

Протоиерей Павел Великанов, Д. А. Гуляев

Практика *meditatio* в трудах преподобного Иоанна Кассиана Римлянина

УДК 27-58:27-277

DOI 10.47132/1814-5574_2023_4_39

EDN XUQGJI



Аннотация: Данная статья посвящена практике *meditatio* — «размышления над Священным Писанием», описанной прп. Иоанном Кассианом Римлянином в его «Собеседованиях». В работе приводится описание данной практики греческими авторами, которые использовали термин *μελέτη*, что указывает на распространение такого духовного опыта, а также дается перевод терминов. Авторы отмечают связь между учением о молитве, анагогическим толкованием текстов Священного Писания и *meditatio* в трудах прп. Иоанна Кассиана. Постоянная борьба с помыслами рассматривается как причина возникновения *meditatio*, во время которой человек наиболее глубоко может понять смысл читаемых текстов. В статье показываются различные формы этой практики, которые описаны у древних подвижников и прп. Иоанна Кассиана Римлянина. Показывается суть практики повторения одного стиха псалма как непрестанной молитвы, которая является прародительницей Иисусовой молитвы, отмечается ее распространение и влияние. Уточняется значение термина *meditatio*.

Ключевые слова: *meditatio*, *μελέτη*, медитация, созерцание, толкование, размышление над Священным Писанием, молитва, Иисусова молитва, анагогия, прп. Иоанн Кассиан Римлянин, Собеседования.

Об авторах: **Протоиерей Павел Иванович Великанов**

Кандидат богословия, доцент кафедры богословия Московской духовной академии.

E-mail: prot.pavel@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8135-3929>

Денис Александрович Гуляев

Магистр богословия, аспирант Московской духовной академии.

E-mail: dengul@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6302-2213>

Ссылка на статью: Великанов П., прот., Гуляев Д. А. Практика *meditatio* в трудах преподобного Иоанна Кассиана Римлянина // Христианское чтение. 2023. № 4. С. 39–55.

Статья поступила в редакцию 18.11.2022; одобрена после рецензирования 15.12.2022; принята к публикации 16.01.2023.

KHRISTIANSKOYE CHTENIYE [Christian Reading]

Scientific Journal
Saint Petersburg Theological Academy
Russian Orthodox Church

No. 4

2023

Archpriest Pavel Velikanov, Denis A. Gulyaev

***Meditatio* Practice in the Works of St. John Cassian the Roman**

UDK 27-58:27-277

DOI 10.47132/1814-5574_2023_4_39

EDN XUQGI



Abstract: The article is dedicated to the practice of *meditatio*, “reflection on the Sacred Scripture”, as described by St. John Cassian the Roman in his “Conferences”. Provided is a description of this practice by Greek authors who used the term μελέτη, which points to the spread of such spiritual experience, along with translations of these terms. The connection between the teaching on prayer, analogical interpretation of Scripture, and *meditatio* in the works of Saint John Cassian is highlighted. Constant struggle with thought is considered to be the cause of the emergence of *meditatio*, during which a person can deeply understand the meaning of the texts being read. Various forms of this practice as described by ancient ascetics and St. John Cassian the Roman are presented. The essence of the practice of repeating a single verse from a psalm as unceasing prayer, a predecessor of the Jesus Prayer, is shown, along with its spread and influence. The meaning of the term *meditatio* is clarified.

Keywords: *meditatio*, μελέτη, meditation, contemplation, interpretation, reflection on Sacred Scripture, prayer, Jesus Prayer, anagogy, St. John Cassian the Roman, Conferences, Collations.

About the authors: **Archpriest Pavel Ivanovich Velikanov**

Ph.D. in Theology, Associate Professor at the Department of Theology at the Moscow Theological Academy.

E-mail: prot.pavel@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8135-3929>

Denis Alexandrovich Gulyaev

Master of Theology, Ph.D. student at Moscow Theological Academy.

E-mail: dengul@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6302-2213>

For citation: Velikanov P., archpriest, Gulyaev D. A. *Meditatio* Practice in the Works of St. John Cassian the Roman. *Khristsianskoye Chteniye*, 2023, no. 4, pp. 39–55.

The article was submitted 18.11.2022; approved after reviewing 15.12.2022; accepted for publication 16.01.2023.

Введение

Труды прп. Иоанна Кассиана Римлянина имеют большое значение в христианской литературе. Особый интерес вызывает изложенный им духовный опыт монахов-пустынников. В трудах прп. Иоанна описана практика *meditatio* — «размышления над Священным Писанием», — которой посвящено небольшое количество трудов и о которой мало известно в русскоязычных источниках. При этом ряд авторов указывают, что такое «размышление» является древней молитвенной практикой, схожей с практикой Иисусовой молитвы (см. напр.: (Феофан Затворник: *Письмо*, 1899, 221)). Целью данной работы является изучение практики *meditatio* на основании труда прп. Иоанна Кассиана «Собеседования», в результате чего планируется дать ей определение и указать ее место в современной молитвенной практике. Этот вопрос актуален, т.к. сам термин вызывает совершенно разные ассоциации. В то время как данная практика, по слову прп. Иоанна Кассиана, может считаться молитвенной, давая начало Иисусовой молитве, у современного человека понятие *meditatio* ассоциируется с восточной медитацией. Современные же западные христианские практики, например «христианская медитация», по мнению ее автора Джона Мейна, имеют корни в древней традиции *meditatio*, что обосновывается ссылками на труды прп. Иоанна Кассиана. Актуальность работы также обусловлена важностью этой темы для восточнохристианского богословия, так как она раскрывает учение о древней практике и позволяет через него посмотреть на Иисусову молитву.

Среди исследований на русском языке по данной теме можно выделить статью, посвященную созерцанию и молитве, религиоведа, богослова, доктора философии и профессора Алексея Руслановича Фокина [Фокин, 2017] и статью непосредственно о *meditatio* С. С. Еськова [Есков, 2013]. Краткое описание размышления над Священным Писанием дает патролог, кандидат богословия, профессор Московской духовной академии Алексей Иванович Сидоров. Профессор Санкт-Петербургской духовной академии Сергей Михайлович Зарин в своем труде «Аскетизм по православно-христианскому учению» [Зарин, 1907] много уделяет внимания учению прп. Иоанна Кассиана и отмечает связь между упражнением в Священном Писании и молитвой. Среди переведенных на русский язык книг зарубежных авторов о медитации в христианской традиции можно выделить монографию «Молитва согласно преданию Восточной Церкви» католического священника Томаса Шпидлика [Шпидлик, 2011], а также труд «Христианская духовность в католической традиции» директора Института духовности Папского университета св. Фомы Аквинского в Риме, почетного профессора Джордана Омена [Омен, 1994]. Из трудов на иностранных языках важно выделить монографии, посвященные святому: «John Cassian» преподавателя Кембриджского университета Оуэна Чедвика [Chadwick, 1968], «Cassian the monk» бенедиктинского монаха, директора Музея и библиотеки рукописей Хилла в Колледжвилле Колумбы Эндрю Стюарта [Stewart, 1998], «John Cassian and the Reading of Egyptian Monastic Culture» исследователя монашеской традиции Стивена Д. Драйвера [Driver, 2002], «Tradition and Theology in St John Cassian» специалиста Даремского университета по монашеству IV–V вв. А. Кэсидея [Casiday, 2007].

