ОБИТАВАЊЕ БЕЗГРАНИЧНОГ У СРЦУ

БИСЕРИ ИЗ „ДОБРОТОЉУБЉА“
И ДРУГИХ ДУХОВНИХ СПИСА
О НЕПРЕСТАНОЈ МОЛИТВИ
ГОСПОДУ ИСУСУ

Сабрала
Ала Селаври
Превео са немачког
М. Хиландарац

Београд 1982
Благословом Њ.Св. Патријарха Српског Германа

Издаје: Манастир Сланци Метох Манастира
ХИЛАНДАРА

Рецезент: Ђорђе Јањић
Уредник: Јеромонах Амхилохије
Тираж:3000

УВОД

Молитва је стремљење срца и ума ка
Богу. Стална молитва је непрестано об-
раћање ума и срца к Њему (Св. Теофан Затворник)

Реч о сталној молитви у срцу, или срдачној молитви, звучи као порука из неког далеког па ипак блиског света. У списима као „Казивање једног боготражитеља, описана су духовна искуства људи чији је сав живот био прожет овом непрестаном молитвом. И то лична искуства.

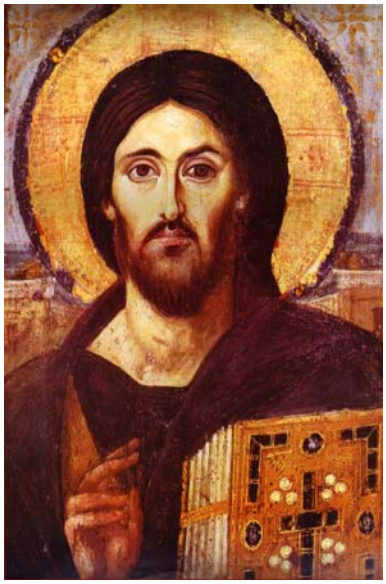
Православана Црква Истока располаже преизобилним знањем и испоробаном методиком о начину упражњавања овом молитвом. Она поседује и поуке богоозарених молитвеника; указује нам на један молитвени пут који је свима доступан, који зздовољава наше сазнање и слободу и подарује нам иста духовна искуства. Непрестана молитва срца је наука над наукама, уметност над уметностима, занимање узвишеније од било ког другог занимања, приступочно једнако неуком и ученом.

Непрестана молитва срца има корен у Светом Писму. Сам Господ Исус Христос учи да у свако време треба стражити и молити се, да се треба непрестано молити да при том не треба говорити многе речи, већ да се треба молити у срцу Оцу небеском, у тајности и у Његово Христово Име. И Ап. Павле захтева да се молимо духом и истином, и то без престанка, и да је боље изговорити пет речи умом него хиљаде језиком.

Поставља се, међутим, питање, дали је то уопште могуће_ И како се то постиже? Уистину, то је сасвим могуше и за истински хришћански живот чак неопходно. Јер благодатан разговор са Богом кроз молитву представља откуцаје бића људске душе. Од хрешћанског искона боготражитељи стреме овом непрестаном општењу са Господом обраћајући Му се кратким, честим, интимним и сабраним призиваима. Духовно просвећени Оци су нашли да је међу таквим призивима најпростије а истовремено и најуспешније средство за постизање непрестане молитве ткзв. И с у с о в а м о л и т в а тј. М о л и т в а Г о с п о д у И с у с у. Та молитва је истоветна са оном коју је цариник упутио Господу Христу у Јерусалимском храму. Она гласи:

ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖИЈИ
ПОМИЛУЈ МЕ ГРЕШНОГ

Ова молитва садржи све елементе праве молитве: слављење Бога, покајничко самопознање и молбу за спасење. Она је оспобито погодна за непрестано усмеравање ума Христу, за доживљавање Његовог присуства и за загревање срца у љубави према Њему. У својој једноставности и краткоћи она је сваком приступачна иможе се обављати у свако време, на сваком месту и при сваком послу.



Исусова молитва служи за унутрашње расплансавање непрестаног мољења у срцу и срцем. Они који су у њу упућени, указују молитвољубивом почетнику да упоредо са његовим живљењем по Јеванђељу, строго методски иде од просте, усне молитве, до благодатне, самоделатне унутарње молитве, својствене онима који су напредовали у духовном животом. Тај пут води преко више степеница: кроз молитву речима; молитву сабрану, вршену са пажњом и разумевањем (при обављању заједничиких богослужења и личног молитвеног правила); умно 'унутрашњу молитву душе и најзад, непрестано срдачну молитву.

На сваком новом степену молитве, узраста и наша заједница и општење са Господом Христом. Живљење у присуству Божјем буди духовне покрете и настројење: појачано страхопоштовање, покајничко самопознање, уз осећање да је човек узет сам за себе 'изгубљен; као и сазнање свеопроштајне доброте Божје и наше љубави према Њему. Човек сада равнује све више у испуњењу воље Божје. Томе почиње да се противи његолво самољубље, али га он у невидљивој борби сузбија и искорењује. На овом подвижничком путу чисти се његов унутарњии човек, даје му се знање срца, упоредо са истанчаном савешћу, добротом и способношћшу да обликује самог себе. Суштина пак и циљ срдачне молитве јесте задобијање благодати Духа Светога, као стварног доживљаја. Јер хришчански живот и јесте у страви облагодацени живот.

Тако Исусова молитва представља срж хришћанског живота у Цркви, и може бити схваћена и постигнута само у органској повезаности са тим животом, у органској саборности живота у Христу.

Исусова молитва се темељи на скоро двехиљадегодишњем искуству свих духовности и опитних боготражитеља. Они нас уводе у ову науку над нукама и дају нам упуства о њеном правилном обављању. Та упутства потичу од Св. Отаца Цркве: прво Апостола, па онда пустињака и молитвеника древне Цркве, касније Отаца Ромејско - византиске Цркве, све до најновијих светитеља, особити оних русдког порекла. Светогорски зборник духовних текстова познат под називом

„Добротољубље“, обухвата главна дела о духовном животу 25-богомудрих Отаца Цркве, велики молитвеника, од III-XV века (преп. Макарија и Антонија Вфеликог, Св. Јована Златоусог, преп. Јефрема Сирина , преп. Јована Лествичника, преп. Варсануфија и Јована, преп. Максима Исповедника, преп. Симеона Новог Богослова, Св. Григорија Паламе, преп. Григорија Синаита, преп. Игњатија и Калиста и др.) Поред „Добротољубља“постоји наруском језику зборник духовних текстова „О Исусовој молитви“ по предању Православне Цркве (изд. Ваалалмског манастира, Финска, 1938), у којима се такође говори опширно о унутарњем организму срдачне молитве и начину бављења њоме. Тај Здборник садржи, поред одабраних текстова из „Добротољубља“ и веома важна упуства и поуке на ову тему великих руских подвижника и молитвеника, од XV до XX века (преп. Нила Сорског, Св. Димитрија Ростовског, препод. Василија Молдавског и Паисија Величковског, преп. Серафима Саровског, Св. Јована Кроштанског и др).

Текстови сабрани у ову књигу су изводи из руског превода „Добротољубља“; из поменутог дела о Исусовој молитви, издатох Валаамсим манастиром, као и из списа новијих руских подвижника и молитвеника пре свега Св. Теофана Затворника и преп. Серафима Саровског. Оргинални текстови су превођени са руског по смислу и уклопљни слободно у појединачна поглавља. (При томе су текстови из Вааламског зборника послужили као оквир; код допуна из других списа, означена су имена аутора после сваког одељка). Овакав поступак при избору текстова о Исусовој молитви, потпомаже многострано помиреање у њен унутарњи смисао као и у учење опитних и богомудрих Отаца о њеном обављању. Понекад долази и до понављања истих мисли, што такође има духовни значај: користи утврђивању и свестранијем упознавању са овом најузвиђшенијом врстом уметности . Тако овај мали избор текстова духовних из пребогате ризнице светих боговидаца и богољубаца има за циљ да нам, на колики је могуце простији начин, даде основне појмове о Исусовој молитви и да на суведе у њене неизрециве тајне.

I. О ЖИВОТУ У МОЛИТВИ

Шта је то молитва? У чему је њена суштина? Како се она можа да научи? Шта доживљава душа онага који се моли?

Сва ова питања треба стално да занимају срце и ум сваке верујуће душе, јер се у молитви човек разговара са Богом, ступа са Њим у благодатну заједницу и живи у Њему. Богом просветљени Оци Цркве дају нам на сва ова питања одговоре који почивају на опиту дугоносне и Духом обасјане молитве: Одговоре разумљиве и приступачне како ученим тако и простим. Они су упућени сваком човеку који тражи Бога и уводе га у уметност правог молења (Еп. Никон).

1. ПРВА УПТСТВА О МОЛИТВИ
(по Св. Димитрију Ростовском)

Многи не знају уопште у чему се састоји унутрашње молитвено делање и не разумевају шта је то богомислије. Они нису никад чули ништа о унутрашњој ,

умној молитви и сматрају да се молитва исцрпљује обављањем богослужења из црквених богослужбених књига. Они такође не знају ништа о унутрашњем тајном разговору са Богом у срцу и нису никад окусили сладост тог разговаора. Такви се односе према молитви као слепорођени према сунчаној светлости. Они слушају о свему томе , али не разумеју, и ради тог незнања лишавају себе духовне мудрости и унутрашњег усавршавања. Стога ми је жеља да изнесем овде неколико ствари ради духовне поуке и упућивања у богомислије, као и Исусову молитву, како би сваки онај који тражи прави молитвени живот могао, уз Божју помоћ, да започне са својим унутрашњим духовним имолитвеним растом.

О двојности човека и његове молитве

Двојна је природа човекова. Она је спољашња и унутрашња, телесна и духовна. Спољашни, телесни човек је видљив; унутрашњи духовни човек, „скривени човек срца“, је невидљив (1 Петр. 3,4).

Двојако је и образовање човека: спољашње и унутрашње. „Спољашњи човек“ налази задовољство и потребу у књигама, у љубави ка мудрости, у уметности. „ Унутрашњи човек“ превасходно се бави мислима: о Богу, Божјој љубави топлоти Духа, молитви.

И молитва је такође двојака: спољна и унутрашња. Спољна има своју одређену форму, сагласно црквеном типику и богослужбеном уставу, своје време кад се обавља у храму или у дому. Ту спадају сва богосужења у храму или молитвени скупови у домовима, према речи Господњој: „Где су два или три сабрани у име моје, ту сам и ја међу њима“.

Унутрашња молитва је слободна иможе се у свако време и на сваком месту да обавља. Кад год се разум и срце уздигну Богу она тече... Ова се молитва заснива на упутвству Господњем да се у скривеној одаји молимо (Мат.6,6). Та је одаја - човеково срце. Носимо је свуда собом, и можемо се у њој, у свако време , кад смо сами и кад смо међу људима, закључати и наш дух безгласно уздићи Богу.

У овој одаји срца требало би да се верујући Хришћанин често сабира и да се у свој тополоти живе вере тихо Господу моли.

О молитви која сједињује човека са Богом у љубави

Све почива на нашем слободном, свесном обраћању к Богу. (Св. Теофан Затворник)

Буди свестан да пуни живот твоје душе зависи од тога колико си стварно повезан са Богом. Он је Творац, срдиште и крајњи циљ људске душе. Њему она дугује совј живот и своју унутрашњу природу. Она ће Њему вечно да живи. Јер све земаљско чему тежимо, оно што волимо и за чим чезнемо (знање, богатство, слава), не одговара нашој души и не може је задовољити, пошто је ве то привремено и пролазно. Душа која је по својој природи вечна, само у вечном Богу може да нађе свој мир, јер јој само ГОспод може да пружи неизмерну благодат Духа Светога. Бог је највише добро људске душе, док су сва лепота., мудрост и љубав овога света, само сенке Његовог сјаја. УЊему је завичај наше душе, њена постојбина. Из Њега је она дошла и Њему се она враћа, као што је наше тело од земље постало и у њу се опет враћа. (Св. Димитрије Ростовски).

Ми знамо да наше, од земље створено тело, не може само до себе да живи, већ од онога што му та земља даје. Тако исто и душа не може сама од себе да живи, већ потребује светлост, храну и одећу од Духа Светога (Макарије Велики).- Ради свега тога, први од свих животних задатака је, да се Христом повежемо, да бисмо та са Њим вечно живели. Само је најунутрашњија љубав нашег срца у стању да нас са Богом сједини, пошто је **ЉУБАВ** природа Његова (уп.Лк. 7,47). Бог је близу оних који Га траже, и дарује неизмерно богатстов онима који га траже, и дарује неизмероно богатство онима који су жедни блаженства Његове љубави.

Да би код себе развили љубав према Богу, и да би се сјединили у нераздвојну заједницу љубави са Њим, потребна је честа молитва која се обавља са узношењем ума ка Господу. Као што је за одржање ватре потребно да се често набацују дрва, тако и цеста молитва потстиче и снажи божанску љубав у нашем срцу; а та љубав онда расплансава, осветљава, загреваи потстиче целог нашег унутрашњег човека, - открива му сву дотле сакривену мудрост, и чини га сличног светозарном Серафиму који у духу пред Богом стоји, Њега духовно гледа и црпи из Њега духовно блаженсво (Св. Димитрије Ростовски).

2. О ДЕЛАТНОМ И МЕДИТАТИВНОМ ЖИВОТУ

Ми можемо да се приближимо Богу делањем
И трудом, или помоћу извежбаности у призивању Исусовог Имена.- Кроз подвиг и упражњавање врлина тражимо да очистимо срце и
да вратимо ум у његово провобитно стање. Кроз богомислије уздижемо свој ум к Богу.
Који сву нашу прљавштину сагорева и усељава се у чисто срце. (Преп. Григорије Синаит)

Предуслов за молитву су правилно делање и богомислије. Обоје одговара човековој телесно духовној јприроди. Пут делатног живота чине уздржање, труд, зној, будност, стално обављана молитва са поклонима, клечењем и други телесни трудови (Мат. 7, 14).

Пут живота у богомислију састоји се у подизању ума к Богу, у читању Св. Писма, у размишљању о Божјим делима и Његовим својствима; затим у будности срца, унутрашњој Исусовој молитви и духовном размишљасњу. Ко тежи духовном животу, мора да почне са спољашњом делатношћу, да би се потом успињао до богомислија и духовног сазерцања. Јер без праве делатности (вршења врлина и испуњавања свих заповести Божијих) не може да се задобије ни право богомислије.'Рад и делатан труд на стицању врлина служе томе да нас очисте од страсти; они нас воде до степена делатног савршенства и тиме отварају пут уму ка богомислију (Преп. Серији Саровски). У мери у којој испуњавамо Јеванђелске заповести, чисти се наша страсна природа; наше се срце још више загрева у

богомислију. Али и тад делатан подвижнички живот не треба да се зауставља, јер помаже духовној сабраности и штити од гордости.

Обе се способности узајамно развијају, при чему је врлинско делање на почетку пут, док бохомислије одређује његов ток. Нико не мо+е да овај закон заобиђе. Само онај ко је научио да обавља свој свакодневни посао и своју спољну молитву (свакидашње заједничко богослужење и лично молитвено правило), моћи ће верно да обавља и своје унутрашње правило. Како ћеш иначе да будеш Марија и Господу да служиш у богомислију, ако ниси још испунио степен Матиног служења (у спољањњем). Зато делатни подвиг, као први степен, свакоме припада. Овде долази до изражаја и унутрашњи труд у испуњењу заповеси. Први степен богомислија чини спољна молитва, читање Св. Писма и размишљање о прочитаном, као и живот у Божјем присуству. Прво богомислије или духовно гледање као други степен, то је искључиво живот унутрашњег човека у таквој богозаједници која спољашње делање чини излишним.

О правој делатности

Прими сваки посао као из Божје
Руке(Св. Теофан Затворник)

Питаш: Како могу при раду да имам Бога у свести? То можеш уколико сваки посао тако обављаш као да ти је од Бога поверен. У супротном нећеш ништа постићи ако на Бога мислиш, а твоје дневне дужности занемарујеш.

Како одржати унутрашњу сабраност при великој дневној запослености? Ради свој посао пажљиво и марљиво, постојано и без журбе, као Божје дело, и Твоје ће мисли бити у Њему. Обављај све велике и мале задатке пред Божјеим лицем, узми сваког који те сретне као од Бога послатог, и у свему се питај, штаје воља Божја.

Најсигурнији пут је , да се верно стоји на свом месту и да се испуни све оно што то место захтева. Кроз веран, послушан посао, човек поставља у себи корене хришћанског живота. Сваки степен активног живота води ка идућем степену зрења. Све је то унутрашње узрастање који захтева своје време. У духовном животу је исто што и код сваког за нимања, и у свакој уметности. Ништа не може да се прескочи, и ништа да дода што унутрашњем сазревању не одговара.

Увек се управљај по својој савести са свом ревношћу и пажњом. Ипак избегавај многобрижност које не дозвољава срцу да нађе мир. Многобижност је болест палог човека, који покушава сам уобличити своју судбину, па стога јури на све стране. То расејава мисли и не дозвољава им да се саберу, чак ни на сам предмет бриге. Прогнајте бриге, ради ревносно свој посао, јер добро је и корисно само оно што се чини са мером и по реду (преп. Јефрем СИРИН). Неумерен рад замагљује памет и охлађује срце. Учи се да све тако обављаш, да би се при том загревало твоје срце. Држи се и у општењу са људима. Нека ти буде образац Христово држање, и труди се да увек чиниш само добро. Тако ћеш на своме путу стицати све савршеније сопствено животно искуство, док не постанеш Божјим обиталиштем.

Кад имаш многе обавезе које ти сметају да одвојиш, према жељи, време за молитву, не дај се збунити. Дужност која се по савести обавља, припрема човека на ревносну моитву, те се тако количина надокнађује квалитетом. Ништа не унапређуј молитву толико као добра савест кроз богоугодно делање по Божјој вољи.

Не само мољење као такво, него и свако обрачање срца и ума Богу- при свему што се чини, веч је молитва. То води у непрестано богомислије. Посвети Богу све животне кораке и управљај их према Његовим заповестима. Можеш да користиш сваку прилику, да све што чиниш чиниш по Божјем захтеву, и да све што чиниш Њему посвечујеш. Тако ће цео твој живот бити посвећен Богу. И то је све. Тко је то једноставо! (преп. Теофан Затворник)

А. О духовном сазерцању

Тајна духовног живота почива у непрекидном богомислију (преп. Теофан Затворник)

Труди се да увек живиш свестан Божјег присуства. Потсећај се да је Он сасвим близу, да је у теби, и да те непрестано посматра, као кад те неко гледа у очи. Ово трепетно сећање на Бога поседује силуну снагу: На њему почива сав духовни живот.

Да би Бог постао присан нашем уму и срцу, потребан је неуморан труд. У томе помажу: молитва, читање Св. Писма, размишљање о прочитаном и удубљивање у њега.

Повежи са сећањем на Бога оно што ти је од Божјих својстава и дејстава познато, у њих нека понире твој ум. Размишљај о творевини Божјој и Његовом провиђењу; о отеловљењу Речи Божје и Његовом Делу спасења; о Његовој смрти, васкрсењу, вазнесењу и слању Духа Светога; о оснивању Цркве као чувара истине и божанске благодати Духа. Сазерцавај умом такођ и особине Божје: Његовунеисказану доброту, и мудрост, правичност, свеприсутност, свемоћ, свезнање, узвишеност, и неизмерну љубав.

Таква размишљања при читању Св. Писма, рађају изобиље спасоносних мисли које прате сећање на Бога. Оне буде у срцу одговарајуће духовне силе које се изливају у топлу молитв: Слава Теби Господе који си све створио; слава Ти што си нам подарио Свој лик; слава Теби који си међу нас изгубљене дошао, ради нас се ваплотио, за нас страдао, умро и васкрсо; Теби који си нам послао Духа Светога и основао за нас Твоју Цркву како би нас све чудесно спасавао. Слава Ти који и мене приводиш спасењу (о. Јован Кронштадски).

Пре свега имај на уму шта је Бог све теби самом указао од Своје милости. Посматрај цео свој живот, почев од детињства, и обрати пажњу на сва дешавања где ти је Он показао своју непосредну помоћ у нужди, и поклонио ти незаслужене радости. Сваки је од нас искусио безброј таквих догађаја који у моменту дешавања није био свестан. Њих сад треба постати свестан, посведочити их и захвалити се за њих од свег срца. Изреци Му увек хвалу за Свој живот који ти је Он поклонио; зато што си рођен у хришћанском народу; захваљуј Му се за добре спасоносне мисли и одлуке; реци хвалу за свако отклањање претећих удеса; за свако ублажавање последица твојих падова.

Свест о доброти Божјој, пре свега према нама самима, загрева наше срце за Њега. Јер љубав се љубављу запаљује. Кад осетиш љубав Божју према себи, ти не можеш према Њему да останеш халадан: твоје се срце само од себе обраћа Богу, пуно љубави и захвалности и разгорева се до светлог пламена. Та љубав ти недозвољава, ни тренутак, да Га заборавиш.

То је циљ. Прими стога ова упуства са пуном вером и употреби сав труд нато да сећање на Бога утврдиш у срцу и у уму.

У сећању на Бога лежи сва снага. Ко се у Њему учвршћује са страхопоштовањем и у свој топлоти срца, он ће и све друго у пуном реду да обави. Сећање на Бога ће да савлада све у теби и да успостави у теби ред и поредак. Ако се твој унутрашњи човек утврди у сећању на Бога, онда ти се приближује Христос и усељава се у тебе. То иде заједно. (уп. Еф.3,14-17).

Ко тражи живи однос са Богом, он усмерава на Њега своје мисли: само о Њему чита, о Њему размишља, о Њему говори. Његов ум изучава Св. Писмо и удубљује се у све његове појединости. Али само мисаоно посматрање, не доводи до онога чему се тежи. Радознали ум залази у све, губи се у магловитом мудровању, заплеће се у научне садржаје, или се само уверено иживљава у неодговорно пројектованом знању. Али, и ко цело Јеванђеље напамет зна, непаметно чини, ако откривану истину не остварује јер све остаје у његовој глави као мртва гомила песка и не доноси никакав плод.(Теофан Затворник). Они који су у духовном животу искусни, упозоравају да се интелекту не даје примућство на штету свега другог. Они строго одбијају да се Св. Писмо само теоретски студира: разумско посматрање, узето за себе, није неопасно, јер оно навикава на лакомисленост. Много је лакше да се фантазира, него да се моли и да се на своју унутрашњост пази. Интелект такође нагиње као и свака умна активност – високоумљу. То може да охлади наше самопознање и да се кроз ласкаво заваривање мисаони остварањима, лиши правог духовног напретка. Из искуства се знба да многи велики познаваоци Св. Писма ништа од духовног делања нису разумевали. Јер ово делање не да се задобити из књига, него само подвижничким крварењем срца.- „ Дај своју крв, па прими Дух “(Антоније Оптински.).

Ко се труди да сеткне право богомислије, пази на унутрашњост срца. Он живи у размишљањима које загревају његово сеце и позивају на унутрашње преобраћање. Почни свој дневни посао јутарњом молитвом, читањем речи Божје и размишљањем о прочитаном. Тиме такође закључи свој дан. На првом месту моли се постојано и изнеси простим речима своје основне потребе са пуно поверења. Потом читај Јеванђељае и Апостолске посланице размишљајући о прочитаном и повезујући их са собом. Такво читање учвршћује молитву. Обоје хране и санаже душу. Добро би било да се мисли које за време читања дођу, прибележе. Отприлике овако: Бог говори нешто у Јеванђељу из тога произаилази како ми треба да поступамо; ја то могу у следећим случајевима да изведем и хоћу то да учиним; то је безначајан напор, али доноси богат плод. – Твоје размишљање ће се тако профинити и открилити. Дух Св. Писма продираће оживљући твоје срце.

Ништа не смета што у почетку твоје мисли при читању и мољењу нехотице залутају; временом оне свикавају да се саберу кад се непрестано враћају назад и у унутрашњости сабирају.

Утоку дана много што – шта продире у нашу свест и прети да скрне наш у пажњу са богомислија. Против тога постоји начин – да се стварима приђе са духовне стране и да се све духовно објасни. Ево примера: Ако ти скрене пажњу мирис руже или смрад леша, реци себи,- тако и свака душа одаје свој мирис: добра миомирис, а страсна – смрад. Ако навикнеш да све спољашње појаве тумачиш путем сликовитих израза, твоја ће пажња остати у Богу. Тако све спољашње постаје мудрим учитељем.(Упореди: Тихон Задонски: „Дешавања и њихово духовно тумачење“, Аскетска дела, том II і IV, Москва 1889).

Наравно, сабрана пажња и богомислије захтевају сав напор ума и срца. Ко се не усиљава, тај неће ништа постићи. Али зашто ми за све друго мора да се трудимо, а према ствари нашег спасења да останемо немарни?! Наше је спасење - нашаглавна брига. То је такође наш најбитнији посао. Али ако се, према снагама, озбиљно потрудимо, сигурно ћемо пожети његове плодове.

3. О МОЛИТВИ У ЈЕВАНЂЕЉУ(Према „Казивањима Боготражитеља“, V разговор, Казан,1911.)

Право изучавање Речи Божје и списа
Св. Отаца састоји се у томе, да се прочи-
тано целога живота истражује. Срж Јева-
нђеља као и Исусове молитве, отвара ти
се у тој мери у којој их извршујеш
(Старац Макарије Оптински).

Хришћански живот се заснива на молитви. Водећа заповест Св.Писма: „Љуби Господа Бога својега свим срцем својим и свом душом својом, и свом мишљу својом“ (Мат.22,37) - везуј срце са његовим Оцем. Из ове љубави следи сећање на Бога, прослављање, хавала и молбе Њему. У молитви се човек обраћа Богу. У Јеванђељу Бог говори човеку и учи га правој молитви. Сва четири Јеванђеља садрже у одговарајућем редоследу, цело упуство у уметност молитве.

На почетку се отвара прилаз молитви и даје се дословни облик милитве; онда долазе предуслови, неопходна средства да би се молитва изучила као и појединачни примери. На крају следи тајно упуство о унутарњој, духовној, непрестаној молитви, у Име Исуса Христа, њеној неопходности и њеним благодатним плодовима. Тако Јеванђеље излаже докраја.

Јеванђеље по Матеју учи, да се молимо у тишини, у унутрашњост срца, са мало речи, и да се молимо само за опроштај грехова и за сједињење са Богом: „ А ти кад се молиш, уђи у клејет своју и... помоли се Оцу својему који је у тајности, и Отац твој... платиће теби јавно.- И кад се молите не говорите много као незабошци: јер они мисле да ће за многе речи своје бити услишени. Ви не будите као они; јер зна Отац ваш шта вама треба прије молитве ваше“.(Мт.6, 6-8).

На молбу ученика за молитву: „ Господе, научи нас да се молимо“, Господ им даје облик молитве, њен дословни текст који садржи све што човек потребује за свој живот. „ Овако дакле ви се молите: Оче наш који си на небесима, да је свето име твоје; да буде воља твоја и на земљи као на небу; хлеб наш насушни дај нам

данас; и опроти нам дугове наше као и ми што опраштамо дужницима својим; и не уведи нас у искушење, но избави нас од нечастивога. Јер је твоје царство, и сила и слава вавек. Амин“. (Мат.6, 9-14)

Сад следе предуслови заделотворну молитву „ Ако праштате људима гријехе њихове, опротиће и вам Отац ваш небески. Ако ли не опраштате људима гријехе њихове, ни Отац ваш неће опростити вама гријехе вашијех“.(Матеј 6,14-15).

Потом се указује на средства, како би молитва била услишена: Господ позива да се увек молимо: „Иштите и даће вам се; тражите и даће вам се; тражите и нећи ћете; куцајте и отвориће вам се. Јер сваки који иште, прима; и који тражи, налази; и који куца, отвориће му се. Или који је међу вама човјек у кога ако заиште син његов хлеба камен да му да? Или ако рибе заиште да му да змију? Кад дакле ви, зли будући, умијете даре добре даривати дјеци својој, колико ће више Отац ваш небески дати добра онима који га моле?“ (Мт.7, 7- 11)“- Тако се оснажује наше поверење у непрестану молитву.

Заповест да се моли, да се тражи, да се куца, дата у овом упечативом облику, упућује не учесталост молитве. Тако се и сам Господ моли у врту Гетсиманском: „ Оче! све је могуће теби: пронеси чашу ову мимо мене; али не како ја хоћу него како ти.“(Мк.14,36) Потом следује заповест будности: „ Стражите и молите се Богу, да не паднете у напост; јер је дух срчан али је тијело слабо“.(Мк 14,38).

Одговарајући примере честог молења пружа нам такође Еванђелист Лука у причи о упорној молитви: „Који од вас има пријатеља, и отиде му у поноћи и рече му: пријатељу! дај ми три хлеба у зајам; јер ми дође пријатељ спута и немам му шта поставити; а он изнутра одговаруајући да рече: не узнемиравај ме; већ су врата затворена и деца сумоја са мном у остељи, и не могу устати да ти дам. И кажем вам: ако и не устане да му да зато што му је пријатељ, али за његово безобразно искање устаће и даће му колико треба. И ја вам кажем: иштите и даћевам се; тражите и нађићете; куцајте и отвориће вам се. Јер сваки који иште, прима; и који тражи, налази; и који куца, отворићему се“.(Лука 11, 5-11)

Увек се треба молити и не дати да нам дотужи као што прича о удовици показује. Њено непрестано молење покреће чак неправедног судију да јој изађе у сусрет. Поука завршава:„ А камо ли Бог неће одбранити избранијех својијех који га моле дан и ноћ?“ (Лк. 18, 1-8)

Ипак, за сваку праву молитву предуслов чини дубоко смирење. Само смирени и скрушена срца молитвеник бива услишен, док се горди и самоправедни одбија. То је показује прича о царинику и фарисеју: „Два човека уђопе у храм да се моле Богу, један фарисеј а други цариник . Фарисеј стаде и мољање се у себи овако: Боже! хвала ти што ја нисам као остали људи : хајдуци, неправедници, прељубочници, или као овај цариник. Постим двапут у недељи; дајем десетак од свега што имам. А цариник издалека стајаше, и не шћаше ни очи подигнути на небо, него бијаше прси своје говорећи: Боже; милостив буди мени грешноме. Кажем вам да овај отиде оправадан кући својој, а не онај. Јер сваки који се сам подиже понизиће се, а који се сам понизује подигнуће се“.(Лк. 18, 10-15)'То исто показује и случај са женом Ханенејком (Мт.15, 22-28). Прича о блудном сину учи, да се у свакој грешци, невољи и изгубљености треба у себи обратити Оцу и

признати Му своју кривицу. Најболнијем самопознању и покајању следује-поверење у Божју свепраштајућу доброту. То учи прича о заблуделом сину. Чим човек призна: „Оче! сагреших... и нисам достојан назвати се син твој“... Отац му излази у сусрет, опрашта му све грехе и прима га у своју љубав. Покајање оживљује унутрашњег човека:„ Овај син мртав беше и оживе(уп.Лк.15, 16-32)

У Јовановом Јеванђељу открива нам се скривена духовна молитва. Христов разговор са Самарјаником позива на непрестано унутрашње слављење Бога у духу и истини, као на живоносни извор: „Који пије од ове воде коју ћу му ја дати неће ожеднети до вијека; него вода што ћу му ја дати биће у њему извор воде која тече у живот вјечни...Иде вријеме и већ је настало, кад ће се прави богомољци молити Оцу духом и истином, јер Отац хоће таквих богомољаца. Бог је дух, и који му се моле, духом и истином треба да се моле.“(Јн.4,14,23-24). Даље долази још јасније до изражаја снага и ниопходност ухутрашње молитве. Душа треба непресатно да пребива у Христу:„ Будите у мени и ја у вама. Као што лоза не може родити рода сама од себе ако не буде на чокоту, тако и ви ако у мени не будете. Ја сам чокот а ви сте лозе: и који буде у мени и ја у њему он ће родити многи род...Ако останете у мени и ријечи моје у вама остану, што год иштите, биће вам.“(Јн.15,4-8)

По Тајној вечери и пре поласка на крсну смрт, Исус Христос је изрекао своје највише поуке, своје најважније - коначне заповести и дао је право да се моли у Његово име. Господ је упутио Апостоле како да се моле, они су добили молитву „ Оче наш“. Али на крају свог свога земнога живота Господ им је отворио тајну онога што им је код уистини делотворне молитве још недостајало:„ Досад не искасте ништа у име моје. Заиста, заиста вам кажем да што год заиштете у Оца у име моје, ја ћу учинити. Иштите и примићете, да радост ваша буде испуњена.“(Јн.14,13-14; 16, 23-24).

Плод унуташње молитве која се приноси у име Исусово у духу и истини - јесте божанска благодат Светога Духа. Пред своје Вазнесење Христос заоведа ученицима да остану у Јерусалиму до силаска Светога Духа, „и они сви једнодушно бијаху једнако на молитви. И кад се наврши 50 дана, у један пут постаде хука с неба као духање силнога ветра...и показаше се раздјељени језици као огњени; и сједе поједан на свакога од њих. И напунише се Духа Светога“.(Д.А. 1и 2 глава).

Благодат Духа светога прати такође и молитву првих хришћана: „ И кад се они молише Богу затресе се мјесто где бијаху сабрани и напунише се сви Духа Светога, и говораше ријеч Божју са слободом“.

Оваква казивања даље се допуњују. Тако Ап.усте да се у свим животним околностима треба једни за друге да моле,(Јак.5, 13-16); да се у свим стварима, без многобрижности, треба Богу обраћати(Филип. 4,6-7); у духу и уму(1 Кор. 14,15) без престанка се молите(1 Сол.5,17) и Бога у срци славити(Кол. 3,16). Да се треба молити кратко и са пажњом:„боље је пет ријечи умом својим рећи, него ли хиљаду речи језиком“.(1 Кор. 14,19). „Молите се Богу духом без престанка, и уз то стражите са сваким трпљењем“(Еф. 6,18). Сам Дух Свети помаже у молитви. „Молите се Духу Светом“(Јуда 1, 20). „Дух Свети помажае нам у нашијем слабостима: јер не знамо за што ћемо се молити као што треба, него сам Дух моли се за нас уздисањем неисказанијем“(Рим. 8,26).

Први хришћани су примили к срцу сва ова апостолска упуства и тражили су Божију благодат Светога Духа у непрестаној срдачној молитви. Искусни

духовници нашли су потом као најпростије а истовремено и најуспешније средство за молитву, ону молитву цариника у храму: „Господе, буди ми грешном милостив“. Упућена Христу, ова је молитва добила форму:

ГОСПОДЕ ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖЈИ,
ПОМИЛУЈ МЕ.

Та молитва са именом Исуса Христа - т.з. Исусова молитв - садржи у себи чудесну тајну, поседује снагу да загреје наше срце за Њега; да помогне да се пред Његовим лицем живи и његове заповести да се испуњавају; да се постепено чисти унутрашњост и да се цело људско биће обожи све до живог сједињења са Христом.

Исусова молитва се дакле темељи на самом Јеванђељу. Она је средиште свеукопног духовног подвига, и може се једино и потпуно да разуме у целини хришћанског светотајинског живота, чији је она део.

4. ВРСТЕ И СТЕПЕНИ МОЛИТВЕ

а. О делатаној и самоделатној благодатној молитви (По старцу Паисјију Величковском)

Кроз споствену делатну молитву побеђују се, уз пооћ Божју, страсти; кроз самоделатну, благодатну молитву, сагледа се Бог колико је то човеку могуће.(Григорије Синаит)

Има молитва коју човек обавља својим сопственим трудом; али има и благодатна молитва која се самоделатно појављује код молитвеника.

Прва је молитва молитва почетника, друга: благодатна - молитва је савршених. Делатни труд остварује успон ка самоделатној молитви. Знај, све што човек свесно и добровољно, уз помоћ Божју, обавља, да би на тај начин посведочио своју љубав према Богу и ближњима - сав напор да се задобије смирење и стрпљење, да се следи Јеванђељу, сво уздржање, сав труд у молитви, - све је плод сопсвтеног подвига, а не благодат.

Али кад неко - уз помоћ Божје благодати - и кроз дубоко смирење, ослободи своје срце од свих прљавштина страсти, онда благодат Духа Светог захвата његов очишћен ум као што мајка узима дете за руку, и води га постепено, по мери његове чистоте, у духовно гледање несхватљивих божанских тајни (Исак Сирин). Такво гледање даје само Божја благодат; иначе га нико путем своје воље не може да задобије.

Пут молитве води преко одређених степеница од делатне ка сазерцатељној молитви. Делатној молитви припадају: усно, гласно мољење, пажљива молитва ума, умно - срдачна и непрестана срдачнамолитва. Самоделатној молитви припада само сазерцатељна, духовна молитва.

б. Степени делатне молитве

Молитва је пут ка Богу. Мера пређеног пута су појединачнастања и степени молитве (Игњатије Брјанчанинов)

Какав је наш однос према Богу, таква је и наша молитва. Ко немарно живи и не брине се много о унутрашњости душе, тај обавља и своје молитве расејано, хладно, по спољашњем обичају.

Ко се труди на одстрањењу мана и на свом спољашњем молитвеном правилу, а не окреће се својој унутрашњости, он изговара или чита многе молитве да би на њима загрејао своје срце. Он се труди да те молитве прати умом и да их доживи, али му то само ретко полази за руком. - Ако се таквом узму молитвени текстови, он је онда остао без молитве.

Али које зашо у своју унутрашњост и носи у себи Бога, тај стоји у духу пред Њим и приноси Му из срца, без много речи, своју сабрану молитву. Тако свако људско стање, свака степеница приближжавања Богу, им свој унутрашњи ред као и одговарајућу молитву.

Степени делатне молитве, коју човек приноси из сопственог напора, одређује учешће ума и срца. При слабом унуташњем учешћу, молитва је претежно уснено - гласна; чим свест почне да прати садржину молитве, она постаје - умна. Ако на то срце одговара са топлим осећањем, ондамолитва постаје умно - срдачна. Учешће ума и срца припада свакој молитви. Ум треба да пази не речи, а срце да их саосећа. Ко се још није оснажио у молитви, лако залута својим умом и зато срце при молитви остаје хладно. Вежбање у молитви састоји се у томе да се ум васпита у пажњи а срце у саосећању. На тај начин усмено - гласна молитва ће постати умном, па умно - срдачном. Тек онда је она стварнамолитва.

„Не треба само речима да се моли, него и умом. Не само са умом, него такође и срцем. Тако да ум чистои јасно схвати шта речи исказују, а срце да саосети оно што ум покреће.Све заједно је права молитва. Ако нешто од тога не достаје, онда је молитва непотпуна, или неије никаква“.(Теофан Затворник)

в. О спољно обављаној молитви

Прво је молитва самовољна обавеза. Касније, унутрашња потреба срца. (Теофан Затворник)

Први степен молитве чини телесно обављана, делатна молитва. Састоји се у стајању, клечању, клањању, у читању или, по навикнутом, изговарању напамет научених молитава. Ту пажња често одлута, а срце остаје без осећаја. О њој Оци кажу: само изговарање или певање молитвених текстова одговара одојчету (духа); то је дечија немоћ, сирова и неразвијена молитва која се само телом врши. Шта користи ако ти дослони текст изговараш или певаш, док твој ум садржину не прати, не стоји пред Богом, него се губи код других мисли? Таква молитва остаје

безплодна. Како Бог може тебе да услиши, кад ти сам себе не слушаш. (отац Кипријан)

Али не посустај и не престај да се трудиш поред све немоћи. Потребно је много стрпљења, труда и напора да би се од спољно обављане молитве узасрло до сабране, умом праћене молитве.

г. О пожљивој умној молитви

Моли се поажљиво целим својим срцем
и умом. (Ап. Павле, Ефесцима 6,20)

Други степен је пажљива умна молитва. Ум се навикава да се при мољењу сабира на садржину молитве и да је, од почетка до краја, свесно прати. Пажња се везује за написани текст и ми тај текст изговарамо као нешто што је наше. Ово настаје са узрастањем страха Божјег, из сазнања да стојимо пред Његовим лицем. Ко не поседује ову умну молитву, он у ствари не поседује никакву молитву, већ само њену мртву форму.

