

# КАК МОЛИТЬСЯ В ТРУДНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ

«Первопричина всех душевных и телесных неустройств и болезней кроется в нарушении заповедей Христовых; основное средство для выздоровления – чистосердечное покаяние в грехах и приобщение Святых Таин», - говорил преподобный Амвросий, старец Оптинский. Если кто-нибудь из ваших близких тяжело болен или пьёт, или вы сами потеряли работу, попали под следствие, или еще что-то с вами случилось, не надо обижаться ни на Бога, ни на людей, а лучше сказать: «Это случилось со мною за грехи мои» и обратиться к Богу с усердной молитвой. «Молитва есть... мост для переходения искушений, стена, защищающая скорбей»<sup>1</sup>.

1. Но прежде всего надо исповедоваться и исправить свою жизнь по заповедям Божиим. Может быть, мы какие-то грехи за собою не замечаем, и Господь, чтобы нас вразумить, для нашей пользы душевной попустил разным горестям отягощать нас. Вспомним, исполняем ли мы наши христианские обязанности - приходим ли в храм на службу по воскресным и праздничным дням, читаем ли утренние и вечерние молитвы, соблюдаем ли посты, не держат ли на нас обиду родители или еще кто-нибудь?

«Я всегда даю мирянам совет прекратить работать по воскресеньям и праздникам, чтобы на них не сыпались беды», - говорил, например, старец Паисий Святогорец<sup>2</sup>.

Чтобы исполнять заповеди Божии, надо их знать, поэтому надо читать Евангелие, Псалтирь, Закон Божий, Жития святых и другие душеполезные книги. Тогда более успешна будет молитва наша за себя или за других.

2. Один вид из видов усердной молитвы - чтение Псалтири и Евангелия.

Псалтирь состоит из 150 псалмов, которые собраны в 20 разделов - кафизм. Каждая кафизма делится на три части - «Славы». Читают Псалтирь так: после прочтения каждой «Славы» читаются следующие славословия:

**Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веков. Аминь. Аллилуйа, аллилуйа, аллилуйа, слава Тебе, Боже (3 раза). Господи, помилуй (3 раза).**

*И затем краткая молитва своими словами:*

**«Помоги, Господи, рабу Твоему (имя)»** или, может, по-другому как-то

<sup>1</sup> «Лествица» преподобного отца нашего Иоанна. Слово 28 «О матери добродетелей, священной и блаженной молитве, и о предстоянии в ней умом и телом», п.1 (разные издания).

<sup>2</sup> Блаженной памяти старец Паисий Святогорец. Слова, том I. - М., изд. «Святая Гора», 2003, с.360.

вам захочется сказать,

*или молитва из Молитвослова* (там есть молитвы на разные случаи - о больных, о детях и др.). И потом читают следующую «Славу» Псалтири, и так сколько время и силы позволяют.

Желательно прочесть толкование на Псалтирь, чтобы потом всегда с пониманием читать псалмы. А кому тяжело читать Псалтирь на церковно-славянском языке, можно читать Евангелие на русском языке, произнося также после каждой главы такую же краткую молитву, как и при чтении Псалтири.

Когда кто находится в напастях, каких бы то ни было, - пусть читает молебный канон Божией Матери «Многими содержим напастыми...», и пройдут для него все напасти бесследно к стыду нападающих на него (из завещания схиархимандрита Гавриила (Зырянова +1915) своим духовным детям).<sup>3</sup>

В Молитвословах часто помещают акафисты и молитвы Пресвятой Богородице, святителю Николаю Чудотворцу, целителю Пантелеимону, преподобному Серафиму Саровскому, блаженной Ксении Петербургской и другим святым. Они слышат наши молитвы и по воле Божией помогают нам.

3. Если нет времени читать Евангелие, Псалтирь и молитвы по книгам, то можно и в течение дня повторять про себя или тихо вслух краткую молитву (когда идём куда-нибудь, стоим в очереди, делаем что-нибудь):

**«Гóсподи Иису́се Христе́, поми́луй раба́ Твоего́»**

или: **«Пресвя́тая Богоро́дице, спаси́ нас»** или:

**«Святы́телю о́тче Никóлае, моли́ Бóга о нас»**

При этом надо стараться, как говорил преподобный Иоанн Лествичник, «заключать ум в словах молитвы», и если он рассеется, опять заставлять его произносить молитву со вниманием.

Оптинский старец Нектарий так молился: **«Гóсподи, пощади́, спаси́, поми́луй раба́ Твоего́!»**.

А другой оптинский старец Варсонофий говорил: «Как терпеть скорби? Где поддержка? Покоя, света и силы надо искать в Боге, через молитву Иисусову. Станет тебе очень тяжело, мрак обступит тебя - стань перед иконой, зажги лампадочку, стань на колени, если можешь, а то и так скажи: **«Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго!»** Скажи раз, другой, третий, так скажи, чтобы не одни уста произносили эту молитву, а доходила бы она до сердца. Впрочем, и дойдет непременно до сердца сладчайшее имя Господа, и мало-помалу удалятся скорбь, просветлеет на душе, тихая радость воцарится в ней».

Есть другая краткая молитва Божией Матери:

**Богоро́дице Де́во, ра́дуйся, благода́тная Мари́е, Госпо́дь с Тобьо́ю;**

<sup>3</sup> Архимандрит Симеон (Холмогоров). Един от древних. - М., изд. «Паломник», 1996, с.152.