1. Учение прп. Иоанна Кассиана

1.1. Учение о делании и созерцании прп. Иоанна Кассиана Римлянина

Как и любое духовное упражнение, *meditatio* должно быть рассмотрено в контексте учения, описываемого прп. Иоанном Кассианом. Данная тема разобрана в трудах проф. А. Р. Фокина, в данной статье будут отмечены основные моменты, важные для раскрытия темы. В самом начале «Собеседований» дается ответ на главный вопрос: «Какова цель и конец подвижничества?» Авва Моисей так отвечает на этот

вопрос: «Конец нашего обета, как сказано, есть Царство Божие, а назначение наше, т. е. цель, — чистота сердца, без которой невозможно достичь этого конца» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 207). Сам автор подтверждает это, ссылаясь на Священное Писание: «Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят» (Мф 5:8) (см.: (Cassianus: *Collationes*, 496: 13)). У прп. Иоанна Кассиана чистота сердца (*puritas cordis*) (Cassianus: *Institutis*, 450: 2) имеет несколько схожих понятий, таких как «чистота души» (*puritas animae*) (Cassianus: *Collationes*, 844: 10), «чистота ума» или «чистота духа» (*puritas mentis*) (Cassianus: *Collationes*, 969: 19), постоянство невозмутимого духа (*imperturbatae mentis constantia*) (Cassianus: *Collationes*, 1141: 22–23). Данное понятие означает свободу сердца, души от страстей, чистоту ума и освобождение его от греховных мыслей. При этом сохраняется активность души и проявляет себя «радость духовная» (Cassianus: *Collationes*, 588: 5–6).

Для достижения чистоты сердца есть два пути: деятельный (*practice*) и созерцательный (*theorice*) (Cassianus: *Collationes*, 955: 1–4). Подобное разделение есть и у Евагрия Понтийского, его влияние на учение о молитве прп. Иоанна отмечено некоторыми исследователями (см., напр.: [Фокин, 2017, 237–238]). Первый путь заключается в очищении от страстей и приобретении добродетелей. Второй — в «созерцании Божественных предметов и познании сокровеннейших истин» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 512). Подобно как и у Евагрия и Оригена (см.: [Chadwick, 1968, 88]), евангельским образом двух путей, к которому прибегает прп. Иоанн Кассиан, являются Марфа и Мария (см.: (Cassianus: *Collationes*, 491: 3–9)). Автор особо отмечает взаимосвязь двух путей, указывая, что если практический путь возможен без созерцательного, то «созерцательное без практического знания вовсе не может быть приобретено» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 513). Как уже было сказано выше, практический путь подразумевает приобретение навыков борьбы со страстями, дела любви и милосердия. Помимо этого, необходимо приобретение добродетелей и устранение от мирских развлечений, которые отвлекают от духовной жизни.

Для обозначения созерцания прп. Иоанн Кассиан использует такие термины, как *contemplatio*, *theoria* (Cassianus: *Collationes*, 492: 2). Самый высший вид созерцания — созерцание Самого Бога (*contemplatio divina*, *contemplatio Dei*) (Cassianus: *Collationes*, 492: 2–3), такое созерцание не поддается описанию. Второй вид заключается в созерцании Божественных действий в мире, Промысле Божиим (см.: (Cassianus: *Collationes*, 505: 11–13)). Третий — в «созерцании немногих святых предметов» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 211), причем некоторые исследователи отождествляли их с ангелами (см.: [Фокин, 2017, 244]). К виду созерцания относится и размышление над Священным Писанием (см.: [Фокин, 2017, 244]). Постепенно восходя от низших видов созерцания к высшим, человек достигает созерцания Самого Бога. Если деятельный путь является только земным и временным, то созерцание, которое начинается в этом веке, имеет продолжение в Царстве Небесном, т. е. созерцание Бога является началом Царства Небесного уже здесь, на земле [Stewart, 1998, 47].

Необходимо отметить, что прп. Иоанн Кассиан использует для обозначения созерцания как греческий термин *theoria* (θεωρία), так и латинский вариант *contemplatio*. Например, «созерцание Бога» передается латинским вариантом «*contemplatio Dei*», а для указания созерцательного пути он использует греческий вариант «*theorice*». При этом он не ограничивается только этими терминами, что отмечено исследователями (см.: [Фокин, 2017, 242–245]).

Для описания истории применения указанных двух терминов требуется отдельное исследование. В данной работе можно кратко отметить, что прп. Иоанн Кассиан использует как латинский вариант, так и греческий для обозначения различных видов созерцания. Католический священник Томаш Шпидлик пишет, что греческий термин *θεωρία* употреблялся греческими авторами, в том числе философами, и происходит от *θεα*, т. е. зрение, что означает «размышлять» или «философствовать». Одна из его интерпретаций — «созерцание Бога». Такое созерцание требовало подготовки. В евангельских текстах и у мужей апостольских упоминаний о нем практически

не встречается, а его распространение среди христианских авторов начинается с Климента Александрийского и Оригена, при этом авторы часто оставляли и греческую транслитерацию (см.: [Шпидлик, 2011, 191–192]). Можно предположить, что по этой причине у прп. Иоанна Кассиана есть и греческий вариант, и его латинский перевод. Оуэн Чедвик отмечает, что перевод ряда греческих терминов позволяет читателю избавиться от ненужных аналогий с различными философскими учениями, учением стоиков, а также Евагрия Понтийского, где эти термины также применялись и могли иметь иное значение [Chadwick, 1968, 98].

На Востоке за термином *θεωρία* закрепляется значение в смысле созерцания или видения Бога. Возможно, именно благодаря распространению в монашеской традиции созерцательной молитвенной жизни термин «созерцание» ассоциируется сейчас больше именно с молитвой, т. е. высшими формами созерцания, по прп. Иоанну Кассиану. В то же время использование термина *theoria* в контексте рационального познания или толкования отмечается у некоторых авторов. В качестве примера можно привести свт. Иоанна Златоуста, который использовал данный термин для описания метода толкования сложных мест Священного Писания, связанных с противоречиями и метафорами (см.: [Балаховская, 2007, 206–208]). В дальнейшем латинский вариант *contemplatio* использовался западными католическими мистиками в контексте молитвы и познания Бога, что вполне может быть обусловлено в том числе влиянием трудов прп. Иоанна Кассиана.

1.2. Учение о молитве прп. Иоанна Кассиана Римлянина

Молитва является главной частью созерцательного пути. Как отмечают, ее описание прп. Иоанном Кассианом схоже с описанием у Евагрия Понтийского (см.: [Фокин, 2017, 247]) и рассматривается как беседа ума с Богом (см.: (Cassianus: *Collationes*, 788: 31–32)). Как и при созерцании, где есть определенная иерархия, так и в молитве в трудах прп. Иоанна Кассиана можно отметить восхождение от более простых видов молитвы к более сложным. В Девятых «Собеседованиях» преподобный цитирует ап. Павла: «Прежде всего прошу совершать молитвы (*obsecratio*), прошения (*postulatio*), моления (*oratio*), благодарения (*gratiarum actio*)» (Cassianus: *Collationes*, 780: 38–39); (1 Тим 2:1). Преподобный Иоанн Кассиан дает довольно краткое объяснение данным четырем видам обращения к Богу. Молитвой (*obsecratio*) является испрашивание прощения у Бога за грехи. Под молением (*oratio*) подразумевается обещание или обет Богу. Святой ссылается на греческий термин «εὐχή — моление обетное или просто обет» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 402). Человек обещает Богу служить Ему, оставив все земное и сохраняя чистоту тела. В прошении (*postulatio*) человек просит за других людей или «о мире всего мира» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 403). Благодарение (*gratiarum actio*) представляет собой молитву, когда «ум в неизъяснимом восторге приносит Богу, когда воспоминает прошедшие благодеяния Божии или созерцает настоящие, или когда, прозревая будущность, усматривает, какие и сколь великие блага уготовил Бог любящим Его» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 403–404). Преподобный Иоанн Кассиан считает все четыре вида молитвы полезными. Первый из них относится к начинающим, а каждый последующий достигается за счет очищения от страстей. Последний уже связан с созерцанием благ и щедрот, дарованных Богом. В некоторых случаях «ум, очистившись, может объять все четыре вида молитвы» (см.: (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 404–405)).