д. О умно - срдачној молитви

Кроз неподељену пажњу загрева се срце
за садржаје молитве. Што је досад била
садржина ума, постаје сад садржина срца.
(Теофан Затворник)

Трећи степен у развоју молитвености је умно - срдачна молитва. Једна потресна реч буди овде унутрашње умиљење, молитвена прозба води доживљају најинтимније нужде и потребе...Иде се од једног топлог осећања до другог. Ко се тако моли, моли се у срцу, јер Бог је Бог срца. Само таква, умом и осећањем праћена молитва, јесте уистину молитва. Најважнији услов за њу је очишћење срца од било какве наклоности према нечем спољашњем и страсном. По мери у којој се срце чисти, прелази се од спољашње молитве ка унутрашњој. Тако делатна уснена молитва распаљује умно - срдачну молитву и помаже је у њеном дејству. Ово нарочити важи за Исусову молитву.

ђ. О непрестаној срдачној молитви

Без непрестане молитве немогуће је при-
ближити се Богу. (Исак Сирин)

Последњи степен делатне молитве чини непрестана срдачна молитва. Чим срце задобије извесну меру унутрашње чистоте, у њега се усељава Божја благодат. Варница Светог Духа запаљује срце и оно почиње да се загрева према Богу. Привучен овом топлотом, ум пребива у неподељеној пожњи у срцу, удубљен у посматрање Божје. Буран ток мисли смирује се; а са душом се дешава исто, као са

крвоточном женом из Јеванђеља. Срце излива пред лицем Божјим своје наде и болове, слуша Његову реч, пева му хвалу, или стоји пред Њим потрешено, спремно на сваку жртву. Таква расположења расту, у све већој мери, код унутрашње молитве и коначно постају стална. Срдачна молитва добија у самоделатности и појављује се час као делатна, кроз сопствени напор произведена, час као самоделатна, кад сама милитвеником овлада. То је живот пред лицем Божјим, у непрестаној молитви. До овог стања доводи делатна, из сопственог напора приношена молитва - пре свега Исусова молитва.

е. Самоделатна благодатна молитва

„Благо онима који су чистог срца, јер
ће Бога видети“. (Матеј 5,8)

Благодатна молитва долази без твоје помоћи. Дух молитве ти се наметне и води те у унутрашњост срца - као кад те неко ухвати за руку и снажно вуче из једне у другу просторију. Душа ту бива везана неком другом силим, и радо пребива у унутрашњости колико год је дух молитве носи.

У првој фази ове моливе, душа види све, познаје себе и своје спољашње стање, може да размишља, да себе управља и чак да ово стање вољно прекине. У другој фази душа се налази у вансебности (заносу), у просветљењу. Она је уздигунта изнад саме себе и доспева до таквог сазерцања да и себе и своје спољашње стање сасвим заборавља. Она више не живи у мислима, већ у стању узвишене свести духовног боговиђења које њену унутрашњост тако снажно захвата, да она све спољашње заборавља, губи из свести: ум и свест се сједињују са виђеним губи из свести: ум и свест ссе сједињују са виђеним (Прозрење). - Притом човек не може сам собом да управља нити то стање да прекине. То и јесте та благодатна или боговидна молитва. У таквом стању је Ап. Павле гледао рај. Пророци су такође живели у оваквом стању кад их је Дух Свети томе уздизао.

Балговидна молитва зависи толико од човекове воље, колико је човеку дато да кроз свој ревносни труд очисти своје срце од страсти. Али и тад остаје таква молива само дар Божјег промисла. Ако се са ока ума скине копрена страси, онда оно гледа неисказану красоту. Ко од смртних једном окуси ово јело бесмртних, ко ту радост доживи, не може низашто више да се веже, ни чега да се плаши, него узвикује са Апостолом: „Ко ће нас раставити од љубави Божје?“(Рим. 8,35).

Било би безумно и дрско, хтети са нећистим, страсним умом објашњавати такво боговиђење и тумачити га, - или покушати самовољно ступити у област боговидне молитве, где само Бог уводи оне који су чиста срца. Али можемо, кроз средства познања од Бога дарована, да разматрамо и објаснимо, на који начин човек може да схвати ствари надучулонг, скривеног духовног света. Прво средство сазнања средине у којој живимо је сведочанство наших чула. Друго средство сазнања чине посматрања и закључци разума на основу матерјала који нам чула нуде. Поред тога постоји и трећи пут сазнања, пут духовног сазрецања, кога благодат Божја отвара пре свега онима који су чиста срца. „Који су чиста срца они ће Бога видети“. То је она област виђења, кога отвара духовна молитва. Све је овде духовно. Сво откривење Духа може да се разуме само као гледање нашег

унутрашњег духовног ока; ни чула ни формуле разума нису у стању да га схвате. О таквом гледању говори Ап. Павле у 2. Кор. 12,2-4. На основу изложеног ми можемо боговидну молитву да посматрамо само као акт благодати, и треба да останемо у страхопоштовању пред извесном границом, преко које даље само благодат Божја води ка неисказаним дубинама скривеног духовног живота.

Ми, наравно, нећемо бити осуђени, што ради своје слабости, нисмо у стању да достигнемо боговидне молитву. Али од нас ће се сасвим сигурно тражити полагање рачуна дали смо свој ум и срце чували и да ли смо се помоћи страшног имена Исусовог супростављали Зломе. Јер ми носимо Христа у нама као дар крштења, а не можемо или не ћемо да Га у време искушења призовемо у помоћ: „Зар ви не знате да Христа у себи носите?“

Многи који се моле умиру а да нису стекли сазерцатељну молитву; ипак не остаје њихов труд око молитве без плода. Бог им дарива у часу смрти или касније ту боговидну самоделатну молитву, која их као ватрени пламен носи у висине.

ж. О духовном расту молитвеника

Немој да верујеш, да су степени молитве нешто произвољно речено, или вештачки постављено. Не, они су нужна последица свакога органског ратања (Теофан Затворник)

Вежба у молитви захтева најстожији редослед. Њен развој се дешава органски, неприметно, као растење биљке, или узрастање човековог организма. Све има своје време. Човек на почетку приноси своју молитву у делатном труду. Потом све више бива Богом захваћен. Једно стање унутрашњег растања прелази у друго. Такви степени су: читана гласна молитв, пожљива молитв, умно - срдачн молитва молитва која нас уводи у екстазу превазилазећи нашу свест.

Ко стекне једно стање молитве, прелази на друго, кад то одлучи воља Божјас. Немогуће је и само један степен да се изостави, да се прескочи, или пак да се иде обратним редом.

Природни човек напредује нужно од детињства ка дечаштву до зрелости. Младић се осеа ддругачије него дете, он се никад не враће у стање одојчета.

Исто тако и у духовном животу постоје степени зрелости, и чињеница је, а не никакво понижњење, то стајање на различитим степенима. Нико не треба да се жали, да му је недостижно оно што је неко други постигао. Шта више, сваки треба да прими свој духовни узраст у самопознању и смирењу. Јер терет и одговорност виших дарова и онако прелазе његове сопствене снаге. Онај који се делатно моли дораста кроз пожњу, Божји страх, подвижничко самопознање и покајнички унутрашњи потрес који чисте његово срце. Он савлађује досадне маштарије, страсси и поступања из сујетне самоволје. Нарастајућа срдачна молитва све више га испуњава духовном радошћу и миром. Тако молитвеник пребива у своме срцу пред Богом и са Њим разговара. Он живи и ради под утицајем молитве пред лицем Божјим и расте од степена достепена.

II НЕПРЕСТАНА СРДАЧНА МОЛИТВА И ИСУСОВА МОЛИТВА

Непрестана срдачна молита је - стално
пребивање ума у срцу пред Богом. А Исусова
молитва је нарочито подесна да
до срдачне молитве доведе
(Теофан Затворни)

Пре бављења срдачном молитвом добро је да се о њој има што јаснија представа, да би се цео предстојећи пут ове молитве свесно, спокојно и сигурно прешао. Непрестана молитва није неки случајни пропис, него битно својство хршћанског духа, то је скривени живот у Христу (Кол.3, 3). Цео живот у свим његогим видовима треба да буде прожет молитвом. Али њена тајна лежи у љубави према Богу. Као љубављу испуњена невеста, тако и душа која воли Бога борави срцем и умом у Њему, она му се увек изнова обраћа тплином свога срца.

„Тражите и наћи ћете!...“ Шта треба тражити? Живо, стварно општење са Богом. То дарива благодат Божја. Јер сав духовни живот долази од Духа Светога. Али свки мора сам да се потруди и да свој напор управи на стално сећање на Бога. Утоме пре свега помаже Исусова молитва. Пребивај пажљиво у срцу пред лицем Божјим и говори:

ГОСПОДЕ ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖЈИ, ПОМИЛУЈ МЕ

У томе лежи цела суштина. Буди при томе свестан: срдачна молитва се налази у умном пребивању у тплој осећајности срца пред Богом, у сталном обраћању Њему. А то ме служи Исусова молитва.

На овај се начин помоћу Исусове молитве, учвршћује у теби сећање на Бога и богомислије, и лице Божје засијава као сунце у твојој души. - Кад ставиш неки предмет на сунце он се загрева. Исто се тако и душа загрева кроз богомислије, јер је Бог сунце ума.

Ствар је навике да се богозаједницом живи у срцу, без било каквих претсава или размишљања. Ум просто борави у срцу пред Богом. Суштина молитве се састоји у живљењу пред лицем БОжјим, у сталном сазнању и осећању Његове свуд присутности, у уверењу да је Он свуда, па и у теби, да сву твоју унутрашњост види и прозире, више него што ти сам можеш да учиниш. Ово сазнање се не заснива на представама, већ најједноставном уверењу и осећању да је то тако. Ко се налази у топлој просторији осећа непосрдно како га топлота пржима. Исто би тако требало да се осећа наш унутрањи човек духовни у односу на свуда присутног Бога, чије је биће огањ.

Богомислије је - доживљавање Духа Светога. Сви су велики молитвени тиховатељи живели у непрестано горећем срцу пред Богом. Јер Бог захтева срце,

тај животни извор. Где је срце, тамо су свест, пажња, ум и цела душа. Ако је срце у Богу, онад је и сва душа у Богу, и човек непрестано борави у духу и истини пред Њим. Чим се срце према Богу загреје, настаје страх Божји, буди се одмах савест и производи ватрену ревност, - да се по вољи Божјој живи.

1. О СРДАЧНОЈ МОЛИТВИ ПРВЕ ЦРКВЕ

(По Пајсију Величковском)

Срдачн молитва је била непрестано занимање свих богоносних Отаца древне Цркве, и сијала је као сунце међу пустињацима на Синајској Гори, у Египатској пустињи, око Јерусалима и по свом Истоку. А онада у Византији, на Св. Гори и острвима. Најзад широм велике Русије. Многи су се Оци предавали овој светој молитви и кроз њу се разгоревала у серафинској љубави према Богу и својим ближњима. Кроз њу су јпостали строги чувари Божјих заповести, чистили су срце и душу од свих порока старог„телесног човека“, и удостојили су се да буду изабрани сасуди Духа Светога. Његовим божанским даровима испуњени, они су постали светила и пламени стубови света, и управљали су речју и делом безбројне људске душе њиховом сигурном спасењу. Многи од ових просветљених боговидаца писали су по Божјем надуахнућу - своја упуства о срцачној молитви која су испуњава мудрошћу Свегога Духа, и у својој благодатној снази равнују се са Светим Писмом.

Све се то дешавало по промислу Божјем, да ово божанствено делање не би пало у заборав. Стога нек овде буде пренето нешто од суштине те молитве како су о томе учили, благодећу Духа Светога просветљени, богоносци. Све се те јпоуке заснивају на јеванђелском камену.

а. Порекло и циљ непрестане срдачне мо.литве

Вапи из дубине свога бића к Богу, учи-
ни своју молитву посвећењем.
(Старац Паисије Величковски)

Бог је сам тражио као чисту жртву, - скривену, из дубине срца приношену молитву: „А ти кад се молиш, уђи у клијет своју, и затворивши врата своја, помоли се Оцу својему који је у тајности.“(Матеј 6,6) Ова се молитва приноси сабрано, у потпуном смирењу, у најунутрашњијем умиљењу, покајању срца и болу душе. Моли се дакле„а твој Отац који види тајно, платиће теби јавно0ô. Ова света молитва, која постаје делујућа снагом божанске благодати, чисти човека од свих страсти, помаже му да најревносније следи Божјим заповестима, одржава га неповређеног у свим нападима ненависника, и распаљује неисказану љубав према Христу(Рим. 8,35). Сам Бог је првом човеку био подарио унутрашњу молитву. Он га је створио по своме лику и увео га је у рај блаженства, да ту обрађује и чува бесмртне вртове. То значи: да рађа најчистије, најузвишеније, најсавршеније мисли, да пребива чистога срца и душе у богодарној умној молитви, у блаженом

Боговиђењу, и да ову молитву чува непромењеном кјао зеницу ока свога. - Кад је први човек одступио од непрестане молитве, послушао кушача и пао под његов утицај, на њега се одмах спустио вео таме. Његово се духовно око за Бога затворило, а отворило се свету страсти и пожуда. Тако је он изгубио своје првобитно одрђење а одао се греху и смрти. (Макарије Египатски)

Из ове изгубљености, човек је поново спасла срдачна молитва. По предању Цркве, прва се Мајка Божја обратила Богу у унутрашњој сабраности ума у срцу. Тиме је она пинела најсветију пригодну жртву, ослободила се од свих других веза, и сабрала је сву своју пажњу - као у жижи, - у непрестану божанску молитву срца. Тако се она бавила у Светињи над Светињама, уздигнута изнад сваког немира, претстава и ствари - у ћутању и молитви пред Богом, и тако је отворила нови пут ка небу, и са њега гледала славу Божју. Чиста, непрестана срдачна молитва водила је Дјеву Марију до највећих висина Боговиђења и до њеног обожења - док није постала и обиталиштем несхватљиве Речи Божје.

Посвећење срдачне молитве -коју разум пуиноси на олтару срца у најунутрашњијем сабирању, - води у ствари ка Богогледању. Свака друга врлина само је лек против страсти и болести душе, кок је Боговишење плод здраве душе, и врхунско испуњење делатне молитве срца. У најдубљоај сабраности непрестане молитве која води преко свега земаљског ка Богу, човек бива обожен. Он се ближи истовремено неприступном, најветијем начину постојања. - Ко истраје у не подељеној пажњи при непрестаној молитви, ко на тај начин очисти своје срце, и ко се тим путем преда неисказаној узвишеној светлости која премашује вако знање и осећање тај гледа Бога у себи као у огледалу.

б. Срдачна молитва се заснива на Св. Писму

Непрестана срдачна молитва темељи се на целосном учењу Св. Писма о унутрашњој молитви. То учење почиње речима Христовим: „А ти кад се молиш, уђу кљет своју“(Мт.6,6) То значи, у одаји свог срца сабрано стајати прред Богом.

Кад се молиш, не говори много(Мат.6, 7), обрати се Богу просто и искрено у смирењу; образsц нека ти буде цариник у храму. Он је у кратким речима испољио своју срдачну потребу:„Господе, буди ми грешнику милостив, и његова молитва би услишена. „Волим пет речи умом својим рећи...него ли хиљадуречи језиком“,(Кор.14,19).

Сећај се непрестано Господа Бога, по речи: „Љуби Господа Бога својега свим срцем својим, и свом душом својом, и свом мисли својом. Ово је прва и највећа заповест“(Мат.22, 37). Целим срцем волети значи: волети целим бићем, телом, душом и духом (Пс.119, 145). Воли Га ма где да си, било шта да радиш. „Јер где је ваше благо, онде ће бити и срце ваше (Мат.6, 21). „Хвала је његова свагда у устима мојим“ (Пс.34,1). По Ап. Павлу треба све, што се ради, говори или мисли, у славу Божју да се чини.

„Молите се Богу без престанка“(Сол. 5,18). ГОспод Исус Христос учи, да се сво време стражи и да се моли (Лука 18,1). „Иштите и даће вам се; тражите и наћиће те; куцајте и отвориће вам се“ (Мат.7,7 -8; Лука 11,5-10). Треба се „свагда молити Богу и недати да дотужи“(Лука, 18, 18).

„Не брините се“(Лука, 12,29), то значи не пуштајте свој разум да лута„ јер су уска врата и тесан јпу штоп воде у живот“ (Мат 7, 14); „Блажени су сиромашни духом“, који ни једну излишну мисао овога света не прихватају. Трефба се увек молити, Богу у духу и истини јпрослављати. Али свакодневне мисли и бриге за физички опстанак удаљавају од Царства Божјег, које је унутра у нама; оне нас ометају да у духу принесемо жртву на олтару срца, јер смо храм Бога живога, чији божански дух у нама пребива. Зато следи заповест будности: „Стражите и молите се Богу, да не паднете у напаст“(Марко 14,38). „Са свом пажњом чувајте ваше срце“(Пр,Солом.4,23). „Јер од срца долазе зле мисли, убиства, прељубе, крађе, лажна сведочанства, хуле на Бога...што погане човека“(Мат.15, 19-20).„Пазите на вашу унутрашњост, да ваше срце не би скривало што безаконо. Јер имам радост у закону Божјем по унутрашњем човеку. Али видим други закон у удима својим, који се супороти закону ума мојега...“(Рим. 7,22, 23). Тако нам остаје да чистимо унутрашњи сасуд срца, да би и спољашње све чисто било(Мат. 23, 26). Будите трезвени и пазите, јер супарник ваш ђаво, као лав ричући хода и тражи наоколо кога да прожере...Супроставите му се чврстом вером“(1 Петр. 5, 8-9). „Јер наш рат није с крвљу и с телом, него с поглаварима и властима таме овога света, с духовима пакости испод неба“(Ефес.6,12). Као најснажније оружје невидљиве борбе против невидљивих, служи име Господње:„И именом мојим изгонићете ђаволе“(Марко, 16,17).

Молите се у име Исуса Христа:„Досад не искасте ништа у име моје; иштите и примеићете , да радост ваша буде испуњена.- И ако што заиштете у име моје ја ћу учинити“(Јов. 15,5-6).

Молите се у духу:„Бог је дух; Он тражи такве који му се моле духом и истином“(Јов.4,24). „Нико не може Исуса Господом назвати осим Духом Светим“(1Кор. 12,3).

Трудите се да откријете Царство БОжије унутра у вама:„Царсто је Божје унутра у вама“(Лука, 17, 21).

Да се топостигне, помаже непрестана - срдачна молитва. Она нас учи да испунимо заповести Божје; она чисти унутрашњост, и води ка усељавању Божијем у нас: „Ко има љубав к мени, држаће реч моју; и Отац мој имаће љубав к њему: и к њему ћемо доћи, и у њега ћемо се станити“(Јов. 14,23).

г. Срдачна молитва испуњава даровима Св. Духа

„Утешитељ Дух Свети кога ће Отац послати у име моје, он ће вас научити свему...“(Јов.14,26). Просвећени Оци су размели ова упуства и улагали су сав свој труд на непрестану срдачну молитву. Они су хтели да кроз унутрашње призивање Исуса Христа страже над својим срцем и да га истовремено чисте да уверењем да ће кроз то да за добију и све друге врлине; без чистоте срца ниједана врлина не може на дуже време да се оствари (Симеон Нови Богослов)

Тако просвећени Оци заснивају на темељу Св. Писмама своја учења о освећењу унутрашње, разумом у срцу узношене борбе, уче нас уметности да име Исуса Христа - тај непобедиви ватрени мач духа - употребимо против ненависника, и да божанску Исусову молитву приносимо ваљано са умом у срцу.

г. Срдачна молитва је духовна уметност

Богоотарени Оци држе да је обављање умне молитве - уметност. Она се састоји у томе, да се разум у будној трезвености причврсти са горње стране срца и да тако контролише све врсте искушења, да види како, кад, откуд и у којој мери се ова приближују, те да против њих упућује молитву, а кад се она изгубе, он се опет враћа на своје стражарско место. (Јован Лествичник)

Будна трезвеност је духовна уметност, која уз Божју помоћ сасвим ослобађа од страсних помисли, речи и поступака.(Исихије Јерусалимски)

Дођите и ја ћу вас научити уметности - или боље науци надчулног живота, који своје остварioце без муке и опасности води у бестрашће.

Умна молитва се означава као уметност или наука свакако зато, јер је једва ко може сам да изучи без упуства искусних. Делотворну молитву може да упражњава свако, али високу уметност, тајанствено освећивање разума у срцу, немогуће је без упуства.

д. Какву припрему требује срдачна молитва?

Богомислије или срдачна молитва виша је од сваког другог посла и врхунац је врлине, као љубав Божја (Исак Сирин)

Света срдачна молитва дејствује кроз милост Божју, чисти човека од свих страсти, потстиче га да Божје заповести ревносно држи и чува га од свих искушења и застрањења. Ова Божанска молитва представља врхунац свеколиког духовног делаи врлине, она је највише остварење разума у унутрашњости срца. Али она зато подлеже веома рафинираним замкама искушача.

Стога ко тражи да изучи срдачну молитву, мора дасследи Јеванђељу: то значи, треба да остави својемислије и својевољу - и да узме једино мишљење, осећање и хтење Јеванђеља. Неопходно је, да кроз праву ослушност разума постанемо слободни од свих маштања, брига и страсних покрета. Смирењем, које проистиче из послушности, може се једино избећи свим мрежама заблуде и у тишини и сабраности напредовати у унутрашњем делу.

Ако се има среће, да се сретне један искусну духовник, онад се то њему може сасвим поверити. Али ако се он не нађе, пошто таквих искусних данас ретко има, онда се могу користити упуства из Јеванђеља и списа старих Отаца. Ти списи садрже потпуна упутсва за срдачну молитву. Удуби се са смирењем у њих, труди се да им следиш - и милост Светога Духа, који кроз њих делује, научиће те потребном. Сам Христос биће твој учитељ у непрестаној срдачној молитви.

ђ. Шта је срдачнамолитва у њеној особености и дејству?

Света умна молитва, која се милошћу

Божјом остварује, чисти човека од свих страсти, покреће га на ревносно испуњавање заповести Божјих и штити га од свих стрела и застрањења који долазе од непријатеља (Паисије Величковски)

По својој особености срдачна молитва је општење и сједињење са Богом; по своме дејству - измирење и мир са Богом, очишчење од греха, мост преко свих искушења, бедем против брига, победоносна борба и савлађивање свих борби, усахнуће срџбе, потиштености и очајања, неисцрпна активност, извор врлине и унутрашњих дарова, неприметни напредак, храна душе, просвећење разума, потврда поуздања, огледало унутрашњег стања. Права молитва је предукус Божјег суда и Његове славе. (Јован Лествичник)

Молитва је почетнику жар радости, која из срца струји; савршенима је она дејствујућа светлост. Молитва је непосредна вера, познавање сигуности, делујућа љувбав; Божја објава, радосна благовест срца; дело, храна и снага анђела; извеснот спасења, знак просвећшења и светоти, познавање Божје, откривење Божја, мудрост Божја - почетак споствене мудрости и откривење Божје.

Молитва је врхунац свих добрих тежњи, јер у непрестаној молитви ми можемо да измолимо од Господа све врлине. У молитви се достојни причешћује Божјом светлошћу; његов се разум сједињује у неисказаној љубави са Богом. Ко себе приморава да непрестано пребива у молитви, разгорава се у њему ватрена тежња ка Богу и он добија по својј мери у благодати духовну освећеност и савршенство. (Макарије Египатски)

Стражење разума у срдачној молитви је светлоносно, муњевито, шири светлост, производи ватру. Човек постаје од неразумног и некорисног, чист, плодоносан и мудар у Хрису. Да, ми постајемо видеоци, сагледавамо неисказане тајне Божје, хрлимо најчистој и неизмерној светлости, дотичемо је се, живимо и пребивамо у њој и осећамо њену доброту.(Исихије Јерусалимски)

Ова божанска молитва дарива Духа Светог и све духовне дарове; она чисти срце и одгони противника, ослобађа од греха, лечи тело и душу и води ка настањењу Христовом у нама; она је извор божанских мисли и созерцања, истопчник просвећења, извор благодати и спасесња, источник просвећења, јер усађује у нас спасоносно име Исусово. (Симеон Солунски) Ко би могао, знајући спасоносно дејство срдачне молитве, да се не разгори ревношћу, да је непрестано обавља, да би увек у души и срцу носио Христа у неисказаној љубави према Њему.

2. О ИСУСОВОЈ МОЛИТВИ

Исусова молитва је испробано, благодатно средство за постизање непрестане срдачне молитве (Теофан Затворник)

Постоји једно благодатно средство (кога веома мало људи има у виду), да би се на људску душу утицало. Ово средство почива у унутрашњем молитвеном призивању имена Исуса Христа. Оно поседује драгоцену особину, да нам стоји на располагању постојано, у свако време и на сваком месту: у цркви као и код куће, успут и при сваком послу.

Призивано с вером, ово Име силно дејствује. Суштина, међутим, овог призивања није у простом изговарању речи, него у сталном молитвеном сећању на Исуса Христа, у непрестаном обраћања Њему. Саме речи молитве: Господе, Исусе Христе, Сине Божји, помилуј ме - су један спољашњи израз оних мисли и осећања, које оне садрже. Стално вежбана, ова нас молитва приближава Исусу Христу, чини Њему сродним, повезује нас са Њим. Непрестано созерцање постаје истовремено будним чуваромнаше унутрашњости; свих наших мисли и осећања и не пушта ништа нечисто или недостојно да нас се дотакне. Пажња се окрће Богу, - то помаже да се савладају излишна маштања, чува се срце од лоших покрета, помаже се сређивању унутрашњости и учвршћује вера и молитва. Тај унутрашњи ред огледа се у свим речима и поступцима човековима. Ако се човек не привикне да у унутрашњости срца слади вољу Божју и Његове заповести, он их ни у спољашњем оптицају неће држати. А од тога све зависи (Исаије Јерусалимски).

У том најважнијем постигнућу у нашем унутрашњем животу, Исусова молитва, или Христос сам, пружа нам ненакнадиву помоћ, јер Он посредством ове молитве остаје стални становник нашега срца.

Списи Св. Отаца о Исусовој молитви осветљују њено биће и њен значај. Они обрађују питања каоја се односе на њено непосредно практично упражањавање. Јер питање омолитви као и о хришћанском животу не може се само теоретски решавати. У совјој најдубљој основи и бићу хришћанство може да се схвати једино крозњегову практичну примену при духовном узрастању разума и срца. Ако хришћанство хоће да се упозна даље од његових спољних форми и теоретских сазнања његових истина, оно се мора да упознаје постепено, кроз пуно животно искуство и духовни напор. Исто то важи и за молитву. Могу да се имају и најобухватнија теоретска сазнања о њој, сва наука о напредовању у молитви, а да човек сам не може да се моли. Сасвим је друго само познавање религиозних истина, од њиховог практичног искуства. Тако се и Исусова молитва не може да упозна само кроз теоретска сазнања, већ кроз њено практиковање. За људе са простим верујућим срцем, она не представља тешкоћу. Онима који жеве само у апстрактним мислима, пада тешко да дођу до опеита у Исусовој молитви. Ипак то не треба да збуњује , јер се никоме та могућност не пориче. Молитвеност је природна особина сваког човека. Кад Господ некога посети кроз тешке личне пробе, или гувитком њему некога драгог бића, тај се одмах моли целим срцем и душом. Значи да сваки поседује извор праве молитве. Тај се извор ствара или кроз наше молитвено повлачење усебе или изненада, кроз „сврдло Божје“(Старац Леонид Оптински)

Исусова молитва која се обавља правилно, по упуствима искусниз, привикава нас постепено утрашњем сабирању. Она помаже да у срцу пронађемо извор живе, самоделатне, непрестане молитве која нас са Исусом Христом сједињује. Ова молитва чува срце као стражар од свих нечистих покрета, пружа

дубок мир и духовну чврстину, и тако руководи цео унутрашњи и спољашњи наш живот. У томе је њен значај.

На питање какок се Исусова молитва може да изучи, одговор дају искусни. Нека то овде буде само кратко споменуто: Исусовој молитви треба да се јприступи са страхопоштовањем и скушеним срцем, и треба да се изговара пожљиво, полако и просто - гласно или тихо. При том се више ради о каквоћи него у учесталости. Ипак је добро да се као правило узме дневно један известан број молитава, тако да молитва не буде пречуштена случају. Ко се моли, нека буде свестан, да он тиме ступа у непосредну близину Божју и треба да се потруди да свој живот води на одговарајући начин. То такође значи да дело молитве треба да се обавља у пуном стрпљењу и да се не очекују нека велика потигнућа. Почиње се прото тиме, што се редослед речи изговара полако, у страхопоштовању и у скушености срца; што разум и срце почињу постепено сами од себе да следе молитви. Молитва временом захвата душу и води је у стање мира, тишине, чистоте, унутрашњег реда и радости, уз непрестано бављење пред Богом. При свему томе потребно је стрпљење, смирење и - време.

Тиме Исусова молитва постаје најважнија и најнеопходнија делатност у Хришћанском животу.

Јер и најобилније теолошко знање, и највећа начитаност, као искључива потигнућа разума, остају само мртва добрам, ако она не захвате дубину срца, ако њима сваки животни корак човеков није прожет.

а. Молитва Цариникова у храму

Љубав Божја је неизмерна. Колико че-
сто призовеш Исуса Христа у молитви„см-
илуј ми се“, Он у тајности одговара:„Сине,
твоји греси су ти опороштени“.(Каз
вања једног боготражитеља)

Исусова молитва почива у сталном, пажљивом, скрушеном призивању божанског имена Исуса Христа; у живом сазнању Његовог присуства; са молбом за благодат Св. Духа, са циљем да наш ум и срце са Њим сјединимо. То је она Христу упућена молитва цариника у храму са речима:

„Исусе Христе Сине Божји, буди ми ми-
лостив грешноме.
Исусе Христе, смилуј се.
покри ме својом благодаћу“.

Она припада оним кратким молитвама, које су нарочито подесне, да се често и сабрано сстоји пред Богом, и да се срце према Њему загрева.

При свакој молитви разиум треба шажљиво да прати речи, а срце топло да их саосећа. ДМеђутим, у то исто време наваљују сакојаке претставе. Неизвежбани разум се тад удаљава од молитве, срце се хлади.

Да би се разум сабрао и срце навикло на саосећање, искусни Оци су одабрали кратке призиве, учестано их понављали. Кратка учстана молитва, чини да се сваког часа налазимо пред Господо0м, да Га топло и интимно призивамо. У молитви не треба тражити многе речи, да се у м не би расејао. Моли се Богу просто, од срца.

Пред срцезналцем јдва да су потребне речи; јдна реч разбојника овога је спасла, један уздах цариника био је услишен.

Кроз свемоћно Име Господње постаје Исусова молитва делотворнија од свих других кратких молитава, при топлој, чврстој вери у Њега свудаприсутног, свевидећег, који све чује и спреман је да подари оно што се од Њега тражи. Његово Име скрива у себи силу Логоса. За Њега се каже: „ Бог му подари име изнад сваког имена, да се имену Исусовом приклони свако колено свега небеског, земаљског и подземаљског“. (Фил.II, 9,10)

Размотри добро Св. Писмо и ти ћеш видети, како се Име Господње у њему свуда прославља и Његова се спасоносна сила свуда истиче. Прегледај списе богоозарених црквених Отаца и ти ћеш видети: сви они, безу изузетака, налажу да се Исусова молитва вежба и њу означавају као једно од Христових највиших зваштања и наша најдража утеха. (Калисти Игњатије, Добротољубље)

Иако проста и кратка, Исусова молитва саджи све елементе праве молитве, сву пуноћу Богоопштења. Она је слављење, исповедање и молба истовремено. Њена пуноћ а се испољава у њеном саставу. Први део: Госпподе, Исусе Христе, Сине Божји - узводи ум ка Господу свег живота, слави божанску величину Христову и тајну Његовог спасоносног дела. Ко Христа као Сина Божјег ословљава, ппосведочава, као некад Ап. Петар:„Ти си Христос. Син Бога живога“. Други део: Буди милостив мени грешноме - признаје у покајању слабост и огреховљеност људског рода, као и споствену. Ми кажемо „смилуј нам се“ и тиме посведочавамо тајну Његовог спасоног дела, признајемо Њега као нашег јединог Спаситеља, - Онога који је наше биће примио у своје божанске биће и кроз свој живот, смрт и васкрсење га ослободио од греха. У томе почива, као што је познато, суштина Хришћанске вере. Ап. Јован закључује своје Јеванђеље речима:„ А ова се написаше да верујете да Исус јесте Христос Син Божји, и да верујући имате живот у име Његово“.(Јов. 20,31)

Исусова молитва је молитва покајног грешника јер је срдачно покајање основа целом Хришћанском животу. Признавање преступа чисти савест, а савест о сопственој слабости дарује смирење срца.

Ниједна друга реч ен може јасније и суштинскије да изрази чежњу и молбу грешне а смисдриене душе, као ова: „Смилуј ми се“! Свеобухватније речи нема. То је више него само молба пуна страха за опроштење и скидање казне; то је зов синовске љубави која се поверава Божјем милосрђу; која смирено сагледа своју сопствену слабост и моли за духовну снагу како би се одупрела искушењима. Као што просјак у својој нужди не очекује само ослобођење од дуга, већ нове дарове, исто тако стоји блудни син пред Оцем: Опрости ми моје грехове; помози ми да свој живот променим; дај ми снагу да Теби тежим целим срцем, разумом и вољом. (Казивање једног боготражитеља, разговр 5)

Исусова молитва је опробано средство за постизање непрестане молитве, засвикавање на живот у присуству Божјем. Треба непрестано призивати Име Божје.

Али се само на томе не треба да остане. Суштина ствари не лежи у речима, него у вери и приданости Богу. Све почива на слободном и свесном обраћању кЊему.

Најважније, то је свест да се живи пред лицем Божјим. Ова свест је најјачи постицај за развој духовног живота. Ако се целим бићем удубиш у Исусову молитву, она ће да те сабере, учиниће да доживиш снагу у Богу и омогућити да нераздвојно будеш са Њим, било шта иначе да чинић. Али снагу ове молитве немој тражити само у понављању речи, већ у обраћању срца и ума к Богу. Живо непрестано Богомислије, живот пред лице Божјим, оснажује страх Божји и будност у односу на твоја унутрашња стања и поступке. Тиме почиње у срцу хришћански живот, - добровољно следовање Христу.

Доживљавање и осећање Исусове молитве приближавају нас Христу, повезују нас са Њим, чине нас са Њим интимним. Непрестано сећање на Њега постаје стражаром, који ништа прљаво или недостојно у нас не пушта. Тако се ум чува од досадних маштања, срце се брани од нечистих покрета. Овај унутрашњи поредеак огледа се у свим спољашним поступцима и речима. Ако човек у својој унутрашњости лне следи Бољи Божјој и Његовим заповестима, он Му ни у спољашњем не може да следи (Исихије Јерусалимски). Код најважнијег, код господарења нашом унутрашношћу, Исусова молитва нам указује непроцењиву помоћ. Точини у ствари сам Христос, кроз ову молитву постаје стални становиник нашег сдрца.

Што се Исусова молитва више са срцем повезује, то се срце са њом више загрева; толико самоделатнија постаје молитва; тако, да се ватра Духа запаљује и распаљује. Зато ова молитва обухвата унутрашњи поредак оних који су задобили клицу савршеног унутрашњег живота.

б . Исусовом молитвом може свако да се бави

Немој да мислиш, да молићи се Исусовом молитвом чиниш нешто особито. То је при - родна дужност сваког човека (Теофан Зтворник)

Неискусан мисли да је Исусова молитва ствар само развијених, духовних људи. То није тачно. Сваки човек може и треба да је вежба, ако озбиљно тежи унутрашњем напретку и преображају своје душе. Као што је без јела и пића немогуће да се живи, тако је исто немогуће без Исусове молитве постићи било шта духовно, нити се ослободити од унутрашњих искушења. Маштарије и телесна узбуђења, само Исусова молитва може из дубине срца да протера. Не надај се да можеш без имена Христовог ма шта да постигнеш, чак и ако се усиљаваш да грубе грехе избегнеш. Нема моћнијег оружја ни на небу ни на земљи; немогуће је јослободи ти се својом сопственом снагом од гориких мисли, тих отпадака у свињком кориту, ако се не тежи небеском хлебу који у сву вечност засићава.

Зато искусни Оци захтевају од сваког Хришћанина, да свим срцем призиа8ва име Исусово, против сваког искушења: „Ја вас молим, браћо, не напуштајте никако Исусову молитву, већ је изговарајте непрестано, при јелу и пићу, при раду или кад сте на путу , да бисте увек били наоружани“. Бгомислије разоткрива души шта се

у њој налази. Прво јој долази до свести оно рђаво уњеном срцу, а касније и оно добро. С почетка богомислије ставља у покрет сву ђаволову снагу, а потом је укроћава. Тако молитва успева да открије у нама пребивајући грех, а потом да га и уништи. Име Исуса Христа продире у дубину срца, тамо налази и везује непријатеље, ослобађа и оживљава душу. Зато пребивај увек у Имену Божјем, да би се среце сјединило са Господом. Ипак велики је труд док се непријатељ протера и Христос се усели у срце.(Јован Златоусти)

Исусова молитва просвећује, учвршћује и оживљује молитвеника, побеђује све видљиве и невидљиве непријатеље и уздиже га к Богу, - тако је она свемоћна и сведелујућа. Отус долази сама по себи, да се сваком човеку који почиње да тражи Бога, поред спољашњих упуства, даје истовремено и пуно упуство у обављању Исусове молитве. Њом се ми чистимо и утрврђујемо духовно прогледавамо и откривамо један нови унутрашњи свет. Без познавања овога пута, остаје највећи број људи само при физичким или духовни вежбама и троши бесплодно своје животно време и своје трудове.(Теофан Затворник).

в. О особитом дејству Исусове молитве

Шта се тражи Исусовом молитвом? - Тражи се, да се искра Божје Благодати усели у срце, те да непрестана молитва започне.(Св. Теофан Затворник)

Особито дејство Исусове молитве почива у честом, непрестаном призивању Господа, јединoм силном срдству за задобијање савршене молитве, као и за задобијање свих духовних дарова. Свака врлина и способност - дар су Духа Светога кога само онај добија који се непрестано моли:
„Без мене неможете нешта чинити“.(Јов.15,5)
Молите се непоколебљиво - молите се, и ви ћете бити услишени.
„За било шта да се молите у моје име, ја ћу то да учиним“(Јов.14,13)
За све у животу неопходно је мољење. Сав спас лежи у молитви.

Шта човек може слободно и свесно да чини за своје спасење, ако без молитве ништа не може да постигне, а не уме правилно да се моли - количина молитве је препуштена његовој вољи и снази, а квалитет дарује сам Господ. Ово искуство продубљује наше смирење.

Често мољење отвара тајанствени приступ правој молитви - а тиме и вери и испуњавању заповести. Главно, чак једино дејсвујуће средство за духовно савршенство јесте честа, а потом стална молитва - макар колико скудана била. Ако ниси још у стању да се молиш Богу„у Духу и Истини“, ако се твоје срце унутрашњом молитвом још не загрева, онда принеси барем оно што увек стоји у твојој власти и у твојој снази. Нека би се макар твоје усне навикле да силно име Исуса Христа често стално призивају. То је сваком човеку могуће. Учесталост води ка навици, ова постаје друга природа, а временом разум и срце долазе у одговарајуће стање. Често мољење је једино средство да би се задобила, чиста унутрашња молитва. Снага имена Божјег доноси при честом призивању свој плод. Буди будан и не престај да призиваш име Божје; не мари што је твој разум расејан

и твоје срце нечисто. Не брини за то и моли се даље: Молитва ће сама собом све у теби да очисти. „Онај који у теби борави јачи је од свега“. Ако си схватио да учесталост молитве - при свој нашој слабости - тако снажно делује, и сваком је човеку без даљњега приступачна и у његовој руци стоји, - онда се одлучи и Исусову молитву обављај колико чешће можеш. (Казивање једног боготражитеља)

III. УПУЋИВАЊЕ У МОЛИТВУ

Молитва је пробни камен свега; молитва
Је исто тако и извор свега; молитва покреће све; и свему даје правац. Чим јемолитва јака, све је тада у добром поретку.

