует движению воздуха и останавливается на верхней части сердца. При таком делании через некоторое время внимание может быть сохранено нерассеянным, и ум установится рядом с сердцем или даже и войдет вовнутрь»²⁰. Такой метод может быть полезен, если каждое произнесение имени Спасителя связано с Ним, с Его личностью, а не просто механическое повторение слов молитвы. Но в практике, при использовании такого метода нельзя достигнуть настоящей молитвы, которая приходит через веру и покаяние — основания настоящей молитвы. Архимандрит Софроний предостерегает от пустого произнесения имени Спасителя и приводит Его слова: *Не всякий, говорящий Мне: Господи, Господи! войдет в Царство* (Мф. 7, 21). Более правильным методом, по его мнению, является сосредоточение внимания на Имени Спасителя и словах молитвы. Сокрушение о своих грехах приводит к соединению ума с сердцем. Также архимандрит Софроний считал молитву основным средством для совершенствования в умном делании, вершиной которого становится чистая молитва²¹. Во время молитвы часто возникают помыслы, отвлекающие внимание от сердца. В такие моменты может показаться, что молитва бесплодна, а ее слова не воспринимаются умом и повторяются автоматически. Но все же, после молитвы все помыслы уходят и уже не беспокоят. Старец объясняет это действием призывания

19 Там же. С. 182–183.

20 Там же. С. 166–167.

21 Белов В. Н. Аскетика с русской духовной традиции. Саратов. Изд. Саратовского университета. 2011. С. 209.

Имени Божия, которое все тайное в человеке приводит в движение. Молитва в таком случае освещает и указывает на страсти, которые находятся внутри человека. В такие моменты он советует усиленно произносить Имя Спасителя, чтобы постепенно возрастало чувство покаяния. Для того, чтобы такое молитвенное делание приносило свои плоды, необходимы условия. Во-первых, «вера во Христа, как в Бога-Спасителя»²², во-вторых, осознание своего греховного состояния, в котором человек может считать себя хуже всех. Это состояние приходит от осознания своей удаленности от Бога.

Как многие учителя умной молитвы, архимандрит Софроний говорит о том, что творить Иисусову молитву следует везде и постоянно: «Ею молятся при всякой работе благочестивые простые люди; ею заменяют церковные службы, ее «умом» произносят монахи, находясь в храме во время богослужений; она же составляет преимущественное занятие монахов в келиях и пустынников-исихастов»²³.

Учение об умном делании преподобного Силуана и схиархимандрита Софрония основано на их личном живом опыте, которое берет свое начало в первую очередь из Священного Писания, выражающееся в хранении Заповедей. И конечно, перенятый ими опыт отцов-аскетов оставил свой след. Очевидно, оба подвижника писали скорее для монашествующих, но накопленный ими опыт представляет интерес и современным мирянам, так как обстоятельства жизни во многом схожи со временем земной жизни старцев Силуана и Софрония.

Источники

Захария (Захару), архим. Христос как путь нашей жизни. Введение в богословие старца Софрония (Сахарова). М.: Изд-во ПСТБИ, 2002.

Софроний (Сахаров), архим. О молитве. Сборник статей. СТСЛ. 2010.

Софроний (Сахаров), схиархим. Преподобный Силуан Афонский. СТСЛ. 2011.

Литература

Белов В. Н. Аскетика с русской духовной традиции. Саратов.: Изд-во Саратовского университета, 2011.

Концевич И. М. Стяжание Духа Святого на путях древней Руси. М.: Институт русской цивилизации, 2009.

22 *Софроний (Сахаров), преп.* О молитве. С. 187–188.

23 Там же. С. 171.