Особое внимание уделяется молитве Господней, т. к. ее предлагает Сам Христос. Преподобный Иоанн Кассиан говорит, что она заключается в «созерцании единого Бога» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 407). Святой поясняет каждую строчку молитвы, но для данного исследования необходимо отметить основные моменты. Во-первых, из слов самого автора, данная молитва заключается в созерцании. Во-вторых, в отличие от четырех видов молитв, которые могут содержать прошения о земных вещах, в молитве Господней акцент стоит не на временных потребностях,

а на вещах вечных и устремлении в вечность (см.: (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 413)). К. Стюарт отмечает эсхатологическую направленность этой молитвы, указывая на устремленность к Царству Божию (см.: [Stewart, 1998, 109]).

Следом идет высшая молитва, которая является совершенной. Она не может быть описана обычным языком, «а от избытка чувств произвольно изливает из себя, как бы из некоего обильнейшего источника, и неизъяснимо воссылает к Господу» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 413). Такая молитва, связанная с созерцанием Святой Троицы, называется чистой молитвой (*pura oratio*) (Cassianus: *Collationes*, 802: 15) и является безобразной и безмолвной.

Преподобный Иоанн Кассиан пишет, что для достижения чистой безобразной и бессловесной молитвы монаху необходимо стяжать непрестанную молитву (см.: [Фокин, 2017, 250]), что отражено в библейском тексте: «непрестанно молитесь» (1 Фес 5:17) (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 397). С ней и связан термин *meditatio*, о чем более подробно будет сказано далее. Достичь такого рода молитвы достаточно трудно, требуется особый молитвенный подвиг. Среди препятствий к достижению чистой молитвы — постоянные помыслы, уводящие ум от молитвы.

1.3. Помыслы как помеха молитве

Постоянные помыслы — мысли, которые то возникают, то пропадают, мешают молитве. Часть из них могут быть греховными, именно поэтому так важно освободиться от страстей. Отсечение помыслов, которое относится к созерцательному деланию, затруднительно без деятельной части, т.е. борьбы с грехом. Но часть помыслов может быть связана с обычными житейскими делами. Преподобный Иоанн Кассиан говорит, что ум непостоянен, перескакивает с одной мысли на другую даже в храме: «Дух, колеблясь и блуждая, даже и во время богослужения, как пьяный, развлекается разными предметами, никакой обязанности не исполнит, как должно; например, когда молится, то вспоминает псалом или что-либо другое прочитанное; когда поет, то размышляет о чем-нибудь другом, нежели что содержит текст самого псалма...» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 441). Для того чтобы ум не отвлекался в храме, необходимо его «настраивать» заранее. Для этого монахи имели постоянное «памятование о Боге» (Cassianus: *Collationes*, 832: 11), т.е. некоторое размышление о вещах Божественных, которое позволяло сосредоточиться и не отвлекаться. Особо удобно для таких размышлений использовать тексты Священного Писания: они помогают постоянно размышлять о Боге, не отвлекаясь на греховные или житейские мысли. Как раз таким образом и появляется практика *meditatio* — «размышление над Священным Писанием».

1.4. Священное Писание и его значение в молитвенной практике

Священное Писание в молитвенной практике используется достаточно давно. Еще во времена Ветхого Завета записывались строки Св. Писания для чтения. Была практика пения псалмов, которая перешла в христианскую традицию, в том числе и как молитвенная практика в монастырях.

Во время жизни прп. Иоанна Кассиана на богослужении пелись псалмы, также читалось и Св. Писание. Вообще чтению Св. Писания и пению псалмов уделялось много времени в монашеской традиции. Протопресвитер Иоанн Мейендорф отмечает в своем труде «Византийское богословие», что с распространением именно «соборного» обряда появляется распространение гимнографических текстов [Мейендорф, 2023, 234]. До этого богослужение в монашеской традиции, основанное на чтении священных текстов, могло длиться круглые сутки, как в обители «Неусыпающих». Длинное пение кондаков, чье происхождение связывают с Романом Сладкопевцем,

исполняющееся под музыку, хотя и содержало библейские тексты, но отличалось от более строгой традиции и вызывало оппозицию среди монахов. Но со временем гимнография входит в традицию и многие монашествующие становятся авторами богослужебных текстов (см.: [Мейендорф, 2023, 58]).

Во времена прп. Иоанна Кассиана псалмопению и чтению Св. Писания уделялось достаточно много времени. При этом чтение Библии, как указывает К. Стюарт, еще не является молитвой, но при этом Библия и молитва неразделимы. Тексты Писания в том числе помогают наполнить молитву словами (см.: [Stewart, 1998, 30–31]). О. Чэдвик описывает древнюю практику, когда после чтения Библии и пения нескольких псалмов давалось время побыть в тишине для осмысления священного текста и размышления над ним (см.: [Chadwick, 1968, 71]). Чтение Св. Писания не ограничивалось общим богослужением: монахи постоянно пели псалмы, читали священные тексты, выучивали их и повторяли наизусть. В «Лавсаике» приводится пример некоего Марка, который «еще в юности знал наизусть писание Ветхого и Нового Завета» (Палладий Еленопольский, 2013, 89). Такое повторение текстов позволяло иметь постоянную память о Боге, т. е. занимать ум мыслью только о Нем. Преподобный Иоанн Кассиан особо отмечает, что чем ум человека занят до богослужения, тем занят и во время богослужения. Автор говорит, что, идя в храм, человек уже должен настраиваться на молитву. Если его ум занят вещами мирскими, то он не сможет молиться в храме, поэтому предлагается читать тексты Св. Писания по пути в храм. Авва Исаак в Десятих «Собеседованиях» говорит, что «какими хотим быть во время молитвы, такими должны быть и до начала молитвы» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 443). Эта мысль повторяет сведения из древнего патерика об авве Маркеле, который, «намереваясь идти в воскресенье к службе... приготавливал себя и часть Писания выучивал наизусть, пока не уходил в церковь, и когда он так размышлял, уста его не двигались, чтобы никто не услышал его» (Древний патерик, 1899, 183–184). Поэтому чтение наизусть позволяло иметь постоянную память о Боге и не отвлекаться на различные мысли. Таким образом, Св. Писание имело огромное значение в духовной жизни монаха.

При таком подходе получается сконцентрироваться, сосредоточиться и удерживать внимание на тексте Св. Писания. Ум, который действует, постоянно должен быть чем-то занят, поэтому лучше его устремить к Богу. Этот способ позволяет отсеять отвлекающие помыслы, борьба с которыми особенно трудна.

2. *MEDITATIO*

Повторение текстов наизусть как раз и носит латинское название *meditatio* или греческое μελέτη. Эта практика также описывается в Макарьевском корпусе, Апофтегмах, в трудах св. Аммона, прп. Исаака Сирина и часто переводится как «размышление над Священным Писанием».

2.1. Значение термина

Для начала необходимо определиться со значением самого термина. Слово *meditatio* встречается у прп. Иоанна Кассиана в его труде «Собеседования» (*Collationes*) (Cassianus: *Collationes*, 477–1328), например: «Размышления о Св. Писании (*meditatio scripturarum*) нужны для главной цели, т. е. чистоты сердца» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 209). *Meditatio* переводится с латинского языка и как «размышление», и как «упражнение», и как «цитирование наизусть про себя» [Еськов, 2013, 222]. Такое «размышление» есть не только у прп. Иоанна, который пишет на латинском языке, но встречается и у авторов, писавших на древнегреческом языке. У них этот термин выглядит как μελέτη των γραφών [Еськов, 2013, 223]. Таким образом, сам термин, как и «размышление над Священным Писанием», не является нововведением прп. Иоанна Кассиана, а лишь отражает традицию монашества того времени.