1. О МОЛИТВЕНОМ ПРАВИЛУ

(По Теофану Затворнику)

Живот у молитви потребује строги унутрашњи ред. Изабери себи једно одређено молитвено правило. Одреди њену садржину и време ујутро, у подне и увече, тако да твоја молитва не буде подложна случају.
(Св. Теофан)

Молитва захтева одређени ред. Добро је да се навикнемо да се у одређене часове повалачимо на молитву и да у то време обављамо одређене молитве. Овај нас ред навикава на унутрашње повлачење и заштићује молитву од сваке самовоље. Претераност или поманкање, немар као и неумерена ревност, шкоде молитви и лако воде у хлађење или пренапетост снага. Редовно молење у одређеној мери, храни као свакодневно заливање биљке молитву и чини да она јача. Сви велики молитвеници су почињали свој молитвени живот слеђењем правила, избора и редоследа молитва које су прописали велики Оци Цркве. На тај начин буди дух молитве.

Изабери на почетку кратко правило, како се твој ненавикнути дух не би одбио. Испуњавај то правило увек са страхопоштовањем, брижљиво и пожљиво. Касније можеш да продужиш време молитве по мери твоје потребе и твојих растућих снага. Садржине молитава узми из молитвеника. Труди се да продреш у њихов дух; промисли јпретходно о њима, доживи их, научи их напамет и онда их приноси из сопственог срца Богу. То је закон који чини суштину праве молитве. Сво певање псалма и изговарање молитви служи само као средство за наше одуховљење. То испуњава јпојца умилењем и буди у њему оно осећање према Богу из кога је песма првобитно настала. Из првих дана Хришћанства постоји обичај, да се науче напамет неколико псалама који нас одржавају у молитвеном расположењу. Сако може да изабере међу псалмима шта његовом срцу годи. Почни са псалмом

51. Он је псалм покајног срца; нарочито јако покретачки делује псалми. 103, 145, 23, 24, 116, 70. Они истовремено претсављају духовно наружање и помажу нам да се укључимо у молитву да одагнамо искушења.

Кад стојиш на молитви, брини се да се твој ум не расејава и чувај своја осећања од хладњоће и равнодушности. Труди се да стечеш будност и топао осећај према Богу. У молитви стој пред лицем Божјим; начини поклон после сваке молитве у скушености, или се спусти пред Њим на колена. Образац молитве је прост: Молитву изговарај у скрушеном трепету, тихо или гласно – као на ухо Господу. Зхваљуј Му искрено, признај Му скрушено своје грешке, принеси му твоје молбе, и препусти се Његовој руци. То је најбољи начин молитве (Јован Лествичник).

За јутро, подне и вече изабери кратко молитвено превило, које би обухватило читање Еванђеља, Апостолских посланица, неколико молитава из молитвеника, каои молитву из твојих сопствених речи.

На јутарњој молитви захваљу се за сан и освежење, и моли Господа за помоћ да све што чиниш буде на Његову славу. Говори једноставно, просто, од срца: Господе, Ти видиш моју немоћ и слабост , лечи и помажи.

Код вечерње молитве не заборави да у искрености и скрушености срца исповедиш Духу Светоме свесне погрешке којима си се у току дана био препустио. Само неколико тренутака топлог покајања, и – ти си растерећен. Очишћен Духом Светим, Чисти си од снега. Сузе које чисте срце нека потеку из тојих очију. На теби је одора Христове истине, ти си са Њим сједињен.

Циљ молитве држи увек чврсто у свести: свака молитва је добра, ако води томе да асе предамо Богу са жељом:„ Спаси ме , којим путем и начином Ти хоћеш“.

Моли се кратко и јпо могућству често. При том је добро да се навикнеђ на одређену молитву која брзо загрева дух.

Задржавај се на садржајима молитве који твоју унутрашњост покрећу. Не поводи се за журбом да твоје молтвено правилоо доведеш крају, него тежи да створиш унутрашње молитвено расположење, и обрати пажњу на топла осећшања која се у твоме срцу подижу. Моли се на присан начин, и заустављај се кад јак осећај захвати твоју душу. Остани код оних речи молитве које загревају твоје срце, макрар то узело сво време твога молитвеног правила. То, као и све што твоје срце покреће и загрева корисно је за духовни живот.

Одређено молитвено правило испуњавај тачно и постојано, али дозволи себи и дужу молитву, увек кад твоје срце то захтева.

Моли се и сопственим речима. У оној мери у којој научиш да се молиш по молитвенику, оживљу у теби и споствене молитве. Њих не запостављај и задржавај се на њима. Увек кад твоја душа хоће да се моли споственим речима, треба то да јој допустиш. Дај јој ту слободу. Тада се ти молиш од срца, и таква молитва се лакше уздиже ка Господу. Сопствена молива је плоднија од свих других. Наше молитвено муцање, које у вери и љубави потиче из срца, Господа више радује него било шта друго. Аи душа лебди при том од радости, загрева се, одушевљава, оживљује. Често код мало изговорених речи доживљавамо такво блаженство, какво не срећемо код најдужих, најдирљивијих писаних молитава које вршимо по навици и стога хладно. Сопствена молитва стоји ближе бићу молиоца. Стога се труди да је што чешће користиш. – Кад јписане молитве у време правила престану да покрећу

срце и оставе га хладног, онда треба прихватити сопствену молитву, или пак Исусову молитву, и њима испунити сво правило. После неколико дана може се поново да приђе молитвенику.

Моли се. Али не са осећањем да то чиниш ради твоје духовне користи, него у срдачној намери да прославиш Господа. Њему служи речима, мислима и делима. Имај при том увек на уму да пред Њим стојиш, и да свој дух кроз молитву Њему упућујеш. Сабери све своје мисли, стави по страни сву своју дневну пословност и окрени свој дух према Христу. Без сабране пажње у унутрашњости срца не треба никад почињати молитву.

2. КАКО СЕ ОБАВЉА ИСУСОВА МОЛИТВА

Довољно је читање, треба делати. Доста
је гледања како други иду, треба сам ићи.
Тражиш ли унутрашњи живот – ступи у
Унутрашњост. (Теофан Татворник)

Као и свако важније дело, и молитва потребује припрему. На молитву никада не треба ићи неприпремљен, непосредно из дневних брига, разговора и запослености: за њу се увек треба спремати. Треба све зауставити и на моменат се сабрати, па управити своје мисли Богу. Учини себи јаснимко је Бог, ико си ти. Пробуди у себи јасан осећај, колико велику потребу имаш за молитвом; како је можда последња прилика да пред Богом искрено признаш своје падове и да молиш за Његову помоћ. Труди се да осетиш сву своју беспомоћност – без Њега. И онда, у осећању своје свестране нужде, почни са молитвом. Имај велико поуздање у Христа и обрати Му се просто, искрено и са топлим срцем.

а. О вежбању Исусове молитве

За уметоност молитве важи исто што и за
сваку уметност: она се не савлађује
кроз теоретско познавање, већ кроз ве-
жбање уњој целог живота.

Исусова молитва као ицео хришћански живот не може да се схвати кроз теоретско учење, већ кроз практично извођење; духовним узрасањем ума и срца; кроз напредовање у унутрашњем удубљивању. Она помаже да се отвори онај живоносни источник ссамодејствујуће молитве, која води сједињењу са Христом; која ослобаша срце од сваке нечистоће; која пружа дубок мир и духовну чврстину: и тако прибражава сав наш унутрашњи и спољашњи живот. У томе почива значај Исусове молитве.

Обезбеди себи у молитвеном правилу извесне тренутке за Исусову молитву. Изговарај је јпо више пута на почетку и крају сваке другемолитве. Одреди један

известан број, или још боље, одређено време за њу - али не много наједном, - и повишавај је лагано. Вежбај је стално, кратко и сабрано, четврт сата или пола сата, како ти заправо одговара. Ако једном осетиш потребу дуже да се молиш, свки пут задовољи тај осећај. Пусти своје срце да се моли, онолико често и дуго колико оно хоће. Што чешће то боље. При том не обраћај пажњу на број молитава, него на то да оне као живоносан источиник из срцатеку. Одржавај своје одређено правило, али се не везуј за њега, иначе изумире живахност молитве.

Не жури се код изговарања молитве, него; сваку реч изговарај пожљиво, полако и одмерено; заустављај се на кратко као у ишчекивању Божјег одговора. У почетку је корисно да се молитва стојећи обавља и да се сваки пу пропраћа једним дубоки поклоном или падањем на колена. Ово чини према снази, убрзо ћеш да сагледаш плод. Ко Исусовумолитву обављ на бројанице, може да узме један одређен број, око тридесет молитви - не више у почетку, - и њих да упражњава јутром, у подне и вечеромл. У међувремену се Исусова молитва може упражњавати усрцуколико се честохоће, тихо или гласно, све док се она не повеже са дисањем и откуцајем срца, и тако почне да прати цео наш живот.

Труди се да се твој ум и срце моле са пожњом. То важи за сваку молитву. Ум мора да пази наречи, а срце да их саосећа. Ко у молитви није учврешћен, он изговара само наглас речи молитве, његов уме се расејава и његово срце остаје хладно. Молитвени подвих почива у томе, да се ум васпита у пажњи, а срце у саосећањи. На тај начин молитва да постане временом умно - срдачна. Тек тад је она стварна молитва. Не треба се само речима молити него више умом. Нтреба се само умом молити него више срцем. Тко да ум јасно и одређено поима шт речи исказују; а да срце доживи оно што ум поима. Све то заједно чини праву молитву. Ако недостаје које од тога,молитва је непотпуна, или уопште није молитва(Теофан Затворник).

Исусова молитва захтева строгу доследност. Свако нестрпљење и пожуривање у тежњи ка њеним коначним плодовима, без постепеног, мукотрпног пута самоодрицања - несагласно је са страхопоштовањем и осуђено је на потпуну неплодност. Зато искусни у молитви захтевају да се нежури самовољно, већ да се у пуној пажњи и скрушености, у подвижничком самопознасњуи неумерној ревности молитви стрпљиво изговара и да се чека, док је Господ сам, по Свом нахођењу, не додведе на идућу степеницу. Ово је једино исправан поредак у молитвеном животу. Ка томе се мора ићи што простије и искреније, без напрезања и без покушаја да се производе усиљења осећања...Такође се не сме мислити да се тиме нешто нарочито и небично чини. Напротив. Пред лицем Божјим мораш признати да си човек не савршен који тражи спасење у чишћењу своје душе. У срцу мораш, макар уклици, да имаш искрену веру: да је Исус Христос Бог и стварни спасиоц света. Који једини може душу твоју да васкрсне, и у њој успостави истинити, чист и свети живот. Без ове вере молитва нема никаквог смисла. Та се вера у току молитве оснажује и заузима у срцу водеће место. Ти се још уз то мораш потрудити да ту веру докажеш на делу, и да према својим моћима испуниш оно што је Господ у Јеваншелу заповедио.

Обављање Исусове молитве захтева од самог почетка велику пажњу, смирење и истрајност. Она не може да се обављ било како и у немарности, него чим се пажња расеје, она мора одмах да се сабира. Ако маштарије нападну и

произведу претставе, одмах их треба разбити. Ако се страсти подигну,морају се сместа укроћиватил. Најзад ако нас притисне привидна бесплодност целог овог труда и укочи нас слутњама и нервозом, и то се стање мора да сноси и да се и даље упорно моли. Ако из незнања, самовоље или опсене настану погрешке, оне мора да се сазнају, окају и поправе. При свем том мора се бити пун смирења, не роптати, наставити молитву и сву своју наду управити на Бога. Проћи ће недеље, месеци или године, па ће се , сигурно, у срцу да распламса топлотна светлост непрестане благодатне молитве. - по мери твоје снаге и по ревности према овом светом делу.

Почетак за тако нешто јесте што је могућа чешћа, пажљива и од срца изговорена Исусова молитва. Често понављање утврђује ум пред Богом; на томе се загрева срце према Њему; ако ова топлина постане стална, тад се у нашу душу усељује Божји мир са свим својим духовним струјањима. Што чешће и пажљивије обављаш Исусову молитву, утолико се она брже повезује са твојим срцем. Нјбоље је потрудити се свом снагом и не попуштати све док молитва не почне у срцу сама да се покреће. Онда остаје да је ти само још подржаваш. Напрвом месту Исусова молитва сабира све мисли у срцу, и у неподељеној пажњи, страху Божјем покајењу и болном самопзнању, оставља их да пред Христом пребивају. Кроз то се душа припрема за пријем Божје варнице. Тада искра Духа Светога дотиче срце ираспаљује молитву у свети пламен.

Предуслов за то је непрестана, стална молитва. З њу је потребно стрпљење и самосавлађивање. Сва лењост и немарност, свасумња у успех треба будупронани. При том треба да нас учвршћује блажено поуздање, да Господ гледа све наше напоре: ни једна једина молитва није узалудна. Господ, види наш напор, он слуша нашу сталну, иако криз расејаност испрљану молитву, - и најзад нам поклања праву, истиниту молитву; која као живи источник струји из срца. Поуздање у Бога је корен духовног живота. Све долази у своје време. Буди блажен у овом поуздању и ослони се на БОга.

Срећивање нашег унутрашњег живота и молива иду руку под руку. П мери унутрашњег очишћења и обнове господарења Духа Светога, при бли+ава се и права молитва. А са њом срце добија слободу од свих веза, - мир, светлост и радост у Богу.

Спољашњи израз молитве је у сталном, нечујном или гласном одржавању на уснама. Унутрашњи њен израз је у неподељеној сабраности разумаи срца пред Богом. Зато се треба удубити свом снагом у Исусову молитву, понављајучи је гласно или тихо, пратити је срцем док се ум у срцу сабере и срце према Господу угреје. Тако се рађа унутрашња сабраност. Она чини да налазиш снаге у Богу и да стално у Њему пребиваш - било да си сам или међу људима, и било чим да се занимаш. Снага ове молитве не лежи у понављању њених речи, већ у усмеравању срца и ума к Богу.

Нама је потребна непрестанавеза са Богом кроз молитву; да се са Исусом Христом, као извором оне активне снаге која цео наш унутрашњи и спољашњи живот у Духу Јеванђеља води, у срцу сјединимо. Сваки од нас треба да се сједини са Богом целим својим бићем, - да умом и срцем прихвати Господа; треба да отпочне Његовим светим животом да живи. За ово сједињење је - после светог Причешћа - најбоље и најсигурније срдство Исусова молитва.

3. ИЗВРСНА СРДСТВА ЗА УЧЕЊЕ ИСУСОВЕ МОЛИТВЕ

Молитва је уметност над уметностима
(Јован Лествичник)
Исуство духовног живота учи, да ре-
вностан молитвеник једва да потребује
упуства. Смирен стрељиво настављан
труд око молитве, њега ће одвести до
највишег степена молитве
(Теофан Затворник)

У духовном животу добро упућени описују читав низ унутрашњих радњи и спољашних помоћних средстава која по опиту доприносе задобијању непрестане молитве. Они дају својим ученицима општа упуства у овој уметности над уметностима и опремају их да ових путем сигурно иду.

Они не виде суштину ствари у помоћним средствима, већ у правилном вршењу саме молитве. Стога управљају целу пажњу на она упуства која обећавају највише помоћи.

У„Добротољубљу“ налазимо три помоћна средства за Исусову молитву:

Често призивање имена Исуса Христа;

Унутрашња пажња при овом призивању;

Сабирање ума у унутрашњот срца.

Ова три помоћна средства су нарочито за то погодна, да у нашем срцу оживе извор духовне молитве и да у нама открију Царство Божје. Зато се она стручно означавају као три кључа ка овом светом делу.

<u>а. О честом призивању имена Божјег</u>

Молимо се што је могуће више. Ономе ко
се ревносно, често, постојано моли кроз
расејаност упрљаном молитвом, - Бог по-
клања чисту молитву(Јован Лествичник)

Да би се било шта добро урадило, мора се по могућству што чешће и више да вежба. Једна делатност коју често обављамо, постаје на крају наша унутрашња способност. Кроз често понављање људса природа може да се навикне на једно одређено стање душе. „Понаваљање произвди навике и преобраћа их у нашу природу.“(Исихиос) То важи, према посматрању искусних Отаца, исто и за молитву: Човек који тежи унутрашњој срдачној молитви, тај призива име Господње што му је чешће могуће:

ИСУСЕ ХРИСТЕ СИНЕ БОЖЈИ, ПОМИЛУЈ МЕ

Ова молитва временом може да постигне сабраност и срдачну топлоту. Зато се не треба подавати искушењу, ако не почетку, док молитву ссамо језиком говориш, мисли ти лутају и леност те савлађује. Понављај молитву колико год више времена за њуимаш. Да би себе што јаче навикао на непрестану молитву, одлучи се да је и дању и ноћу, у одређно време или у одређеном броју (више стотина или хиљада пута) изговориш, и точини полако, јасно и разумљиво. После извесног времена ти ћеш се навићи у толикој мери на њу, да ћеш увек и код сваког посла да помињеш име Божје у својој унутрашњости(преп. Калист и Игњатије). У почетку се ово понављање речи обично врши са муком и без расположења, али уколико се, помоћу благодати супроставимо својим страстима, - молитва временом постаје лакша и вољнија. При томе се треба свестрано трудити да наш ум пажљиво саберемо на сами ток речи. Но ако мисли скрену ка нечем другом, оне се упорно мораају да сабирају и закључавају у речи молитве. Ум се тешко може да сабира, углавном не кад ми то хоћемо, него тек онда кад задобијемо смирење и Бог нам подари ту сабраност (Агатон Варламски). Овај дар не одређује ни време ни количина наших молитава, већ само Божја милост.

Често призивање имена Гристова чини предворје мољења. Он је почетницима неопходно као прва степеница, а од користи је свима који у сабирању и обделавању сопственог срца још нису вични.

б. Оунутрашњој пажњи и о топлоти срца

Унутрашња пажња почива у неподељеној сабраности ума пред Богом, одрицањем свих других представа.

Ако хоћеш да учиш како се умом улази лу срце и тамо борави, знај ово: Као припрема у томе служи твоја апсолутна послушност заповестима Христовим и упутствима твога духовног оца. Пре свега ти мораш да испуниш три услова: да умреш бризи, да имаш чисту савест и да стремиш потпуно бестрашћу. Шта то значи.Умри бризи: Буди слободан од сваке бриге; не само у излишним и пролазним стварима, него и у духовним добрима, повери се Божјој руци.

Имај пред Богом, људима и стварима чисту савест, тако да те она ниучему више не осуђује. Чиста савест пред Богом значи: ништа не чинити што Њему није по вољи. Чиста савест пред људима значи: њима ђелети свако добро као и себи самом, и ништа не чинити што самом себи не желиш. Добру савест пред стварима имати значи: њих на одговарајући начин употребљавати ине злоупотребљавати (јело, пиће, новац,одело, сав посед као и др.). Кратко, све мораш да чиниш шред оком Божјим, тако да те твоја савест ниучему више не осуђује. Деси ли се нешто против твоје воље како не треба, то се мораш шред Богом исповедити и покајати се.

Вежбај се у бестрашћу, тако да те мили не вуку страсно никаквој земаљској ствари.

Сад пази такође шта ћу за тело да ти кажем и не сматрај за то безначајно. Јер познато је да је наш духовни живот уско повезан са животом нашег тела. И као што дух делује на тело, тако исто и тело утиче на дух. При молитви је ддобро да тело буде спокојно и сабрано, а савест управљена на срце. Такво држање тела при напрегнутом мишићом строју делује на дух подстицајно. Раслађаност удова раслађава дух. Такође и сабирање у срцу има свој одраз. Сабирање свести на одређене делове тела, мења се телесни осећај, а тиме и карактер молитве. Овде је битно да се свест сабере на месту срца, а не можда на стомак, да би се избегли нежељени покрети.

Такође и спољашња околина делује на човека и доприноси или његовом сабирању или његовом расејавању. Једно тихо, полумрачно место, користи унутрашњем сабирању и штити од расејаности.

Неке пропратне радње срастају временом са умном молитвом. Тко је неопходно од почетка сабирати пажњу у срцу, тело држати умишићној суздржаности и крепкости, а разум чувати од сваког лутања. Ове услове можеш да остваријш на било који начин теби погодан.

Опробаних средстава која воде успеху не треба се лишавати. Тим пре што су она само једна привремена скела које ће еда нестане кад зграда буде готова (Теофан Затворник)

г. Помоћна средства код удубљавања усебе

Имај у виду, да су силазак ума помоћу дисања у срце, као и мирно полумрачно место, само помоћна средства. Суштина ствари лежи у неподељеном, чистом и сабраном верујућем призивању Господа у срцу. (Исихије Јерусалимски)

Одрђена упуства за технику молитве, која се тичу места, седења, држања тела и дисања, наћи ћеш у Добротољубљу, нарочито код отаца: Симеона Новог Богослова, Григорија Паламе, Григорија Синаита, Исихија Јерусалимског, Никифора Псника, Калиста и Игњатија. Ако хоћеш да стражиш разумом у твоме срцу неометан од маштарија, онад повежи Исусову молитву са дисањем. Ако твој ум научи да са дисањем уђе усеце, ти ћеш одмах приметити, да он тамо просто неподељено пребива у богомислију и срдачној молитви. Али чим изађе напољу, он се распростире на многе ствари и расејава, чак и против воље, намноге претставе и успомене. Да би се постигла простота и јединство ума, искусни Оци налажу, да се изабере једно мирно и полутамно место. Јер оглед на спољне предмете проузрокује расејаност чула. Тишина и полутама, који остављају ум чула незапосленим, враћају ум њему самом. Навика у сабирању себе и мотрењу на своју унутрашњост, рађа навику да се моли чисто и неподељено са умом у срцу.

Делатну, умно - срдачну молитву обављај овако: Седи на једно тихом, усамљеном, полумрачном месту на ниско седиште; сабери свој ум, води га из главе доле у срце и држи га тамо!онда нагни главу према грудима, затегни унеколико грудне мишиће, такође мишиће врата и рамена, и говори често и стрпљиво, са пажњом и са осећањем сеца:

ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖЈИ,
ПОМИЛУЈ МЕ.

Притом диши успорено. То помаже сабирању мисли. Ако се почну да ближе претставе, ти им не посвећуј пажњу - макар оне изгледале добре и корисне. Затвори ум у срцу, понављај молитву и разгони све маштарије именом Божјим. Моли се истрајно, у стрпљењу, и не посустај ради тешкоћа, учесталих болова и напетости ума. Поднеси их у стрпљењу и моли се даље. (Григорије Синаит)

Ако си тиме исцрпљен и осећаш у телу и срцу болове од интезивности молитве, онда устани, певај, читај, молитвено размишљај, мисли на смрт, или се дај на физички рад. Кад си се опоравио, онда се опет врати срдачној молитви. Држи своју пажњу стално у срцу. Тамо увек управљај свој дух и своју нарав(душу). У почетку ћеш тамо да нађеш извесну тескобу, таму и хладноћу; али ако ову активност наставиш дан и ноћ, онда ћеш добити неисказану радост. У току подвига твој ум налази место срца и сагледа у њему ствари које дотле није јпознавао. (Симеон Нови Богослов).

Из следећег упуства сазнајемо још јасније о сабирању ума у срце: Пре свега води миран живот, без много бриге, и живи са свима у миру. Онда ступи у своје боравиште, седни, сабери свој ум и приморај га да заједно са дисањем уђе у срце. Срце је узрок живота, као и топлоте тела. Оно виче ваздух и хладноћу помоћу дисања, и ослобаша се своје топлоте. Тако оно спуњава своје животно дело за које је и створено. Следи дакле умом дисање сводећи га у срце. Наавикни твој ум да се тамо бави. Али касније он неће хтети никуд да лута, јер у нашој унутрашњости је Царство Божије; чим га ону у чистој молитви сагледа, он ничег спољашњег не трежи. Доспеш ли умом у срце, онда слави Бога и држи се непрестане молитве као сталног посла и поуке. Она те учи ономе што ти још не знаш. Молитва штити ум од гордости, чини га непријемчивим за маштарије и уздиже га ка божанској љубави. Ако ти и поред много труда не пође за руком да са дисањем ступиш у срце, онда чини следеће: сабери свој ум у груди (изнад срца), где су наша разумска снага и савест. Искључи из ума сваку другу садржину и остави Исусову молитву да се стално у унуташњости јпокреће. Ако будеш једно време тако чинио, онда ће ти се без сумње врата срца да отворе. То смо ми не себи искусили. А кад стечеш благодатну пажњу, онда ти се ближи цео низ врлина: мир, љубав и радост (Нићифор Посник).

Тако Добротољубље садржи разна помоћна средства за уметничко увођење ума преко дисања у срце; то је вештина у постизању умне молитве. Без искусног руководиоца ова упутства чине велике тешкоће... Она чак могу да нашкоде плућима, а да се у жељеном не успе (Игњатије Брјанчанинов).

Тај се механитам може у потпуности да обиђе и накнади само кроз лагано изговарање Исусове молитве, при мирном и лаганом дисању са укључивањем ума у речи молитве. Ово помоћно средсво чини да постигнемо одређену пажњу. Тој пажњи онда срце брзо следи. Његово саосећање тих речи чини да се оно повеже са умом. Тако се ритам молитве сам од себе успоставља. Сва телесна помочна средства која Оци препоручују, имају једино значај да се заддобије што брже пажња код молитве. Битно и неопходно је неподељена пажња (Теофан Затворник).

Тако саветујемо да се техника остави, док се сама од себе кроз молитву не појави. Суштина ствари почива у уједињењу срца и ума - до чега доводи, у одређено време, Божанска благодат. (Игњатије Брјанчанинов). Што се ти више трудиш, то се молитва брже и интимније повезује са твојим срцем. Најбоље је ако се решиш свом снагом воље и ен посустанеш док молитва почне самостално у срцу да се покреће. Онда је треба само још подржавати.

Што се Исусова молитва јаче повеже са срцем, толико се срце јаче загрева, утолико молитва постаје самостална, тако да се ватра духовног живота разгорева и траје.

Зато се у стрпљењу моли и не одступај од тога поред свих тешкоћа. Подноси болове слично породиљи (Јеремија. 8,21), јер онај ко се до бола труди, задобија Царство Божје (Мат.11,12) Моли се уснама, моли се у себи умом , док твој ум добије од Дух снагу да се на све начине активно моли.

Исус Христос се само снагом Духа Светога може чисто и савршено да призива као Господ. Тад не потребујеш никакве речи, него се молиш само у духу (Григорије Синаит).

IV. ИСКУСТВА МОЛИТВЕНИКА

1. Молитвеник Пред Богом

Сваки молитвеник разговара са Богом.
Како је то велико, да смртни човек го-
вори са бесмртним Богом! Можели ко
то да изрази?!(Јован Златоуст)

Човек нашег времена не навикнут је да невидљивог Бога осети у своме срцу као живо и блиско биће, Он је кроз апстрактне појмове науке, философије и теологије спутан у томе. Па ипак, то је неопходан предуслов за сваку молитву.

Пре почетка молитве постави себе скрушено у присуство Божје и имај у срцу живу веру да те Бог види и да је готов да те услиши, а касније ћеш постоти саствим свестан Његове близинел. Такође расуди о томе ко је Бог а ко си ти. Он твој Творац у чијој је руци земаљски и вечни твој живот. Ти си Његово дело, првобитно по Његовој слици створено, али горох греховни пад потонуло у духовну таму и ослепело. Као слепо рођени, ти Га не престано молиш за очњи вид. Стојиш пред Њим у растућем страхопоштовању, и испуње си најболнијим самопознањем. Из овог самопознања твојег унутрашњег сиримаштва, ти се обраћаш Његовој

неизмерној доброти и молиш Га за помоћ, да опет постанеш цео човек по Његовој слици:

ГОСПОДЕ, ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖЈИ, ПОМИЛУЈ МЕ

Изговарање имена Исуса Христа држи нас у енпрестаном богомислију и учи постепено да живимо у осећању Његове близине. То осећање буди јпо природи духовне покрете. Ум се налази у срцу пред лицем Божјим, у топлој љубави, срдачном покајању, у понизном дивљењу, страху Божјем, а истовремено у поуздању у Његову доброту, - у мољењу, слављењу и хваљењу. Ако је молитва снажна, онда су и сви ови духовни покрети у појачаној мери у срцу активни. По мери у којој се срце очишћава од самољубља, бива и његова наклоност према Богу живља. Ако је срце потпуно чисто, и преданост је ватренија и постојанија. Тако се остаје пред Богом у скрушеном слављу ис молбом да нам подари снаге за унутрашње очишћење и пуно предавање Његовој вољи, са тежњом ка пуној љубави према Њему.

Живљење у Божјем присуству поседује велику преображајну снагу; под његовим утицајем мења се цело устројство душе. Човек добија све више у самопознању, а истовременом и снагуда победи своје слабости и да себе постепено усавршава.

<u>а. О сећању на Бога</u>

Схвати пред ким се молиш. Окрени твоју
целу душу и твоје цело срце Богу.
(Јефрем Сирин)

Бог је свуда и увек са нама и у нама. Али ми нисмо увек са Њим, јер ми Њега заборављамо и дозвољавамо себи ствари које никад у Његовом присуству ен би требало да чинимо. Зато учини себи законом, да увек разумом пребиваш у срцу пред Богом. Сједини дакле богомислије са твојом свешћу. Од буђења до сна живи у Божјем присуству, у осећању да те Он види и мери све твије мисли и покрете срца. Труди се из све снаге да стечеш богомислије и Он ће за то наградити.

Богомислије поставља људски дух на његово право место; тиме почиње и делотворно, живо уобличавање и душе и тела. Ако се кроз богомислије учвршћујеш у својој унутррашњости, то ће се Исус Христос настанити у твоме срцу. Поуздан знак овог чудног догађаја је топло осећање према Њему. При павилном лобављању умно - срдачне молитве то се дешава све чешће и постојније. Тај осећај је пун суптилног блаженства и од своје прве појаве постстиче сталну чежњу, захтев да се то осећање заувек има, јер у њему је - Царство Божје.

Ако хочеш овај рај брзо да стекнеш, у срцу према Богу пробуди: срушеност, страх Божји, преданост Његовој вољи, слава и хвала, смирење и унутрашња

потрешеност, или нада и поуздање. Исто тако се понашај код читања; доживљавај сваку прочитану истину. Траажи посредством молитве једно спокојно, топло и постојано срдачно осећање према Богу, не неко нарочито блаженство или узбуђење. Ако ти Њн пошаље изваредна осећања при молитви, онад се на томе захвали и негледај у томе неку тоју заслугу. Отступели ти осећања, онада немој бити неуморно жалостан као за некм великим губитком, већ се у смирењу и тихој поверљивости обрати Богу.

Циљ свега је у томе да за Бога вежемо сву пажњу, јер Он све види и свакоме је спреман да помогне. Кад се то сазнање има, онда оно не допушта да се подајемо жалости ако нас каква спољашња или унутрашња невоља снађе. Бог дарује души пуно задовољство, храније и не дозвољава да на њу дође неко осећање оскудице. Треба се препустити Божјој руци и онда се осећа Његова непрестана потпора. Труди се да стекнеш навику да увек живиш пред лицем Божјим, да Њему посвећујеш сваки свој корак, и све да чиниш по Његовим заповестима. ДКористи за то свку прилику. Као што је Он свуда, нека буде и твоја мисао свуда са Њим. Како? Кроз непрестану Исусову молитву; молитва потпомаже богомислије, а богомислије (сећање на Бога) потстиче молитву. То је, у ствари, живот пред Богом.

б. Страхопоштовање и страх Божји

Почетак правог живота је страх Божји.
(Исак Сирин)

Страхопоштовање је својствено сваком мислећем човеку. Сваки поглед у дивоту природе изазива дубоко поштовање према Творцукоји је овај свет мудро створио.

Једно још дубље страхопоштовање настаје пред Творцем људске душе, који је сам постао човеком да би нас из несавршенства подигао до њему сличне пуноће. Прави страх Божји човек добија ако остви све спољње бриге, и сву своју пажњу, своје мисли и осећања сабере на Јевањђељу и удуби се у сазрецање Христа и стања блажених (Серафим Саровски).

Најдубље поштоваање и захвалност настају код нас према Христу који је на себе узео грехе света; а истовремено нас захвата страхопоштовање према Њему као Судији света. Између ова два осећања треба држати равнотижу, и пустити их да кад једно кад друго на нас делује. Не треба дозволити да нем страх од вечног Суда узме сву животну радост, а не дозволити ни да се кроз доброту Божју обмањујемо немарношћу (Теофан Затворник).

Ко се определи за пут унутрашње пажње, тај поседује страх Божји као почетак све мудрости. Тај се креће пажљиво, у страхопоштовању пред свим што је свето. Ко се боји Бога тај ће све добро да обавља. А ђавола се не треба бојати. Ко се Бог абоји побеђје ђавола, јер је он пред БОгом немоћан (Серафим Саровски).

Мисли на Бога и мисли на смрт.

Страх Божји ће те држати увек у будности и неће ти никад дозволити да чиниш на вољу ни твојим мислима, ни осећањима ни твоме телу. Уз Његову помоћ тићеш се одупрети свим искушењима и водићеш твој дневни живот пред Његовим лицем.

Најважнији плод молитве је - не топлота и блаженство,- већ страх Божји и унутрашња покајничка погрешност. Ова се мора сталоно да подгрева њом да се дише, у њој да се живи. Дело Духа не лежи у блаженству. Његово нејверније пројављивање тоје „дух скрушен; срце скрушено и смерно...“ (Пс.51).

Има две врсте страха Бошјег: Првије страх слуге од казне код преступа Бођјих заповести. Он одговара почетницима. Други страх проистиче из синовске љубави према Богу; он се плаши да увреди Бога, да Његову близину, Његову љубав не изгуви. То је страх Божјих оних који се ближе савршенсву.

Нас захвата страх у оној мери у којој се љубав у нама губи; јер ко не поседује страх, он јеили испуњен љубављу, или је ипак усвојој души мртав. Растући страх Божји чини почетак љубави (Јован Лествичник).

Постави страх Божји за основу тога пута и ти ћеш стићи за мало дана и без лутања на врата Царства Божјег (Исак Сирин).

в. Сећање на смрт и Страшни суд

Као гладан на хлеб - тако нека мисли на смрт онај који тражи спасеење. (Нил Сорски)

Ништа тако не помаже унутрашњој промени, топлој пажљивој молитви, као сећање на смрт и на Страшни суд у светлосној или тамној вечности. Смрт стоји код тебе, ти не знаш чак ни дали ћеш да доживиш и крај данашњег дана (Лука 12,20). Сигурно је сасвим да ћеш једног дана умерети. Крај долази као лопов у ноћи (Сол. 5,8). Што избегаваш ову спасоносну мисао и понашаш се тако као да ћеш вечно да живиш, па се не бринеш о смрти и суду Божјем?

Потсетимо се, како неочекивано, изненедно, нас људе достиже смрт, како су све земљске вредности пролазне. Кратак је наш животни пут и једва да се може путовањем назвати, - јер путник иде куд он хоће и пребива у некој гостионици колико он хоће. Док ми морамо, хтели то или не, на опозив да напустимо овај свет, против наше воље јпостиже нас страшна смртна тајна. Душа сс од тела са муком одваја, раскидање природне везе. У том горком часу она сазнаје шта смрт значи и подиже велико запомадгање – али никога нема да јој помогне, сем Бога и њених добрих дела (Јован Златоуст). Наше тело постаје прашина, трули и нестаје. Али душу очекује неизменљиви праведни суд Божји.

Док човек несмотрено живи, он се боји смртнога часа; ако се још за живота приближи Богу, онда се плаши Његовог Суда; али код савршенијих, љубав њихова према Богу гаси и први и други страх (Исак Сирин)

Страх пред смрћу је природна особина код нас људи. Дрхтање пред смрћу и страх при помисли на њу, знак је неокајаних грехова. Као што се сребро од цинка разликује, иако суједно с другим слични, тако се разликујуе и природан страх пред смрћу од неприродног. Поуздан знак да човек мисли на смрт, рењима и потпуно одрицање сопсвене воље.

Страх од смрти покреће на ревност ка срдачном покајању, созрецање и молитви. Он помаже уздржању које гаси страсти. Ко прави страх од смрти

достигне, не може никад више да греши. Немој да дизволиш себи заваравање и не замишљај да ћеш моћи да надокнадиш изгубљено време у животу. Оно је непоновљиво. Немогуће је данашњи дан провести сав у врлини, ако се не мисли да је он последњи у животу (Јован Лествичник). Живи тако као да ти је данашњи дан последњи, и ти не даље неће грешити (Св. Антоније). „.... Иде час у који ће сви који су у гробовима чути глас Сина Божијега. И изићи ће који су чинили добро у васкрсење живота, а који су чинили зло у васкрсење суда“.(Јов.5, 38-29)

Поставим прред нашу свест Други долазак Христов, све оно што Господ о тим догађајима у своме Јеванђељу говори: „Као што муња излази са истока и показује се до запада, тако ће бити долазак Сина човечијега... Сунце и месец ће свој сјај изгубити, и звијезде с неба пасти и силе небеске покренути се... Тада ће се показадти на небу (Крст)... и угледаће Сина човечијега где иде на облацима са силом и славом великом... Пред Њим ће бити сабрани сви људи, и он ће их једне од других ратдвојити... и рећи ће онима са његове десне сстране: дођите овамо ви благословени Оца мога, наследите Царство које вам је припремљено од почетка света... Онда ће говорити оним са његове леве стране: идите од мене, ви проклети у вечни огањ припремљен сатани и њговим слугама. И они ће ићи у вечну муку, а праведници у живот вечни...“(Ср. Мт. 25, 31-46)

Шта је страшније него овај претећи одговор упућен за нас непокајане грешнике које праведни суд Божји – ради нашег непокајања упућује у вечну таму и све њене муке...? Како ћемо уздрхтати, кад се књиге савести отворе и све наше скривене мисли и жеље, наше речи и дела се обелодане? Како ћемо се оправдати кад нас истина изобличи, а ми стојимо пред неумитним праведним судом Божјим?

Треба у нашој свести ове мисли да продубљујемо, и да се чак и против воље нашега срца у њих уносимо час смрти и суда се ближи, душо. Ти ћеш одговор да даш, како да се оправдаш? Твоја сопствена дела стоје пред тобом и оптужују те. Докле ћеш зло да чиниш и у лењости да тавориш? Остави се тога док је јошш време. Потруди се у добру и обрати се Господу срдачним покајањем, како би ти све твоје свесне и несвесне грехе опростио. Да те кроз самопознање и исповедање греха твојих очисти и да те Његовом снагом испуни. Уздрхти, душо, савешћу својом осуђена, покај се искрено штоп си свеволећег Бога криз своје преступе увредила, и моли га скрушено да ти опрости (Нил Сорски).

Таква осећања распламсавају свом снагом срдачну молитву. Суочена са смрћу и неизбежним Судом, душа се моли тако као да се по први пут моли:

ГОСПОДЕ ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖЈИ,
ПОМИЛУЈ МЕ!

2. САМОПОЗНАЊЕ И ПОКАЈАЊЕ

(враћање истини)

Човек треба по истини да говори и да дела.
Он треба да у себи сведочи плодове благодати,
као и дејство греха.(Макарије Велики)

Исусова молитва почива на мукотрпном самопознању пред Богом. То је сасвим природно јер покајање срца лежи у основи целог нашег хришћанског живота. Покајање срца је прва заповест Новог Завета, његова прва врлина која нас води свим другим врлинама. Јован Крститељ као Христов Претеча зове на покајање и обраћање истини. Христос, учовеку оваплоћена Реч, почиње своје дело спасења са позивом на покајање и обраћање срца: „Покајте се, јер се приближи Царство небеско“ (Матеј, 4,17). Потом тек, у Беседи на гори, у Блаженствима; Христос открива законе тога Небеског царства.

