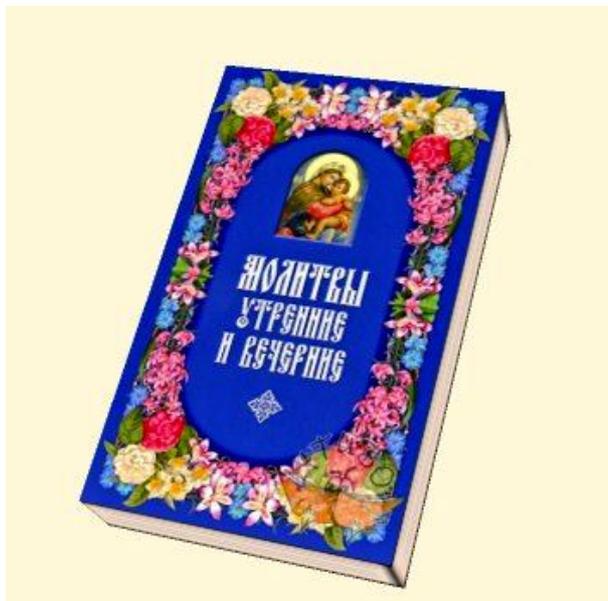


Великая важность утренних и вечерних молитв



В этой статье мы поговорим с вами о великой важности утренних и вечерних молитв, которые являются для нас тем же, что для воина, выходящего на брань с врагом, доспехи, закрывающие сердце и прочие уязвимые части тела. Как нелегко воспламенить дух молитвы только что восставшему ото сна, находящемуся в известном помрачении от сонного расслабления, так человеку, завершившему свой день, проведшему его в трудах земных, совсем нелегко бывает ожить для Бога духом, ибо дух этот часто помрачен вереницей дневных впечатлений.

Вот почему Церковь отобрала для нас некие золотые слитки в малую сокровищницу утреннего и вечернего правила. И тот, кто со вниманием, часто уже наизусть, а иногда, лишь подглядывая в молитвослов, читает это правило, действительно привязывается к нему всей душой, всем помышлением. Ибо Господь всякий раз, взбадривает душу, развеивает томность, возвращает бодрость, возвращает острозоркость, как бы вводит нас в мир молитвы посредством этого малого правила. Конечно, неплохо слушать его в храме или дома при соборном чтении, но лучше всего читать это правило самому, вникая в каждое слово молитвы, никуда не спеша, но питаясь и насыщаясь благодатью, сокрытой в тех покаянных вздохах, обличениях, славословиях и хвалениях Бога, которыми насыщены эти воистину святые молитвы, составленные мужами древности.

Вот почему никогда не нужно спешить с этим правилом, при недостатке времени лучше не тциться вогнуть в семь минут правило, но прочитать лишь несколько молитв так, чтобы они дали отзвук в душе, послужили к освящению сердца. Советуют в отношении вечернего правила читать его еще тогда, когда душа не скована утомлением. Но по существу уже после трех часов пополудни, когда по древнему исчислению времени 9-й час вступает в силу, можно читать это правило, оставляя те молитвы, которые в молитвослове напечатаны после молитвы «Достойно есть...» как освящающие непосредственный отход ко сну.

Ежедневные утренние и вечерние молитвы необходимы для жизненного ритма, поскольку в противном случае душа легко выпадает из молитвенной жизни, как бы просыпаясь лишь от случая к случаю. В молитве же, как и во всяком большом и трудном деле, одного «вдохновения», «настроения» и импровизации недостаточно.

Чтение молитв связует человека с их творцами: псалмопевцами и подвижниками. Это помогает обрести духовный настрой, родственный их сердечному горению.