Например, св. Аммон в своих «Наставлениях» призывает упражнять душу «в размышлении над Писанием» (Аммон, 2012, 65). С. Еськов выделяет несколько значений μελέτη: упражнение в Св. Писании, краткая повторяющаяся молитва, Иисусова молитва (см.: [Еськов, 2013, 222]). Пониманию данной практики будет посвящена остальная часть работы.

Таким образом, *meditatio*, является духовной христианской практикой, распространенной среди монашествующих. Она представляет собой повторение определенных фрагментов текстов Св. Писания и размышление над ними. Со временем такая «медитация» переходит в молитву на основе повторения небольшого стиха Псалтири или другого священного текста. Позже данная практика станет Иисусовой молитвой.

2.2. *Meditatio* как размышление

Размышление на какие-либо духовные темы действительно позволяет собрать ум и не отвлекаться, отсекал греховные помыслы. Например, при действии блудной страсти прп. Иоанн Лествичник советует представить адские муки, что должно помочь человеку преодолеть искушение: «Не переставай воображать и вспоминать бездну темного огня, немилостивых служителей, судию немилосердного и неумолимого, бесконечную глубину преисподнего пламени... чтобы гнездящаяся в душе нашей похотливость истребилась великим страхом...» (Иоанн Лествичник, 2013, 147). Как раз в этом случае подходит буквальный перевод *meditatio* – размышление, и целью его является изменение себя (например, избавление от страстей). В таком случае речь идет, скорее, о деятельной части. У прп. Иоанна Кассиана *meditatio* в первую очередь связано именно с повторением текстов Св. Писания и размышлением над ними. О таком понимании *meditatio* пишет С. Драйвер. Он указывает, что монахи постоянно размышляли над Св. Писанием, таким образом их ум погружался в смысл текста и меньше отвлекался на мирские вещи, уподобляясь Ковчегу Завета, в котором оставалось только то, что свято (см.: [Driver, 2002, 109–110]). Преподобный Иоанн Кассиан в своих «Постановлениях киновитян» описывает практику чтения двенадцати псалмов и после них Св. Писания (см.: (Cassianus: *Institutis*, 89: 1–6)). А. Касидей уточняет, что многие монахи оставались сидеть в тишине и размышляли над прочитанными текстами (см.: [Casiday, 2007, 166]).

Таким образом, *meditatio* может представлять практику древних монастырей, когда прочитывался фрагмент Св. Писания и монашествующие размышляли над его содержанием.

2.3. *Meditatio* как повторение текстов Священного Писания

Как было сказано выше, монахи постоянно читали Св. Писание и размышляли над ним. Со временем они выучивали тексты наизусть и могли повторять их по памяти. Можно предположить, что знание библейских текстов позволяет обращаться к ним по памяти в отсутствие рукописей, которые, безусловно, были мало доступны в определенный период.

Но более важной целью была именно постоянная память о Боге и отсечение отвлекающих помыслов. Например, прп. Иоанн Кассиан описывает, как монахи, выйдя после молитвы из храма, ни с кем не разговаривали, а повторяли про себя псалом или фрагмент Св. Писания (см.: (Иоанн Кассиан: *Постановления*, 25)). Известен пример, как некий подвижник Эрон «на пути в скит... прочитал наизусть пятнадцать псалмов, потом великий псалом, потом Послание к Евреям, потом Исаию и часть Иеремии пророка, затем Луку евангелиста и Притчи» (Палладий Еленопольский, 2013, 130).

Н. Спану в своей статье указывает на отличие у прп. Иоанна Кассиана чтения Библии вслух (*lectio*) и практики заучивания и повторения псалмов (*meditatio*) (см.: [Spanu, 2015, 55]).

Еще один вариант *meditatio* заключается в заучивании текстов Св. Писания и повторении их наизусть. Такой способ помогает отбросить различные помыслы и постоянно размышлять над библейскими текстами.

2.4. *Meditatio* как повторение краткого стиха псалма

Длинные тексты — и даже отдельные короткие псалмы — трудно удерживать во внимании долгое время. Преподобный Иоанн описывает это такими словами: «Ибо ум наш, поняв заглавие какого-либо псалма, незаметно отвлекаясь от него, без сознания, как бы в иступлении, переходит к другому тексту Св. Писания. А когда начнет сам в себе размышлять о нем, еще не обзрит его всецело, как приходит на память другое свидетельство, а от этого еще переносится размышлением к следующему...» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 441). Поэтому в «Собеседованиях» монахи обращаются к авве Исааку с просьбой дать им некий способ размышления, чтобы иметь «Бога в памяти», и указать «какой-нибудь предмет для этой памяти, посредством которого мы умом восприняли бы и всегда содержали бы Бога» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 432), который поможет в удержании внимания. Эта формула (*formula*) (Cassianus: *Collationes*, 832: 21) заключается в коротком стихе псалма: «Поспеш, Боже, избавить меня, поспеш, Господи, на помощь мне» (Пс 69:2) (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 434). Выбор этого стиха неслучаен, т.к., по уверению аввы Исаака, «он объемлет все расположения, какие только могут относиться к природе человеческой, и прилично прилагается ко всякому состоянию и всем случаям» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 434). Данное упражнение должно быть постоянным и даже во сне (см.: (Cassianus: *Collationes*, 836: 36–39)). Сосредоточение на кратком стихе псалма способствует лучшему удержанию внимания, чем при повторении большого отрывка.

Преподобный Иоанн указывает, что этот способ не новый, а передан от «древних отцов» (см.: (Cassianus: *Collationes*, 832: 16–17)), что подтверждается упоминанием его в других текстах греческих авторов.

Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин, описывая практику *meditatio*, в первую очередь говорит именно о повторении стиха псалма. Краткость и постоянное повторение позволяет легче удерживать «память о Боге», чем повторение больших фрагментов. Такое повторение сопряжено с молитвой и со временем становится молитвой непрестанной.

2.5. *Meditatio* как непрестанная монологическая молитва

Повторение фрагментов Священного Писания не применялось исключительно как механический способ отсеять помыслы и заглушить внутренний диалог. Многие православные авторы указывают, что *meditatio* является молитвенной практикой, из которой со временем появилась Иисусова молитва. Прямой перевод *meditatio* как «медитация» вызывает ассоциации с восточными практиками, поэтому перевод «размышление» или «упражнение», хоть и требует разъяснений и не отражает точно сам процесс практики, может быть более уместным. И большая часть отцов, рассказывающих об этой практике, писала на греческом языке и использовала термин μελέτη, который исключает данную ассоциацию. В комментариях на «Беседы» прп. Макария Великого профессор МДА А. И. Сидоров пишет, что в древности у монахов *meditatio* «часто соотносилось с произнесением вслух и нараспев отдельных мест из Священного Писания, которое органично перерастало в собственно молитву (*oratio*); причем такая „медитация“ включала и чтение вслух Писания в собрании иноков, которые медленно повторяли за читающим слова Писания, вникая в их смысл» (Творения древних отцов, 2012, 504). Позже данная практика переходит в практику непрестанной молитвы, и «указанное понятие тесно увязывается с учением о молитве и, в частности, о «молитве Иисусовой» (Творения древних отцов, 2012, 504).