Почетак срдачног покајања потиче од страха Божјег. Он производи пажњу (будност), она води унутрашњем миру, мир рађа савест; а савест чини да душа гледа – као у огледалу бистре мирне воде, сву своју ругобу (монах Бонифиције). Кад сунчани зрак продре криз пукотину у одају, он све осветли, чак и нејфинију прашину у ваздуху; исто кад страх Божји продре у срце, он показује све наше грехе. Кад се утвојој души роди право покајање срца, кад те захвате право смирење и унутрашња потрешеност духа, теби је немогуће а и непотребно да користиш многе речи. Унутрашњој сабраности, окренут свом пажњом на твоје тешко стање, ти запомажеш пред Господом само речима: Господе, Исусе Христе помилуј ме(Тихон Воронешки).

а. Подвижничко самопознање

Подвижничко самопознање води ка новорођењу духа(Исак Сирин)

Исусовом молитвом ти сам молиш Бога да се у тебе усели. Буди свестан шта то значи. Најчистији, Дух Свети, треба да ти се приближи . Ко за тај пријем моли, мора претходно своје срце достојно да очисти. То се постиже кроз узрастајуће самопознање које , праћено дубоким покајањем, испуњава срце и ослобађа га од сваке нечистоће. У томе помаже Исусова молитва. Пред почетак те молитве обрати се Богу за право самопознање твога унутрашњег сиромаштва, твоје духовне немоћи и твоје потпуне слабости да сопственим силама останеш у добру. Моли Га да ти кроз такво самопознање подари скрушено, пуно умилење срца, а истовремено и свест о томе колико ти је неопходна Његова неограничена помоћ. Пут ка савршенству јесте пут самопознања: да си слеп, глув, просјачки сиримашан и го. Такво осећање бола тбог своје сопоствене недовољности, сигурни је посредник унутрашње измене. Ко њега избегава, напушта самим тим и пут савршенства. Самопознање треба да расте и сазрева. У човеку остоји природно знање које разлијује добро од зла.Њега је Бого даровао сваком људском бићу. Ко то не поседује, пада на ниво животиње. Самопзнање је природни израз наше савести, у сазнавању и признавању сопствене недовољности. У сопственој светллости наше пале природе, ми запажамо само мање, нарочито грубе и опипљиве грешке. Али постоји једно духовно знање, које се задобија снагом нашег молитвеног труда. Тек у светлости Христових заповести ми почињемо код себе да запажамо масу недостатака. Нама се отварају како општа греховност људсдке пририде, тако и наша сопствена. Такав поглед, сходно природи ствари, продубљује покајање срца, а

то опет очишћава око душе за све дубље саопознање и даљу промену ума. Истинио покајање срца води најдубљем смирењу и потрешености духа: душа упућује сву своју пажњу на своје тешко стање и почиње да се обраћа Богу: Господе Исусе Христе, Сине Божји, помилуј ме.

Духовно самознање које се одиграва пред лицем Божијим открива оно што је у нама дотле било скривено. То подвиђничко самопознање које прати Исусову молитву,једино је дејствујуће оруђје против свих застрањивања на унутрашње путу. Оно отвара очи и помаже да јасно угледамо састав наше душе. Свети Оци пружају овде једну речиту слику: Савест човека који живи спољашњим животом, слична је мутнј види на чијем дну гамижу црви змије и крикодили злобе. Непросветљен човек ништа од тога не примећује, јер му мутна вода заклања јасан вид. Тако он живи безбрижно, држи за себе да је добар а осуђује друге. Док савест просветљеног човека сличи бистрој води: у сунчаној светлости Божје милости, свака трунка бива уочљива, и та трунка боли снажно јер раздваја од Бога. Право самопознање прожето покајањем, прати сваку правумолитву. Оно само, у стању је да очисти душу и да је, уз Божју помоћ, припреми за обиталиште Дуга. Оно ће да расте и да те до те мере испуни, да ће ти твоје неке предности да изгледају потпно небиним. Пкајно неограничено самопознање лечи од сваког погрешног корака, од преваре, искушења и сваког другог нездравог, лажног осећања. Без самопознања не може се нико да очисти од својих грехова и страсти, својих предрасуда, грешки и слабости. Чак и највиши подвиг без њега не доводи у чистоћу.

Право потресно самопознање, једина је жртва коју Бог прима од палог човековог духа. Мир са Богом који је криз нашу грехом оптерећену савест био помућен, може понова да се успостави само криз наше мукотрпно самопознање. Кад нашу савест ништа не терети, кад нас наше срце ни за шта не осуђује, ми прилазимо Богу са миром и слободно (1 Јов.3,21) Ипак ми нисмо никад без искушења, и стога потребујемо непрестану скрушеност срца за одржавање наше чистоте. Искрена скрушеност срца исзводи савест из понора греха, из пакла пакости и диноси мир са Богом. Али за то је потрено несебично и неограничено самопознање које залази у све појединости душевог живота. Овде спада испитивање мисли и осећање, сазнање унутрашњих искушења и нечистих покрета, пуна свест о скривеном неваљаству, о слабости и неодговорности – без да се ти пред собом и најмање извињаваш. Свако тако самопознање помаже сигурном непредовању. ЗагваљујБогу за то.

Само Дух Свети може да даује право самопознање. Без Њега ни најпаметнији човек не може себе довољно да позна нити своје душевно стање да увиди. Ако је Дух у срцу настањен,Он ти показује твоју унутрашњу сиромаштину, твоју удаљеност од Бога и твоју равнодушност према људима. Ти уочаваш твоје користољубље код твојих привидно несебичних подухвата; грубо самољубље чак и тамо где га никад ниси претпостављао. Кратко, Дух Свети показује сваку ствар у њеној правој светлости. Из такве једне самопознаје рађа се дубоко унутрашње смирење...Човек почиње да искрено сматра себе за најгорег од свих људи, престаје да гради на собсвеним мочима и врлинама, и окреће се богу. Такво смирење производи дубоко покајање које чисти твоје срце. У то очишћено срце настањује се Дух Свети и учи правој молитви негује пдвижничко самопознање и покајање,

добија у руке силно оружје: он побеђује самољубље од кога нам, ради молитвених плодова, прети опасност, и тако се избаегава свака штета.

б. Скрушеност срца и покајање

Право покајање је дете светлог поуздања у
Неизмерну милост Божју која превазилази
Све наше недуге.(о. Доротеј)

Скрушеност срца води одлучној из мени: з сављашивању злњ воље, самоодрицању, избегавању злаи показивању ватре не ревности у чињењу добра. Свуда је потребан напор воље. Био сисе навикао на нешто рђаво, сад се од тога одвраћаш; Некад си врећао Господа, сад се постављаш у ватру Суда. Покајник доживљује болове породиље и у своме се срцу дотиче паклених мука. Бог нам је дао многоболног духа покајања, да продре између наше душе и духа, измешу ума и удова, да разори старог огреховвљеног човека и да постави темељ за новог (Јевр. 4,12). У ономе који је испуњен покајњем, влада час страх час бол, час лака нада и утеха; страх напуштености смењује се са осећањем поверења у милост Божју, и покајник се доводи у стање умирућег који ипак са поверењем гледа у нови живот. То је свеболно али истовремено и лековито, а неизбежно је, тако д анико без овог теснаца покајања не долази до унутрашњег очишћења. Греху се одлучно одупире само онда, ако се он омрзи; а он се мрзи тек онда, кад се силна несрећа греха искуси свом снагом у најболнијем самопознању.

Под утицајем благодати на срце грешника, овај се буди од грехопада, сазнаје своју поквареност, осећа опасност свога стања, испуњава се страхом, осећа опасност свога стања, испуњава се страхом, и почиње да се брине о свом спасењу. При том мисост Божја да он доживи сво ништавило и нискост онога чему се био подао, - али, истовремено његово срце долази у додир са једним божанским поретком. Покајање је истовремено и уговор са Богом о промени живота. Оно производи смирење, потстиче самоосуду и показује бригу за свој унутарњи живот, који сад постаје слободан од сваке друге бриге. Покајање чисти савест кроз добре поступке који се сад, свему лошем што се раније чинило, почињу да супростављају. Поканичко расположење добровољно подноси сав бол; оно себе сматра заслужним свих унутрашњих и спољашних страдања, чак јојш већих. Оно такође даје повода и потстицаја да се тело ограничава. Свепокајно расположење испуњава грешника дубоким смирењем пред Богом, и покреће га да свакоднево све грехове пред Њим исповеда. Покајник самог себе оплакује и не налази времена да на друге гледа или да их осуђује. Свакако, прво покајање дете је светог поуздања у несравњиво милосрђе Божје, које све наше преступе далеко превазилази, Њему је свака малодушност страна.

То је нешто сасвим друго него оно мрачно осећање кривице које ђаво у нама буди, како би нас стровалио у опајање. Пре чињења греха тај искушач буди нашу пожуду и приказује грех безазленим а Бога снисходљивим, док у грех паднемо. А тад открива сву првалију овог греха, испуњава нас страхом пред Богом као не

милосрдним судијом света, прети вечним проклетством, завија у очајање и гони на самоубиство (Ава Доротеј, - упореди са Јудом Искариотским).

Дух покајања пружа човеку, који се налази у понору греха, своју моћну руку и извлачига. Ради јпокајања Бог поклања опроштај грехова и јприступ Себи. Срдачно кајање производи у срцу блажена осећања, и човек који доспе у ово стање, ступа у заједницу са Богом и Његовим Духом.

Уз то долази и присуство Божје и живо сећањ на смрт и Страшни суд. Кроз то узраста најинтимније срдачно покајање а душа се испуњава топлим ганућем. Постепено душу прожима један нов осећај – неки танани страх Божји. Тај страх је дар Дух Светога. Под његовим дејством топе се све страсти.

Зато се у срдачном покајању несебично, искрено и јпростомолимо, у нади на Бога, упуној преданости Његовој вољи, у поуздању на мудрост, доброту и свемоћ те воље. При том се не треба ослањати на никаква помоћна техничка средства, нити на количину молитава, да не бисмо пали у заблуду и ослонили се на себе саме или нешто спољашње, и тако у нашој гордости изгубили поуздањеу Бога. Да не тражимо ни задовољство ни духовна тиђења: ми смо грешници, недостојни духовних задовољстава и виђења, још уз то ми смо неспособни да их прихватимо. Наше је само дау у пажљивој молитви управимо наш ум на себе да би открили наше слаобости. Тада ступамо као слепи, хрими и неми, губави и у духу поседнути, пред нашег Господа и из сиромаштва нашега духа дозивамо Њега: Господе, Исусе Христе, смилуј нам се!(Игњатије Бујанчанинов)

в. Опроштај и поновно сједињење с Богом

Чим човек позна своје грехове, јпокаје се и одлучи да се од њих удаљи – Бог га прима. Да би се срце сјединило с Богом, ови су поступци неопходни. Бог даје опроштај грехова кроз тајну исповести, а облачење у силу, обед сједињења пружа Он у причешћу.

Прича о заблуделом сину даје нам прилику да та стања доживимо: Он је дошао себи, решио се да остави свој грешни живот, подигао се , отишао оцу и покајао се: „ја сам згрешио“... А отац га је обукао у одело (оправдање и праштање) и спремио му обед (причешће) – Теофан Затворник).

Ти идеш, изранављен озго додоле, искомадан од главе допете, и враћаш се, помоћу милости, назад: са свима читавим уздовима, јак и здрав, од свих грехова ослобођен. Шта се при томе дешава, зна сваки онај који се искрено исповеда: Струје милости изливају се од главе у срце и испуњавају га радошћу. То не долази од људи, ни од онога који се исповеда нити ос исповедника. То је тајна Зтешитеља и лекара...Милост која је досад деловала споља, речима: „опраштам и разрешујем“ ступа у унутрашњост, стапа се у јединство са људским духом и испуњавца га ватреном ревношћу.

Љубав очева дарује, што нада блуднога сина нијкад није очекивала. Шта је требало да грешник преко свепраштања очекује? Ипак, он бива обучен у одело крепости и позван на Тајну вечеру – као на битни предуслов поновног сједињења с Богом: човек је понова рођен, сад је јпотрено одговарајуће јело, да би започео нови живот. Ово јело су Тело и Крв Господњи. Ти примаш причест за оснажење и

ожевљавање твога унутрашњег човека. Са причешћем ти носиш Христу у себи (Јован Кронштански)

3. О ЖИВОТУ У ВОЉИ БОЖЈОЈ

Живот у вољи Божјој је једини пут, уз
Помоћ Божју„старог човека греха“ да
свучемо и да се у „новог човека духа“,
обучемо.(Игњатије Брјанчанинов)

Христове заповести су – Блаженства. Он не ограничава слободу својих ученика, али их упућује на блаженство који сви траже, и показују пут ка њему. Обећана је велика благодат, али су велики и трудови и напори, да се она постигне: „Ко моје заповести држи тај јостаје у мојој љубави“. „Ако хоће ко за мном да иде, нека се одрече себе, узме крст свој и за мном иде“(Мат. 16,24). Али највише њих у својој неразборитости мисле погрешно, да могу сладити својој самовољи, па ипак да задобију вечни живот, овај највиши дар.

Дароване заповести Христове крију у себи божанску животворну снагу, која нас чисти, обнавља, повраћа у стање од пре грехопада. Почни само да живиш по Јеванђељу, и ти ћеш у срцу твоме сазнати, уверићеш се, како ти је благодат Божија постала блиска. Управљај све своје мисли, осећања, речи и дела по Христовим заповестима, и ти ћеш сазнати и искусити утицај благодати Божје, окусићеш непропадљиво блаженство, почећеш да волиш Бога у истини и поседоваћеш самојејдну жељу, да Га сасвим у себи носиш. Биз Њега осећаш себе изгубљеним и стога целим срцем и из пуног убеђења узвикујеш к Њему:

ГОСПОДЕ, ИСУСЕ ХРИСТЕ, ПОМИЛУЈ МЕ!

Буди вазда на опрезу, и пребивај увек и срцем и разумом у вољи Христовој, у његовим животворним заповестима. Само ће тако облагодаћена сила молитве постати у теби делотворна. Срце које није усаглашено за повестима Јеванђеља, не оставља простор за праву молитву. Држање заповести служи молитви, као уље кандилу: без уља оно не може да гори и гаси се. Молитва ти помаже да пребиваш пред лицем Божјим да упознаш Његову вољу, да измолиш Његову помоћ, а испуњавање Његове воље припрема душу за сасуд Духа Светога.

Пуноћа нашег животног дела почива у томе, да увек, при свему, што почињено и чинимо, да пребивамо душом и телом, мишљу, речју и делом, и из све снаге увољи Божјој, са Богом и у Богу. Нама и при пада право: да целим умоми свим осећањем слуђимо правом, живом Богу и Његовој истини, и да сходно Његовој вољи, испуњавамо Његове свете заповести (Нил Сорски).

Само онај зида на стени, који своју вољу и своје мишљење одбаци, и принуди себе да у пуној тачности схвати и доследно врши заповести Христове: да

живи по примеру, науци и завету нашег Господа. Почетак спасења у томе почива, да своје сопствено хтење и мишљење оставимо и Божје хтење и мишљење следимо; тада на целом свету нема те ствари, места или подухвата који би нас у томе могли да смету (Петар Дамаскин).

а. О вршењу заповести

Вољу Божју треба чинити свом ревно-
Шћу, хтети целим срцем, тежити њој
свим жаром. Је у испуњењу Његове во-
ље почива сва наша снага, радост и
блаженство. (Јован Кронштатски)

Може ли човек да испуни заповести? Свако је за то способан ко има добрувољу и поверава се помоћи Божјој. Свакоме стоји на вољу да у своме изопаченом стању остане, или пак да се бори за унутрашњи преокрет. Свака врлина око које се свестрано труди и моли, пада у део оном екоји је тражи: „Сваки који тражи, налази, и сваки који моли добија“(Мат.6,6).

Одреди себикао једини животни смисао, да у свему извршујеш вољу Божју, у великом, и у малом, и труди се да чиниш само оно, што је Богу угодно. Јеванђеље читај што чешће можеш, испитуј вољу Божју и не остављај незапаженим ни најмање упутство нитина изглед неважну заповест. Кад почнеш у малом да испуњаваш заповести, онда ћеш их испуњавати у и у великом. Мало увек води ка великом. Потруди се бар само један дан да проведеш по Божјим заповестима, и ти ћеш у своме срцу искусити колико то добро чини (Теофан Затворник).

Бој се Бога и држи Његове заповести у мисли као и у делу. Ако примораш себе да их испуњаваш у духу, онда ћеш их постепено испуњавати и на делу. Јер: ако човек у своме срцу не испуни вољу Божју и Његове заповести, онда их он ни у спољашњем животу не може да испуни. Оци су знали да је лако испунити све спољашње врлине, ако се оне претходно унутраоствaре, и зато су усмерили сву ревност на унутарњу будност (Симеон Нови Богослов).

Чини своје дело не само кад ти то хоћеш, већ пре свега тада, кад нећеш. То важи за твоје свакодневне обавезе исто као и за добра дела, медитацију и молитву. Труди се у томе кроз зној свога лица, обрађуј ревносно подарени ти талант – Царство се Божје напором постиже, и њега ће задобити само они који се труде.

б. О вежбању у врлинама

Не заборави никад, да сама молитва за себе није савршена, него у заједници са свима врлинама које као органи душе сачињавају наш духовни организам. Тек кад су оне до извесног степена развијене, онда ми можемо да живимо у заједници с Духом Светим. У оној мери у којој их у себи развијаш, унапређује се и твоја молитва. Без врлина молитва не доноси плода. Заповести Јеванђеља ти показују пут. Није довољно чинити добро само споља; много је важније унутрашња чистота

срца. Шта теби користи ако сву своју имовину поклониш, ако постиш и ако се молиш, док твоје срце остаје пуно пакости? Нас не чисти само уздржавање од зла, него пре свега искорењивање свих унутрашњих покрета и њихово замењивање добрим.

Ко се труди око Исусове молитве, нека се истовремено потруди и за смирење, љубав, благост, стрпљење и ссве хришћанске врлине. Само оне обезбеђују у нама станиште Духу Светоме (Макарије Велики).

Ако желиш да будеш пријемник дарова Духа Светога онда се понашај овако: Верује чврсто у Бога, следи у потпуности Његовој вољи, пребивај у молитви и нади да Он твоју молитву услишава и да ће ти увек помагати.

Затим, приморавај себе на свако добро, на све Његове заповести, и онада кад за то ни најмањег расположења немаш. Приморавај себе на смирење према свим људима држи себе за најмањег и не тражи ни части ни награде.

Оно што је со за јело, то је смирење за врлину. Учињена дела не отварају закључану капију срца код ближњег, него скрушено срце, у смирењу јака душа која кроз смирење побеђује све страсти. А смирење се не задобија кроз смирене мисли, него кроз вољну послушност, у приликама које понижавајуће делују (Теофан Затворник). Молитва захтева, пре свега, смирење које се стиче у труду око извршавања заповести при суочењу са својом недостојношћу. Једино се оружјем смирења могу да победе горди ђаволи, који су пред смирењем сасвим немоћни (Макарије Оптински).

Стрпљење у теби не може да се утрврди све док не задобијеш дубок осећај да све што ти се деси, по вољи Божјој ти се дешава...„На тај начин се код тебе успоставља смирење и сиромаштво духа, а сва твоја узнемиреност нестаје.

Принуђавај себе према снази, на благост, иако се твоје срце томе противи; на љубзност, доброту, састрадање, благонаклоност. При том држи пред очима живот Исуса Христа и следуј његовом примеру.

Труди се пре свега да задобијеш љубав, јер она обухвата све остале врлине. Она је истовремено највиша заповест: Воли Бога целим срцем – макар тако као што своје родитеље и добротворе волиш, - и број у твоме срцу сва Његова доброчинства; онда воли сваког човека, као себе самог, што значи: осећај са њим као што сам са собом осећаш, и не чини му ништа лоше; жели му што сам себи желиш, чини му што сам себи чиниш, или му бар не чини оно што сам себи не би чинио, - и ти ћеш искусити какав ће мир и блаженство да испуњују твоје срце: „Ко стоји у љубави, у Богу стоји, и Бог у њему стоји„ (Јов.4,16).

У духовној љубави према Богу и ближњима почива наше спасење. У ономе што без љубави чинимо, Христос у њему нема места да своју главу склони. Љубав се познаје у извршавању заповести. (Св.Јован Златоуст).

Љубав испуњава цео закон. Воли свога бли+њега као себе самога; јер волиш ли њега, волиш и себе, - мрзиш ли њега, штетиш пре свега твојој сопственој души. То је искуство! О мудре, животодавне заповести Божје! Како је добро вас испуњавати;као је лак терет Христових заповести. Творчева свемудрост, свемоћ и бескрајна доброта су спремни да се у тебе излију, чим ти Његову заповест: љубав према Богу и ближњима – почнеш да следиш (Св. Јован Кронштатски). Господ говори:

Ко моје заповести прима и њих извршава, он ме у истини воли. А ко мене воли, тога ће мој Отац да воли, и ја ћу да га волим, и њему ћу да се откријем. Ко мене воли он ће држати моју реч, и ми ћемо к њему доћи и код њега се настанити. Али ко мене не воли, тај не држи моје заповести (Јован, 14, 21-24). „Ко моје заповести испуњава, он остаје у мојој љубави“. У следовању заповестима ми бивамо са Христом једнога духа. Ко хоће кроз Исусову молитву да измоли заједницу са БОгом и благодат Духа Светога нека целим срцем тражи да живи по вољи Његовој. Ми нисмо у могућности да вољу Божју следимо сопственом снагом. Он сам говори: „Ја сам пут, истина и живот. Без мене не можете ништа чинити“.

ГОСПОДЕ, ИСУСЕ ХРИСТЕ, СИНЕ БОЖЈИ, ПОМИЛУЈ МЕ.

Прими ме у своју бићетворну благодат. Ако је Он у нама, онда не постоји ствар коју ми не можемо да испунимо:„Који буде умени и ја у њему, родиће плод многи“ (Јов.15,5).

V. ИСКУШЕЊА И ЗАБЛУДЕ

1.КОЈИ ДУХ ВЛАДА У ТЕБИ?

Разликуј у себи Духа животодавног од
Духа, душегубног, убилачког.
(Св. Серафим Саровски)

За напредак у духовном животу је најбитније устројство душе. Јер у свему се о једном ради: да се наша унутрашња природа преобрази. Стога је неопходно да се душевни покрети контролишу, те да се зна која су стања за молитву повољна; а која јој сметају. Код човека делују две снаге у супротним правцима: животодавна снага добра и смртоносна снага зла. Душа је њихово бојиште. Ове две снаге се могу према одређеним својим особинама да препознају:

Ако су у твојој души добре мисли, - ако твоје срце осећа мир и радост, кад ти је лако и угодно, онда је у теби добри Свети Дух, дух врлине, духовне слободе и великодушности, мира и радости(Св. Јован Кронштатски). Добри дух чини скромним, мирним и добродушним. Он говори са тобом о истини, чистоти, смирењу, искреноссти, миру и свим добрим делима и врлинама. Ако је све то у твоме срцу, онда је весник истине очигледно у теби.

Ако се, насупрот, појаве мрачне мисли изли покрети срца, и ти си стешњен, лако западаш у срџбу, онда је извесно да је искушивач у теби. Онда теби у стешњености срца и пометеноститешко пада да срцем Бога призовеш, пошто непријатељ везује душу. Зли дух те чини човеком тврда срца, жучним и неразумним (Св. Серафим Саровски). Он помрачује савест, стврдњава срце и

испуњава га самодопадљивом опсеном. Он разара твоју унутрашњу сабраност кроз бескорисне маштарије, баца те у бујицу разједајућих осећања, рањава те кроз пожуде и везује кроз страсти. Он испуњава дрскошћу, самооправдањем и тврдоглавошћу. Он те гони са једног посла на други, који изглдају добри, али не у право време и не на правом месту, нити се у правој мери изводе. Тиме он узбуђују душу. Он пушта да се увуку мале грешке које изгледају с почетка сасвим безазлене. Ако се падне у ове, онда он заводи у друге грешке које се за такве сматрају, али те он оправдава тиме да се оне тобож повремено дешавају, и да се под нарочитим околностима дозвољене. Ко и у ове падне, тај се предао злу. Јер ђаво неће престати да сам од себе у истом правцу непрестано делује (Св. Теофан Затворник).

Ако се човек одвоји од Бога, он губи и Богом дарована снагу. Он немо+е више да изађе на крај са својим душеним покретима, са својим телом, са спољашњим догађањима и утицајима. Он тад упада у многопословност и у своје пожуде, живи сасвим у спољашности и заборавља на Бога.

По овим знацима се сазнаје кад је Дух Божји а кад је искушивач у човеку.

2. О СТРАСТИМА

Пороци су – бремена душе. (Јован Лествичник)

Исусова молитва има особину да открије у срцу угњездене страсти,да разоткрије ропство у којем нас кушач држи. Зато не буди малодушан, нити се дај збунити кад се страсти твоје пале природе подигну, или их не нависник у теби распали. Ти си дужан да их држиш на оку и да се против њих бориш (Игњатије Брјанчанинов).

У помислима, у осећајној нашој и вољној природи, дејствују страсти уносећи немир у нашу душу; оне долазе од нашег самољубља. Онај ко нема у виду духовне законе, не брине се за тои предаје се страстима безпомоћно. Свака страст коју човек одлучно не одбије, он је воли, а она га побеђује (Преп. Макарије Египатски)Једнога везује претерано старање за његово тело или нагон за посед и добит; другога окива чулна љубав за место похоте; неки падају у сету, јарост; самовољу или славољубље. Свака страс коју човек храни, везује га гвозденим ланцима, вуче га к земљи и недозвољава му да развија своје унутрашње снаге. Суштина порока је да су они бремена душе. Страсти нас ометају да живимо у духу, помрачују нас и отежавају молитву.

Корен свих порока је себичност - та дадиља свих страсти (Преп. Григорије Синаит). Из саможивости рађају се три главна порока: сладострашће, сребољубље и гордост,а из њих се изнедравају сви даљи пороци у телу души и духу (Римљ. 7, 23).

Седам водећих страсти муче човека: похлепа за телесном угодношћу, чулност, грамзивост, брига и потиштеност, бес, частољубље и гордост. Оне прожимају целу људску пририду.

У телу влада похлепа за угодношћу. Неумерена брига за тело води у прекомерно уздршавање од напора, размаженост и задовољавање чулних пожуда.

На тој подлози узраста сладострашће: леност, немарност, прождрљивост, пијанство као и необуздана чулност.

У тројичности душе: у мисли, осећању и вољи - подижу се недуховни покрети: у области мисли влада дух противљења, зидање само на сопственом разуму, сумња и ситничарска критика, надменост и самоуверење.

У области осећања: саможива радост и страх, као и душеубилачке страсти: гнев, завист, мржња, злоба и освета, частољубе, самохвалисање, презирање и осуђивање других, узрујаност помраченост и очајање.

У области воље: самовоља, непослушност, самопоуздање и вастољубље, незахвалност, тежња за зарадом и грамзивост.

Гордост је духовна страст. Она је извор свега злог, праизвор и врхунац сваке страсти. Гордост је порицање Бога и супростављање Њему. Она је јпроналазак ђавола, нечовечан судија и немилосрдан осуђивач, извор гњева и раздражљивости (преп. Јован Лествичник). Горди претпоставља своје схватање, осећање и хтење свему другом, ставља своје ја наместо Божје и служи само себи самом.

И у духовном пробуђеном човеку устају страсни покрети који се супростављају његовом новом духовном животу. Место унутрашње сабраности и враћања у себе, човек напушта своју унутрашњост и губи се у спољњем. При том је опасно ако се губљењем унутрашње сабраности падне и свест, јер тад падаи сва животна активност. Губљењем свести о духовном свету пада се у заборав, и - духовно пропада. Место страха Божјег и осећасња унутрашње зависности од Њега, настаје немање страха, заборав Бога и равнодушност у односу на све духовно, - неосефтљивост и окамењеност срца; место покајања настаје самооправдавање; место ревности - хлађење и млакост; место предавања вољи Божјој - самовоља.

Мноштво је греха који се свакога тренутка подижу у нама самима против нашег духовног живота, спремни да га угасе. Ако један од тих грехова нападне свест и слободу, то извор нашег духовног живота, почиње да осиромашује или пресушује.

Сви ови душегубни покрети настају стално кроз своје произвођаче: „овај свет“ и демоне. „Овај свет“ у совјим носиоцима, навикама и делању, претставља свет отеловљних пожуда. Он привлачи себи свакога помоћу одговарајућих страсти. Уз то тај свет заводи кроз „опште прихваћеност“, или застрашује кроз осећај језиве усамљености или „општег презира“ оних који га не прихватају.

Демони, ти потстрекачи сваког порока, распаљују све страсти у души и телу. У области греха они непосредно производе: богохуљење, сумњу и неверовање; незаситиву чулност, смртоносно трајну мржњу, разноврсну прелест и очајње (Св. Теофан Затворник). Мало ко зна да је правиузрок свим пороцима и страстима - Нечастиви. Као миосаона снага и пород сатане, грех делује у тајности кроз људски разум, и бори се против човека кроз мисли које он држи за своје сопствене. Грех обузима срце кроз претставе и земаљске жеље и испуњава их тамом незнања, заборава и обмане. Искушења ненависника помрачују човеков ум за Бога и скрећу га ка пороку и страстима. Тиме срце бива успаљено и за билошта везано. На крају жеља и воља следују похоти и порок бива извршен (преп.Макарије Египатски).

Зато је за молитвени живот неопходно потребно познавање појединачних искушења као и својих сопствених душевних покрета, и контролисање брижљиво свих спољашњих утицаја.

Живи у Богу и ништа Њему не претпостављај - то је циљ. Ако је душа са свим својим снагама и осећањима окренута Богу, онда је она светла, пријатна, пуна мира. Уоној мери, у којој се осећања и пажња од Бога окрену, душа бива тамнија. Њу више помрачује занетот осећањима него саме мисли,још више трајна страствена везаност, а највише је помрачује греховно дело. (Макрије Египатски).

3. О ИСКУШЕЊУ

(по Теофану Затворнику)

Човкек умире за Бога и живи сам себи.
(Макарије Егијпатски)

Од Бога одвојен, човек посматра себе као сврху самом себи. То се дешава већ због тога што отпад од Бога, Који је пуноћа, сувава човека у његову сопствену празнину, у бездан, и испуњава га неодређењом и ненаситом жељу. Ова га жеђ гони да целога свог живота лута за лажним вредностима које везују његово срце и сву његову пажњу.

Празнина ума, јер је јединог Постојећег заборавио - порађа радозанлост, тежњу за многим знањем, обавештавањем и испитивањима. Неиспуњена воља која је поседовање. Јединога изгубила, распаљује бројне пожуде, похлепу, нагон за богатсвом и моћи, да би се све по вољњи имало.

Пустош срца - које је изгубило уживање Свејединог, - порађа сладострашће, жеђ за разноразним уживањима и стварима, да би се осећање задовољило. Место да се брине о своме спасењу, човек живи у зачареном кругу многих брига и јефтиних уживања. Кроз много знање, похлепу и сладострашће, ђаво нас уплиђе у бескрајне планове и њихова извођења. Он има само једну бригу - да скрене срце, вољу и свест од Бога, и да их веже било за шта друго страсно и примамљиво. Не само неске страсти, него такође уметност, наука и техника, позиви друштвеност могу да постану идолима који нас држе у својој власти и не дозвољавају нам да дођемо к себи.

Стога је нужно да познајемо људску природу и њена стална искушења, да би им се супростављали. Та се искушења управљају према три водеће силе људске душе, тичу се мисаоне, жељње и вољње човекове природе.

Заблуделост ума су маштања која нас, пре свега , у време молитве расејавају и спутавају. Њих прозрева будна пажња.

Искушење вољне природе леже у нашим страстима које одвајају срце од молитве и одвлаче г асобом . Њима насупрот делује трезвеност.

Искушења вољне природе долазе из похота, саможивости и самовоље. Она се сузбијају смирењем и животом по вољи Божјој.

Ко немарно живи, подаје се лако овим трима врстама искушења која испуњавају наш ум празним бригама и доконим или отровним помисдлима. Нарав (жељну природу) везују расејаношћу и чулношћу, а вољу потстичу на неукротиво славољубље. Последице тога су хлађење срца и успаљивање савести, или пак

заблуда и прелест. Све то води ка унутрашњој празнини, меланхолији, и завршава се често очајањем. Сва искушења надиру кроз помисли или тзв. маштања, у човекову свест, прерастају у страсти и траже да наше срце за себе вежу.

а. Кушање кроз маштања
(По Теофану Затворнику.

Нечастиви је пуштен да искушава човекову умну силу и да је дан и ноћ узнемирава. Падне ли ум, онда пада све.
(Симеон Нови Богослов)

Учи се да разликујеш слободне помисли од наметљивих маштања. Помисао стоји близу речи. Мишљење је природно делатност наштег ума којом се бавимо слободно. Кроз разборито размишљање ми се удубљујемо у познање света и нашег сопственог бића и решавамо питања личног и друштвеног живота. То занимање називамо умним радом. Он је такође природно својство наше душе као осећање и хтење.

Нешто друго су невољне помисли или маштања. Оне не зависе од наше слободне воље; оне се појављују нехотице у нашој свести као претставе, слика, претпоставка, намера, жеља ссећање, итд. Учитељи духовног живота саветују да их одбијамо, сасвим свеједно дали су добре или рђаве, јер слободан човеков дух не треба да буде јпоробљен нехотичним, у његову свест убаченим помислима. На жалост, ми смо највише робови заправо тих помисли. Оне се нашој свести силом намећу, ометају јасноћу, чистоћу, континуитет, снагу и плодност нашег ума и отежавају нашу унутрашњу сабраност кроз свакојаке безвредне, празне или надражујуће садржаје (на пр. увредљиве разговоре, чулне сусрете уличне утиске, свакодневне бриге, неиспуњење дужности и др.) Све се оне намећу силовито као из неког света изобиља, и то у право тад кад човек хоће да се моли. У срцу се ствара немир, наслада или срџба; молитва је ометена. Обавља се по могућству брзо, тек да би се извршила дужност, па да се тобоже, пређе на нешто важније. Откуд то долази? Због недостатка дисциплине и способности концентрације да вежемо наш ум за одређени садржај; потом због оне демонске силе која на безбројне начине покушава да душу нашу запрља, да је одвоји од Светог Духа и да је сасвим потчини својој власти.

При томе, сваки човек поседује нарочито, њему својствено маштање или помисли од којих страда и од којих не може да се ослободи својим сопственим напорима. Највећи број људи и не слуте да има таквих маштања и још мање знају како се она сузбијају. Духовно искусни расветљавају то и уче, да душевни живот треба да се контролише најооштровидијом пажњом. Свему томе и ти ћеш да се научиш, ако си лу стању да прозреш самог себе. Пази насвоје јпомисли које долазе и одлазе, намисли које те нарочито смућују, на расположењее и стања која су у теби трајно, каја сатима и данима трају. Све је то предзнак онога што у теби живи. Против тих наметљиваца треба се борити.

Ту борбу олакшава ова околност: маштања не долазе одједном, већ нас полако и утоликој мери узмимају под своје,колико им се ми подајемо. Она испитује какав је терен душе,и ако не наиђу на одбојност, хватају нас у мреже потпуно. Ако их код њиховог првог наступа не одбијаемо по незнању или из нехата, то ће борба са њима сваки јпут бити све тежа.

б. О редоследу кушања
(по Нилу Сорском)

Искушења делују кроз помисли по једном одређеном редоседлу: Прво у нашој свести настаје обична претстава једне мисли или предмета - подстицај; ако она буде прихваћена, онда стуамо сњом у однос, пристајемо на њу, она нас везује; потом нас обузима и коначно заробљава - као страст!

Први стадијум искушења чини дакле подстицај. Он се намеће уму без наше воље - кроз спољне утиске или унутрашње претставе (неки човек кога смо јуче срели; мисао која искрсава; дошаптавања да ово или оно радимо. Тако је кушач Господу дошаптавао:...„ реци да камење ово хљебови постану“(Мат.4,3). Подстицај као такав не заслужује ни хвалу ни замерку, јер он не зависи од нас самих. Ако га одмах одбијемо, тиме је цело искушење завршено. Неко прихвата помисли и са њима ступа у однос, почиње изближе да их посматра, држи их добровољно у свести и са њима се солидарише. Он пушта дакле једну однекуд долетелу помисао да у његовој унутрашњости заузме место (на пр. човек је рекао нешто - помисао допуњује: то је он учинио сигурно у намери да увреди).

Ко се са помишљу солидарише, почиње да ужива у њој, осећа је као своју и спреман је да јој следи; истовремено се јповезује са њом (на пр. „преко ове увреде ја нећу да пређем, ја ћу је троструко узвратити). И потом настаје читава поплава осветничких помисли.

Ко допусти да буде поробљен, њега ће прислно, невољно једна одређена помисао да превуче. Маштање узима насилно место у његовом срцу, постаје са њим једно биће, држи се у њему и разара његово добро стање. Разум бива захваћен као олујом и поседнут надражујућим мислима. Он више не налази јасну мирноћу. Ово се дешава нарочито код велике запослености или некорисних разговора. Кад поседнутост маштањима заузме у души место и постање њеним карактером, тад се доспева да последњег степена поседнутости, до страсти. Страст, то је постојано уживањеу страсним помислима које су дуго у души угнездене, које се кроз сањарења учвршћују и кроз навику јпостају нашом другом природом. У овакво стање човек долази делом из непажње, а делом намерно - кад дозволи да буде трајно поробљен. Њега узрујавају и стално узнемирују нечисте помисли које он у себи гаји, и не дају му мира. Кушач непрестано враћа у сећање претставе одређених људи или стварикоје хране страст и гоне нас да их силно мрзимо или желимо и тако постанемо ројпски за њих везани. Овако нечастиви зима човека под своје и разгорева у њему огањ који нагриза и трује срце и рушилачки се испољава према свету.

По закону узрочности - један стадијум искушења следује другом. Било која претстава да доспе у душу, она везује пажњу, привлачи нас, препуштамо јој се, идемо за њом и - заборављајући наш главни задатак - дело нашег спасења и

заједницу с Богом, најчешће јој подлежемо. Пре свега стога јер не познајемо сам начин на који нас маштања гоне на страсти; не знамо начин на који нас маштања гоне на страсти; не знамо да им се супроставимо (преп. Нил Сорски). Све док се наш ум налази у глави, он је изложен непрестаном судару са маштањима. Као рој комараца наваљују помисли на њега и ометају његову унутрашњу сабраност. Он замишља да може из главе да руководи душом и да слади помислима. Незаштићено срце иде тада својим сопственим путем и запада у бриге и страсти. Најзад се ум заборави и слади срцу као јачем од себе. Из овакве авантуре једва да ко изађе као победник. Једино срдачно покајање може из таквог стања да ослободи (Св. Теофан Затворник)

Нека се помисао насилно намеће нашој свести. Ако се наше самољубље са њом сагласи, то се у нашој унутрашњости пробуде страсна осећања и жеље. Даље следи промишљање да се жеља испуни; траже се подесна средства и доноси одлуку да се она примене. Тиме је унутра већ све учињено. Чека се само прва прилика да се жеља спроведе у дело: грех са свим његовим последицама бива извршен. Благодат се повлачи и човек пада у руке нечастивога.

Док душа не потрхрањује страсти, она је ђаволу неприсупачна. Ако је јона светла, он не може чак не да је погледа. Али ако се са покретима страсти сагласи, онда се она помрачује и ђаво је тад види, продире у њу и почиње у њој да дела. Тама и немир су последице сваког греха, сваког порока.

Не пружај руку својој слабости. Приморавај се на будност, говори Исусову молитву и тражи духовну помоћ Она ће доћи.

в. Кушање кроз људи

Ако је ђаво у немогућности да те изнутра заведе, онда он почиње да те мучи споља преко оних људи који су му се предали. Зато буди на ово страдање спреман и очекуј непријатности као госте.