Существует три основных молитвенных правила:

1) полное молитвенное правило, рассчитанное на духовно опытных мирян, которое напечатано в «Православном молитвослове»;

2) краткое молитвенное правило; утром: «Царю Небесный», Трисвятое, «Отче наш», «Богородице Дево», «От сна восстав», «Помилуй мя Боже», «Верую», «Боже, очисти», «К Тебе, Владыко», «Святый Ангеле», «Пресвятая Владычице», призывание святых, молитва за живых и усопших; вечером: «Царю Небесный», Трисвятое, «Отче наш», «Помилуй нас, Господи», «Боже вечный», «Благаго Царя», «Ангеле Христов», от «Взбранной Воеводе» до «Достойно есть»;

3) краткое молитвенное правило преподобного Серафима Саровского: три раза «Отче наш», три раза «Богородице Дево» и один раз «Верую» - для тех дней и обстоятельств, когда человек находится в крайнем утомлении или весьма ограничен во времени. Совсем опускать молитвенное правило нежелательно. Даже если молитвенное правило читается без должного внимания, слова молитв, проникая в душу, оказывают свое очищающее воздействие.

Основные молитвы следует знать наизусть (при регулярном чтении они постепенно запоминаются человеком даже с очень плохой памятью), чтобы они глубже проникли в сердце и чтобы их можно было повторять в любых обстоятельствах. Желательно изучить текст перевода молитв с церковнославянского языка на русский (см. «Толковый молитвослов»), чтобы понимать значение каждого слова и ни одно слово не произносить бессмысленно или без точного осмысления. Очень важно, чтобы приступающий к молитвословию изгнал из сердца обиды, раздражение, горечь. Без усилий, направленных на служение людям, на борьбу с грехом, на установление контроля над телом и душевной сферой, молитва не может стать внутренним стержнем жизни.

В условиях современного быта, учитывая загруженность и ускоренные темпы, мирянам нелегко отводить для молитвы определенное время. Врагом молитвы утренней является спешка, а молитвы вечерней – усталость.

Утренние молитвы лучше всего читать до начала всякого дела (и до завтрака). В крайнем случае, их произносят по дороге из дома. Поздно вечером часто бывает трудно сосредоточиться из-за усталости, поэтому можно рекомендовать читать вечернее молитвенное правило в свободные минуты до ужина или еще раньше.

Во время молитвы рекомендуется уединиться, возжечь лампаду или свечу и встать перед иконой. В зависимости от характера внутрисемейных взаимоотношений можно рекомендовать чтение молитвенного правила вместе, всей семьей, или каждому члену семьи отдельно. Общая молитва рекомендуется перед вкушением пищи, в торжественные дни, перед праздничной трапезой и в других подобных случаях. Семейная молитва – это разновидность церковной, общественной (семья – своего рода «домашняя Церковь») и поэтому не заменяет молитву индивидуальную, а лишь дополняет ее.

Перед началом молитвословия следует осенить себя крестным знаменем и совершить несколько поклонов, поясных или земных, и постараться настроиться на внутреннюю беседу с Богом. Трудность молитвы – нередко признак ее подлинной действенности.

Молитва за других людей – неотъемлемая часть молитвословия. Предстояние Богу не отдаляет человека от ближних, но связывает его с ними еще более тесными узами. Не следует ограничиваться только молитвой за близких и дорогих нам людей. Молитва за тех, кто причинил нам огорчение, вносит в душу мир, оказывает воздействие на этих людей и делает нашу молитву жертвенной.

Хорошо окончить молитвословие благодарением Богу за дарованное общение и сокрушением о своей невнимательности. Приступая к делам, надо прежде подумать о том, что предстоит говорить, делать, видеть в течение дня и испросить у Бога благословения и сил для следования Его воле. В гуще трудового дня надо творить краткую молитву, которая поможет и в повседневных делах находить Господа.

Таким образом, усердное чтение утренних и вечерних молитв дают христианину ту крепость, тот нравственный стержень, ту остойчивость, что являются над победой над изменчивостью и непостоянством нашего сердца. И как бы мы ни были подвержены греху, как бы не смеялся над нами лукавый, вынуждая нас делать, чего мы не хотим и не делать того, чего должно было бы делать, через внимательное чтение правила мы обретаем силу над ним, лукавым, и вводимся уже, поставляемся Богом на стезю иной - внутренней, внимательной, сокрушенной молитвы.