Преподобный Иоанн Кассиан пишет: «Это размышление сердца, сделавшись для тебя как бы спасительным образцом (*formula*), не только сохранит тебя невредимым от всякого нападения демонов, но и, освободив от всех пороков земной нечистоты, приведет тебя к невидимому, небесному созерцанию и сообщит неизреченную и немногими испытанную горячность молитвы» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 437). Подтверждает эту мысль некий подвижник Диокл. На вопрос, «как возможно, чтобы ум человека непрестанно был с Богом?», он отвечает: «В каждой мысли и в каждом деле участвует душа, но с Богом бывает она только тогда, когда благочестиво и благоговейно размышляет о Нем» (Палладий Еленопольский, 2013, 287). Такой вид молитвы некоторые авторы называют *antirrhetic prayer*, т.к. предложена она Евагрием в его «Опровержениях» (*antirrheticos*, или *refutation*) (см.: [Stewart, 1998, 103–104]). Различные стихи Св. Писания, приведенные Евагрием в его книге, должны помочь справиться со страстью или помыслом. Такой подход напоминает указанный выше совет прп. Иоанна Лествичника, но в данном случае размышление становится краткой молитвой. Еще такую молитву называют монологической (*monologic prayer*, см.: [Stewart, 1998, 104]), т.к. формула содержит только несколько слов. К. Стюарт указывает, что это именно молитва, а не размышление над текстами (см.: [Stewart, 1998, 104]).

Иногда можно прочесть, например, такие строки в патерике: «А истинному монаху непрестанно должно совершать в сердце своем молитву и псалмопение» (Алфавитный патерик, 2009, 112). Такое разделение не означает, что псалмопение не является молитвой. Пение псалмов — один из видов или способов молитвы: «Случилось же, что, когда совершали мы молитвословие, я ошибся в слове из псалма...» (Древний патерик, 1899, 207). Как раз в трудах прп. Иоанна Кассиана подробно показывается, как слова псалмопевца становятся собственной молитвой.

Непрестанная краткая молитва, текст которой состоит из небольшого фрагмента Библии, согласно представлению прп. Иоанна Кассиана, является важным моментом в стяжании чистой молитвы и созерцания. При этом в основе лежит именно Св. Писание. Такой выбор неслучаен и в учении святого переплетается с темой толкования и понимания священных текстов.

2.6. Священное Писание, его толкование и духовное понимание в контексте молитвы

Но все же почему в традиции, описанной прп. Иоанном Кассианом, для постоянной молитвы используется стих псалма, а не краткая молитва, например, кого-то из святых? Из понятия «размышление над Священным Писанием» следует, что библейские тексты играют ключевую роль в данной практике. Применение их фрагментов в молитве требует особого погружения в смысл текстов. Для понимания роли Писания в молитвенной практике необходимо рассмотреть виды толкований, описанных прп. Иоанном Кассианом, а после этого проследить связь с молитвенной практикой.

Преподобный рассматривает несколько видов толкования библейских текстов: историческое (буквальное) и духовное. Буквальный, или «историко-грамматический метод — это исследование Писания, осуществляемое под водительством Святого Духа для выявления значения текста в соответствии с правилами грамматики и историческими фактами» [Добыкин, 2016, 69].

Духовное же разделяется на тропологию, аллегорию и аналогию (см.: (Cassianus: *Collationes*, 962: 31)). Тропология относится к нравственности, аллегория — к вероучению, а аналогия — к «будущей жизни или Церкви Торжествующей» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 518). Тропологический метод является нравоучительным. В нем библейские события рассматриваются как пример для жизни христианина. «Аллегория» переводится с греческого как «иносказание» [Добыкин, 2016, 82] и изъясняет события в ином ключе, используя абстрактные образы, философские и богословские идеи, показывая в тексте более глубокий смысл. Сам прп. Иоанн Кассиан приводит пример двух детей

Авраама, один из которых рожден от Агари: «это, говорит апостол, два завета: один от горы Синайской, рождающий в рабство, который есть Агарь, ибо Агарь означает гору Синай в Аравии и соответствует нынешнему Иерусалиму, потому что он с детьми своими в рабстве» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 518). Анагогический метод раскрывает текст в контексте «будущей жизни», т.е. показывает эсхатологический смысл Св. Писания, т.е. связан с будущим в Царстве Небесном. Преподобный приводит все четыре вида толкования на примере Священного города: «Иерусалим можно понимать в четырех смыслах, — в историческом смысле он есть город Иудеев; в аллегорическом — церковь Христова; в анагогическом — город Бога небесный, который есть мать всем нам; в тропологическом — душа человека, которую часто под этим именем Господь порицает или хвалит» (Иоанн Кассиан: *Писания*, 2000, 519).

Как и в молитвенной практике, в толковании необходимо очиститься от грехов и приобрести смирение. Автор подчеркивает, что «невозможно нечистой душе приобрести духовное знание, с каким бы она постоянством ни трудилась в чтении» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 529).

Преподобный Иоанн называет изучение, толкование Св. Писания именно «созерцательным знанием», которому и должна предшествовать деятельная часть. Постоянное чтение и заучивание текстов наизусть дают определенные плоды: отгоняют помыслы, т.к. «внимание души занято чтением и размышлением о прочитанном, она не опутывается никакими сетями вредных помыслов», и более глубокое понимание текстов. Автор пишет об этом так: «Из пройденного частым повторением, когда мы старались усвоить на память, не могли понять духом, в то время несвободным, после, освободившись от всех развлечений делами и видением, особенно размышляя во время ночного безмолвия, мы яснее усматриваем, так что после успокоения и даже погружения в глубокий сон нам раскрывается понимание сокровеннейшего смысла, коего мы даже и слегка не поняли в бодрствующем состоянии» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 524).

Такое толкование текста является духовным, так как дается при содействии Святого Духа. Ряд авторов относят его к анагогическому толкованию, хотя логичнее отнести его и к другим видам «духовного знания», т.е. к тропологии и аллегории. В некоторых случаях духовный вид толкования называют «теорией», т.е. созерцанием (см.: [Добыкин, 2016, 145–146]). Возможно, это связано с различием терминологии у ряда авторов.

По словам С. Д. Драйвера, анагогическое духовное толкование не является дискурсивным (см.: [Driver, 2002, 112]). Недискурсивное, т.е. не рассудочное толкование текста, лишенное слов, по мнению автора, связано с погружением читающего Св. Писание в сам священный текст, через который человек молитвенно обращается к Самому Слову. С. Д. Драйвер приводит параллель с чистой молитвой, которая также невыразима в словах и связана с созерцанием Бога. Так и при анагогическом толковании священного текста человек приходит к созерцанию Слова, выходя за пределы чувственных и ментальных образов (см.: [Driver, 2002, 112–113]). Отсечение грехов, приобретение добродетелей и постоянное повторение текста подготавливают читающего к принятию Святого Духа, Который действует в сердце человека, очищая его и позволяя более глубоко понять евангельские тексты. Такой подход означает, что духовное понимание текста в первую очередь зависит от действия благодати Божией, отвечающей на усилия человека в борьбе со страстями и постоянное чтение текста, а не от «образованности» и интеллектуальных способностей читающего.

Такой подход присутствует в трудах Дидима Слепца (см.: [Михайлов, 2006, 685]). В пользу этого говорит тот факт, что Св. Писание богодухновенно и писалось авторами под водительством Святого Духа, и для понимания Его необходимо действие благодати в человеке. По этой причине необходима нравственная чистота, и именно поэтому есть традиция обращаться к толкованиям свв. отцов. В любом случае толкование, или «духовное знание», не является неким набором фактов, информации, который можно передать другому. Его глубокое понимание дается только чистому сердцем

и может быть передано не каждому. В Макарьевском корпусе можно прочесть некое наставление, в котором высказывается подобная мысль: «Ибо писанный закон излагает многие тайнства сокровенным образом; монашествующий же, если он непрестанно подвизается в молитве и в общении с Богом, обретает их, и благодать Божия являет ему самые сокровенные тайны Писания, внушающие благоговейный трепет. Ведь путем простого чтения запечатленного в письменах закона нельзя достичь того, что достигается путем служения Богу...» (Макарий Великий, 2012, 144).