Сад ти се приближавају похвале, сад укори клевете и тешкоће сваке вресте. Овде је важно прозрети ко изазива буру, и све мирно подноси: непријатељство против одређених људи обраћа се у непријатељство против Злога који иза тих људи стоји и на зло их потстиче. Дођу ли ствари које те ожалосте или наљуте, онда се обрати Богу и не дозволи Злом да ти приђе. Не пођели то за руком, онда бар ћути док не успеш да се савладаш. Говори тада мирно и љубазно са другим; не чини им никакве замесрке и не потсећај их на учињену ти неправду. Моли се само Богу да се рђави утисци у срцу изгладе што је могуће пре, боље данас него сутра. Онда си ти чист пред Богом који човека води корак по корак преко невоља које очишћавају. Тешко је да без невоља победимо своје фарисејско самооправдање.

Снага којом се подносе искушења, мера је твоје унутрашње зрелости. Кроз њу лако можеш да познаш на којој степеници зрелости стојиш. Ако те је ко увредио и ти му то не заборављаш целог свог живота, биду сигуран да ти унтрашњипут ниси уопште ни почео. Ако си био увређен па си ту повреду успео тек после годину дана да изравнаш, значи да стојиш на најнижој степеници унутрашњег труда. Уколико даље напредујеш у духовном труду, утолико брже можеш да прашташ нанесене увреде: после једног месеца, једне недеље или једног дана. А како се у оваквим случајевима односи Богом просветљени? - Он гледа

стрелу увреде како лети према њему, и покрива се именом Божијим као оклопом. Увреда се одбија од њега и не оставља ни најмању огреботину. Ако си дотле стигао, онада се можеш сматрати духовно узраслим удуховном животу.

Не губи никад најважније из вида: Бог допушта ово искушење; било ради тога да те проба, било ради тога да твоје духовне снаге сазру. Прим стога искушење мирно и подноси га спокојно, без мржње према твојим већачима. Мисли на то: метал долази у топионицу да би се одвојио од шљаке. Исто се и ти претапаш да би доспео у вишу чистоту. Поднеси све чувајући унутрашњи мир и Божју љубав, призивајући Господа у помоћ да би се кушач од тебе удаљио. Јер он је пред Богом немоћан.

г.Искушење кроз Злога

Сви страсни покрети не би били тако страшни, када не би сваког тренутка били изазвани од демона који их производе. Ти извори свега злог утичу на човекову страсну природу која им је сродна, и они су прави узроци свих наших застрањивања. Они проузрокују страрно зло: помрачење свести и гогозаборав; опсењивање, а пре свега горућу ватру чулних страсти или пак смртоносне мржње. Све се то подиже на новог облагодаћеног човека.

Ако ђаволу не успе помоћу страсти и људи да искушава, онда он делује кроз своју сопственуличност и гради свакојаке варљиве слике, делом страшне, делом заводљиве природе. Ако останеш чврст у противљењу, онда се он привремено повлачи и из далека посматра где му твоје слабости праве нови приступ. Тада изнова почиње борба, све до смрти и иза ове.

4. О ХЛАЂЕЊУ СРЦА

Не везуј своје срце ни за шта сем за Бога
(Теофан Затворник)

Пребивање са Богом није од нас зависно. Бог сам налази душу и дарива јој бодрост и унутрашњу слободу. Ако се Бог од ње удаљи, то она постаје празна и осиромашена: Али да Њега поврати назад не стоји у њеној снази. Бог се уклања да би душу испитивао, или пак да би је казнио за извесне њене унутрашње грешке. Ако је испитује, онда се Он на њен зов брзо враћа. Али ако се удааљује за казну, онда Он оставља да се дуго чека, све док душа своје грешке увиди, исповеди и окаје.

Неки пут наступа охлађење кад ссе душа у молитви, читању и Богосозрецању много напреже те осети потребу за миром и прекидом своје напорне делатности. То стање треба да се прихвати јер је оно пролазно. Захлађење на дуже наступа само ако се непрестано у страстима живи и у греху упорно остаје.

Охлађење је горко стање и пуно је јопасности. Његов извор чине очигледно грехови или не истините мисли, рђави осећаји и склоности. Пре свега охлађује се срце, молитва пресуши кроз празнословље, презапосленост имногобрижност,

расејаност, саможивост и страсне покрете: кроз неумерено једење и пијење, кроз чулност, кроз осуђивање других,а пре свега - кроз гордост и самоувереност. Ко своје грешке не примећује, знак је да се налази у сатанском стању: ђаво не види и не окајава своје грехе никад. Али човек се каје у смирењу и зато га Бог воли (монах Антоније Оптински).

Испиту себе при сваком охлађењу, да није твоје срце за нешто страсно везано, или да ниси подлегао самоуверењу и мислиш да си нешто више од других. Или да можда не тражеиш - у сујетном самојпоуздању - да сам кроз сопствена средства постигнеш савршенство? - То су најчешћи узтоци охлађења. Чим се поверење у Бога макар и незнатно умањи, све крене наопако. Тада се Господ повлачи назад и говори: остани са оним у шта се уздаш. Охлађењу најобичније претходи било каква везаност срца. Чим се срце или ум за ма шта страсно вежу, враћање у себе је онемогућено. Тада је потребно да се сече од дотичног објекта одвоји. Јер свако страсно везивање за људе и ствари одваја од Бога.

Стога ревнуј за своје спасење и чувај се најстроже од охлађења; оно почиње са заборавношћу. Заборављају се доборочинства Божја и Он сам, заборавља се сопствено стање, заборавља на опасност опстанка без Бога, заборавља се и смрт; цела се духовна област у нашем животу затвара, нестаје. А кад је све заборављено, онда ссе срце охлади и осећај за духовност пресуши. Услед тога се прво запостављају духовне активности, а потом сасвим одбацују. Пада су у неосећајност, непажњу и површност; заборавља се Бог, смрт и Страшни суд и служи се само својој сопственој пожуди. То је празан живот (Теофан Затворник).

5. ЗАБЛУДЕ И ОПСЕНА

Узрок опсене је самоуверење
(Јован Лествичник)

Сви се људи налазе у извесном стању опсене која проистиче из њиховог самоуверења. Ми смо врло склони томе, јер свака самообмаан ласка нашем осећању, частољубљу и гордости.

Кушач се ослања на ово стање самообмане, тражи да нас завара, усталасава наше страси, распаљује славољубље и похлепу и покушава да нас покрене на задовољавање свега тога.

Опсена делује прво нанаш разум; без противљења прихваћена она изопачује ток мисли и покрете срца, узима целог човека под своје и распрострањује се на сву нашу делатност.

Опсена прети свакоме који се труди да стекне врлине, нарочито кад се ради о највишој међу њима - молитви. Јер демон овде примењује сваку лукавост дабиухватио ревнитеље у своје мреже. Опсени најчешће падају у плен они молитвеници који у самоуверењу жуде да постигну брзо више степене молитве. Место да стоје у смирењу пред Богом и да се труде у вршењу Његових заповести они употребом спољне технике молитве стреме ка духовним доживљајима.. Међутим, једино будна пажња, срдачно покајање и смирење, чине основу ицељ молитве.

а. Шта угрожава молитву

Највише се бој - високог мишљења о самом себи (Св. Теофан Затворник)

Застрањења код Исусове молитве зависе од тога, где се налази пажња. Ко само у глави стоји пред Богом не може да се сабере; он има стално да се бори против налета мисли и страсних покрета. Ко пак у срцу пред Њим стоји, налази се ван опасности; али још је сигурније ко у дубоком покајању срца тежи Богу и моли се за заштиту од опсена.

Ти у молитви стојиш пред Богом - срцевидцем. Не дозволи себи никада да Га искушаваш и да лакомислено, без страхопоштовања, у сумњи или неверуђој радозналости обављаш Исусову молитву. Моли се са пажњом, у страхопоштовању и унутрашњем напору, као изгубљеник који у животној опасности вапије за спасењем - који у животној опсности вапије за спасењем - које само Бог може да дарује.

Не ослањај се никад само на спољна правила или технику молитве. Ко се тиме задовољава да „тачно испуни“, потпада лако самозадовољству и охоли се - подобно фарисеју - пред собом идругима. Али ти ме његова молитва губи сваку вредност пред Богом.

Пази: правила и технике обављања молитве су само нужне скеле, док се зграда подиже између њих у срцу. Обрати стога сву пажњу на своје срце (Теофан Затворник). Обављај Исусову молитву у миру и смирењу. Стражи брижно над тим и никад не ревнуј жустро и неумерено у вршењу срдачне молитве. Немогуће је и опасно је, ако се духовна молитва хоће да изнуди кроз пренапрезање телесно - душевних сила.

Њу Бог поклања у своје време - и то негордом телесно - душевном ревниоцу,, већ духовном осећању најдубљег смирења и срдачног покајања, а при умереној, сталној и марљивој молитви (старац Агапије Валаамски). Ако се Исусова молитва обавља у смирењу, она се усељава у нас; али чим ум падне у самоувереност, он оставља молитву или пада у опсену. Искусни молитвеници скрећу пажњу на опасне последице: зашто тражиш преурењено више стања моливе, зашто ревнујеш кроз спољашњи механизам дисања да би задобио дејство благодати? Тиме само откриваш своју гордост која те лиљава свих правих плодова молитве (Игњатије Брјанчанинов). Мало нам користе духовна уживања без бола и стррадања. Обављај своју молитву и пази пре свега на своје грешке и слабости које су тако многобројне као песак у мору, и страдај због њих. Само по мери твога смирења ближи се Божја милост (старац Макрије Оптински).

Из тога јасно следи, да је крајње опасан подухват пре времено тражити стицање Божје благодати; то се противи реду саме молитве. Тако је исто надувено и бесмислено за почетника, да користи помоћна средства која искусни предвиђају за поодмакле на путу срдачноумне молитве.

Држи се молитвеног реда и напредуј од степена до степена. Тако ћеш сам да победиш своје страсти, ограничићеш узтицај исушења, и доспећеш, у помоћ Божје благодати, из стања самообмане и неслободе у истину и слободу.

б. О заслепљивању (опсени) ума

Опсена је оштећење човека кроз лаж.
(Игњатије Брјанчанинов)

Све врсте заслепљења (прелести) проистичу од погрешног коришћења ума. Њихов предуслов је гордост као само прелест нуди демону угодно боравиште, он само додаје своје опсенарство. Самообмана прети сваком гордељивцу који самоуверено тежи над чулном, трансцедетном деживљају.

У молитви човек треба па+љиво и трезвено да стражи над својим душевним животом, да своју свест и слободу поклони Богу, и да стоји пред Њим у покајању срца. Све вољне фантазије и снове треба оставити и све невољне помисли или виђења која се у свести подижу, треба строго одбијати. Јер помисли и маштрарије узнемиравају душу, распирују страсти и прљају молитву. Виђења заводе незрелог ка заблуди и опсени: пре свога обновљења кроз Духа Светога човек је нечист; у таквом стању он је немоћан да општи са чистим, светлим духовима (анђелима). Он се налази још као заробљеник у области тамних духова (ђавола); и може - уколико до вођења доспе, - само њих да види. Ако они примете да има високо мишљење о себи, онда му се приказују у облику свети анђела, чак и самог Господа и опсењују му душу (Игњатије Брајнчанинов). Стога духовни закон захтева да се пре очишћења душе, све надчулно, трансцедентно строго избегава, јер то неопходно води у област палих духва и у заслепљеност.

Горд човек не обраћа пажњу на овај закон и прихвата варљиве маштарије и ласкава виђења као истину. Из поманкања страхопоштовања, и из само уверења, он сматра себе, иако неприпремљен, позваним за више степене молитве, ревнује у спољашњем механизму молитве и наваљује умом у унутрашњост срца - премда је његов ум страсима испрљан. Неспособан духовно да опажа, овај нечист ум као накнаду за право виђење неопажено испреда самодопадљива привиђења, заварава самога себе и доспева под утицај лажи и демона.

Најчешћа и најопаснија изопачеостт такве молитве почива у томе, да се за време мољења створе било какве слике из Светога Писма које ласкају сопсвеној самодопадљивости, сујети, тобожњој памети или гордости. Ко таква заводничпка привиђења обликује помоћу маште прихвата их, сматра их неопходним за дејство Божје благодати. Он доспева ван себе, његова претстава бива плотски ужарена. Он се заварава виђењем које проистиче из његове неочишћење приириде и не представља никакву стварност. Демон користи ову самообману и појачава је - кроз ласкаве мисли и привиђења - у ђавољу опсену.

Безумна гордост се показује на делу. Човек је непокољиво убеђен у истинитост својих мисли и привиђења, пун самодопадљивости и слепог самоуверења. Он себе сматра за благодатног, изабраног, ревнује преко сваке мере, неда се пуучавати, хоће свакога да учи и уз све то пада, без страха, у сваки порок.

Услед лажног задовољства која ђавоља заслепљеност нуди, долазе и часови буђења. Горчина и очај ових часова је страшан. Они се повећавају временом и воде често до лудила или се завршавају самоубиством (Игњатије Брјанчанинов).

Да би се заслепљеност и прелест избегла, одбијај свако уображење, слику и привиђење, јер снови, фантазије и јака душевна узбуђења притешњују молитву и

збуњују душу. Само они који уз помоћ Духа Светога задобију савршенство ума, могу да их савладају (Нил Сорски).

в. Заблуда душе

Ко уобрази да је благодатан - неће никад благодат задобити.
(Игњатије Бранчанинов)

Нездрав душевни живот води самоумљу или самозаблуди. Гордо срце се испуни лудом похотом за уживањем светих, божанских, духовних осећања, за које је оно сасвим неспособно. Место да тежи да кроз молитву мукотрпном самопознању, - једино што нам је потребно - нечисто срце тежи да се наужива у божанском блаженству. У тежњи да произведе осећање „новог човека“, за које је оно при својој страсности потпуно неспособно - срце их замењује изналажењем лажних осећања коима се придружује утицај демона. Такав човек има високо мишљење о себи самом и држи да има многе врлине, и да поседује дарове Духа Светога. Као жртва опсене, он је преблажен, опијен својим стањем, непрестано измишља побожна духовна стања и плива у њима. То долази из уједињене похлепе и саможивости које узбуђују крв стрварајући лажно благодатно стање и производећи сатанску надменост. Иако су овакви најчешће подложни гњеву и чулности, они , с обзирим на своју гордост, с напором избегавају грубе грехе и држе себе високоморалним.

Али, ко замишља да је бестрасан, неће се никад страсти очистити; ко себе уобрази да поседује благодат, никад је неће задобити. Кратко, ко себи приписује духовне дарове, себи тиме ласка и у тој самоуображености ужива, тај затвара себи приступ Духу Светом. Он уништава у себи сваку способност да у Духу живи, пошто јед принео истину на жртву заблуди.

Ова врста опсене задовољава се проналаском побожних благодатиних осећања - као накнаду за права. Из тога проистичу погрешне преставе о свима духовним делатностима, лажни појмови о свему унутрашњем као и спољашњем.

Прелешћеном говори Господ: „Ти говориш, богат сам и ништа не потребујем; а не знаш да си несрећан, невољан, слеп и го“ (Откр. 3,17).

г. Знакови прелести

Облагодаћеност - дарује смирење. Прелест храни самодопадање и гордост.(Св. Јован Кронштански)

Деловање благодати је лако разликовати од прелести (опсене). Прелест се никад не приближује као слободна сила, већ само као заводница која тражи од човека сагласност, и тек кроз њу она добија своју моћ над њим. Он је може увек одбити. Њу срце увек сусреће са сумњом; тек кад јој неко сасвим падне у ропство, онда више не сумња у њу. Прелест никад не смањује узаврелост криви, не води

никад ка самопознању и покајању срца. Сасвим супротно, она буди сањарије, узбуђује крв, нуди одвратна уживања, ласка, надува се у самоуверењу, поставља сопствено ја као идола душе (Игњатије Брјанчанинов).

Благодатне мисли, покрети душе или виђења, као и топлота, светлост, анђео - јасно се разликују од оних преласних. Благодатни душевни покрети - испуњавају увек дубоким смирењем, мукотрпним самопознањем и сиромаштвом духа. Благодатна виђења откривају се у тихој светлости и поклањају души дубоки мир. Покрети прелести - насупрот повећавају високоумље. Привиђења се појављују у „ружичаством светлу“, изазивају радозналост, распаљују и стварају немир и пометњу. Често унутрашња топлота која прати молитву, постаје поводом за прелест. Постоји једна природна топлота као последица унутрашњим добрим осећањем. Постоји такође и једно телесно загревање настало кроз неумерену ревност у молитви. Прелест почива у томе, кад неко ово загревање, ту природну топлоту, прихвати за ону духовну, благодатну топлоту, и тако се подвргне високом мишљењу о себи - као да јевећ све постигнуто и стоји се на врхунцу савршенства. Телесно загревање разликује се кроз своје плодове оддуховне топлоте. Плодови телесног загревања су уображеност, неумерено самоповерење, преуздизање или гордост. Плодови пак духовне топлоте према Богу сусрдачно покајање, смирење и мукотрпно самопознање (Игњатије Брјанчанинов).

Ко тражи топлоту само реди њеног блаженства, развија духовно сладострашће. Они који се трезвено моле, теже да ту сладост брзо пређу и да једино у срдачном покајању пред Богом пребивају. Лажни мистици напротив везују сву своју јпажњу за ову топлоту, почивају у њој као у неком топлом велу, одржавају њено блаженство и утапају се у томе као у празнини. Не допусти да кроз унутрашњу сладост будеш преварен. Без крста она је колебљива и опасна.

Ако призивамо Бога, ми онда немамо ничег да се бојимо нити да сумњамо. К у смирењу и послушности пред Богом стоји и Њега само тражи, а самодопадање и преузношење избегава, њему не може и цела војска ђавола да нашкоди. Самоуверени и самовољни који само на себи зидају, нужно падају у сваку преластну заслепљеност и самообману.

VI. БОРБА ПРОТИВ ЗАСТРАЊИВАЊА И СТРАСТИ

1. ОЗАКОНУ УНУТРАШЊЕ БОРБЕ

Није чист онај који зло не познаје,
него онај који се против њега непрестано бори. (преп. Исак Сирин)

Ако си решен да своју сопствнеу вољу оставиш и да следиш вољи Божјој, онда буди од самог почетка спреман на тешку борбу. У твојој ће се унутрашњости подићи безбројне жеље. Свака од твојих сила поставиће безбројне захтеве, не водећи рачуна о Божјој вољи. Ради тога циља мораш да укротиш све своје пожуде,

да се увек супростављаш свему рђавом и да се приморавaш на свако добро; непрестано да се бориш против себе и свега другог што твоју самовољу, твоје жеље и прохтеве подржава. Ова борба са непријатељем у сопственој унутрашњоти најтежа је од свих других. Мораш да учиш како да у своме срцу започнеш борну против зла, да демону кроз многе твоје поразе и победе пружиш отпор, и да у духу тежиш ка Богу. Зато је победа и умртвљење Твојих самовољних похота - најдивнија од свих победа (Старац Никодим).

Почетак и предуслов свих победа је прелом твоје воље при предавању Богу.. Водећи духовна борбена снага овде јесте презир похотљивости природе; без те снаге непријатељ и без борбе односи победу. Наша најунутрашњија сила - дух - стоји у средишту те борбе. Свест и самоопределење одлучили су се за добро и гнушај се, подржавани благодаћу, сваке пожуде и нечистоте. Заправо у томе и почива преображај. Важна оружја пружају овде унутрашња сабраност и самопознасње, при неиограниченом осуђивању сопствених недостатакаи слабоссти и несаломљиво противљење грешним помислима, навикама и пожудама. Пожуде са своје стране траже управо дух, свест и слободу да их себи потчине. Све док наше самоопределење стоји на страни добра, победа је, и код најјачих искушења наша. Ипак она не зависи само од нас; наш дух представљља само једно упориште ове борбе. Победна и за страсти уништавајућа снага јесте Божја благодат. Посредством наше свести и самопределења она уништава све рђаво у нама, а успоставља добро. Горди узалуд маштају, да сопственом снагом савладају страствене покрете. Људска слобода иде само дотле, да се удаљује од греха; сстрасти у нашој унутрашњости она без Бога не може да уништид (Теофан Затворник)

Из тога следи овај закон борбе: Бори се из све снаге, ипак не зидај на себи, већ на живом Богу.

Без помоћи благодати ти ниси у стањи да победиш ни једну страст, ни једну једину пожуду. Треба дакле увек да се молиш за помоћ Христову. Зато је Он дошао у свет,страдао, умро и васкрсао из мртвих, да би нас ослободио од ндсилне власти греха и страсти, да нашу душу очисти да нас снагом Духа Светога у добру оснажи, учврсти и умири. Као што сваки час грешиш, тако зови сваки час Спаситеља и ти ћеш бити сапшен. Он је заправо ради тога и дошао, да би обратио душу, преобразио је и целосно је обновио, да је у Духу Светом разреши - да јој дарује нови ум,нове очи и уши, наво духовни говор. - Ко у истини Богу тежи, приноси му сву своју љубав, везује сву вољу за Њега...

Тај приморава себе на свако добро, на љубав. Ако још не поседује љубав, приморава себе на благост и милост, трудећи се да никога не осуђује и да свако непоштовање и призир према себи - без роптања поднесе. Приморава себе на молитву. Кад Бог види како се човек труди и приморава се против своје воље, онда му Он поклања праву молитву чисту љубав и доброту и испуњава га плодовима Духа Св. (Јован Кронштански)

2. О НЕВИДЉИВОЈ БОРБИ

Све нехотичне искрсле мисли морају у за-
четку да се одбију, да им се не би подало.
(Св. Теофан Затворник)

Невидљива борба се управља против свих маштања и страсних покрета који се унама пујављују. Она се пружа - од првог наступа помисли, похоте или страсти - па до исчезавања и потпуног искорењивања њихових трагова. У општим цртама она се даде лако скицирати. Њена правила се односе на понашање пре борбе, у самој борби и у времену после борбе.

Пре борбе је важно обезбедилти себе са потребним претстражама против наступајућих искушења. Овде су наужни будност и оштровидост као два стражара. Будност се окреће према унутра. У сазнању присуства Божјег она пази на све покрете који у срцу улазе из срца излазе, и не дозвољава осећању и пожуди да владају делатношћу. Оштровидост се труди да свако јутро унапред увиди опасна догађања и душевне покрете и спрема потрбна средства за одбрану од њих. При свакој борби нужна је мисао водиља која јасно разликује добро од рђаваог. Ова мисао одушевљава човека, подиже га изнад себе и подстиче стремљење да се супростави свим искушењима (Теофан Затворник).

Ко тежи унутрашњој борби мора да има у виду целу област искушења као и законе борбе, да би против истих поступао посвим правилима ратне вештине.

Поље борбе је сам човек, његов однос према свету и његово целокупно деловање: грех пријања за срце као за животни центар и прожима душу и тело са свимњеговим покретима; потом продире у све спољашње човекове односе, захвата целу његову околину и њоме се храни. Стога и лица и ствари и прилике лако подстећају на старе грешне навике, мисли и осећања. Паметан борац насдтупа против греха како изнутра тако и споља.

Према споља мора да се промени цело понашање: живот испитивати, време одговорно расподелити; све радити што служи добру и изостављати што изазива похоте. Тиме се заштићују од греха према сдпоља.

За унутрашњу борбу је неопходно сазнање о поалој људској јприроди, ако и лично микотрпно познање. Мора се имати у виду суштина странствености као такве и својства наше сопствене похоте, да би се свесно и са циљем против тога наступало. Овдде се мора пазити на одређени поредак: На прво место долазе главне страсти, - сладострашће, грамзивост и гордост. Њима на супрот треба поставити уздрживљост, дарежљивост и самоосуђивање и у томе се вежбати (види код отаца Васарнуфија и Јована у „ Добротољубљу“.

Потом треба ићи у борбу против свога главног порока. Он скрива и подржава се друге. Тек кад је он осљбљен и савладан, може да се приђе другим страстима.

Из тога такође проистичче и поредак добрих дела. Бори се прво против своје главне страсти, а потом против других преовлађујућих порока. На крају, против свих остали, чим се који појави. То важи као закон. При том мораш одлучно да делујеш и свој труд постепено да увећаваш до задобијања плода. Таако се греху у унутрашњости узима ослонац и храна, и он постаје све слабији. Тадда ће твоја борба бити мање против похота и страсти, авише против помисли или маштарија, које се управо сад дижу против твог новог начина живота.

<u>а. Одбрана од маштања</u>
(по проподобном Нилу Сорском)

Свако искушење се приближава у виду нехотичних помисли или представа, које као „маштарије“ продиру у нашу свест. Ми их примамо, посвећујемо им своју пожњу, подајемо им се и почињемо да им следимо. Међутим, наш главни задатак - заједница са Богом и дело нашег спасења - бива невољно заборављено. Ми смо тако слаби, расејани немарни, да нас сваки поветарац таквих маштарија повуче собом; одјутра до вечера вртимо се тамо - амо и грешимо непрестано. Шта треба чинити, да се од овог несумњиво опассног стања ослободимо? У првом реду кривоје наше незнање да нас маштања гоне ка страстима, као и то да нам расположење и моћ недостају да се против њих боримо и да их побеђумјемо. Стога је за нас неопходно познавање свих душевних покрета као и средства за њихово сузбијање у тој невидљивој борби.

Најуспелија и најсигурнија победа је у томе, да маштања при њиховом првом наслету одмах - као ударом мача, одсечемо. Ко се одупре њиховом првом налету, он је једним ударом одбио све даље покрете. Ако си пропустио да одбијеш први налет, ако си подстицај прихватио, и ако је непријатељ тиме узбудио кдо тебе страсне покрете, онда се потруди да им одмах супроставиш добре мисли. Ако си пак пристао да убачене помисли негујеш и да им следиш, онда ти помаже само још брзо покајање и молитва. Али ако си од маштања већ савладан, тако да она против твоје воље вуку ум рђавим мислима и душу узбуђују, онда су потрени јак напор и помоћ Божја, да те из тога избаве: Кроз навику страст постаје другом природом, тако да си принуђен без отпора да је следиш. Овде је потребна тврда, упорна борба и нарочита помоћ благодати да би се од греха уздржало (уп. преп. Јован Лествичник, „Лествица“15, 75). Али пре свега, никад не пропусти да код упорно наметљивих помисли, призиваш у молитви Божју помоћ. Никао узалуд к Њему не вапије.

Непријатељ треба да се прогони, све док се не искорени и последњи траг његовог утицаја. Иначе свака мисао која у срцукао зло семе остане, доноси зао плод.

Ако хоћеш да се супроставиш маштаријама, усмери сву своју пажњу на то, да стојиш својим умом у срцу пред Богом. да надгедаш твоје срце, и да одбијаш све помисли при њиховој првој наволи. Ипак не уображавај, да ћеш својом сопственом снагом са њима да изашеш на крај, јер оне су лукавије од тебе. Оне се често показују побеђеним и утолико те сугурније обарају у твојој гордости. Само против твоје топле молитве и имена Христовог оне не могу ни за тренутак да се одрже. Умно - срдачна молитва гори Пкосника као огањ. Он ће покушати да ти је прикаже као бесмислену. Али ако ти останеш у сили молитве, онда ти она помаже да савладаш маштања у клици. Њих човек мора при њиховој првој појави да прозре и дасе на њих разневи - а онда свом снагом да настави молитву. Пред молитвом она губе своју моћ и нестаје их као дима на ветру.

б. Борба против страсних покрета

Циљборбе је, да се страсти растерају, и
да се њима одговарајуће врлине развију
(Теофан Затворник)

Сваки пут кад приметиш покрет помисли, или страсти, - и кад између твоје страсне похоте и воље Божје имаш по савести да одлучиш, имај у виду, да су они - непријатељи. Велика наша грешка почива у томе, што ми све што се у нама појављује и дешава, држимо за своју природу. Све што је рђаво мора брижљиво да одвајамо од наше суштине. Сматрај страсне покрете као непријатеље, повежи овако сазнање твоме осећању и развијај одличан презир против њих. Тоје најсигурније средство да их се ослободиш. Јер оне се одржавају у души због своје лажне пријатности. Одби их и оне ће нестати.

Сваки страсни покирет у мисли, осећању и хтењу треба да се победи:

а) Сваком страсном покрету пружај одлучан отпор у својим мислима, не повлађуј му ни у најмањем; гони га од себе кроз енергичи вољни напор.

б) Истовремено потруди се свом душом да осетиш противљење и презир против таквих прохтева, као и против непрујатеља који те на тај начин вуку у пропаст.

ц) Призивај свеогућу помоћ Божју да те у добру оснажи, јер без Њега ми неможемо ништа чинити.

д) Супростави се својој јпохоти; на тај начини ти активно побеђујеш противника. То лежи у природи ствари.

Док смо се одавали страствености, она је прожела цело наше биће; она је свакој нашој сили зтисла свој садржину и сад су те наше силе њом прожете као сунђер водом. Да би се сва ова страсвеност исцедила, мора да се употребе многи одговарајући подвизи и врлине које са своје стране те силе прожимајју и коначно потискују све страси. Правилно употребљено, ово средство је врло снажно.

Борба са помислима прогони страси из ума али их не уништава, док супротно осећање и делање погађа непосредно главу змије. Обоје удружени дејствују изнутра и споља и сатиру страсти брзо и коренито.

Ево једног примера: неко те је наљутио, и у теби се подиже незадовољство, љутњаи осветничка помисао. Схвати, да они хоће да те одвуку у зло и зато, бори се против њих.

а) Чини отпор; заустави своју љутњу, ње пусти је да пусти дубљи корен, и не дозволи себи, ни уком случају, да се у мислима са сњом сагласиш - као да је она оправдана. Она је тиме одбијена; али и даље вреба, спрема је за нови напад.

б) Равијај одвратност против ње, љути се на њу - као на пријатеља који тражи твоју пропаст. То је тврд удар за њу и она мора да узмакне, само знај да се она не губи.

в) Призивај име Божје против ње и не престај са тим док и њен последњи траг не исчезне и у твојој души завлада мир.

г) И сад покажи ономе ко те је увредио уместо освете љубазност, реци му довру реч, помози му према снази. Такво држање сатире сваку јарост у твоме срцу. Истовремено ти задобијаш благодат и врлину која дотичној страсти стоји насупрот.

д) На крају, потруди се да стекнеш став који сваки нови покрет ка гњеву, љутњи и освети чини немогућим; сматрај себе достојним сваке увреде; буди сдпреман да је поднесеш и прихвати је са радошћу као спасавајући лек. На тај начин ти облијујеш свог унутрашњег човека и преобраћаш све своје природне особине у врлине. У нашем је животу битно да се протера страсност каја је са

силама наше природе срасла и са њима се као нека хемијска веза сјединила. Да би наше оковане силе ослободили из њихове природне везе, морамо да их повежемо са неком трећом силом, која им је сроднија. Та нашој природи сродна и неизрециво велика сила јесте - сила Духа Светога. Да би се она активирала, потребна је са наше стране ватрена ревност. да се свако добро чини и да асе свему рђавом одлучно супроставља. Иде се ан то да се страственост у свим њеним инансама протера и да се људском бићу јпоново врати његова права чистота; тако да благодат Божја по мери очишћења почне изнутра постепено да прожима један наш орган за другим.

в. Степени борбе

У току унутрашње борбе пролазе се разни степени: од попуштања без отпора до опирања и најзад до очишћења страсних покрета. О томе каже ава Доротеј: „Као што искуство учи, сви ми стално падамо у искушења помисли, гњева или похотљивости, која почињу у помислима или речима у заборавности или незнању, вољно или невољно. Наше унутрашње стање зависи овде од нашег понашања“.

Многи без отпора подлежу страсним покретима који их захватају у разним размерама. Један чује увредљиву реч и узвраћа одмах са пет или десет злих речи, непријатељски је расположен, разјарен је и сам се, пошто узбуђење прође, непрестано гризе што се још више није противио, смишља у себи уош увредљивије одговоре за убудуће, у њему се кува од гнева и он у себи носи непријатељство целога живота. То рђаво настројење у овом случају постаје навика. Други се љути и реагује исто тако, но опикак он долази - према степену његове страсти - после пар месеци, недеља, дана или сати до сазнања и напушта злопамћење. Неки се опет распали на кратко,и одмах се потом смири. Сви се они налазе у једном пакленом стању, и подлежу, колико дуго у њима страст траје, пакленим мукама. Да нас Бог сачува од тога1 Они немају опште намеру да одрже Заповести, не брину се зато да ли стоје или падају,и мисле, да данас таквим „ситним“ искушењима сваки подлеже. Они избегавају грубе грехове, као убиство, тровање или необуздани блуд, и мисле о себи да су добри. За њих важи реч: Бољи је пасти и опет се усправити, него тобоже стајати, у самообмани.

Други се труде да испуне заповести и да се супроставе страстима. Али их неке околности доводе дотле да и против своје воље попуст. Такође овде постоје разниу ступњеви унутрашњег понашања.

Један бива увређен и пати, али не ради увреде, већ зато штоје није са хладнокрвношћу поднео; други се додуше труди да стрпљиво поднесе увреду, али на крају поклекне; трећи опет неће да узврати за зло злим, али силом навике бива на то наведен: четврти успева да не узврати злим но ипак пати од нанешене увреде и пребацује себи ради тога; пети не пати од нанете му увреде, али јој се и не радује. Сви се ови супростављају страсти и вољно се боре против ње. Зло које душа не прихвата није дугог трајања. Они побеђују и бивају јпобеђени, падају и подижу се, и тако се вежбају у унутрашњем рату. Они стоје на молитви пред Богом, осуђују сами себе, Њему теже у покајању срца и у Исусовој молитви Га целом душом моле за опроштај о помоћ да неби опет истим греховима пали у плен.ДТиме постављају добар почетак спасења.

Сад је реч о онима који истребљују страси. И овде се пролазе разни степени: Неки се радују задобивеној увреди рачунајући са наградом, дакле неразумно. Други се радују увреди и подносе је вољно јер мисле да су сами дали повод за њу; тоје разумно. Они који су напрдовали у врлини не радују се само увреди и сматрају себе за кривце, већ истовремено жале беду онога ко је увредио. Нека би нам Господ подарио овакво држање.

г. Осврт на борбу

Разматрај, гладајући уназад цео развој борбе: Шта је изазвало; нарочито шта је ојачало и чиме се завршила. То ће ти истински олакшати будуће јпобеде, помоћи да сабираш духовну мудрост и искуство. Никоме не говори о својој победи - то раздражује жестоко противника (ђавола); а тебе раслабљује - ради неизбежне гордости.

Ако си био побеђен, онда се смиравај, али не бегај трвдоглаво пред Богом, већ жури да своје срце покренеш на покајање. Немогуће је никад не пасти, ипак могуће и нужно је , да се поново устане. Место неделотворне смућености, далеко је боље из тога извући лекцију смирења и обазривости, да би се занову борбу охрабрио. Ако не поништиш грехе покајањем, онада се они у теби снаже и вуку те неизбежно у понор; биће увек све теже да се са њима бориш.

Искуство ће те научити свему потребном, само ако имаш ревносну вољу да себе побеђујеш. Што се одулучније поступа према страсима, и ако се себи не дозволи ни рђава мисао, а још мање пожуда или њено задовољење, него се одмах и упорно наставља супротно осећање, утолико се пре ум од маштања,срце од страсти и воља од похота - очишћава. На тај начин човек ступа на тло нерањивости или бестрашћа. У њему се тада огледају, као у чистом огледалу, стварности Светога Духа.

д. Исусова молитва при борби

Прими мач духа, реч Божју, иноси је
на својим устима, у свом уму и срцу
и говори без прекида: Господе Исусе
Христе помилуј ме.
(преп. Исак Сирин)

Греси и страси су исто што и страдање, - али Бог каже: „Зови ме у твоме страдању, да бидошао да те ослободим“. Ништа овде није од тако велике помоћи као обраћање Богу у Исусовој молитви.

Ако хоћеш да очистиш свој ум од рђавих помисли и да савладаш страствене покрете, онда се држи Исусове молитве: ти им избегаваш кроз пажњу, или се чистиш кроз мукотрпно самопознање и срдачно покајање пред Господом. Као што је немогуће без хране и пића да живиш, тако је исто немогуће да без будне пажње и молитве постигнеш било шта духовно, нити да се ослободиш од маштања и страсних покрета. Мисли које су против наше воље продрле у срце и тамо се учвстиле, само Исусова молитва може да протера. Ко се труди у невидљивој

борби, труди се истовремено и у молитви. Уз помоћ Исусове молитве - и само њеном помоћи, а не кроз сопствени напор - побеђују се све маштарије.Као што сунце не може без светла да зрачи, тако се ни без имена Исусова не може да очисти од злих и погубних помисли (Преп. Исихије Јерусалимски). То је непроменљив духовни закон.

Нека твој ум у време молитве не обраћа пажњу никаквим помислима и да не прихвата ни на изглед добре помисли, јер њихов пропуст отвара врата и рђавима. Пребивај пажљиво, ревносно и стрпљиво у Исусовој молитви. Ако не можеш да се молиш слободан од маштања, онда не буди малодушан, већ се моли и даље мирно призивајући Христа. Јер без помоћи Божје нико не може свој ум да одржи чистим. Стога се не дај збунити и немој да се плашиш. Не поклањај представама никакву пажњу већ се моли непоколебљиво док оне не прођу. А ако не престану да наваљују, онда се подигни и моли се против самих тих помисли; потом настави чврсто даље у Исусовој молитви и изговарај је гласно, постојано, снажно и стрпљиво. Призивај помоћ Божју и упорно настави молитву упркос свих искушења.

Нарочито је нужно да се Исусова молитва изговара гласно, у време кад се на нас устреме блудне помисли или помисли гнева кад крв узаври,, срце своје мир изгуви и ум се пода колебању. Онда се силе мрака близу душе. АСко оне сад чују силно име Есусово, постају намах несигурне , и спремне су да наппусте душу.

Вежбај своју молитву све док ти сеце од ње постане топло и док разговор са Богом отпочне. Онда се враћа душевни мир. Зли дуси не подносе топлоту срца коју молитва производи и бегају; јер Бог је огањ који све што је зло сагорева.

Кад се ум умири и ослободи од свога ропства, онда можеш да обављаш Исусову молитву опет нечујуно у срцу.

Немој мислити да ма шта духовно можеш постићи ако не призовеш име Исусово против сваког душевног покрета; нема ни једног јачег оружја ни на небу ни на земљи од Њега (Св. Јован Златоуст). Сваки може ово моћно оружје да користи. Ко се труди за напредак и унутрашњи преображај, он треба од почетка - такођед и страствен човек - да вежбна Исусову молитву. Поштосваки почетник може умно и са пажњом да обавља ову молитву, срце и ум се кроз њене речи очишћавају. Ипак, ова уметност над уметностима само тада доводи успеху, ако се у молитви стражи над својом унутрашњошћу, и ако је ко спреман да дсе бори против својих страсти.

Страсснима је Исусова молитва само тада забрањена,ако они у своме страсвеном стању остану, ако ње против својих пожуда не ће да боре. Док страст код њих делује они не би требало да је јприступају: Ко Исусову молитву обавља, а од порока који његову савест притиска се не удаљује, може да изгуби памет; у његовој унутрашњости настаје дубоко двојство који сав мир срца прогони (Св. Теофан Затворник)

Ко стоји свесно и слободно на страни страсти, он је скроз страстољубив и Богу противан. Али ко свесно тежи чистоти, и ако га страсти нападну, Богу је добро дошао јер он тражи да следи вољи Божјој а не својим похотама. Ко се супроставља страстољубљу и против њега се бори ко неће да му служи, тај ме и мора да изучи Исусову молитву, јер кроз покајање и молитву долази до очишћења уз помоћ благодати Божје. „Ако речено да гријеха немамо, себе варамо и истине

нема у нама. Ако признајемо гријехе своје, вјеран је и праведан да нам опрости гријехе наше, и очисти нас од сваке неправде“ (1 Јов. 1,8-9).

Грешна душа бива - несвесно - опкољена злом као зидом, везана мраком, и не може - будући слепа - да се правилномоли; али ако се она почне да обраћа Богу, и ако се будномоли према снази, онда сила молитве разрешује постепено њене окове. Иначе нешта друго њој не помаже да би се из мрака избавила. Она осећа да се у срцу води невидљива борба, да у њему постоји отпор против маштања које Зли доноси.