**благословена Ты в женах и благословен плод чрева Твоего, яко Спаса  
родила еси душ наших.**

Священномученик Серафим Звездинский (+1937) говорил: «Я познал все тепло, всю защиту, весь покров чудного приветствия сего «Богородице Дево, радуйся». Это воззвание в безвыходных обстоятельствах давало выход; располагало нерасположенных ко мне, злые сердца неоднократно смягчало... Архангельское приветствие «Богородице Дево, радуйся» при полной беспомощности вдруг подавало неожиданную помощь и при том с той стороны, откуда невозможно было никак ожидать ее, не говорю уже о внутреннем мире среди бурь... С сею молитвою больные душой исцелимся, загрязненные грехом очистимся и убелимся, яко снег. Кто прочитывает полтора ста «Богородиц», душу того антихрист не одолеет».

**4. Церковные молитвы.**

Попросите отслужить молебен. Сами старайтесь бывать чаще на церковных службах.

5. В храме на станции Мочище рядом с Новосибирском (туда ходит автобус № 1189) есть чудотворная Иверская икона Божией Матери. Там исцеления и другие чудеса случаются. Кто может, съездите туда, помолитесь, наберите в пузырек масла от лампы для помазания больных. Также используют для помазания масло от святых мошей (какое достанете - от преподобного Сергия Радонежского, блаженной Матроны Московской и других святых).

6. Если в какой-либо трудной ситуации молятся несколько человек - такая молитва сильнее. В Евангелии так сказано о такой совместной молитве: «...и пришли к Нему с расслабленным, которого несли четверо... Иисус, видя веру их, говорит расслабленному: чадо, прощаются тебе грехи твои... Тебе говорю: встань, возьми постель твою и иди в дом твой» (Ев. от Марка, гл.2).

Часто дети, даже уже взрослые, страдают за грехи родителей. Поэтому хорошо будет, если уговорите родителей того человека, о котором молитесь, бабушек, дедушек исправить жизнь по заповедям Божиим, исповедоваться и присоединиться к вашей молитве.

7. Если человек, о здравии или благополучии которого молитесь, находится без сознания или совсем не хочет вас слушать, то больше того, что здесь написано, вы уже, наверное, не сможете сделать.

А если он еще может прийти в церковь или хотя бы находится в сознании, тогда постарайтесь убедить его тоже молиться, исправить жизнь, исповедоваться и делать то, о чем здесь уже было сказано.

8. Когда молимся о чем-нибудь и долго не получаем просимого, будем покорны воле Божией. Когда мы просим бесполезное нам, то Господь может и не исполнить прошение наше.

Господь наш Иисус Христос предупреждал своих учеников: «В мире

«Скорбни будете» (Ин. 16,33). И апостол Павел учил первых христиан, что «...многими скорбями подобает нам войти в Царствие Божие» (Деян. 14, 22). И вся святоотеческая литература единодушно о том предупреждает. Вот, например, слова Аввы Исаака Сирина: «Путь Божий есть ежедневный крест. Никто не восходил на небо, живя прохладно...Тем и отличаются сыны Божии от прочих, что живут они в скорбях; а мир гордится роскошью и покоем. Не благоволил Бог, чтобы возлюбленные его покоились, пока они в теле, но более восхотел, чтобы они, пока в мире, пребывали в скорби, в тяготе, в трудах, в скудости, в наготе, в нужде, в унижении, в оскорблениях и утружденном теле. Живущим в покое невозможно пребывать в любви Господней, и поэтому Он отказывает им в покое...»<sup>4</sup>

Оптинский старец Макарий в одном письме писал так: «Вы должны веровать и, полагаю, веруете несомненно в Промысл Божий, что Он всем и всегда управляет и хочет нам спастись...Премилосердый же Господь, промышляя о нашем спасении, и нехотящих нас неволью сводит с пространного пути и поставляет на тесный и прискорбный, которым можем получить вечную жизнь. Все это творит Господь, любя нас... Видим из Святого Писания и из истории Церкви и описания жизни великих мужей, что получение спасения устроилось более скорбями, напастьми, лишениями, озлоблениями и прочими средствами терпкими, которые все неволью отводят сердце наше от любви мира, наносящего вред душе нашей, - но мы сего не понимаем. И ныне видим на живущих с нами и близ нас, что большая часть людей находится в скорбях; но не все равно и не в одно время посещаются ими: один ныне испивает чашу горести, другого ожидает скоро; иной, упиваясь сладостями мира, и славою и богатством, не чувствует, что вкушает яд, вредящий душе его, и рано или поздно ощутит вред его: или бедностью, или болезнью, или презрением от других, или неповиновением детей, или наконец, тоскою, не находя ни в одном из благ утешения, хотя и окружен ими... Но при всех таковых и подобных скорбных приключениях благодать Божия невидимо укрепляет нас к перенесению несчастий, только при малодушии нашем они бывают нам тягостнее, а при великодушии и покорности воле Божией – облегчаются»<sup>5</sup>.

Православный приход во имя святого равноапостольного князя Владимира  
г. Новосибирск, ул. Филатова, 14 (жилмассив Западный), тел. 341-23-32

*Издание допущено к печати Издательским отделом Новосибирской Епархии Русской Православной Церкви*

<sup>4</sup> Авва Исаак Сирин. Слова подвижнические. М., изд. «Правило веры», 1993, с.152.

<sup>5</sup> Душеполезные поучения преподобного Макария Оптинского. изд. Оптиной пустыни, 2006, с.622-623.