Таким образом, погружение в текст Св. Писания позволяет не только лучше понять смысл, но и сделать тексты молитвы словами своей молитвы. Постоянное повторение текстов позволяет погрузиться в их смысл и отсеять помыслы.

При толковании прослеживается параллель с учением о созерцании и молитве. В обоих случаях есть деятельная часть и созерцательная. Как в молитве, так и при чтении Писания необходимы борьба со страстями и отсечение помыслов. Таким образом, в конечном итоге при повторении священных текстов слова Писания становятся постоянной молитвой, которая, в свою очередь, приводит к чистой молитве.

Когда у прп. Иоанна Кассиана речь заходит о повторении стиха псалма, то уместно вспомнить два положительных момента духовного понимания текста: во-первых, внимание отгоняет отвлекающие помыслы, а также позволяет более глубоко погрузиться в текст. Значит, и при такой молитве идет духовное погружение в текст стиха псалма: «Напитанный их пищею постоянной, воспринимая все чувствования псалмов, он начинает воспевать их не как составленные пророком, а как им самим сочиненные, как собственную молитву выражает их с глубоким сокрушением сердца» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 439), т.е. текст Писания становится не словами другого человека, а словами того, кто молится, и «тогда Божественные Писания для нас становятся яснее, как бы жилы и мозги их открываются, когда опытность наша не только приобретает, но и предваряет понимание их, и смысл слов раскрывается нам не через изъяснение, а через дела» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 439–440). При таком способе постоянного повторения стиха уже затихает рассудочное мышление и постепенно останавливается внутренний диалог, что способствует сосредоточению на самой молитве. По выражению Н. Спану, в таком случае преодолевается дуализм между тем, кто молится, и словами молитвы, как если бы не было различия между молящимся и объектом молитвы (см.: [Spanu, 2015, 56]).

Подводя итог, важно отметить связь молитвы и чтения Священного Писания, т.к. «молитва и аскетическое упражнение в изучении слова Божия особенную крепость, важность и благотворное значение получают в том случае, когда они практикуются не изолированно друг от друга, а совместно, нераздельно, осуществляются в своем теснейшем взаимодействии» [Зарин, 1907, 599–600].

2.7. *Meditatio* как Иисусова молитва

Между «размышлением над Священным Писанием» с молитвенным повторением стиха псалма и Иисусовой молитвой есть явные сходства. По сути, отличается только молитвенная формула. Иисусова молитва стала результатом духовного развития данной практики, поэтому к ней тоже допустимо применение термина *meditatio* [Еськов, 2013, 222]. Преподобный Нил Сорский указывает, что память Божия и есть постоянная молитва (см.: (Нил Сорский, 2009, 444)). Почему же в этом случае не используется стих псалма? Возможно, погружающемуся в краткую молитву «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного» приоткрывается вся суть домостроительства Божьего, которое дано людям в Священном Писании. Ведь и стих 69-го псалма выбран не случайно. Преподобный Иоанн Кассиан пишет, что этот псалом относится ко всем жизненным случаям и «объемлет все расположения, какие только могут относиться к природе человеческой» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 434). Все это можно отнести и к Иисусовой молитве.

Протопресвитер Иоанн Мейендорф отмечает, что термин «умная молитва» вводит именно Евагрий Понтийский, который отождествляет человека с умом (см.: [Мейендорф, 2023, 126–127]). Авва Макарий Египетский воспринимал человека как «психосоматическое целое» [Мейендорф, 2023, 127] и говорил уже о сердечной молитве. Через Таинства, молитву человек соединяется со Христом, и происходит «обожение». Видимо, со временем молитва становится христоцентричной и молитвенная формула начинает включать имя Христа.

Святитель Феодипт Филадельфийский пишет: «Сражайся с внутренними помыслами до тех пор, пока не обретишь место чистой молитвы и дом, в котором обитает Христос» (Феодипт Филадельфийский, 2018, 202). При этом он описывает практику размышления (*μελέτη*) над Священным Писанием, предлагая размышлять над ним и заучивать наизусть тексты и повторять их. Более подробно практику Иисусовой молитвы описывает прп. Симеон Новый Богослов. Говоря о самом методе, он пишет, что монах садился, упирал подбородок в грудь и ум направлял в «пуп». Дыхание при этом должно быть спокойное. Все это позволяло истребить помыслы (см.: (Симеон Новый Богослов, 2012, 99–100)). Подобно ему описывает молитву прп. Григорий Синаит: «С утра, сидя на скамье вышиной в 3/4 фута, принудь ум из места начальствования, [или из головы], сойти в сердце и удержи его в нем. Поникнув же головой как бы от утомления, а в груди, плечах и шее [от напряжения] испытывая чувствительную боль, мысленно или душевно восклицай непрерывно: Господи, Иисусе Христе, помилуй мя» (Григорий Синаит: *О безмолвии и двух образах молитвы*, 1999, 95). При этом святой запрещает воображать что-либо в уме во время молитвы (Григорий Синаит: *О том, как безмолвствующему надлежит сидеть при молитве*, 1999, 105), причиной является тот факт, что «Бог, Существо нечувственное, бестелесное, чисто духовное, должен быть мыслим и созерцаем отрешенно от всякой чувственной образности и конкретности» [Зарин, 1907, 433].

Из более поздних авторов можно привести свт. Игнатия Брянчанинова, который много писал по этой теме. Он особо отмечает, что «послушание, самоотвержение и смирение суть те добродетели, на которых зиждется преуспевание в молитве» (Игнатий Брянчанинов: *Беседа старца с учеником*, 2009, 29). Т. е. деятельная часть, как и у прп. Иоанна Кассиана, должна предшествовать созерцательной. Святитель пишет о важности призывания имени Иисуса Христа: «Силою имени Иисусова освобождается ум от колебания, укрепляется воля, доставляется правильность ревности и прочим свойствам душевным» (Игнатий Брянчанинов: *Слово о молитве Иисусовой*, 2009, 175). При этом он отмечает, что сама практика ведет свою историю от древней традиции повторения стиха 69-го псалма (Игнатий Брянчанинов: *Слово о поучении*, 2009, 121).

Подводя итог, можно отметить, что некоторые авторы связывают возникновение Иисусовой молитвы с практикой *meditatio*. Важным моментом является наличие борьбы со страстями и приобретение добродетелей, что соответствует деятельному пути у прп. Иоанна Кассиана. Сама молитва отличается формулой, которая подразумевает призывание имени Иисуса Христа. К ней могут быть добавлены такие элементы, как совмещение молитвы с дыханием, соединение ума с сердцем. Эти элементы должны помочь молящемуся и не всегда являются строго обязательными. Борьба с помыслами остается важной задачей. Отсутствие мысленных образов во время практики совпадает с учением о чистой молитве. Высшая форма молитвы, т. е. созерцание, достигается под действием Святого Духа, и она трудно поддается описанию.

Таким образом, практика *meditatio* как краткой непрестанной молитвы постепенно превращается в Иисусову молитву, являясь ее прародительницей.