После чисте и будне молитве треба се добро чувати, јер у то време непријатељ тражи појачано да нас уплете у гнев или страса раздраживања. Ђаво је према ономе који се моли крајње љубоморан и тражи све начине да му скрене ум од молитве. Он изазива свакојаке успомене, буди плотске дражи и доводи разне страси у комешање, само да би нам прекинуо молитву. Ако му дод сабране молитве тоне пође за руком, онда се уклања и чека, да би молитвеника толико огорченије напо, да би га надражио на гнев, или да га пак кроз похотљивост јпомрачи. Зато ко се труди у молитви, нека очекује непрестано таква искушења и нека будно чува дотле стечено. Чувај свој ум са напрегнутом пажњом; чим приметиш нехотично искрслу помисао, супростави јој се и пожури се да истовремено да призовеш Христа у помоћ. Чим г апризовеш, Он ће ти одговорити: Ја сам код тебе и бранимте. Али ти даље сражи над својим умом, и онда кад су непрујатељи протерани. Брзо се против тебе подижу нови валови искушења, већи од првих, тако да души прети опасност да се у њима утопи. Али Господ опет помаже, чим Га позовеш, и заповеда бури да стане.

Молитвољубац не треба никад да мисли да он нешто нарочито или заслужено чини, јер цео смисао његове молитве састоји се једино у мукотрпном самопознању, срдачом покајању и мољењу за благодат. Тако бивају иста искушења једном на спасење, другом на пропаст. Један се кроз њихучи да позна своју слабост и развија срдачо покајање које га чисти, - док други бива кроз своју дрскост тврдок срца и јпропада.

Како се дела помоћу Исусове молитве у борби против страсти? Ако се ближи напад једне рђаве помисли или страсти, молитвољубац призива Христа у помоћ и нечастиви се губи заједно са његовим искушењима. Ако ли ко из слабости попусти и падне у рђаве помисли, у гнев, у чулну похоту, или га захвате бриге и љалости који притешњавају ум и срце, онда се онај који моли,у самопознању и у сдедачном окајањеу обраћа Христу. Ако задобије изнова мир душе, онда се захваљује и моли опет за Његову милост. У борби као и миру, он се чистог срца обраћа Богу, и Христос постаје у добрим као и рђавим догађањима све његово.

Реч ти је блиска, у твојим устима као и твом срцу. Та је реч исповедање и истовремено призив. Слава ти је као пребивање Христово у теби. Њему се обраћај непрестано. Ко свој духовни мач - седачну молитву - разумно и са пажњом користи, он њиме побеђује сва искушења: рђаве помисли и покрете унутра, као и грех споља. Али ако га нешто нападне под нарочитим околностима и тиме потерети његову савест, онда ссе он са пуно покајања за опроштај и помоћ обраћа Богу. Право покајање сеца може у једном часу да очисти сасвест према Богу, људима и стварима.

Ко се моли и призива Господа против рђавих помисли и страсних узбуђења, види како она нестају пред страшним именом Христовим, и сазнаје снагу и помоћ Божју. Истовремено он изнова схвата своју слабост, јер својом сопственом снагом није у стању да се одупре. И у томе почива сав његов труд. Али ако јпротивник покуша да га покрене ка фарисејком самодопадању, тоон и против ове обмане призива Христа и тако остаје неоштећен. Непрестано призивање Божје у Исусовом молитви представља најделотворније средство не само да одбијемо страсти, него и да их умртвимо. Као што лекар ставља на ране лекове и они дејствују и ако болесник не зна како се не зна какко се то дешава. Нама слабима је дато да се именом Божјим коритимо и страсти се пред Њим уклањају (преп. Варсануфије и Јован). Унутрашња молитва развија кроз призивање имена Божјег топлоту срца, која под десјством Духа Светог постаје огањ и све страсти као трње сагорева. Она очишћава човека од свох похота загрева га најревноснијим следовањем заповести Божјих и штити га од свих напада ненависника. Молитва испуњава душу радошћу и миром и тече из срца ко чисти живоносни источиник.

Ако дакле хоћеш да се ослободиш странпутица и страсти, онда се окрени према својој унутрашњости и пребивај у Исусовој молитви (Св. Теофан Затворник).

VII. ПЛОДОВИ МОЛИТВЕ

Први плод молитве је унутрашња сабраност и
топло осећање према Богу.
(Св. Теофга Затворник)

Дали су већ на појчетку плодовимолитве приметни? Сигурно, ако се молитвољубац сабрано моли у страхопоштовању и мукотрпном самопознању. Таква молитва буди покајање срца, а будност поклања поуздање и води ка очишћесу срца при растућој љубави према Богу.

Већ просто саећање на Бог у Исусовој молитви доноси свој природан плод, као растуће страхопоштовање, страх Божји и сећање на смрт при извесном смирењу мисли, приметнијем иоретању према себи, и у топлоти срца. То су природна дејства која свако може да задобије.

Под утицајем Божјим бнлагодати јављају се облагодаћени плодови који воде ка вишим стањима молитве. Први плодови благодати су пажња и умилење срца. Пажња је прва благодат коју прима ревностан и стрпљив моливољубац. Она чини душу молитве. Без пажње молитва је мртва. Благодатна пажња делује на нарочити начин. С времена на време она обухвата ум и затвара га у речи молитве; то се дешава све трајније и сталније. Ум се везује за садржај молитве и бива привучен срцу које му одговара топлим умилењем. Пажња производи умилење срца, оно продубљује пажњу. Обоје се узајамно снаже, оживљују постепено сеце и продубљују молитву. Они дарују молитви унутрашњу сабраност, чистоту и топло осећање Бога (Теофан Затворник).

Осећање Божјег присуства напреже и сабира ум, дарујему јповишену будност јпрема свим скушењима а истовремено цини да осетимо сопствено

ништавило. Сабрана молитва допире непосредно до сеца и покреће топлину умилења у њему. Умилење показује да је Бог са нама (св. Серафим Саровски). Кад је човек задобио сталну пажњу и умилење, постигао је оно стање блажњнства које се у Јевађељу назива сиромаштвом духа и плакањем.

Најважнији плод молитве није топлота и блаженство, већ страх Божји и срдачно покајање. Савест се у све већој мери буди. Човек бива све више свестан својих грехова и недостатака. Он се у растућој смирености обраћа срдачим покајањем Христу и окушава Његову свепраштајућу доброту. Сазнање изгубљенога и мимо сваке заслуге помилованога, испуњава топломљубању према Богу, ватреном ревношћу и одлуком да се убудуће само Њему служи (Игњатије Богоносац).

Под утицајем благодатног, својеврсног страха Божјег губе се страсти, а са узрастајућим очишћењем душа осећа све више заједницу са Богом; дух се човеков препорађа, обожује, а благодатна стања созерцатељње молитве се утврђују.

Плод молитве је живот са повећаним деловањем благодати Духа Светога која сву унутрашњост преображава.

1. О ДЕЛОВАЊУ БЛАГОДАТИ

Истински циљ хришћанског живота јесте
стицање Духа светога
(Св. Серафим Саровски)

Хришћански живот није само природни, већ пре свега благодатни живот. Циљ живота је обожење човека, његово живо сједињење са Богом (Св. Теофан Затв орник). Сва добра дела су само средства за задобијање Духа Светога. Једино оно добро дело које се чини у име Христово, доноси нам тај плод. Све што ради Христа чинимо, испуњава нас преизобилно, благодању Духа .

Само задобијање Духа Светога, које је плод свих врлина, доноси спасење. Он припрема своје станиште у телу и души и Његова ссе благодат усељава у наше биће и преображава га. Она пареводи из пропадљивог у непропадљиво; из душевне смрти ка животу у Духу, од таме у светлост, из обора нашег бића где страсти слично животињама обитавају - у светло храм Божији.

Зато је речено:„ Стражите и молите се“ - да не бисте остали без Духа Светога. Молитва нам помаже, пре свих врлина, задобијању благодати Духа, јер нам она у свако време и на сваком месту стоји на располагању (Серафим Саровски).

<u>а. О духовној пробуђености</u>
(по СВ. Теофану Затворникику)

У човековом животу постоји један тренутак духовног пробуђења. Чим се Дух Божји дотакне срца, човек се пробуди ка вишој свести. Кад неко дође у животну опсност или у близину смрти, он често искуси ово пробуђење. Тад се на

муњевити начин отварра једна непорецива виша стварност, која му показује све у правом, истинитом светлу. То јје тренутно дејство божанске благодати која буди душу за стварни живот. У таквим случајевима благодат муњевито унијштава цео склоп само обмане у човековој свести и сећању, а истовремено осветљава цео Божји поредак истине и доброте. Својство овог стања од ништавности и себичности нашег живота, и дивљење пред савршенством и блаженством божанског поретка који сде открива. Тај божански поредак обухвата Бога и Његов промисао који води палог човека криз сва животна искушења, спасава га и усмерава црти непосредно опипљив. Насупрот томе, стоји сам човек, који се сваким делићем свога бића, у своме неразумљу, и својој несавесности огрешује о тај поредак.

Под утицајем божанске благодати наш дух почиње изнова да задобија своје јприлродно сазнање о Богу. Ова свест о бићу Божјем, о оном Који постоји, Који све одржава и свим управља, уводи нас у осећање свестране зависности од нашег Творца, оживљава страх Божји. Оба та фактора - зависност и страх Божји - потстичу савест, овог непреварљивог сведока и судију свих наших мисли, осећања и делања. Та наша савест сад чини да сазнамо своју безизлазност, из које не може да се побегне. Ми смо у руци Божјој, праведног судије и проживљавамо Његов гњев за сва учињена недела (Рим. 1,18). Али блага вест Јеванђеља ослобађа нас из те невоље. Ко у крајњем безизлазу пронађе излаз, он га радо и ревносно прихвата. Тако и наш дух прихвата свом снагом и са поверењем поруку спасења, спреман да испуни све што је за то потребно. Човек се обраћа свсно и слободно Богу. Тада се благодат (која је претходно споља помагала) усељује у његову унутрашњост и повезује се са његовом слободом. Тиме се одмах буди снажно осећање Бога. Ко то осећање не угуши, оно ће временом и напоором постајати код њега све ватренијим. Ако га немарношћу угуши, проћи ће кроз многе невоље, и требаће му многе молитве, док га поново не задобије. Благодат ипак никоме није отказана. Њој само морамо да обезбедимо место у нама.

Благодат добија у нама слободу акције у колико код нас нестане саможивости и кад се страсти искорене.

Ако хоћеш да живиш правим хришћанским животом, потруди се пре свега да стекнеш благодат. Тренутак у којем благодат доспе у тебе и повеже се са твојом вољом, истовремено је и јпочетак сна+ног, сигурног и плодног хришћанског живота. Али благодат се приближује само ономе ко је својом слободном вољом тражи; тек тада кад се обе сједине (слободна јвоаља и благодат) тад почиње нови облагодаћени живот, који приличи својствима слобоних створења.

б. Ум и слобода враћају се Богу

Први плод божанске благодати јесте обр-
аћање ума и срца Богу.
(Св. Теофан Затворник)

Духовни живот почиње са деловањем божанске благодати; помоћу благодати он се једино може и да одржава и да сазрева. Ко се од почетка преда

Божјој вољи, Бог га одмах прима и њиме руководи, тако да вођен благодаћу, брзо раномерно и сигурно стиже до савршенства.

Царство Божје почиње у нама чим душа позна Бога као свога Господа, и кад се Он у њу усели. Почетак тога чини одлука да Богу служимо, и да Њему приносимо на жртву ум и слободу - то што чини духовну суштину човека. Ту жртву Бог прихвата и склапа с човеком нови савез. (Св. Теофан Затворник)

Човек се одлучује да напусти своју расејаност и да следује, самоодрицањем, страху Божјем и својој савести. После овакве одлуке појављује се благодат Божја која је дотле споља деловала, а сада се кроз свете тајне настањује у нама, те дотле слабачак дух човеков добија нову снагу. Свест и слободда сада ступају на његову страну, и он тада почиње уистини слободан, разумни и самосвојни живот пред Богом. Под дејством благодати задобијамо сазнање о двојности наше природе. Благодат одваја у човеку оно неприродно од дулховног , по слици Божјој створеног, и показује ову слику у њеној пуној светлости. Човек добија самосазнање и одлучује се да искорени све што је недостојно његовог бића. Али ова лодлука је тек почетак посла: човек се додуше свесно и добровољно одвојио од своје лажне природе и окренуо се своме природном стању. Али, и поред тога, за пруво време остаје његов цео унтрашњи скоп у старом стању; Душа и тело са свим њиховим настројењима су још увек страстољубиви као и раније . Тако је човек још сасвим нечист, изузев његове нове свести и слободе.

Једина разлика је ова: раније је ово стање било пожељно, сад је оно срамотно и неподнојшљиво; молитвољубац је из себе иступио као из трулог трупа и тек сад запажа како се тежак страсољубив смрад његових појединачиких удова испарава. Против своје воље он мора ово своје самосазнање да искуси болно до гађња.

У овом стању благодатан живот је само једна варница, која је свестрано угрожена; једна слаба светиљка у тамној ноћи. Једино добро у човеку за сада јесте његова тежња, коју Бог благонаклоно прихвата. Сви други делови бића још се налазе у заробљеништву; они неће нити могу да следе захтевима новог живота. Ум не успева да мисли на нов начин, срце је неспособно да на нови начин осећа, вољу жуди на стари начин да живи. Тако је цео човек још нечист, сем једне једине тачке - слободна, свесна снага - ум или дух. Са њим се Бог повезује, Он најчистији, док му, природно, све друго што је још увек нечисто, остаје страно и туђе.

У оваквом стању Бог још не може својом божанском благодаћу да испуни човека, пошто сасуд јојш није спреман. Јер, Бог је светлост, а она не може да има заједницу са тамом (2.Кор. 6,14). Тек кад је тама греха и страсти протерана и кад светло врлине прожме наше биће , тек онда се Бог сједињује са човеком. Тада не само да се врлина огледа у нама, већ је ми стварамо из себе зрачимо.

Дакле, ради се отоме да се потрудимо, да животодана снага благодати прожмесве силе нашег тела и душе, да све више прогони гадно страстољубље, и да те силе изнова подиже у њихово чисто природно стање.

в. Равнотежа између сопственог пдовига и поуздања у Бога.

Помоћ Божја је увек близу, али она се указује ономе који је тражи, тек кад се до највеће мере потруди и кад на крају увиди своју сопствену немоћ. Све док се показује и најмање самопоуздање, Бог се не меша: Ако убражаваш да можеш нешто сам да постигнеш, мораћеш дуже на помоћ да чекаш. Дух Свети је увек сдпреман да помогне. Он очекује само нашу жељу да Његову помоћ прихватимо. Како треба да се понашам да би ту помоћ примио? Да се смирим. Онај који осећа своју недостојност и све очекује од Духа Светог, а чини непрестано оно што је у његовој моћи, том ће и вишња помоћ доћи. Делај и труди се из све снаге, јер ако јпопустиш у труду, онда се од тебе удаљује заштитна сила Божја. Ако пак хоћеш све само сопственом снагом да постигнеш, онда ћеш бити сасвим напуштен. Држи стога равнотежу између сопственог крајње могућег подвига и неограниченеог поверења у Бога. Они заједно учвршћују твоје снаге.

Труди се ревносно, с напором - али не зидај на себи самом, већ оно до чега ти је стало изнеси пред Бога (Пс.37,6). Моли се : Ја желим, тражим; а ти ме просвети криз твоју истину. Господ заповеда: „ Без мене не можете ништа чинити“ (Јов.15,5). Овај закон важи у духовном животу у свој својој тачности , без да се за длаку измени. На питање: шта треба да чиним да би ову или ону врлину задобио? одговор је: труди се колико можеш и обрати се Богу, па ће ти је Он подарити. Другог пута и начина нема.

Труди се, подвизавај се, тражи - и наћи ћеш; куцај и отворићети се. Не попуштај и не очајавај. Али при свем том опомени се, да је сав наш труд само припремање за прихватање благодати која све сама даље чини. Дар зависи од воље дародавца. Он обично долази неочекивано и неслућено.

Ми захваљујемо у свему благодати Божјој. Без ње ништа духовно не може да се задобије. Чим она продре у сеце, све иде по једном утрврђеном реду, само од себе.

г. Благодат и слобода

Теоретичаре много занима питање о односима измешу благодати ислободе. За носиоце благодати ово питање је практично решено. Ко благодат носи, он се из слободне воље предаје јпотпуно њеном дејству и она у њему дела.

Сво узрастање и сазревање духовног живота почива у сједињењу благодати и слободе. Човек обећа да ће живети по вољи Божјој, у Његову славу, и себе потпуно полаже у Божје руке: „Ти ме снажи и учвршћуј, Ти учини са мномоно што је по Твојој вољи“. Најбитнији став за човека је овај: Господе, спасавај ме како Ти хоћеш , а ја ћу се искрено, без скретања и изговора трудити, како најбоље знам и умем! Ко је овако настројен, тога Бог прихвата и управља њиме. Бог постаје његов учитељ и молитвеник. Он је онај који хоће и онај који делује у њему. Бог и сеје и род доноси.

Тек кад се човек потпуно, без остатка, преда вољи Божјој и повери Његовој делотворној помоћи, Господ се укључује у наш живот. Томе, пре свега, помаже непрестана Исусова молитва. Она води ка сиромаштву духа. Ми се криз њу учимо да за све тражимо помоћ Божју и тако полако губимо своју самоувереност. Ско нам што успе, у томе видимо Божји дар за који смо Га увек молили. Истовремено расте вера, јер онај који се непрестано моли, појачано доживљава Божје присуство. Ово

сазнање се толико разраста унама, да око ума јасније уочава Божје руководство, него што телесно око може око себе да разазна предмете око себе (Игњатије Брајанчанинов).

Пред почетак унутрашњег живота, пре опипљивог дејства благодати и Божјег заједништва, човек обично тражи да сам све обавља. Али, на крају, он оставља свој бесплодни труд и педаје се цолом душом деловању благодати. Благодат почиње да распаљује огањ духовног живота у њему. Он сад поима из искуства, да код овог унутрашњег прелома његови напори ништа не значе. Касније, кад се благодат повуче, он сазнаје, да и одржавање овог живога огња не стоји у његовој моћи. Надолажење, после тога, добрих помисли и стремљења, несхватљива топлина молитвеног духа, убеђује га да он сво добромождеда чини само уз помоћ присутне благодати Божје и Његове добороте. Он сазнаје да само у самоодрицању и привржености Богу њему све успева..., и зато се препушта Његовој свемогућој вољи. - Дејство Духа Светога постаје његовом сазнању срца јаснији него сваки математички доказ. Остаје једина брига да се тој благодати остане увек веран. Неверност њу врећа или је спутава у садејству, и она ссе повлачи назад. Своју верност доказујеш, ако у мислима и речима, осећањима и делима нешта не допустијш јшто је Богу неугодно; а с друге стране, ако ништа не изоставиш од онога што сазнаш да је Његова воља. Ово захтева велики напор и јуначко самосавлађивање; али жртвовати све Богу причињава радост, јер за сваку такву жртву, ако уздарје, - следе унутрашњи мир и одважно поверење у молитви. Таква дела верности загревају дар благодати и молитве која тада постаје непрестана.

д. О суштини благодати

Божја благодат је присуство Божје у нама. „ Без мене неможете ништа чинити“; то је принцип благодати. Заправо у том смислу су први Хришћани називали Исуса Христа просто - Господом.

Ако је благодат унутра у нама, онда се душа осећа као унеком топлом огртачу; ако се благодат повуче, онда је души као да је нага на мразу. Око благодати се треба свестрано трудити иако она , нашом сопственом снагом нити може да се привуче, нити да се одржи. Јер она се приближава, пребива у нама и удаљуеј, по својој вољи. Благодат остаје увек благодат, слободан дар Духа Светога (Теофан Затворник)

ђ. Појам Божје благодати

Шта је благодат Божја? То је Његова сила коју прима верујући, у име Исуса Христа крштени човек, а која га чисти, освећује, просветљава и снажи и чињењу добра и савлађивању зла; она теш и снажи у искушењима, невољи и болести; она помаже код задобијање вечних вредности, које је Бог својим изабраницима приремио. Ако је неко био горд, себичан, зао, завидљив - па постао благ , смирен самопрегоран ради славе Божје и својих болижњи; ако је према свакоме благонаклон, великодушан и нелицемерно попустиљив, - то се све десило кроз силу благодати. Ако је ко био неверујући и постао ревносно верујући, - то је постао снагом благодати. Ако је ко био среборољубац, лаком и неправичан, немилосрдан

према сиромашнима, па ссе у дубини своје душе преобратио и постао некористољубив, искрен, дарежљив и сажаљив, он то може да приписује једино сили благодати Христове. Ако је ко био у храни неумерен и склон пујансту, па постао уздржљив - не ради здравствене дјете - већ из сазнања једног вишег етичиг циља - он је то постао уз помоћ Божје благодати (Отац Јован Кронштански). Ако под утицајем божанске благодати осетиш дубок мир и тиху блажену радост у молитви, онда чувај пажљиво тај дар. Божанска благодат Духа Светога је вома нежна, врло утанчана, и одмах се уклања од душе ако ова изгуби страхопоштовање и пажњу према њој. А кад се балгодат Божја измакне од душе, онда је она сама себи препуштена; тада наваљују страсти да је као гадне звери ратгну.

Кад се преједеш или опијеш, - престаје та света стварност, тај блажени свет да делује у теби. Ако се разгневиш или грубо поступиш, благодатно расположење се губи на дуже време. Ако се страстољубиво вежеш за једну ствар, неко занимање или људско биће, благодат се од тебе безусловно повлачи. Ако дозволиш себи да уживаш у похотљивим претставама, онда ће се благодат од тебе за дуго повући, јер она све греховно, а нарочито похотљивост и славољубље, избегава као одвратну смрад. Ти ћеш је потом тражити али је нећеш наћи. Ради тога ћеш жалити, али она твојој бризи неће поклањати ни најмању пажњу, да би ти учио да цениш дар достојно, и да га у страхопоштовању брижљиво чуваш.

Позив Ап. Павла „испуните се Духом“, позив је на подвиге које потпомажу дејству Духа. Томе служи очишћење од страсти и молитва.

Да ли је у нашој моћи да се испунимо Духом? Да, то стоји у нашој моћи. Кад ми очистимо своју душу, Духу онда више ништа не смета да се усели у нас. Тад се Он приближава и испуњује наше срце (Јован Златоуст).

2. ПОУЗДАЊЕ И РАДОСНА ТУГА

Ко искрено свој грех окаје, добија светло
поуздање у бескрајно милосрђе Божје, које
све преступе неизмерно превазилази.
(Ава Доротеј)

Труд да се испуне Христове заповести, показује човеку његову сопствену немоћ - наједном му се показује сва његова пала природа, каоја му је дотле била скривена и као таква започела твдогаву борбу са Јеванђељем. Његов се живот испуњава невидљивим поразима. То сазнање изазива блажено сиромаштво духа, „мудри плач, и ствара скрушено, смкирењем испуњено срце, које Бог не осуђује (Пс.51). Искрено, покајничко самопознање нужно приводи доживљавању сопственог ништавила уз сиромаштво духа, тј. првом блаженству:„ Блажени сиромашни духом“, - они који сматрају да ништа немају. „Блажени су просјаци духа“. Ко се у своје духовно сиромаштво увери, непрестано баца поглед на своје слабости и тугује ради њих. Ова туга за Богом, ради одвојености од Њега, - ово „мудро плакање“ - изазива у нама право покајање срца и приводи нас Њему: „Благо онима који плачу јер ће се утешити“.

Прво благодатно покајање, које Божја благодат дарује, буди топло кајање за почињене грехе. Ми осећамо дубок бол што смо Бога увредили, што нас је грех од Њега удаљио, - а истовремено имамо и радосно поуздање у Његово милосрђе, што води и умиљењу срца, при суочењу са Његовом праштајућом добротом. Као изгубљени син у очевом загрљају, плаче због својих греха и доживљује, радосно дирнут, праштајућу љубав Очеву.

Непрестано се препуштам да будем заведен, грешим, издајем Бога за цену одвратног уживања. И насупрот мом сталном неверству, Он остаје непроменљив, очекује стрпљиво моје покајање и вуче ме свим средствима ка преобраћању: „Болесни требају лекара, ен здрави. Ја сам дошао да грешне зовем на покајање, а не праведне“. Тако је говорио, тако је радио Син Божји... Тебе потреса Његова доброта? Исто је тако добар и Дух Свети. Чак и сам грех Га вуче човеку. Не учињени, али у себи откривени и дубоко окајани грех! Што човек више своју поквареност схвати, што више себе окриви, утолико више бива приступачан Духу Светом: Спаситељ се приближује само онима који се осећају болесницима. Исповеди (признај) свим срцем своју недовољност, тугуј због ње - и Дух Свети ће ти прићи кад Га најмање очекујеш, кад себе сматраш ендостојним Њега,и остариће твоје поновно духовно рођење.

3. О ПЛАМЕНОЈ РЕВНОСТИ

Пламена ревност према добру - јесте доказ истинитог духовног живота
(Св. Теофан Затворник)

Права заједница са Богом почиње пламеном ревношћу у испоњавању Његове воље. Одакле потиче та пламена ревност? Пламеан ревност је дејство Божје благодати. Чим човек слободном вољом почне да тежи добру, њему се приближује благодат Божја и производи у њему снажну ревност.

Зашто је то потребно? Зар ми нисмо у стању да и сами чинимо добро? Не чинили мо и иначе разна добра сами од себе? Природно. Али овде се не ради само опојединим добочинствима, него се ради о целокупној обнови нашег живота, у свимњеговим односима. Покушај сам да се предаш непрестаномделању сагласно речи Божјој - и то кроз цео живот. Такав твој покушај ће свакако жалосно да заврши. Почећеш па ћеш брзо стати. Како и иначе другачије? Јер твоја снага сама није довољна. Једино је непроменљива сила Божија у стању да нас непрестано у добу одржи.

Док смо спокојни, док све иде по нашој вољи, док нас ништа не притешњује или заводи,ми у сасмообмани можемо да мислимо како ми сами све обављамо, без помоћи од Бога. Али кад се зло са дна срца усковитла, кад се помисли подигну као прашина на ветру; и жеље смењују једна гора од друге, кад се дакле душа узбурка, онда се брзо нађемо у безизлазу и нехотице запомажући: „Спаси ме Господе, топим се“(Пс.118,25). Само је благодатна сила ревности у стању да носи терет Заповести. То је једина сила која нас види ка спасењу. Пламена ревност је наш животни дах.

Где се он угаси, гаси се и сав хрешћански живот; чак и спољашњем добром настројењу недостане правог дуга.

Наше настројање према добру се оснажује, чим се благодат с њим сједини; оно се тада претвара у незаситиву ревност ичини све што је богоугодно, неуморно се трудећи да испуни вољу Божју. Она је пуна живота, горућа, неуморан, силна ревност. Њено присуство сведочи да је наш дух, кроз сједињење са Духом Божјим, враћен поново у своје првобитно стање. Иначе се наша сопствена ревност некад распали некад угаси. Салну, пламену, неуморну, силну ревност дарује само Божја благодат. Тсо је она Духовска ватра Светога Духа коју је Христос донео на земљу да прожме људе (Лука, 12, 49), (Марко, 9, 49). Она оживљава, окриљује и омогућава да се све што је богоугодно чини вољно и брзо (Рим. 12,11).

Једино прави огањ ревности испуњава добро, целосно и чисто, а грех истовремено прогони до у његове нафиније нијансе. Таква ревност тражи добро, као насушни хлеб, док зло сматра као смртни грех, и презире све оно што било како не њега потсећа.

Ко у истини поседује пламену ревност, он неће да творијединo оно добро које се само од себе нуди, него ће да постане упорни истраживач који се искрено ттруди око постојаног, трајног добра. Снага за све те трудове проистиче - као и иначе у животу - из одушевљења и љубави према своме задатку. Ревност према вољи Божјој постаје радостан и за наш дух окривљујући пут ка Њему. Све треба чинити у славу Божју, - супротно греху који се у нас настанио; и све то треба да се ради пожљиво и са опрезношћу као главни наш задатак у животу. А када се ова пламена ревност у теби распали, онда се потруди да је одржаваш. Она се распаљује пре свега кроз дела љубави, која претсавља њену суштину; кроз верно испуњавање свих заповести, при чистој савести, унутрашњој сабраности, сазерцању и молитви.

Код сваког човека пламена ревност делује на свој нарочити начин. Код једнога се усмерава на строго бављење својим унутарњим животом; код другаога на делу љубави, на друштвено деловање или проповед Божје речи. При свему томе важи: да све што се чини, у славу Божју да се чини.

Пламена ревност се гаси чим наша пажња одступи од Бога: од многобрижности, неумерених телесних уживања и свих страстољубивих веза. Са нестајањем ревности изумире сваки духовни живот. Као што се светло угаси кад се полије водом или поспе смећем, - тако се гасе дар божанске благодати криз нечисти живот. Светлост кандила се такође угаси кад уље у њему недостане. Благодат пресушује кад удуши недостаје милосрђа. Божја је благодат дошла из милосрђа. Божја је благодат дошла из милосрђа према теби и журно одлази кад милосрђа у тебине нађе. Свако зло, свако клеветање, свака увреда твог ближњег, гаси њену светлост.

Значај пламене ревности за сав духовни живот тако је вилики, да је нужно употребити сву бригу да би је сачували и неговали. Оно што ју је први пут распалило у стању је да је и одржи. Човек је раније живео у спољашњости, - док сада, пд утицајем благодати, преведен у унутрашњост и пробуђен од греховног сна; он је угледаоједан нови живот, нашао је Бога и одлучио се да само Њему на даље служи. Ко неуморно тежи пламеној ревности, мора најпре да се вежба у повучености, потом - да посматра свој унутрашњи свет; и на крају, да гаји оне мисли и осећања који су га до тога стања довели.

а. Како одржати пламену ревност

Божја благодат је осетно присутна само толико колико дуго траје наша ревност. Јер, благодат је - огањ. Огањ се одржава кроз дрва; дрво духа је молитва. Чим се божанска благодат дотакне срца, буди се молитва. Срце и ум обраћају се, са пажњом, према Богу. Ум који је увек делатан, почиње да мисли на Њега. То везивање наше мисли за Бога постаје сталини пратиоц благодатног стања. Мисао о Богу не остаје пасивна, она водика посматрању Његовог савршенства и Његових дела. Све је то област Духа. Ревниоц остаје истрајно у томе и ту црпи увек нову ревност Из тога проистиче један суптилан страх Божји, при пребивању пуном страхопоштовања пред Њим. Оно стражи над благодатним стањем.

4. О ПОНОВНОМ ДУХОВНОМ РОЂЕЊУ

Почетак и корен спасења почивају извшењу Заповести. Крајњи циљ спасења је духовно новорођење. (Теофан Затворник)

Живот - то је снага за делање. Духовни живот - то је снага за делање у духу по вољи Божјој. Ту снагу је човек изгубио и све док је поново не задобије, не може, поред све добре воље, да живи духовно. Прави хришћански живот је - благодатан живот. Да би се живело по вољи Божјој, човеку недостаје благодатна снага која његов дух прожима и враћа му првобитну снагу. Та моћ је божанска благодат Дуга Светог. Она се даје кроз крштење, а одржава се кроз тајну исповести и причешћа и помоћу непрестане молитве. Спасоносне Божје заповести оделотворују ту благодат, и она се у нама у тој мери пројављује, у којој ми те заповести испуњавамо.

Почетак охриустовљеног живота чини ватрена ревност којом живимо по заповестима Божјим; крајњи циљ је , да тај дар божанске благодати доведемо у пуно дејство. То значи, „старог, спољашњег човека греха“ да одбацимо, и „новог духовног човека“ - Исуса Христа - да прихватимо (уп. Гал.4, 19).

Са тајном крштења благодат Божа,која је раније само споља утицала, сад продире у човекову унутрашњост и из основе је мења. Она изгони из његове унутрашњоти ненависника, успоставља поново божански поредак у човековом бићу, и повезује човеков дух са Богом. Под утицајем благодати човек добија ново распољожење, осећа се као новорођени. Његове тежње окрећу се сад од себе и од греха, и упућују се према Богу и истини.Као дан од ноћи, као живот од смрти, тако се разликује крштени од некрштеног. Крштење дарива оно што нам ништа земаљско није у стању да пружи: оно сједињује божанску благодат са нашим бићем, прожима нас њоме, јер ми бивамо водом и Духом крштени. Са тајном крштења нашем се природном устројству даје „печат дара Духа Светога“ као нов натприродни елемент; он пребив у нама и делује на њему својствен начин. Крштени се разликује битно у своме устрројству од некрштенога.

При крштењу Дух Свети чисти нашу душу и дарује је својом красотом, да сија свелије од сунца. Благодат осетно испуњава душу и оставља је да ужива у блаженој заједници са Богом. Али, већ после неколико дана, ми гасимо ову

неисказану дивоту. Кроз нашу непажњу, страстољубље и многобрижје, она тоне у дубине наше душе и тамо почива као скривено благо. На нама стоји да је понова изведемо на светлост нашег живота, јер у ствари она чини живот наше душе.

Све док су покретинашега духа расејани и гуве се у разним јправцима, у њему нема живота. Али кад узвишена божанска сила благодати захватичовеков дух и све његове покрете обједини - тек тада почиње огањ духовног живота. Унутрашњи ред почиње са моментом наше одлуке д следимо благодат као своју водећи животни принцип. Том одлуком ствара се снађан центар у нама. У њему стоји благодат у заједници са нашим сазнањем и слободом. Тиме је наш дух враћен у своје првобитно стање. Божанска благодат упућује постепено ка овом средишту све снаге нашег бића, управља њихову делатност, оснажује добро и прогони свако зло. То је поредак новог духовног рођења. Кад је ово обављено, онда се у нас усељава пуна хармонија, дубок унутрашњи мир Божји који сваки разум превазилази, - коме по сваку цену треба да тежимо.

Кад се срце и ум сједине, заповести се Божје сасвим другачије испуњавају него пре тога. Раније се наша пала природа, са тешком муком, савлађивала, док нам сада духовна снага која повезује ум и срце помаже да то радосно чинимо са лакоћом и пријатношћу.

Тек кад се благодат приближи покрене ватрену ревност, настаје истинити преокрет у нашем животу и у нашој природи. Треба се трудити и њу очекивати у верујућем поуздању. Она долази у свој час и уређује све.

Пред нама се отвара нова стварност и у њој као главни циљ - чежња и тежња ка Богу као највишем добру. То долази постепено, умери у којој страх Божји уступа место радости у испуњавању Његове воље. Утоме даље помаже стицање навике да се живи:

1) у Божјем присуству,у оосећању д је Божјје око стално на нама;

2) да све што чинимо у славу Божју чинимо:

3) све чините са свешћу о Божјој вољи, у тој вољи живити и свестрано је слаедити.

Делање по вољи Божјој треба да захвата све што чинимо. Послушност вољи Божјој обухвата све оно што се од други претрпи јер треба прихватити све добровољно као из Божје руке. При оваквом поступању ум учи да се утврђује у јбогопосматрању, а то је почетак живог општења са Њим. Истовремено почиње у духу слављење Божје са страхом и трепетом, при покајном самоосушивању и упоредо сазнањем Божијег благодатног дара. Под овим упливом тежња кБогу све је силнија, све док се душа од свега, као од замрзлости, не одвоји и обрати Богу - извору духовне топлоте.

Предзнак овог рађања је тихо, добровољно, спокојно пребивање пред Богом, праћено осећањима страхопоштовања,страха Божјег и радости. Човек понире радосно у Богу,борави у Њему сам, и задобија Царство Божјје, мир и радост у Духу.

Основни предуслов за то је очишћење срца. „Они који су чистога срца, они ће Бога видети“. Тако се треба трудити пре свега око будости или чувања срца. Јер шта је у срцу то је и на делу.

Али одлучујуће у напредовању ка Боуг чини потпуна преданост Њему. Са нашом одлуком: „Господе, Ти делују у мени како Ти хоћеш, јер сам ја иначе слеп и слаб“ - Божја снага ступа у наш дух и онда почиње њена сведелатност. Ова

преданост Божјој руци, то је најинтимниј и најскривенији поступак нашег духа. Он се острварује муњевито, али после дуге припреме.

Свакоме човеку је дарован један талант, удео у благодати Божјој. Његолвој је слободи препуштено да вредност јтог удела позна, да се даде на посасо те да га умножи. Сети се приче о благу у њиви и о скупоценом бисеру (Мат. 13,44, - 46). Човек је приметио благо у једој њиви и продао је све што је имао, да би ту њиву задобио. То значи: Хришћанин сазнаје за неупредиво благо - благодат Духа Светога у себи. Он све жртвује што му је најдраже, да би ово благо задобио, да би ову б лагодат покренуо на делотворност. Још вернија слика је: бисер у нама почивајуће божанске благодати. Ко ње постане свестан, ко зна да ничег изврснијег од ње нема, он оставља све друго и тежи да ту благодат у себи задобије. Само онај који томе тежи мора:

1) Присусво благодати у себи да позна;

2) Да схвати њену вредност која је виша од овог живота;

3) Да целим бићем пожели да буде том благодању прожет, просвећен и освећен;

4) Да донесе одлуку да све што је у вези са постигнућем тога испуни;

5) Да одлуку спроведе у дело и да срце препусти искључиво дејству те благодати.

Овим је зачет унутрашњи препород, који према мери нашег напра а пре свега по мери нашег самоодрицања брже или спорије напредује.

Ко о благодатним стањима слуша, одмах је спреман да их свесрдно пожели. Али то ни у ком случају није довољно. Може неко да се залети а онда да стане. Овде се не ради онекој тренутној тежњи, већ о здравом, разумном ппромишљању и сазревању једне чврсто засноване одлучности, при свести о свим будућим невољама, препрекама и тешкоћама, као и спрмлности да се са њима грабро и истрајно бори.

Тежња да будемо прожети благодању, исто је што и тежња ка Царству Божјем. Ко је богат може да оствари све што хоће за свој новац. Исто тако може, ко поседује духовно благо - благодат Божју - да задобије све врлине. Ко у себи носи благодат Духа Светог, може да испуни сву истину и правду, да обави свако добро без приморавања и тешкоћа. Једино се мора остати при томе да се Господ моли непрестано из покајног срца за тај дар Духа, и тад ће све што је раније , уз много труда, било неостварљиво, постати наједном лако. Ово се благо задобија ревносним сталним трудом у вери и непрестаној молитви.

Ко је духовно поново рођен, он рачи увек свим плодовима Духа Светог.

5. ПОЗНАЊЕ СРЦА

Срце - тоје најунутрашњији човек, или
дух, укоме су самосвест, сасвест, сећање на
Бога и осећај свестране зависности од Њега
и све вредности духовног живота.
(Св. Теофан Затворник)

Непрекидно чишћење срца

Поука се не налази само у књигама.
Такође Божја благодат урезује на зако-
нским таблицама нашега срца духовне
заповести, јер срце влада целим саставом
тела. Ако благодат срцем овлада, она узима
под своје и све удове и мисли.
(Преп. Макрарије Велики)

Помоћу срдачне молитве ми пре свега тежимо очишћењу срца. Јер срце је - унутрашњи човек. Оци су чули Божју реч, да из срца долазе сви рђави покрети, као похота, прељуба и убиство, кривоклетство и богохулство; даље су чули и заповест, да унутрашњи сасуд срца треба да се чисти, да би и спољашњи чист био. Зато су усмерили сав свој труд према срцу; уверени, да ће кроз њега да задобију и све друге врлне; јер да без очишћења свога срца неће моћи да постигну постојану ни једну врлину (Симеон Нови Богослов)

Чистога срца је сасвим нешто различито од чистоте ума. Ум је само једна особина душе; срце је корен свега. Кад се ум напрегне и кад се сабере на духовне садржине, он губи свој стари ток мисли и постаје за тренутак чист. Али му та чистота не остаје, јер се одмах мути текућим дневним мислима (Преп. Исак Сирин).

Срце постиже своју чистоту постепено, кроз многто страдања, оскудице и уздржавања. Ова једном стечена чистота остаје трајно. Она издржава у тешким борбама иискушењима, јер Бог делује њој. Код Исусове молитве ради се пре свега о очишћењу срца и ума. Нико није у стању да своме срцу наређује. Оно живи свој живот, радује се и жалости од себе самог, утоме не може ништа да се мења. Само Господ, који све у својој руци држи, може да уђе у срце и да у њему запали осећања која немају ничег заједничиог са његовим просто природним покретима (Св. Теофан Затворник)

Треба се трудити свим силама, да се распали огањ срца. Али то неће успети све док су страсти у снази. Оне се могу упоредити са благом у дрвету. Дрво, то су силе душе и тела. Све док човек немарно живи, његове су силе прожете влагом страсти. А влажно дрво негори. Тек кад се твоје срце загреје, почиње унутрашња промена. Топлота срца суши влагу, сагорева све нечисто у теби, претапа и све продуховљава.

У овом чишћњу срца посредује, пре свега, Исусова молитва. Стојећи пред Богом са пожњом у срцу, молитвољубац бива унутрашње потрешен. Покајничком самоосећање сагорева његове страсти и чисти срце које се у растућој љубави обраћа Богу. Само у очишћњном, смирењем испуњеном срцу, узрастају ваиша стања молитве коај нас са Богом повезују и чине да узмемо учешћа у Његовом вечном животу.

Морамо кроз све напоре и искушења, у боловима да очистимо Исусову слику у нама, да претопимо наше биће као у некој топионици, да га ослободимо од нечистоте и да га доведемо у његово првобитно достојанство.

Томе нас води Исусова молитва: Она проводи кроз две важне етапе: у првом периоду молитвољубац, бива припуштено да се моли својомсопственом снагом.Извесно да њему помаже Божјаблагодат, али се она још не показује. У то време долазе страсти које су се криле у срцу, те изазивају код оног који се моли немир и стављају га на мучну борбу у којој се падови и победе непрестано смењују, и ту се показују одличана одлука човека као и његове слабости. - У другој етапи благодат испољава осетно своје присуство и своју делотворну снагу. Она повезује ум и срце, даје могућност да се сабрано моли са пуно топлоте и умилења. Искушења губе притом своју наметљиву снагу према уму.

Али суштина и сврха молитве у оба та стања је покајање срца. За покајање и окајање, које човек приноси сопственим напором, Бог, у своје време, дарива благодатно покајање срца - Дух Свети, који се у човеку настанио, за њега се моли сам. „неисказаним уздасима“. Непрестана Исусова молитва чини да срце, пуно покајног плача и преданости, увек свесно борави пред Богом. Ово распољожење је најважније средство, да се одржи унутрашња топлота као и да останецео унутрашњи поредак на снази - да се ово зло протера, а сво добор учврсти.

Ако нам се ближе добре мисли и имплуси - онад се треба удубљивати у молитву, и из чињенице да лисе учвршћују или губе, показаће колико се Богу угодни. Ако пак дођу рђаве помисли, ако нешто узнемири душу, - тада треба да се удубимо у молитвуне придајући им пажњу, и оне ће се изгубити. Тако умна молитва постаје господар и управљач целог твог духовног живота. Стога није чудо што списи просветљених Отаца упућују сву нашу пажњу на првилно изучавање срдачне молитве.

Пут ка Богу је унутрашњи пут ума и срца. Ко се труди да живи у присуству Божјем, биће просветљен и освећен.Једно од средстава за постизање тог циља је мудра срдачна молитва. Тек кад она постане активна, просветљује се око ума, дух гледа свога Творца и добија од њега моћ да све сагледа и да недостојно одбаци. Другога пута ка Богу нема. Приближуј се Богу умно, у срцу, и прими од Њега снагу да дриш у власти сва своја осећања.

б. Сабирање ума у срцу

Све се своди на то, да се борави умом у срцу пред Богом. У томе је суштина ствари.
(Св. Теоган Затворник)

Шта значи: сабрати ум у срцу? Ум следи пажњу. Њега сабрати у срцу значи - сабрати његову неподељену пњу у срцу; значи гледати оком ума пред собом невидљиво присутог Бога и Њему се обраћати прослављањем, хвалом и молбама, стражећи притом да ништа страно не продре у срце. У томе и лежи тајна духовног живота.

Из главе мора да се доспе у срце. Сад су твоје мисли о Богу у глави, док је Он, у неку руку, изван. Све док си ти у глави, твоје се помисли не смирују. Али ако

се спустиш доле, у срце, твоја се гава чисти од маштања. И сваки пут кад маштарије прете да те расеју, ступи само у воје сдрце и њих ће да нестане. Срце је сигу прибежиште. У срцује живот - тамо дакле треба да се живи.

Сједини срце и ум, а онда сдкрушеним срцем и унутрашњим умилењем следи речима молитве. За почетника је довољно да духовне садржае прати срцем. Усредсреди све напоре на то да уведеш ум у срце, - то је најважније. При том помаже труд, да се разборито и пажљиво стоји у срцу пред Богом, у сазнању да је Он свуда, па и у теби, да у теби све види и да те чује. Истовремено разбуђуј у души тежњу за спасењем и поуздање у Бога. Усредно му се моли, гледајући Га у духу:„ Господе, Исусе Христе, помилуј ме. Спаси ме, којим путем и начином Ти хоћеш.“ При том се не ради толико о речима колико о живом осећању према БОгу.

Имај на језику Исусову молитву; У уму Бога пред собом ; у срцу жеђ за зајединицом са Богом. Труди се и Бог ће ти дати оно чему тежиш.

Ипак буди свестан; да је само труд наш; суштина ствари - веза срца и ума - дар је Његове милости. Стварно уједињење срца и ума додељује милост Божја кад за то дође време.

в. Срце се загрева према Богу

Стој свесно пред лицем Божјим и при томе увек респаљуј било које осећање према Богу. (Св. Теофан Затворник)

Где је срце? Тамо, где се осећају радост и брига, гњев и сажаљење. Телесно срце, тоје једна мишћна грудва која претставља само оруђе осећајности, као што физички мозак служи разуму као оруђе. Стој дакле са пажњом у срцу пред Богом, у вери да је Он присутан, сталоно се моли да ти благодат Божја дарује најзад топао осећај према Њему. Прво средство да би се ум свео у срце састоји се у томе, да садржај молитве пратиш са осећајношћу. Друго, да међу присутним осећањима запазиш она која захватају цео ум и срце, и која везују целу твоју пажњу. Та осећања која стварају твоје сопствене молитве, требало би пажљиво узчавиати и пустити их да се слободно изразе. Тиме се најбоље постиже свођење ума у срце.

Ти знаш где се сдрце налази. Тамо држи своју пажњу, и већ си са умом у срцу. Али не ради се само о бављењу у срцу, нагоо томе да у њему стојиш свесно пред лицем Божјим, пред Њговим свевидећим оком које прожима дубине твог асрца. При том сваки пут распламти било које осећање према Богу, - стах Божји, љубав према Њему, покајно умилење због грешности, или преданост Његовој светој вољи. Труди се увек да задовољиш овај закон унутрашњег поретка. После такве препреме почиње молитва чије је обележје - стајање пред Богом. Молитељ је сабран у својој унутрашњости, и духовно гледа - у себи присутног Бога. То виђење прати страх Божји са истовременим дивљењем Његовој узвишености, некад вера и поуздање, некад љубав и преданост Његовој вољи, некад опет покајничко расположење настају, кад се неко у молитви потпуно удуби. Ко се доследно и дуго моли, код тога су ова стања чешћа, док најзад не постану стална. То је тај пуни живот пред Богом,или - непрестан молитва.

Треба да се повезујемо целим бићем са Богом, да се Он налази у нашем уму и срцу, како бисмо почели да живимо Његовим светим жвотом. Да примимо у себе Његово Тело и Дух и да их вечно сачувамо. После светог причешћа најсигурније средство да се то постигне јесте непрестана Исусова молитва.

г. Сједињење ума и срца

Сједињење срца и ума је уједињење духо-
вних мисли са духвним покретима срца.
(игњатије Брајнчанинов)

Под „местом“ срца које ум треба у молитви да пронађе, подразумева се резумна сила срца који је Творац положио у његов горњи део; кроз ову разумну силу разликује се човеково срце од срца у животиња, ко је иначе поседују,исто као и човек, жељу и пожуду, ревност и гнев. Та разумна снаг аје животињама страна. Она се испољава - независно од разума - удуховном сазнању: у савести, у страху Божјеем, у покајничком самоосазнању и скрушености срца; у духовној љубави према Богу и ближњима, у смирењу, благости и другим духовним чувстима. Та разумна сиал, тојест наш дух, им асвоје седиште у горњем делу срца, као што ум, као духовна снага наше душе, има своје место у мозгу. Зато у молитви ум треба сконцетристати на тај горњи део срца, дакле нешто изнад срца, да ту остане свесно, у топлом осећању према Богу.По мери нашег напора ум нам се притом просветљује, а наше срце загрева. Ако то стајање ума у срцу пред Богом постане природно и остане постојано, онда се срца и ум сједињују: Божја варница, светлосни зрак Његове благодати, продире наједном у срце. То долази непосредно од Бога, и не постоји никакав други начин да се до тога дође. Кад се то деси, онда се „место“ срца од себе показује, ум ступа у срце и сједињује се са њим. Ово сједињење срца и ума је у ствари сједињење духвоних мисли са духовним покретима срца.(Св. Игњатије Барјанчанинов) Сво наше сазнање сада постаје нејприснији садржај срца. У оваковом стању ум губи расположење и потребу да се налази ван срца. Уколико је , кроз извесне околности или разговоре био отсутан, он се незадржеивом силом враћа у срце инаставља са духовном жеђи и новом ревношћу своје унутрашње делање. Све сад иде из главе уунутрашњост срца, док њега обасјава мудра унутрашња светлост; све што се мисли, говори или чини, дешава се са потпуном пажњом и са пуном свешћу. Са свим јасно може да се сагледа, које ман мисли, жеље и намере долазе,и ми можемо да окрећемо добровољно наш ум, срце и вољу ка Христовим заповестима. Сваки недобровољни преступ бива, кроз срдачно покајање и искрено жаљење, избрисан топлом поузданом молитвом Богу. Кад Бог види твоје смирење, онда Он не оставља да се узалуд чека на Његову благодат. (Агапије Валамски).

д. Познавање срца и господарење над собом

Мудра светлост испуњава срце неком врстом више срдачне свести. (Св. Теофан Затворник)

Кад ум пронађе срце и у њему се постојано настани, онда се наша унутрашњост мења: сдрце и ум се сједињују у једно живо јединство; тиме јеуспостављена јона првобитнацелосност човекове природе. Дух Свети се усељава у срце и испуњава га својом топлотом. Он не долази физички видљиво, него духовно невидљиво, али апсолутно стварно. Један од знакова је стална топлота срца, при чему се ум у њему бави и стапа са мишљу о Богу. Под Његовим упливом премешта се човеково срдиште из главе усрце. Тиме се задобија унурашњи мир. Маштарије и страсти губе своју моћ. Мудра светлост испуњава срце неком врстомвишег срдачног сазнања. Оваом сазнању срца сви душевни потстицаји постају јасни, како они који из срца исходе, тако и они који у њега долазе. Ти ме се добија моћ, да се непогрешиво разликује добро од зла, и да се зло са пламеном ревношћу сазбија. Сви наши поступци изводе се из јасног познавања Божје воље; при томе се добија способоност да се управља целим током нашег спољашњег и унутрашњег живота, да се буде господар над собом. Сад више не живи, просто човек, него доживљава. Слободу деловања он осветљује присуство Господу у његовом срцу. - Испуњава се обећање: „Ако вас дакле Син ослободи, зиста ћете бити слободни“. (Јов.8,36)

Такође помоћу растуће савести мења се и самопознање. Док је ум боравио у глави, твоје мишљење се губило у општем. Сад међутим срце покреће оно што се тебе самог нарочито тиче. Без околишења и извињења оно осветљава све појаве са њихове изразитије стране, на начин који те најдубље потреса. Ти доживљаваш непосредно своје сопствене мане и слабости,као стветлост или таму на предметима.

Кад ум окуси Божју доброту, он не жели више да напушта „место срца и говори: „Овде је добро бити“. (Матеј 17,4). Он добија стални преглед целе области срца, и временом задобија увежбаност да уочи и протера све помисли које је непријатељ посејао. Кад нађе „место“ срца, ум саглда оно, што никад раније није видео: ваздзушни простор у срцу и самог себе у њему, светлог и пуног расуђивања. Од тог момента он прогони именом Исуса Христа све празне помисли, још пре него што продру у срце. Према ђаволима је сад ум злопамтљив; и употребљава свој природни гнев, прогони их и уништава њихова искушења. Све остало постће ти јаснопомоћу Божјом, кроз чување ума у ношедње Христа у срцу. (Преп. Симеон Нови Богослов).

Човек задобија власт над самим собом и почиње да негује у себи све што је истинито, свето и чисто, а да одстрањује све што је зло. И досад се додуше он око тога трудио, али је често и лако био лишаван свега потигнутог. Сад је то промењено. Сад се стоји чврсто у добу и животу се води ка одређеном циљу и са пуним смислом. Божански огањ је распаљен у срцу; у њему горе све душевне снаге. За време тог претопљавања добија се, као код сагоревања дрва, много дима и буке; касније остаје само чиста светлост. То је стање унутрашње чистоте. До њега стићи је дуги пут. Али, Бог који је свемоћан и пун доброте веран нам је помоћник.

Срце и ум стичу све већу склоност ка молитви, која под утицајем благодати Божје трајно остаје. Непрестана срдачно - умна молитва сад оживљује твој духовни организам исто као што дисање оживљује тело. Узвишена особина овог стања је

понирање у себе; наша душа борави пред Божјим погледом, излива пред Њим своја осећања у смиреном самосазнаању: покајању срца, страхопоштовању и љувави, спремна да сав живот стави у службу Богу. Такво понашање душе се обелодањује свако јутро изнова и прати живот кроз сва дневна збивања до починка.

По мери продубљења познавања нашег срца, очишћава се ум од празних маштарија,површних брига и доконих сањариај. Радозналост исчезава, предубеђења неповерење се губе. На крају се добија од Бога духовни ум који нас доводи у Богосиновство. Најзад у нама расте осећање мира, смирења и љубави према Богу и свима људима, не разликујући добре до злих. Нама се чине сви људи добрим, и ми почињемо да их волимо. Искушења подносимо мирно и примамо их као Божје попуштање, као лекове које још потребујемо. Тако остајемо нераздвојно са Њим, и кроз страх Божји задобијамо унутрашњу чистоту у којој љубав Божја станује. Ова љубав испуњује свој жкиви храм са обилним даровима Духа Светога.

Бог излива своју светлост у наш ум, очишћава наша осећања, и управља нашим делима. Ми налазимо у себи снаге, које су нам дотле биле непознате. Живимо пред лицем живога Бога имислимо,осећамо и деламо у сазању његовог присуства.

Ово дејство Светога Духа постаје твом срцесазнању јасније негосвака математичка истина и свако пректично искуство. Сад имамо само једну бригу: да верно чувамоту благодат. То се показује кроз будност у мислима, осећањима и делима и кроз безусловно испуњавање Божјих заповести. Тиме почиње стварни делатни духовни живот који је дотле постојао смо у тражењу. Ако осетиш д се твој ум повезао са срцем, да се је сдјединиоо са душоми телом, да ниси више грехом подвојен, већ да претстављаш једну цилину, да у теби зрачи свети мир, тиха , дубока, блажена радост Христова, онда чувај са свом опрезношћу овај Божји дар. Свети мир као дах Духа Светога крајње је осетљив и повлачисе одмах чим се душа у Његовом присуству непажљиво понаша,чим се о страхопоштовање огреши или своју верност раскида кроз склоност према греху, или се ода лености. Са миром Христовими молитва такође напушта недостојну душу.

Са срцепознањем и богозајединчарством почиње, у нашем животу, нова раван са променама које се могу прикладно д означе као продуховљење душе и тела. (Св. Теофан Затворник).

6. УНУТРАШЊИ ЧОВЕК СРЦА

а. Скривени живот у Христу

„Царство је Божје унутра у вама“. (Лука 17, 21)

Посматрајмо благодатна стања код срдачне молитве. Прави благодатан живот је чудновато скривен. Апостол Павле га зове „сривен живот са Христом у Богу (Кол. 3,3). Апостол Петар га види „у тајном човјеку срца“. (Петр.3,4) А Христос га назива - „Царство Божје унутра увама“. (Лука, 17,21). Царство је Божје у унутрашњости. Иди у себе, тражи ревносно, и лако ћеш га наћи. Напусти расејаност, штетан пут похота,- трњак грамзивост зановцем и свако рђаво друштво. Иди у себе,живи у себи, у чудесној одаји срца, твога духа - и тамо тражи Царство Божје. Ако оно јеш није у теби, онда узвикуј: „Оче наш , нека дође Царство Твоје!“

и оно ће доћи, чим га ти позовеш. Царство је у теби. Зато и ти иди у себе и борави у своме срцу. Тамо је Бог. Он тебе ен оставља, али ти Њега напушташ (Преп. Јефрем Сирин)

Пкајање и молитва воде к Царству Божјем у нама: „Покајте се, јер се приближи Царство небеско“ (Мат.4,17). „Иштите и даће вам се; тржите, и наћи ћете; куцајте, и отвориће вам се“(Матеј 7, 7). Шта то значи? Царство је Божје у нама, ако Бог у нама заповеда, ако Га душа у својој унутрашњости признаје као свога Господа, ако Му свим својим снагама служи и кад Он у њој суверено управља. То царство почиње са оним тренутком кад падне одлука, да Богуивимо у Исусу Христу кроз благодат Духа.

Царство Божје је у својим испољавањима краајне просто. Дух Свети се на несхватљив начин приближује и потстиче срце на покајање. Покајање води ка прелому воље. После тог унутрашњег прерлома Дух се оружа за упорну борбу против страсти, управља и помаже нам у њој. Ова борба је код сваког дуга и пуна бола; крозњу се срце постепено очишћава,а то чини да на крају узмемо учешће у истини Божјој и блаженству Његовом. У почетку продиру душевни покрети из прошлости, стваррају немир и воде, не ретко, наш дух у њихово ропство. Али они бивају кроз ревност, стражење, стрпљење и уз припомоћ благодати све ређи. Коначно се дух човеков тако оснажи, да дму ранија искушења не значе више од зрна прашине. Он прербива у својој унутрашњоти пред Богом и Његовом силом савлађује своју унутрашњост.

Скривени живот у Христу достижу само они који који благодат Божју у себи активирају, тако да она опипљиво прожима читаво њихово биће.

Царство Божије је слично свасцукоји захвата постепено сво тесто и тако из њега постаеј мек и мирисав хлеб. Исто тако и благодат прожима наше биће; и кад га потпуно скрозира, онда оно постаје сасвим облагорођено. Тада је и сва наша делатност чудесно облагорођена.

Други пример како нас благодат Божја изнутра захвата па се према споља изражава, јесте гвожђе у ватри. Ватра га усијава и тако испољава опипљиво његову ватрену снагу. Исто тако и утицај благодати постаје опипљив. Она поклања човеку необичну снагукоја се вишеструко изражава. Његова реч Духом подарена је јасна, она продире непосредно у друга срца, изазивајући у њима одговарајућа збивања. Чак ако благодатан човек и ћути, из њега исијава нека тајанствена топлина и снага, он буди код других етичке силе и оспособљава их за сваки духовни напор.

У причи о талантима Господ нам открива тај дар благодати (Лука 19, 11). Сви добијају појединан талант - свима је благодат равномерно поедарена. Али један зарађује још десет таланта; други пет; трећи - ништа.. То значи да је први највише ревновао да би био прожет благодању; други се трудио упола толико; док је трећи дар благодати сасвим занемарио. Награда услеђује према мери облагодаености лили просвећења нашег бића. Ко се уопше не труди, губи благодат која му је била првобитно дарована.

Ово мало речи показује шта све утврђивање Царства Бођјег собом доноси, или благодатна ватра која се у срцу разгорева; она заправо одрђује биће идејство правог духовног живота од момента кад се ум и срце сједине и стану будно пред Богом.

б. Враћање себи

Унутрашње враћање себи је дар божанске благодати
(Св. Теофан Заворник)

Царство Божје делује прво у тајности, а касније се показује у сили. Прво се испољава у тежњи ка унутрашњем повљачењу. Као нехотице делује на нашу душу, захвати је и води у унутрашњост. То је Бог, то је благодат Светога Духа. Надолази јака жеђ замолитвом. Као при размишљању човек и овде понире сасвим у себе, сабира се унутра и не обраћа пажњу на оно што се око њега збива. Сопствена активност, мисли и намере престају, све спољашње отпада. Али оно што је код размишљања била ствар разума, сад је код молитве ствар срца. Душа се примиче Богу, борави са умом у срцу пред лицем Божјим и излива пред Њим све своје болове и наде, спремна да посветицео живот Његовој служби. То је Божје приближавање, истинити дух молитве, који зависи од Његове благодати.

Унутрашње повалчесње с почетка је кратко и површно, касније се учвршћује и постаје неизмењиво, -често се сатима остаје пред Богом. Ко ово стање једном окуси, он може на њега да се потсећа, за њим да жуди, њему да тежи - али оно се не може ни довести ни задржати - оно долази самостално. Нама остаје само једно: кад се то стање приближи, да га чувамо и дамо му могућност да дејствује, према нашим моћима. Ако се пази на стремљење повлачења усебе и ако му се, колико је то могуће, следи, онда ће се пребивање пред Богом догађати све чешће и дуже док не постане трајно. Чим то наступи, Царство ће се Божје у нама отворити.

Таква стања могу да се поаве на сваком месту. Чим она дођу, престаје досадањи беспоредак у унутрашњости, све долази у ред, који траје толико дуго колико и дејство благодати. А кад се благодат удаљи, онда опет почиње лутање помисли и напади криз страстољубива узбуђења. Душа се спушта опет са неба на земљу, из светлог мира у тегобан сутон. Сад мора да се има стрпљења и да се чека,док се Царство Божје опет у срцуне појави... Ова промена траје тако дуго, док Богу не буде угодно, да унутрашње сабирање код нас за увек учиврсти тако да га учини непроменљивим. Тражење тог стања је у ствари тражење Царства Божјег. А његова појава - остварење овог Царства.

Коначно се завршавамукотрпно тражење. Срећни тражиоц добија тражено: он налази срце, утврђује се у њему пред Богом и остаје тамо непрестано, као верник пред совјим Господом; од Њега он добија моћ и снагу, да савлада сву своју унутрашњост и себе пројављује са њемусвојственом снагом.

Дух човеков управља сад срцем каонеки владар и из њега даје своја упства.

в. Чистота
(По Св. Теофану Затворнику)

Унутрашње сабирање је узвишена уметност. Она ослобађа, уз помоћ Божју,

потпуно одсвих маштарија и саможивих
поступака (Св. Исихије Јерусалимски)

Кад божанска благодат делује на људско срце, онда се човеково сазнање усељава у срце а са њим и све снаге тела и душе. Из тога следи, као закон унутршњег сабирања, да држиш постојано своју савест у срцу и сабираш смело у њему ум, вољу и осећања. Сабирање ума је - пажња; сабирање воље је напрегнутост; сабирање осећања је - будна трезвеност. Све три делатности воде сабраности душе и зтичу на унутрашње тиховање. Онај који све њих поседује у унутрашњости је. Коме само једна од њих недостаје, он је - споља. Трима снагама душе треба да следе одговарајући телесни удови: Пажња следи „тиховње“ чула, напрегнутости - напетост мишића, трезвености - уздржљивости тела.

Чим јутром устанеш сабирај своју мисао и све своје снаге у срцу и тамо се неизоставно бави. То тиховање је основни услов владања над самим собом, оно је сведок праве слободе и разума - значи једног уистину слободног, духовног живота. Сво духовно делање мора одатле да проистиче.

Унутрашње тиховање је најсигурније средство за одржавање духвне пламене ревности. Сабрани човек гори, јер он сабира све снаге слично сунчаним зрацима у жижи, даби затим произвела јаку топлоту и разгореле се. Са унутрашњим сабирањем повезана је топлота: Дух у неку руку среће самога себе и узбуђује се од радоти. Унутрашње тиховање значи спремност и снагу за делање. Онај који је сабран је јак, као уређена војска,док је расејани слаб и стално пада.

Унуташње сабрани има увид у сву своју унутрашњот: онај који стоји у средини надгледа све радиусе истовремено; а ко се удаљи од центра, може да сагледа само један радиус. Унутрашње сабрани има увид у све покрете унутрашњих сила и може њима да управља. Распламсавање духа, силе и моћи осећања, претставља истински дух пламене ревности. Стога увек важи захтев: остани унутра усеби, и нећеш никад престати да ревнујеш. Тако је молитвена сбраност основни услов духовног живота. Њено развијање зависи од већ споменуте три снаге душе и од њима припадајућих телесних функција:

1. Пажња ума при тиховању чула;

2. Напрегнутост, постојаност воље при напетости мишића,

3. Трезвеност срца при уздржавању од лености и телесних уживања.

Из тог резултирају срдства за сабирање и правило: држи далеко све од себе што смета тиховању и скреће те према споља. Чула се покрећу кроз утиске; ум се расејава кроз маштарије; мишићи се распуштају кроз немар; воља кроз жеље; тело отроми кроз мировања; срце кроз везивања. Бити трезвен значи не везивати своје срце ни зашта сем за Бога. Страсне везе узимају души трезвеност и чине је пијаном, тако да више не зна шта чини.

Услови и срдство за унутрашње тиховање, јесте борба против маштарија, жеља и стасних везивања, при уздржању тела. Ово сабирање и тиховање долази до пуног изражаја кад се, уз одговарајући труд, стекне трострука чистота:

1. Чистота ума од непожељних помисли;

2. чистота срца од страсних веза, и

3. чистота воље до жеља и похота

Труд за постизање истинске унуташње сабраности главни је задатак сваког духовног подвига, јер она претставља простор у којем се све што је духовно одиграва, као: неведљиве борбе, богомислије и молитва. Било шта да радиш, вежбај се у унутрашњем тиховању (Св. Теофан Затворник).

Не веруј, међутим, да унутрашње сабирање можеш да задобијеш својом снагом. Као што сунце не мое да сија без светлости, тако ни срце не може да се очисти без Исусове молитве. И као што снег или вода - не могу да произведу ватру, тако исто и срце не може од ржавих мисли, осећања и дела да се ослободи, ако унутрање сабирање није повезано са срдачном молитвом. Зато се потрудимо да име Христово сагласно нашем дисању призивамо.

Безумни бродар претрпи брзо бродолом, ако завреме буре пусти морнаре на одсуство, потом веслас и једра баци у море па легне да спава. Још лакше пропада она душа која будно не вежаба тиховање и напушта срдачну молитву. Треба будно и свесно да живимо и да са тим повежемо молитву, - само тако ћемо ичи сигурно, чистећи и украшавајући одају нашег срца. Али ако се само ослонимо на нашу пажњу и будност, онда ћемо при нападу непријатеља бити брзо смућени. Он ће лако да нас заплете у мреже заблуда и жеља. Једино име Исуса Христа - тај победоносни мач, који се непрестану у чистом срцу покреће, може да их растера или сагори као сламу. Ако је ваздух у срцу чист, онда ништа неће ометтати да светлост Христова у нама засија. (Преп. Филотеј Синајски).

Унутрашња топлота

Плод духовног живота почиње, чим
се срце загреје.
(Св. Теофан Затворник)

Чиста савест и ревносна молитва производе тополоту срца. Зато се вежбај ревносно умолитви и чувај топлоту срца. Страх Божји производи и чува унутрашњу топлоту. Али је потребно и смирење, верно извршавање правила, а пре свега будност. Ако се ревносно и уредно трудиш у Исусовој молитви, и ако тражиш љубав Божју онда се уз помоћ Божје благодати распаљује у твоме срцу она ватра која је клица духовног живота, и која претставља уселење Божје у нас.

Како су искусни Оци загревали дух молитве у себи? Пре свега они су тражили да срце непрестано гори само за Бога. Бог тражи срце, јер оно је праизвор живота. Где је сдрце, тамо је и свест, разум и пажња - цела душа. Ако је срце у Богу, онда је и цела душа у Богу, и човек пребива у духу и истини пред Њим.

А сад ћу да опошем средства да би се произвео стални огањ усрцу. Како он може да се задобије? Сети се како се спољна топлота производи: трља се дрво о дрво, кремен о кремен и добија се топлота или ватра. Ако се неки предмет држи на

сунцу, он се загреје; ако се још више скупи сунчаних зракова,онда се запали. Средства за поризвођење топлоте слична суфизичким. Трљању дрвета одговара испуњавање заповести. У оној мери у којој се унутрашњот чисти, у тој се срце постепено загрева. Али тај је пут спор и са много препрека.

Исусовамолитва сличи лупи на сунцу. Што се она ревносније и сабранијије користи, утолико се брже чисти унутрашњост, и срце се распаљује ка Богу. Ако хоћеш да је обављаш ревносно и без прекида, она ће се ражарити у срцу и кроз благодат Божју и сведочити да духовни живот ступа у средиште нашег бића, да почиње Царство Божије. Што се Исусова молитва у срце више утискује, утолико се она јаче загрева, молитва постаје самоделатна, тако да се огањ духовног живота разгорева у срцу и гори, док молитва - почне да испуњава и непрестано покреће цело срце.

Сад осећање сличиједноммеху, или крми души. Човек њиме бива стављен у погон и може безусловно да испуни оно на шта га његово осећање покреће. Ко тежи да успостави ред у својој унутрашњости, као срдство за то налази ово духовно осећање, ову топлоту срца према Богу.

д. О природној, неприридној и духовној топлоти

Помоћу сабирања свих снаг у срцу, на крају се рађа у њему унутрашња топлота. При томе треба разликовати природну топлоту од благодатне топлоте и неприродног распаљивања. За настајање природне топлоте важно је, где стоји ум у време молитве. Ум треба да стоји у горњем делу срца, д би стојећи изнад сдрца, од горе на доле потпуно слободно имао преглед и да отуда држи под контролом, што се испод њега дешава.

Ако стоји у средњем делу срца, он се спушта исувише лако наниже, до појасног предела, меша се нехотично са чулном топлотом овог дела, и изазива, кроз споствену кривицу, искушење.

Природна, топлота има свој почетак и свој крој у области бубрега; она у неку руку опасује тело и приноси на душу грубост, хладношу и пометњу. Топлота која делази од ђавола меша се са страсним разгоревањем. Ова угрејава срце и удове кроз чулну пожуду и везује ум одвратним представама. Место духовне топлоте доживљава се распаљивање, место тихе радости буди се бесмислена јпохота све до тајне насладе - уз покушај кушача да ову заслепљеност претстави као и праву благодат.

Духовна топлота почиње и завршава се усрцу. Ако пажња продре у срце, она, по природи ствари ту сабира коу у жижи, све снаге душе и тела. Ово сабирање целог људског бића праћено је једним нсрочитим осећањем, које чини почетак топлоте. Тај осећај се, на почетку, нежан и хладан, касније се оснажи и загреје. Природна, телесна топлота крви само је претеча благодатне топлоте. (Св. Теофаљн Затворник)

Духовна топлота која од Бога долази, почиње и завршава се самолитвом; она души дарива поуздање и плодове Духа. Она се испољава у молитвеним покретима. Њен приви плод је унутрашња сабраност и неприкидно обраћање Богу, при једном

утанчаном дуговном осећању. Повремено се загреје цело тело, док ум чист и бестрасан пребива у молитви као укорењен у дубинама срца. (Василије Молдавски)

ђ. Благодатна топлота при срдачној молитви

Код Исусове молитве се не тражи природно физичка топлота у срцу. Много пре се тражи да у срцу ступи огањ благодати и да отпочне непрестана благодатна молитва. Исусова молитва не даје сама ову варницу благодати, али кроз унутрашње сабирање пред Богом, допрриноси њеном добијању и разгорева је до светог пламена. Пројављивање благодатног духовног живота, настајењем Царства Божјег у нама - прати распламсавање духа, или духовна топлота. При томе се не сједињује само ум у богомислију са Богом, него цело наше духовно биће ступа у живу заједницу са Њим; а Бог је огањ. И тако се духовна топлота и разгоревање духа усељавају у нас оним тренутком кад се Царство Божје отвори у нашој унутрашњости. Ова топлота производи топло осећањее Бога. Неправилно је себе задовољити са самим осећањем топлоте, без да се обрати пажња на духове покрете и само созерцање Бога, јер у том случају остаје само једна животињска топлота крви... а та природна топлота није ни духовна ни благодатна. Она постаје духовна само код духовних, молитвених покрета. Благодатна топлота је нешто нарочито, она не изазива никакве телесне покрете, него је праћена од једног финог осећаја блаженства.

Нека дубока утеха прожима душу, благодатан страх Божји са поуздањем и радосним болом; под неизмернм дејством благодати срце све јаче се распаљује и шири топлоту или светлост која из срца истиче и слично сунцу озрачује нашу унутрашњост. Под његовим узицајем смирује се мисли, унутрашња атмосфера душе постаје чиста, сви рђави и добри покрети душе постају у клици уочљиви, и добија се снага да се ти рђави покрети изгнају. Ово унутрашње светло осветљаава такође и спољашност, чини да разликујемо правилно од неправилног и дајем нам сангу да се правилнога држимао.

Једном речју, почиње прави делатни духовни живот, који се досад само повремено појављивао. Сад топлота постојано узраста у срцу и везује пажњу ума за себе. И та веза срца и ума придставља целост нашег духовног организма.

Кад су срце и ум у молитви сједињени и кад се мисли не расејавају, онда се срце загрева од духовне топлоте и у њему тада зрачи Христова светлост те целог унутрашње човека испуњава мирим и радошћу. Да би се светлост Христова примила у срце и користила, душа мора да се по могућству сабира у својој унутрашњости... Треба затворити очи, спостити ум у срце, и призивати име Исуса Христа. По мери марљивости и духовне ревности за Њега, човек ужива блаженство које буди тежњу ка све вишем просвећењу. Ако ум остане кроз такву вежву непмично у срцу, онда светлост Христова засијава у срцу и осветљава дом душе божанским просвећењем. У нама светли Сунце правде. Ово је светло истовремено и живот, по речи Јеванђеља: „У њему беше живот и живот беше видело људима“(Јован. 1,4). (преп. Серафим Саровски).

Тек кад Божји огањ угреје срце, почиње наше унутрашње приобраћење. Тај огањ ће прожети све, претопити и одуховити, док све буде продуховљено. Без овог

огња, ма колико се залагао, ти нећеш д постигнеш просветљење. (Св. Теофан Затворник)

е. Љубав срца према Богу

Непрестана срдачна молитва убрзава разгоревање срца ка Богу и љубав према Њему
(Св. Теофан Затворник)

Уколико се више трудиш, утолико брже молитва срашћује са срцем. А што дубље Исусова молитва продре у срце, утолико се срце јаче угреје, и утолико опет молитва постај есамоделатнија; а кад ватра духовног живота трајно у срцу гори, молитва ће непрестано испуњавати цело срце.

Духовно распламсавање срца према Богу је љубав према Њему. Она се пали чим га се Бог дотакне јер Он је сам Љубав.

Тад цело људско биће захвата нека несхватљива духовна снага и привлачи га Богу. Молитва извежбанијих извире из целог срца. Тада молитва постаје унутрашња неопходност као што су храна и пиће. Она се покреће сама у срцу, на јави као и у сну, и ништа није у стању да је отуда уклони. Та истинска молитва срасла је са душом и непрестано се у духу приноси. (Пафнутије Кијевски)

Кад ти Бог дарује ту „рану у срцу“, онда је све чему си тежио, само од себе постојано, или јеш више од тога - нека унутрашња проницљивост, без да ти мислиш, сама све уређује. Тада ти носиш у себи мудрост свих учитеља. Моли се Богу да ти јпоколони овај дар. Употреби нато све молитвене трудове. То је оно скривено благо, тај непроцењиви бисе. (Св. Теофан Затворник)

Срце је станиште Божје. Он, разуму несхватљив, ступа у срце и станује у њему. Он који је скривен војскама огњених очију (анђелима) стечен је срцем. Земља није у стању да носи Његову ногу, док Га чисто срце у себи носи. Свод небесни није довољан за Његову стопу, док му је срце пребивалиште. Све створено није у стању Безгарничног да обухвати, док Га најмање срце, које Га тражи, прима у себе. Мали је простор изабрао Бог као своје станиште у човеку, и човек постаје храм Божји у коме Он пребива. Душа је Његов храм, срце жртвени олатар славе и хвале, а ум свештеник који свету службу обавља. (Преп. Јефрем Сирин)

7. РАЗГОРЕВАЊЕ ДУХА И ЕКСТАЗА МОЛИТВА

Кад те Дух Свети испуни, онда Га ти познајеш по стању једне тих еи дубоке, најунутрашније радости, коија се повремено уздиже до разгоревања духа
(Св. Теофан Затворник)

Разгарање духа чини кормило свех унутрашњег живота. Оно се може постићи само уз помоћ благодатне снаге Духа Светог. Он утискује души наравску снагу, као дејство духовног поновног рођења.

Огањ Духа Светог сагорева сва помућења унутрашњег вида, очишћава ум и чини га прозорљивим, да би сагледао Божја чуда. Само кроз њега душа оже да задобије своје духовно новорошење, и да буде Богом обдарена неисказаном лепотом духовних способности.

Притом небива само ум прожет богомислијем: цело наше духовно биће ступа сад у живу заједницу са Богом, а Бог је огањ. Унутрашња топлота усељава се унас оног тренутка кад се Царство Божје отвори нашој унутрашњости. Ова топлота даје снагу да срдимо наш живот и да испунимо све што је по вољи Божјој.

Деловање Духа Светог је нешто несхватљиво и ни са чим упоредиво. Он нам најпре отвара неограничено самопознање, држи нам на потресан начин наш страшни грех непрестано пред очима, води душу до самоосуде, показује јој пад човечанства и дубоку, мрачну провалију погибељи. Онда нам постепено дрива растућу пажњу и покајање срца при молитви. Тако Он неприметно припрема сасуд душе и онда се одједоном дотиче неочекивано, несхватљиво, раздвојених удова мога бића и они се сједињују! Помоћу Његовог силног додира ја сам постао нов човек. Творац делује при новостварању као некад при стварању. Кроз додир Његове руке повезује се мој ум, моје срце и моје тело и постају једна целина. Онда они тону у Богу и прибивају у Њему, све док их Њаегова несхватљива, свемоћна рука држи. (Ихњатије Брјанчанинов)

У суштини духовног огња лежи потреба да човека љубању веже за духовни свет.

При првом удару поклоњене благодати отвара се унутрашњем оку непосредно гледање духовног света. Њему свиће јутарње руменило духа.

Човек гледа Бога каоСунце истине у унутрашњости срца. Срце се испуњава као живи храм Божји Његовим отривењима.

Пламена ревност је суштина духовног огња. Само она може код појединих људи да узме разне правце: коад једнога она се управља на строги подвиг у унутрашњем усавршавању. Код другог се троши на делатну љубав. Код трећег се обраћа надобро заједнице. Тако сваки човек добива, сходно својим унутрашњим предиспозицијама, нове способности кроз Духа Светога. Сваки дар има у нама један природни пријемни орган. Тако је разум орган мудрости. Ум је орган бестрасне разборитости. Чији ум влада над страсима гнева и чулности, тај добија виши духовни ум. Природна људска љубав је орган лечења. Ко је у људској љубави узнапредовао, при уништењу свог самољубља, - добија дар лечења. (Преп. Калист и Игњатије). Тако Дух Свети дарива нови духовни ум, нове очи духа, нови језик и води ка новорођењу у Духу.