2.8. Конечная цель *meditatio*

Какова цель данной практики? Чтобы ответить на этот вопрос, необходимо вспомнить, в чем цель жизни монаха — в чистоте сердца, через которую достигается

Царство Небесное. Подобную мысль высказывает и свт. Феофан Затворник, говоря, что «ближайшая наша цель — очищение сердца, а за ним — Царствие Божие» (Феофан Затворник: *Письма о молитве*, 2008, 13). Вспоминая учение о молитве прп. Иоанна Кассиана, важно отметить, что непрестанная молитва позволяет перейти к чистой молитве, при которой достигается созерцание Святой Троицы. Размышление над Священным Писанием и является такой непрерывной молитвой, позволяющей достичь молитвы чистой, т. е. безобразной и бессловесной. Интересно, что католический автор предполагает наличие воображения во время «медитации» (см.: [Шпидлик, 2011, 182–184]), в то время как у прп. Иоанна Кассиана отмечено обратное. Скорее всего, это связано с западной традицией духовных упражнений, описанной в том числе Игнатием Лойолой, предполагающих задействование воображения. Профессор С. М. Зарин по этому вопросу пишет, что подвижники считали важным достичь «полного освобождения сознания и внимания от всяких внешних впечатлений и представлений, от всех вообще „помыслов“, кроме мысли об одном Боге» [Зарин, 1907, 433]. Чистота молитвы заключается не только в отсутствии отвлекающих помыслов, но и в чистоте самого молящегося: «Вот, говорю, цель всего совершенства, чтобы дух, очищенный от всякой плотской нечистоты, ежедневно возвышался к небесному, пока всякая деятельность его, всякое стремление сердца сделается одной и постоянной молитвою» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 431). В таком состоянии, как пишет прп. Иоанн Кассиан, «дух наш достигает той чистоты молитвы... и эту молитвенную чистоту дух, ставше вне всех чувств и видимых вещей, изливает Богу неизъяснимыми стопами и воздыханиями» (Иоанн Кассиан: *Собеседования*, 2000, 440). Такое созерцание является началом Царствия Небесного здесь, на земле, и продолжается в будущем веке. Описанный прп. Иоанном Кассианом духовный опыт упоминается и в трудах других авторов. Например, в патерике читаем слова одного старца, который говорит о мере молитвы: «Немного рукоделия, немного размышления, немного молитвы и по силе очищение помыслов, и таким образом созерцание пришло ко мне» (Древний патерик, 266).

Как и у Евагрия Понтийского, так и у прп. Иоанна Кассиана молитва является беседой ума с Богом. Т. к. ум постоянно скачет от одной мысли к другой, его необходимо занять одной мыслью — о Боге. Для такой беседы можно упражнять ум постоянными размышлениями о каких-то Божественных вещах, чтением Писания, псалмопением или молитвой. Все эти практики можно назвать памятью о Боге. С другой стороны, т. к. все это удерживает мысль о Боге, то, значит, и возводит ум к Нему, и по сути является молитвой. Но рассуждение и повторение больших фрагментов Писания не всегда успешно помогают бороться с отвлекающими помыслами, поэтому краткая молитва является более удобным вариантом, который позволяет постоянно иметь память о Боге. По сути, понятия молитвы, «размышления» и памяти о Боге сливаются. Постепенно идет переход от больших текстов к короткой фразе. Со временем такая непрерывная молитва должна стать чистой молитвой, при которой прекращается внутренний диалог, молитва становится безмолвной, ум молящегося отрешается от любых образов (см. напр.: [Фокин, 2017, 251; Stewart, 1998, 110–113, 115, 118]) и устремляется только к Богу. В этом состоянии подвижник может уже не по своей воле стяжать действие благодати Божией.

О цели молитвы высказывались различные авторы. Святитель Игнатий (Брянчанинов) пишет: «Пребывание умом и сердцем на небе и в Боге — вот главный плод, вот цель молитвы; отражение и поправление врагов, противодействующих цели, — дело второстепенное» (Игнатий Брянчанинов: *Слово о молитве Иисусовой*, 2009, 188). Начинать же молитву нужно с «целью покаяния» (Игнатий Брянчанинов: *Беседа старца с учеником*, 2009, 29). Здесь видна параллель с прп. Иоанном Кассианом Римлянином, который также говорит о необходимости устремления ума к Богу, а борьба с помыслами хотя и необходима, но не является основной задачей. Целью монашества он отмечает «обновление Святым Духом принявшего монашество» (Игнатий Брянчанинов: *Беседа старца с учеником*, 2009, 99). Преподобный Иоанн Лествичник говорит

о молитве как о «соединении человека с Богом» (Иоанн Лествичник, 2013, 394). На него ссылается свт. Григорий Палама, который также говорит о единении с Богом, но отмечает, что это невозможно, если «Утешитель не озарит свыше молящегося» (Григорий Палама, 1995, 223).

Таким образом, целью молитвенной практики, в том числе и *meditatio*, является достижение Царства Небесного. Благодаря молитве человек очищается от страстей, освобождает ум от помыслов и в таком состоянии через действие благодати Святого Духа соединяется с Богом.

Размышление над Священным Писанием является одной из ступенек к достижению основной цели монаха и христианина — Царства Небесного. Понимание учения прп. Иоанна Кассиана и толкования священных текстов позволяет лучше понять цель данной практики и ее место в духовной жизни человека на пути к святости.

Заключение

Подводя итог, можно отметить несколько важных аспектов «размышления над Священным Писанием». *Meditatio*, или, как она называется у греческих авторов, — μελέτη, употреблялось в нескольких значениях: размышление над прочитанным текстом Священного Писания, заучивание и повторение библейских текстов наизусть, краткая повторяющаяся молитва. В девяти «Собеседованиях» прп. Иоанн Кассиан Римлянин описывает именно вариант краткой молитвы, в основе которой лежит стих псалма. Такая молитва способствует стяжанию непрестанной молитвы, которая приводит к чистой молитве и в конечном итоге к созерцанию. По сути, такая «медитация» является ступенью к стяжанию созерцания. Практика Иисусовой молитвы берет начало именно в ней, не отличаясь по сути, а только по молитвенной формуле.

Важно отметить, что *meditatio* связана непосредственно со Священным Писанием и его осмыслением, текст которого становится предметом рассуждения и молитвой. В первые века под таким «размышлением» могли пониматься пение или слушание священных текстов на богослужении и их осмысление. Помимо этого, присутствовало именно размышление над Священным Писанием, погружение в его смысл через духовное толкование текста. Такой способ не отвергал рассудочное размышление. Постоянное повторение фрагментов текста Священного Писания являлось видом такой «медитации», способствующей тому, чтобы удержать ум в памяти о Боге. Возможно, несколько позже появляется вариант с непрестанным повторением краткого стиха псалма, который становится практикой непрестанной молитвы. Данный термин также применим и к практике молитвы Иисусовой.

Таким образом, размышление над Священным Писанием, как краткая непрестанная молитва, широко распространяется в Восточной Церкви в виде Иисусовой молитвы. В данный момент именно к ней прибегают как монашествующие, так и миряне. *Meditatio*, как практика заучивания текста и повторения его наизусть или в виде размышления в тишине после прочтения Святого Писания, употребляется редко. Имеет *meditatio* продолжение и в западной традиции, например о ней пишет в «Облаке неведения» неизвестный английский автор в конце XIV в. Ряд иных католических более поздних трактатов о медитации подразумевают задействование воображения, что не совпадает с пониманием чистой молитвы в «Собеседованиях». У прп. Иоанна Кассиана термин *meditatio* связан с погружением в текст Писания и краткой повторяющейся молитвой, целью которой является стяжание Святого Духа для соединения с Богом.

Источники и литература

Источники

1. Алфавитный патерик (2009) — Алфавитный патерик, или Достопамятные сказания о подвижничестве святых и блаженных отцов. М.: Сретенский м-рь, 2009. 116 с.
2. Аммон (2012) — Аммон, св. Наставления св. Аммона // Творения древних отцов-подвижников / Пер., вст. статья и коммент. А. И. Сидорова. М.: Сибирская Благовонница, 2012. С. 343–388.
3. Григорий Синаит: *О безмолвии и двух образах молитвы* (1999) — Григорий Синаит, прп. О безмолвии и двух образах молитвы, в 15 главах // *Григорий Синаит, прп.* Творения. М.: Новоспасский м-рь, 1999. С. 94–112.
4. Григорий Синаит: *О том, как безмолвствующему надлежит сидеть при молитве* (1999) — Григорий Синаит, прп. О том, как безмолвствующему надлежит сидеть при молитве и не оканчивать ее поспешно // *Григорий Синаит, прп.* Творения. М.: Новоспасский м-рь, 1999. С. 113–131.
5. Григорий Палама (1995) — Григорий Палама, свт. Триады в защиту священно-безумльствующих / Пер., послесл. и комм. В. Вениаминова. М.: Канон, 1995. 384 с.
6. Древний патерик (1899) — Древний патерик, изложенный по главам. М.: Типо-Литография И. Ефимова, 1899. 232 с.
7. Игнатий Брянчанинов: *Беседа старца с учеником* (2009) — Игнатий (Брянчанинов), свт. О молитве Иисусовой, беседа старца с учеником // *Трезвомыслие: в 2 т.* / Сост. схиигумен Авраам (Рейдман). Екатеринбург: Изд-во Ново-Тихвинского женского м-ря, 2009. Т. 1. С. 5–116.
8. Игнатий Брянчанинов: *Слово о поучении* (2009) — Игнатий (Брянчанинов), свт. Слово о поучении, или памяти Божией // *Трезвомыслие: в 2 т.* / Сост. схиигумен Авраам (Рейдман). Екатеринбург: Изд-во Ново-Тихвинского женского м-ря, 2009. Т. 1. С. 117–131.
9. Игнатий Брянчанинов: *Слово о молитве Иисусовой* (2009) — Игнатий (Брянчанинов), свт. Слово о молитве Иисусовой // *Трезвомыслие: в 2 т.* / Сост. схиигумен Авраам (Рейдман). Екатеринбург: Изд-во Ново-Тихвинского женского м-ря, 2009. Т. 1. С. 168–265.
10. Иоанн Кассиан: *Постановления — Иоанн Кассиан Римлянин, прп.* Постановления киновитян / *Иоанн Кассиан Римлянин, прп.* Писания. Мн.: Харвест; М.: АСТ, 2000. С. 7–200. (Классическая философская мысль.)
11. Иоанн Кассиан: *Собеседования — Иоанн Кассиан Римлянин, прп.* Собеседования египетских подвижников / *Иоанн Кассиан Римлянин, прп.* Писания. Мн.: Харвест; М.: АСТ, 2000. С. 200–775. (Классическая философская мысль.)
12. Иоанн Лествичник (2013) — Иоанн Лествичник, прп. Лествица, возводящая на небо. М.: Изд-во Сретенского м-ря, 2013. 592 с.
13. Макарий Великий (2012) — Макарий Великий, прп. Беседа 56 / Творения древних отцов-подвижников / Пер., вст. статья и коммент. А. И. Сидорова. М.: Сибирская Благовонница, 2012. С. 141–146.
14. Нил Сорский (2009) — Нил Сорский, прп. Из писаний святых отцов о мысленном делании: ради чего это нужно и как подобает стараться о том // *Трезвомыслие: в 2 т.* / Сост. схиигумен Авраам (Рейдман). Екатеринбург: Изд-во Ново-Тихвинского женского м-ря, 2009. Т. 1. С. 384–447.
15. Палладий Еленопольский (2013) — Палладий Еленопольский, еп. Лавсаик, или Повествование о жизни святых и блаженных отцов. М.: Благовест, 2013. 384 с.
16. Симеон Новый Богослов (2012) — Симеон Новый Богослов, прп. Метод священной молитвы и внимания / Сост., общ. и науч. ред. А. Г. Дунаева. М.: Изд-во Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2012. С. 91–105. (Творения святых отцов и учителей Церкви.)
17. Творения древних отцов (2012) — Творения древних отцов-подвижников [Св. Аммон, св. Серапион Тмуитский, преп. Макарий Египетский, св. Григорий Нисский, Стефан Фиваидский, блж. Иперехий] / Пер., вст. статья и коммент. А. И. Сидорова. М.: Сибирская Благовонница, 2012. 732 с.

18. Феолит Филадельфийский (2018) — *Феолит Филадельфийский, свт.* Увещания // Аскетические творения. Послания / Вступ. статья, пер. и коммент. А. И. Сидорова. М.: Сибирская Благозвонница, 2018. 829 с.
19. Феофан Затворник: *Письмо* (1899) — *Феофан Затворник, свт.* Письмо 932. Разъяснение духовнику о помедлении разрешением, слышимых некими голосами, книгах для новоначальных и утомлении. К истории молитвы Иисусовой // *Феофан Затворник, свт.* Собрание писем. Вып. 5. М.: Типо-Литография И. Ефимова, 1899. 244 с.
20. Феофан Затворник: *Письма о молитве* (2008) — *Феофан Затворник, свт.* Письма о молитве и духовной жизни. М.: Правило веры, 2008. С. 481.
21. Cassianus: *Collationes* — *Joannes Cassianus.* Collationes // PL 49. Col. 477–1328.
22. Cassianus: *Institutis* — *Joannes Cassianus.* Institutis // PL 49. Col. 59–476.

Литература

23. Балаховская (2008) — *Балаховская А. С.* Иоанн Златоуст как экзегет // Раннехристианская и византийская экзегетика. М.: ИМЛИ РАН, 2008. 245 с.
24. Добыкин (2016) — *Добыкин С. Г.* Православное учение о толковании Священного Писания: лекции по библейской герменевтике: Учеб. пособие. СПб.: Изд-во СПбПДА, 2016. 272 с. (Библистика.)
25. Еськов (2013) — *Еськов С. С.* Философско-антропологический анализ доктрины о молитве древних православных египетских монахов. «Μελέτη των γραφῶν» как прототип Иисусовой молитвы // Научные ведомости БелГУ. Сер.: Философия. Социология. Право. 2013. № 23 (166). Вып. 26. С. 219–227.
26. Зарин (1907) — *Зарин С. М.* Аскетизм по православно-христианскому учению: в 2 т. СПб.: Тип. В. Ф. Киршбаума, 1907. Т. 2. 694 с.
27. Мейендорф (2023) — *Мейендорф И., протопресв.* Византийское богословие. Исторические тенденции и догматические темы. М.: Никая, 2023. 512 с.
28. Михайлов (2006) — *Михайлов П. Б.* Дидим Слепец // Православная энциклопедия. М., 2006. Т. 14. С. 677–686.
29. Омен (1994) — *Омен Д. О. Р.* Христианская духовность в католической традиции / Пер. Вакуленко Н. Рим; Люблин: Изд-во Святого Креста, 1994. 416 с.
30. Фокин (2017) — *Фокин А. Р.* Учение преп. Иоанна Кассиана о созерцании и молитве в его связи с оригено-евагриевской традицией // Преподобный Иоанн Кассиан и монашеская традиция христианского Востока и Запада. М.: Общецерковная аспирантура и докторантура им. свв. Кирилла и Мефодия, 2017. С. 237–256.
31. Шпидлик (2011) — *Шпидлик Т.* Молитва согласно преданию Восточной Церкви. М.: Даръ, СПб.: Изд-во Олега Абышко, 2011. 576 с.
32. Casiday (2007) — *Casiday A. M. C.* Tradition and Theology in St John Cassian. Oxford Early Christian Studies, 2007. 303 p.
33. Chadwick (1968) — *Chadwick O.* John Cassian. London: Cambridge University Press. 1968. 171 p.
34. Driver (2002) — *Driver S. D.* John Cassian and the Reading of Egyptian Monastic Culture. NY: Routledge, 2002. 149 p.
35. Spanu (2015) — *Spanu N.* The method of unceasing prayer in Evagrius Ponticus and John Cassian // E-patologos. 2015. S. 47–60.
36. Stewart (1998) — *Stewart C.* Cassian the monk. Oxford: Oxford University Press, 1998. 286 p.