а. Синовство и обожење

Дух сведочи нашем духу, да смо деца
Божија (Рим. 8, 16)

Најзад се завршава време скривеног богозаједништва и Његовог дејства. Сад се Бог на нарочит начин усељава у човека и очигледно га испуњава. Ако воља стрпљиво и непоколебљиво следи Духу Светом, ако душа живи у сагласности са заповетима и ако Га неповређује више у ниучму онда се благодат усељава непосредно, лицем к лицу, у човека, и он постаје обиталиште Дуга Светог. (Преп. Макарије Египатски)

Душа се - после многих стављања на пробу - усиновљује Богу. Бог се сам поверава срцу, и удостојава човека да буде једнога Духа са Њим. Божја благодат му дубински осветљава цело његово биће. „ Обрати к нама, Господе, светло лице твоје“.(Пс.4,6). Господ се настањује учовеку и испуњава га даровима Духа Светог.

Људи који су удостојени новорошења у духу и богусиновљења, доживљавају многострано деловање Његове балгодати. Њих повремено испуњава неисказана радост: „И радоваће се срце ваше, иваше радости нико неће узети од вас“. (Јов. 16. 22). „Царство Божје..., је радост у Духу Светоме“(Рим. 14,17). Душа пламти и стреми у неисказаној радости и љубави к Богу. Њу често савлађује неисказани дубоко - унутрашњи мир, нека чудна окриљујућа лако ћа. А потом поново проживљава најдубље, пуно смирење, покајничко самопознаање и покајање срца или страдање сацелим родом људским. Дух често допушта да се разгори таква љубав, да би сваког човека хтела да затвори у своје срце, не разликујући рђаве од добрих.

Благодат умирује срце,као и све покрете бића, дућа сличи у својој радости безазленом детету, она не осуђује ни грешнике ни фарисеје; на све гледа чиста ока, радује се свакоме и желела би свакога да воли и појштује . Духу се повремено открива сакривена мудрост и открива поглед у Божје тајне. Ко Бога воли и остаје у молитви, тај на чуданначин бива поучаван у тајности. Истина му се сама отвара: „Ја сам истина“ (Јов. 14,6). У души оданог открива се истина. Дух Свети му се ближи и са њим остаје у заједници. Божанска благодат сама у његовомсрцу пише законе Духа и прожима одатле његове мисли и удове. Поседник благодати прозире сваког човека, он познаје изворе његових мисли, степен његове унутрашње зрелости (види 1 КЈор. 2, 14). Човека прожима често неко неодољиво синовско поверење према Христу, увек му се откривају нови унутрашњи простори и откривења. Као сину и наследнику, њему се поверавају неисказане ствари. Као што јасно природно око увек опажа сунце, тако и чисти ум сагледа светлост Христове славе, и остаје - ако га благодат просветли - дан и ноћ у Њему. Кроз то се душа испуњава Божјом љубављу, тежи свакој врлини и задобија непресушну љубав према Христу. Она доспева у Његов мир,гиби све доконе маштарије и може, чиста срца, да служи Богу и да празнује празник Духа Светога.

Ова дејства Духа дешавају се непрекидно, једно следи другом. Она се повећавају са усавршавањем онога који се моли. Ако се душа очисти од свих страсти и ако постигне духовно савршенство,њу Дух прожима све више и више.

Ако се душа сједини са Господом, Он се са њом повезује; ако је њен ум стално у Његовој благодати, тада душа постаје са Богомједнога Духа, једног ума, они се сједињују. Она му целосно служи и Он остаје целосно у њој, прожимајући и њено тело. (Св.Теофан Затворник) У ово обожењу људско биће,као непоновљива јединствена личност створена по лику Божјем - задобија свој пуни узраст. У светлсоти Божјој оно долази истовременео до свог пуног сазревања.

б. Просветлење преображења

Ко постигне циљ благодатног живота, он
се сасвим освећује, слично сјајној зве-
зди, светлозрачећем сунцу. (Св. Теофан Затворник)

Добро је да се с времена на време циљ облагодаћења учини присутним. Сећање на то делује тако да се све силе непрегну како би се тај циљ постигао. Ако си се слободно исвесно окренуо благодати и задобио благодатт Духа, каква ће бити твоја унутрашњост? Биће потпуно светла као светло - сијућа звезда. Тако је то. После духовног новорођења у духу, унама се развија унутрашња обнова, и просветљење - кад брзо кад полако - зависно од нашег напора, пре свега од нашег самоодрицања. Господ не пита какав си раније био, Он очекује само твоју чежњука просвећењу, твоју тежњу ка светости.

Све док се душа предаје страстима, њена је одежда мрачна као најтамнија ноћ. Ако се душа преда свакодневној хуци, макар и са мање страсти њена ће одежда постати сива, као нека неодређена магла. Ако потом благодат дође она постаје постепено светлија, као кад се мутно време разведрава. Ако благодат душу захвати сасвим, онда њена одежда постаје као јасно светло. То је просветлење или преображење. Унутрашњост онога ко је у благодати сија као звезда, у духовној и усштаственој светолости.

Господ сам каже, да душе праведника постају светлост: „ Ви сте видјело свијету..., да се свијетли ваше видјело пред људима “. (Матеј. 5, 14,16)

Ко одбаци одежду „старог човека“ таме, њега - Хрисотс одева у „новог човека“ неисказано светлог - пуног вере, поуздања, - љубави и мира.

Ова унутрашња светлост пробија се повремено споља те постаје и за друге видљива. О таквим појавама слушамо много у предању о богоозареним Оцима Цркве. Једни су зрачили светлошћу, други су стајали као огњени стубоби у молитви.

Неки су просветљени молетвеници гледали ову надземаљску светлост на олтару; или кроз њихово сопствено тело, или као унутрашњу светлост у срцу, која им је отварала доубоку унутрашњу, скуривену светлост и испуњљавала их неисказаним благодатним боговиђењем.

Преображење дГоспода на гори Тавору кад се показао у светлости своје славе, и кад се Његова хаљина као муња засјала, истох је јпорекла. Светлсот преображења је светлост божанства. Она је неприступачна, неописива, безвремена, вечна... Боговидцима Бог је сва светлост..., и што је у чулном свету сунце, то је Бог у духовном свету. Човек који је искусио божански дејство као дар благодати, сам је у неку руку светлост и живи у светлости и гледа, сједињен умом са светлошћу, оно што без такве благодати остаје скривено свима онима који се нису уздигли изнад телесних чула. Јер Бога гледају само они који су чистога срца. (Св. Григорије Палама)

Ако се душа уздиже ка духовном савршенству и себе чисти од свих страсти, она се у неисказаном општењу са Зтешитељем Духом сједињује и прожима Њиме. Онај кога Дух удостоји своје светлости, постаје и сам сав светлост. Као што је

сунце сво светлост и свестрано зрачи светлост. И душа која је сасвим осветљена неисказаном лепотом светлосне славе и каја је сасвим ступила у заједницу са Духом Светим и постала Божјим обитавилиштем,бива и сама Дух. Тад она постаје сва светлост, сва око , сва лик, сва радост и мири, сва љубав, милосрђе, милост идоборта. (Преп. Макарије Египатски)

Сунце чини сва тела да абуду прозрачна, светла, отсијавајући - као вода, кристал или злато. Тако исто и наш божански Отац чини сунцима све оне у којима се налази. Хрисстос хпоће све да осветли, просветли и оживи кроз светлост божанске благодати.)Св. Јован Кроншански)

Желим ти да под дејством подарене ти благодати, која делау у теби, постанеш светлозрачно сунце. (Св. Теофан Затворник)

в. Сведочанство Духа

„Ријеч моја и поучење моје не бијаше у надговорљивијем ријечима људске премудрости, него у доказивању Духа и силе.“
(1 Кор. 2,4)

Разговор великог руског старца,Серафима Саровског са великопоседником и судијом Николајем Мотовиловом у новембру 1831. даје увид у стање просветљених. Мотовилова је цолог живота мучило питање о циљу хришћанског живота. Отац Серафим показује овај циљ у задобијању благодати Духа Светог. Молитва страрца отвара Мотовилову непосредно просветљење. Билешке Мотовилова јпричају нам о освом догађају следеће:

„Било је то једног четвртка. Небо беше облачно, земља покривена дебелим слаојем снега. Снег јојш увек падаше у великим пахуљицама, кад отац Серафим поче са мном датазговара. То беше на пропланку код његове ближе „пустиње“, на обали реке Саровке, дуж које се протезаше ланац брежјуљака. Ја седдох на једно недавно отсечено стабло а отац Серафим ту, поред мене.

- Господ ми је открио, рече многопоштовани Старац, да си ти у својој младостижелео да сазнаш шта је смисао хришћанског живота. Ти си ово питање често упућивао разним високим духовницима,али нико ти ништа одређено о томе одговорио. Теби је саветано да идеш у цркву, да испуњаваш Божје заповести и да чиниш добра дела, јер у томе свему лежи смисао хришћанског живота. А неки су чак кудили товоју нездраву радозналост, како сује они сматрали, и говорили су ти: Немом да се интересујеш за оно што је за тебе исувише високо. Они нису говорили са тобом онакко како је требало да говоре. Зато ћу сад ја,јадни Серафим, да ти објасним у чему тајсмисао сттварно лежи. Молитва, пост, бдење и сва остала хришћанса дела су по себи добра, но ипак у њиховом извођењу не лежи смисао хришћанског живота, јер она су само помоћна средства ка томе циљу. Прави смисао хришћанског живота је задобијање Духа Светога.

Имај у виду да нам ни једно добро дело не доноси плодове Духа Светога, ако није учињено из љувави према Христу. Оно нам не доноси ни награду у вечном животу, нити пак благодат у садашњем. У том смислу Господ је рекао: „ Ко са мном не сабира, расипа.“ Али добро дело које се у љубави Христовој чини, не

доноси човеку само круну праведности у загробном животу, већ га у овом, земаљком животу, испуњава благодаћу светога Духа,као што је речено: „ Бог не даје Духа по мери, Отац воли Сина и све је њему дао у руке.“ Да , Божји пријатељу, задобијање овог Духа Божијег у ствари је циљ хришћанског живота. Творац нам даје средства, али остварење је човеку препуштено.

- у ком смислу Ви говорите о задобијању? запитах оца Серафима. Ја ти не разумем сасвим.

- Задобити значи стећи. Ти сигурно знаш шта значи стећи новац, зар не? То исто важи и заДуха Светог. Животни циљ просечног човека је дазаради новац, или да стекне почасти, одликовања инаграде. Свети Дух је такође капитал и то вечити капитал, благо које има вечну вредност. Реч Божја, наш Господ Исус Христос, Бог и човек,упоређује у Јеванђељу наш живот са тржиштем а наше делања у земаљком животу са трговином, и он нам свима говори: „ Купујте док ја дођем и користите време јер су дани зли“. То значи, будите рачунџије са временом , да бисте са овим земаљским добрима стекли небеска блага. А земаљска добра су сва из љубави према Христу учињена дела која намдоносе благодат Духа Светога.

У јеванђелској причи говоре мудре девојке лудим девојакама којима је нестало уље: идите и купите га код трговаца. Али док суоне куповале беху врата на свадбеној дворани затворена и оне не могоше више да уђу. Њемање уља објашњавају неки као недостатак добрих дела, али ово тумачење не може да буде тачно јер су оне, иако се називају лудима, биле сачувале своје девичанство. Девичанство је једно од највећих врлина, једно стање које људе чини сличним анђелима и све друге врлине може да надокнади. При свој мојој недостојности,ја ипак мислим да је њима у ствари недостајала благодат Духа Светога. Оне у своме духовном незнању мислиле да су добра дела сама по себи довољна да би се постигао циљ хришанског живота. При том оне нису помишљале да ли су тим делима задибиле и дар Духа Светога. Није одлучујеће у нашем животу да чиним добро само ради добра, већ управо ради Духа Светог као јединог вечног блага које никад не пресушује - њега да задобијемо. Дакле, благодат Духа Светога је уље које лудим девојкама недостајаше. Та благодат је плод свох врлина, без које ни за кога нема спасења и не може га бити. Јер се каже: „ Свака душаиви Духом Светим, чистотом се узвишава и светли се у светој тајанствености Тројичног јединства“.

Дух Свети се спушта у нашу душу. Али боравак овог Свесилног у нама је могућ само уколико ми са своје стране и на сваки начин покушамо да га задржимо.Он тада припрема Богу Творцу у нашој дупши и у напем телу, олтар - сходно непролазној речи: „ Јер ћу међу њима становати и бити њихов Бог, а они ће бити мој народ“.

Свако доро дело које се чини из љубави према Христу доноси благодат Духа Светог. Ипак, молитвом се то најлакше постиже, јер она је оруђе којим увек располажемо. Може бити д ти хоћеш да идеш уцркву, али у тој околини нема црве; или хоћеш дауделиш сиромаху, али га на твоме путу не сретнеш; или хоћеш да будеш непорочан, али твоја наклоност и твоја слабост пред замкама непријатеља учини да не нађеш у себи потребну снагу. Док је молитва увек и за сваког могућа: за богатог исиромашног, за ученог и простог, за јаког и слабог, за праведног и грешног. Сила молитве је бескрајнаи веше од свега другог она нам доноси

благодатт Духа Божјијег. Молитва нас оспособљава да можемо да говорима са милостивим и животодавним Господом.

Али ми треба да се молимо до оног момента кад Господ кроз своју благодат у нас сиђе. Кад је Он у нама - молитва мора да престане јерје испуњена. „ Дођи и усели се у нас и очисти нас од сваке нечистоте и спаси, Благи душе наше“. Сад нас Он учи даље шта треба да радимо.

- А шта је са другим, из љубави према Христу, учињемим делима? Ви сте говорили само о молитви, рекох му ја.

- Труди се да благодат Духа Светога задобијеш помоћу сваке врсте добрих дела, али првенствено оих дела која је, у нејвећој мери,стичу. Сакупљај драгоцене благослове из божанске милости и улажите их у „штедионицу“ вечнога Бога, али не за 4% или 6% већ за 100% и бескрајно више. Ако ти, на пример,молитва и ноћно бдење више ове божанске благодати доносе, онда се моли ибди. Ако ти пост доноси више овог божанског Духа, пости. Или ако ти давање милостиње користи, дај милостињу. Ако о себи треба да говорим, ја потичем из трговачке породице. Пре него што сам дошао у манастир, кад сам са својим братом водио трговину, ми смо увек куповали и продавали ону робу којанам је највише доносила добит. Исто тако мораш и ти дарадиш. Наш циљ као хришћана није да умножавамо број добрих дела, већ да кроз њих, колико је могуће више , задобијемо дарове Духа Светога испитујмо сва добра дела која из љубави према Христу можемо да учинимо. Подели дарове благодати онима којима требају, по узору горуће свеће која сама собом светли и са земаљком ватром друге свеће пали а да се сама не угаси. Она гори и сија да би свету светлела. Па кад је то тако са земаљком ватром, шта онда да кажемо о благодатној ватри Светога Доха Божјег? Јер кад се земаљка добра дарују, она не стају, док небеска блага божанске благодати,штосе више деле,толико се више умножавају код оних који их деле.Стога је наш Господ рекао Самарјаци: „ Сваки који пије од ове воде опет ће ожеднети, а који пије од воде које ћу му ја дати неће ожеднети до вијека; него вода штоћу му ја дати биће у њему извор воде која тече у живот вјечни.“(Јован 4, 13-14).

- Оче, рекох ја, ви говорите све време о благодати Духа Светога која мора да се задобиај како би се дошло до циља хришћанског живота. Али како и где ја могу њу да видим? Добра дела сувидљива, али може ли Дух Свети такође да се види? Како могу ја да знам да ли је он са мном или није? Старац на ово одговори:

- Ми смо се због наше млаке вере и славе пажње коју посвећујемо делима божанског провиђења у односима Бога и човека, сасвим удаљили од хришћанског живота. Нама данас изгледају неразумљиве речи Светог Писма, које Дух Божји изговара кроз Мојсијева уста: „ Адам виде Господа који сеу Едемском врту шетше“. Исто и речи које читамо код апостола Павла: „Ми продужисмо за Витанију, али Дух Божји не беш са нама; ми се окренусмо према Македонији и Дух Божји беше са нама“. На више места у Светом Писму говори се о томекако се Бог показивао људима. Неки ку да су та мета неразумљива. Зар је могуће да су људи могли да виде Бога? Па ипак, онде нема ничег неразумљивог. Ми смо се само тако много удаљили од ширине ранохришћанског гледања и истичући ново образовање, упали смо у такво новонезнање, да нам је несхватљиво оно што су стари сасвим јасно могли да разумеју. Ја говорим о томе да су они размевали јављања Божија. Аврам и Јаков са Бога видели и са Њиме говорили. Јаков се чак са Њим грвао.

Мојсије је видео Бога, а такође Га је видео и народ који беше са њим, и пламени стуб, који је видљива благодат Светога Духа, беше водиеч народу Израиљскм у пустињи.

Бог и благодат Светога Духа нису били виђени у сну или у икстази, или фантазији, већ стварно и истинито. Пошто смо данас постали тако равнодушни у односу на дело нашег спасења, ми не разумемо многе речи Светог Писма, како би их у ствари требало разумети. Ми се не старамо о задовијању благодати и из наше гордости је не пуштамо да се устали у нашој души. Он иначе шаље у срцва људикоји Га, гладни истине, свим срцем очекују. Кад је наш Господ Исус Христос по своме васкрсењу благоизволео да испуни своје дело спасења, Он задахну апостоле и обнови у њима дух живота који Адам беше изгубвио, и даде им благодат Светога Духа у облику огњених језика, који су се на њих спустили и испунили их силом божанске благодати.

И ова удахнута благодат, која се свима који у Христа верују даје у тајни Светог крштења, утискује се на деловима нашег тела које Црква као најважније сматра, да би та благодат за наше тело била земаљски анђео чувар. Тада се при обреду говори: „Печат дара Духа Светтога“. Кад после нашег крштења никада не бисмо грешили ми бисмо остали за све време свети, сачували чистим од свих прљавштина душе и тела. Али у томе заправо лежи зло, што ми упоредо са телесним узрастом не растмо и у благодати и познању Бога, као наш Господ Исус Христос. Напротив, ми се постепено лишавамо благодати најсветијег Духа пошто на различите начине постајемо грешници, чак велики грешници. Али човек, који се осећа привучен благодању, одлучи да своју душу преда Богу и да над својим спасењем непрестано бди, он ће правим покајањем добити очишћење свих својих грехова и врлинским животом задобиће поново Духа Светог који ће у њему да делује и у његовој души да устројава Царство Божије. Благодат Духа Светога која нам се на крштењу у име Оца, Сина и ДУха Светога даје као залог непроцењивих заслуга Христових за нас, свели у нашим срцима и онда када се спотичемо и кад нас тама окружује.

Код покајнички обраћеног грешника ова светлост зтире све трагове пређашњих застрањења и облачи бившег грешника у духовну, благодању Духа Светога изаткану хаљину.

Али ја хоћу да ти јасно схватиш шта треба разумети под благодању, како се она распознаје и у чему се њено дејство састоји, нарочито код онога који је њоме просветљен. Благодат Духа Светога је светлост која човека просветљава. Господ јевише пута пред многим сведоцима откривао деловање Духа Светог. Сети се само Мојсија после његовог разговора на Синајској Гори. Људи нису могли да га погледају, тако је јако зрачио изванредном светлошћу. Он је стога морао да се пред народом покаже са покривеним лицем. Потсети се такође преображења на Тавору. „ И засја се лице његово као сунце а хаљине његове постадојше беле као снег... ученици падоше ничице и уплашише се врло“(Матеј 17, 2 и 6). Кад им се Илија и Мојсије показаше, њих заклони облак од сјаја божанске благодати који је њихове очи засенио. Исто се тако показује благодат најсветијег Духа Божијег у неисказаној светлости онима којима Он своје дејство открива.

- Како је могуће да занам дали сам ја сад у благодати Духа Светога?

- То је сасвим просто, Божји пријатељу, одговори ми отац Серафим. Није ли Господ рекао да је све просто за онога који верује. Апостоли су имали то сзнање и заноли су увек дали Дух Божји на њима почива или не. Када су Духом били прожети и њега свесни, за њих је било јасно да је њихово дело свето и Богу угодно. Тако се објашњава оно што су они у својим посланицама писали: „ Јер се учини Духу Светоме и нама добор“. Само на сонову ове као стена чврсте извесности, написаше они своје посланици као непроменљиве истине свим временима на корист. Свети апостоли су дакле осећали присуство Духа Божијаег.

- Ја ипак не разумем, наставих ја, како бих асолутно био сугуран да сам у Духу Божјем. Како бих ја могао сам у томе да будем сведок? Ја бих желео да то знам сасвим сигурно.

Отац Серафим стави тад своју руку на моје раме па рече: Божји пријатељу, ми смо обојца, ти и ја , у Духу Светом. Зашто ме не погледаш?

- Ја не могу да вас погледам, оче, јер је ваше лице постало светлије од сунца и моје су очи од тога засењене. - Немој се плашити. Божји пријатељу, је и ти си сад постао светао као и ја. И ти си сад у поноћи Духа Светога, иначе ти не би било могуће да ме гледаш. Он се наже према мени и рече ми тихо на ухо: Захваљуј Богу за његову неисказану милост према теби. Ја се, како си могао приметити, ни прекрстио нисам, већ сам се само у срцу Богу помолио: О Господе, удостој га да јасно и свој им телесним очима види силазак твога Духа, којим ти удостојаваш твоје слуге, кад благоизволиш да се у твојој слави покажеш. И видиш, Божији пријатељу, Господ је одма услишио смирену молитву јадног Серафима. Каако се може њему за његов неописани дар да не захваљује. Јер не дешава се често, чак ни код врло светих јпустињака, да Бог соје молосрђе тако покаже. Ова је благодат, захваљујућу заступништуву Мајке Божије, твоје скрушено срце утешила, као штомајка своју децу теши. А сад зашто ме не погледаш? Нијшта се не бој. Господ је са тобом.

Ја га онда погледах и велики ме страх обузе. Замислите: у сунчевом кругу, у најсветлијем сјају његовог подневног лучезарја, ви видите лице човека који вам говори. ВИдите покрете његових усана, израз његових очију, чујете његов глас, осећате његову руку на вађем рамену. - али не видите ни ти руку, ни то лице, већ једино ту заслепљујућу светлост која се распоростире свуда око вас и која својим сјајем обасјава снежни покривач на пропланку, као и снежне пахуљице које падају попут белог праха. Шта осећаш сад? упита ме отац Серафим. - Осећам тишину и мири у својој души, које се речју не могу исказати.

То је мир о коме је Господ рекао: „ Мир вам остављам, мер свој дјем вам; на дајем вам га као што свет даје... Кад бисте били од света, онда би свет своје љубио, а како... вас од света ја изабрах зато мрзи на вас свет... Али не бој те се, јер ја ндвладах свет“. (Јован 14, 27, 15, 19, 16, 33). Људима које свет мрзи а које је Господ изабрао, она даје мир, као што га сада ти у свом срцу осећаш, мир који по речима апостола: „превазилази сваки ум“. - Шта осећаш још? - Неисказану сладост. Та сладост је она о којој Свето Писмо говори: Они се могу освежити на богатој пуночи твога дома, из струје твоје сладости појиш их. У додир са том сладошћу: топе се наша срца и ми смо обојица испуњени блаженством, какав никакав језик не може да искаже.

Шта осећаш? - Неисказану радост која испуњава све моје срце. - Кад Дух Божји сиђе у душу и обузме је својом пуноћом, она осећа неисказану радост у свему чега се дотиче. Али ова радост коју ти сд осећаш, није ипак ништ према оној, о којој Господ устима светог апостола каже: „Што око не виде и ухо не чу и у срце човеку не дође, оно уготиви онима који га љубе.“ (Кор. 2,9). Нама су сад дате привремене те радости, и кад се анша душа тако слатко и радосно кроз њих осећа, шта тек треба рећи о радости која је припремљена на небу онима који сад на земљи плачу. И ти си Бо+ији пријатељу, у твом животу плакао, цени сад утеху коју ти је Господ већ овде дао.

- Шта још осећаш, Божији пријатељу? - Неописиву топлоту. -

- Какву мој пријатељу? Ми смо у шуми, сад је зима, и свуда је снег око нас и снежне пахуљице да осећаш?

- Једну топлоту, као да се купам у топлој види. - А шта миришеш?

- Ништа на земљи није слично миомирису који сад удишем.

Пун благодати отац Серафим рече: Знам, Божји пријатељу, ја га такође удишем. Да, то је то, никаквом се земаљском мирису не може овај који се сад око нас разлива уподобити, јер тоје миомирис Духа Светога. Шта би иначе слично могло да буде на земљи? Ти рече да је топло, а снег се испод наших ногу ипак не топи. Следствено та тополота није у ваздуху него у нама. Ову топлотуми тражимо од ГОспода кад се молимо: Загреј ме топлотом твога Светог Духа. Пустињаци и испосници се не боје свирепости зиме, јер су они једнм блаословеном, од Духа Светог изатканом одећом, као крзненом бундом заштићени. Тако и треба да буде. Благодат Божија треба да станује у нама,јер је Господ рекао: Царство Божије је сад у теби, и благодат Светога Духа нас обасјава и тагрева, она испуњава ваздух миомирисом, она нас окружује, одушевљава наша чула до небеског усхичења и прожима наше срце неописаном радошћу. Наше стање је сад оно за које апостол каже: „ Царство Божје није јело и пиће, него правда и мир и радост у Духу Светоме.“(Рим.14,17). Ми припадамо онима о којима је ГОспод рекао: „Заиста, ја вам кажем неки овде неће умрети док невиде царство Божије да долази у сили“. То је заправо неисказана радост које нас је Бог Господ удостојио. То значи бити у пуноћи Духа Светога, као што св. Макарије Египатски каже:„ И ја сам био у пуноћи Духа Светога.“

Сад не треба више да питаш, на који начин може човек да буде у благодати ДФуха Светог. И ја мислим да ће ти Госпд помојћи да то увек задржиш у сећању, иначе Божја милост не би тако одмах силишила моју смирену молбу. Јер ово искуство није само теби намењено, него преко тебе и целом свету, да би многима користило.

Што си ти мирјанин а ја монах, то нема никаквог значаја. Бог глада само на праву веру у Њега и у Његовог Јединородног Сина. За то Он дарива благодат Духа Светога преко сваке мере. Бог тражи срца која су испуњена љубављу према Њему и ближњима - у њима се Он показује у пуноћи своје славе: „ Сине, дај ми твоје срце, све другоја ћу ти поклонити“. Тако ће и твоје богољубије да добије све од Бога што будеш узискао, ако то служи на славу Његову ина корист ближњима (Матеј 25, 4). Господ је бескрајно добар. Он испуњава вољу оних који Га воле и услишује њихову молитву.

г. Усељење Бога и Божја љубав

Код сађења лозе потребно је много марљивости и труда, да би се касније имала берба; ако не би било грожђа, цео би род био узалуд. Тако је исто и са молитвом . Сав наш труд био би узалудан кад би плодови духа, љубав, мир и радост недостајали.
(Преп. Макарије Египатски)

Прави хришћански живот је долотворно општење са Богом, живот Духа Светог у срцу, Који све освећује. Цео процес унутрашње промене душава се у светлу богозаједништва које води ка све дубљем разумевању божанског живота и врхуни се Божјим усељењем у нама.

На почетку општења са Богом везује се сила Божја са човеком слободом и почиње да чисти његову душу. Човек осећа силу, која га подржава и помаже му, али њега омета његово страсотљубље да почива у Богу. Њигово је срце незадовољно, неиспуњено. Он жуди за тим да Бога сасвим прими, да Га целим бићем воли, али то ипак не може због свог страстољубља. У општењу са Богом расте и повезаност са Њим. Потпуна заједница са Богом почиње онда кад Дух Свети постане човеку сасвим познат, кад у њему обитава.

Ова заједница није само мисаона, него пуна живота. Богомислије, тежња срца и ума к Богу, припрема човека на то да Га стварно у себе прими. Са усељењем Бог постаје у човеку активан без да људску личност са њеним способностима угаси: „ Јер Бог чини у вама да хочете и учините као што му је угодно“.(Филип. 2,13). „ А ја више не живим , него живи у мени Христос“ (Галат.2, 20).

Писмо једног умирућег старца своме ученику уводи нас у ова духовна искуства - Наводимо га по Ј. Гуријy „ Тајна хришћанског живота“ (Опитина, 1908):

„ Теби наближем пријатељу у Христу, желео бих да опишем оно осећање Божје љубави, којем сам ја 30 година узалудно тежио. Та тежња је изазивала болове у мом духовном рађању. С једне стране борио сам се до изнемоголости против себе и својих страсти. Сдруге стране живела је у мени чежња за нечим бољим и вишим, од свега што су страсти нудиле. Ова тежња је окриљавала мој дух, и ја сам осетио, како само љубав према Богу, ова вечна, бесмртна, стваралачка сила, може да ме задовољи, и нешта друго на овом свету. +удео сам за љубављу према Богу, али Њега се је требало удостојити, док сам ја остајао у сим својим слабостима. Међутим љубав према Богу је расла и постала пламена. Чинио сам по заповестима што сам могао, давао невољнима до последњег динара, трпео у тајности велику невољу, подносио мирно сва врећања и упиљо сам се да волим своје непријатеље. Али ипак ја нисам осећао никакву љубав према Богу. О томе су сведочиле моје страсти. Све више ме је испуњавала тежња за љубављу Божјом, али је ја у ствари нисам задобијао. Осетио сам да снага живота, та благодатна, стваралачка снага, лежи у љубави према Богу. БИо сам убеђен, да би окови страсти сами са мене спали, чим би ја ову љубав задобио, да би чак и њихови трагови у овој

љубави сагорели: „Истина ће вас ослободити, тада ћете бити уистину слободни“. Али моје стрпљење усахну и ја сам непрестано запомагао: „Дођи Господе, пребивај у мени, учи ме да испуњавам Твоју вољу, учи ме да Те волим. За Твоју свемоћ то треба да дје лако“.

Тада беше угодно Богу да ми пошаље једно страдање. Ја се разболех, али још нисам осећао никакву љубав у мени. Повукох се у себе, и много сам страдао ради тога што сам још без љубави а у греховима остадох. И колико сам више страдао и плакао, утолико постајах у свести радоснији што је грех изгубио своју силу нада мном, јер страсна узбуђења нису ми више причињавала никакву задовољство напустила су срце, и покајање ње приближило уз поуздање и захвалност према Богу. Што сам више страдао, утолико сам се лакше осећао. Био је то један радостан бол. Осетио сам потребу за чешћим причешћивањем и оно би беше давано. Потом мој дух окрили једно неисказано поуздање у Бога и срце беше препуно захвалности. Овде се мени ништавном отвори љубв Божја у Његовом делу спасења. Ова се љубав покретала тако силно у целој мојој унутрашњости, да сам јмоје болове једва осећао. Нисам могао ни у мислима ни у покретима срца да се одвојим од љубави према Њему. Сећање на цео Христов земни живот, сва Њеегова јављања и дела, испуњавало ме са радосним умиљењем, - и обнављало моје унутрашње биће. Срце беше испуњено поуздањем у спасење. Ништа није могло да ме покрене на сумњу у његову милост. Бог беше близу, душа је кроз Њега живела и осећала само Његову безграничну љубав.

Сваки корак из Христовог земног живота утискивао се јасно у моју свест. Све је било кроз Њега освећено: ваздух који дишем; вода коју пијем; постеља на коју лежим; мртвачки ковчег који ме је очекивао. Све постаде залогом мога спасења мога васкрсења, од умирања у телу, до мога прослављења у Богу. И ја осетих, да се ништа не дешава мојом заслугом, већ само кроз неизмерну милост Божју... Ја сам доживео најдубље моје грехе, док је мој дух истовремено и непрекидно окриљавало најблаженије поуздање у спасавајућу љував и милосрђе Божје. Сузе узбуђења текле су из мојих очију, нешто неисказано доживљавање моје срце. Блажен у љубави Божјој, ја бејах спреман да за вечност останем сам у своме болу, али са Богом у љубави према Њему.

То је Божја љубав. Та свемогућа стваралачка сила, та снага вечног живота. Кроз љубав Божју долази Царство Божје у сили ка човеку. Бога треба волети, кроз Њега живети и дисати у духу љубави Божје.“

Ово писмо је прожето чудесним животом неисказаног заједништва са Богом, пуног духовне лепоте и благодатне снаге. Ту продире Господ у људско срце, Дух Свети оживљава и повезује се наприсније са душом. То је тајна хришћанског живота. Циљ нашег живота је - тежња за Духом Светим. Његово пребивање у нама и прожетост целог нашег бића Њиме. Без ове тежње наш је живот бесциљан, бесмислен и презан.

Али, да би се овом огњеном, најчистијем Духу тежило, потребно је доста труда око унутрашњег чишћења, слободног и свесног напора око обраћања наше себичне и грешне природе у несебичну и љубављу испуњену. Дух Свети припрема срце, најунутрашњије природа човековог бића мења се . Свака, и најмања трунка греха се сазнаје и захтева се његово немилосрдно истребљење. Најмањи узлет

самодопадања, свака и најмања форма саможивости и потчињавања себи друге личности - показује се као преступ према љубављу што одгони Духа Светог.

Хришћанство обећава Царство Божије „унутра у нама“, и Царство Божије се усељава стварно у припремљено срце. Као што гвожђе, олово, сребро или злато у ватри изгубе особину тврдоће и постану мекани, тако и душа која тражи Бога у срдачној чежњи и труду, и која ону небеску ватру Божанства и љубав Духа прима, мора да буде ослобођена од свих страсти и душевних везаности. Она гуви њену природу, греховну тврдоћу, и мирује у топлој неисказаној љувави у Богу. Разум и ум добијају у опхођењу са Духом Светим постојаност, чврстину и непоколебљив мир. Њих више не узбуђују површна и докона маштарења, него пребивају у миру Христовом и љувави Духа. Обнова ума, умирање мисли и љубав ка Господу, показују ново створење - охристовљеног човека. Ову живу, делатну љубав прима Богу, општење са Богом и богоусељење, припрема благодат Духа Светог, отварајући истовремено непрестану молитву срца.

д. О непрестаној молитви која Бога види

Ако је атмосфера срца помоћу будне разборитости чиста, онда можемо сунце правде - Христа - да видимо и њиме се осветљавамо. Јер само онима који су чиста срца отвара се Његова реч.
(Преп. Филотеј Синајски)

У току срдачне молитве ти се уз помоћ Духа Светога пењеш од делатно обављене ка самоделатној - боговидној молитви. То се дешава кад испуниш све заповести и кад се сасвим предаш вољи Божјој са твојим мишљењем, осећањем и делањем. Ту пре свега помаже дубоко смирење срца које чисти твоју душу од свих страстољубивих прљавштина. Тада благодат - та мајка човечанства, хвата твој. Њиме очишћен ум, као дете за руку, води га од степенице до степенице духовног сазерцања и отвара му, по мери његовог очишћења неисказане тајне Божје. То је уистину чиста, молитва која Бога види, која испуњава страхопоштовањем и унутрашњим умилењем.

Преподобни Григорије Синаит описује плодове боговидне молитве: гледање невидљивог Бога и Свете Тројице, узрока свега створеног, унутрашњи ред Божјим умом испуњених анђелских чинова, више познање свих земних створења, оваплођење Логоса, васкрсење из мртвих, Страшни суд и Царство Божје у вечности.

Ова врста молитве је заиста чудесна инеобјашњива. За онога ко њу из искуства не познаје, она изгледа управо невероватно. И заиста она се данас среће само код малог броја људи. Код ње ум прребива у срцу од свега ослобођен, има времена да све прозре и да сабрано приноси себе у чистом срцу Богу. (Симеон Нови Богослов).

ђ. О чистоти ума

„Који су чиста срца, они ће Бога видети“.
(Матеј 5, 8)

Чистота ума дарује му мудрост, да све - начин стремљења, речи и дела - извршује у смислу Божјем и са неварљивим разумом. Блажен је истину онај, ко своје муовање повеже са Исусовом молитвом, и Њега непрестано од срца призива, тако често као што дише. Сунце даје дан као што и свето име Исусово, које у умовању зрачи, производи небројне сунцу сличне мисли. (Св Исихије Јерусалимски)

Ко хоће да види ум у његовом правом стању, нека се ослободи свих маштарија, и видеће га слично сафиру или небесној боји. Али то полази за руком само бестрасноме, јер за то је потребна помоћ Божја и Његове божанске светлости (Св. Григорије Палама).

Постоји једна чистота ума, у којој за време молитве, засветли Труична светлост. Овј тако просвећен ум преноси такође на, са њим повезано тело, знаке божанске лепоте и дарива му силну снагу. Из тога слади јдна боговидна, добротом испуњена атмосвера, која се према ничим рђавом не може да покрене. (Преп. Исак Сирин)

Ако је ум просвећен и срце обновљено онда се у њима заблиста бићење Тројединог Бога и Његових тајни при пуном познању будућег спасења. Просветљеи не учи и не испитује, али сагледа непосредно Христову дивоту и радује се гледајући тајне једног новог света. Ово потпуно знање долази с примањем Духа Божјег Који наш дух уводи у ту област боговиђења. (Преп. Исак Сирин).

е. О благодатној молитви
По Григорију Синаиту

Један разговор Григорија Синаита са Максимом Капсокаливитом открива нам како се у души Максимовој разгорева благодатна ватра и почела самоделатна молитва. Даље се отварају, до извесног степена, тајне највишеих стања молитве које ми не можемо да дотичемо, јер оне просто превазилазе наш духовни узраст и разумевање. Ипак сазнање ових стања нам је корисно, како би добили страхопоштовање, и да не би мислили да се живот молитве исцрпљује у ономе што ми само знамо. (Св. Теофан Затворник)

Божанствени Григорије срете Максима и запита га:

- Ја те молим часни оче, одговори ми обављаш ли ти непрестану молитву?

Онај саже главу и одговори:

- Ја не желим од тебе да затојим оно чудесно што се самном збило. Од ране младости ја сам имао дубоку веру, и кад сам једном, по навици, стајао на молитви, и у неизнерној топлоти, са сузама, молио се Мајци Божјој за дар непрестане молитве, осетио сам, изненада, неку нарочиту топлоту, као ватру у срцу која ме није горела него ме чинила блаженим и испунила ме дубоко унутрашњим усхићњем. Од тог тренутка, моје срце испуњава непрестана молитва и чини ум мој блаженим у нејпрестаном сећању на Исуса Христа и Мајку Божју. Опрости ми.

Свети Григорије даље упита:

- Повери ми, ја те молим, шта доживљава твој дух кад бива уздигнут и кад глаеда Бога са очима ума? Може ли он и тада да обавља срдачну молитву?

Максим одговори:

- Не, он то не може. Кад се благодат Духа Светога уселли у човека кроз молитву, онда молитва престаје, јер - она је услишена. Ум... сад следује Духу Светоме, свуда где га Овај води: у бестелесни ваздух божанске светлости, у неисказано богогледање, или, што се често дешава, у божански дијалог. Утештељ даје свакоме ону благодат кују тај потребује. О томе обављају пророци и апостоли. Тако је гледао пророк Исаија Господа на високом трону од Серафима ношеном. Мученик Стефан гледаше небо товорено и Исуса Христа поред Бога - Оца. Тако се и данас слуге Божје облагодаћују духовним гледањем. То одговара ономе што је преко пророка објављено: „ Излишу дух свој на свако тело“ (Јоил 2, 28). Ову благодат послао је Христос својим ученицима, њу даје и данас и даваће је својим вернима дона крај времена, као што је обећао... Ум таквих људи поучава се Духом Светим и уводи се у највише тајне, које иначе људском разуму остају скривене. Разуми то овако: кад је восак хладан, може да се узме и држи. Ако га ставиш у ватру, он гори, топи се и бива сасвим светлост. Такав је и људски ум: сам за себе он мисли остварима које унаоколо види, према својој снази. А кад се приближи огњу Божанства, он се тазгори огњем Духа Светог, постаје сасвим светлост... и разлије се у божанска боговиђења. Њему је онда немогуће, у том божанском огњу, да нешто сопствено мисли, јер добија највише просвелење у боговидној молитви.

Кад благодат Духа Светог продре у човека, она онда сабира његов ум и даје му пажњу и смирење, доводи му у свест његове грешке и слабости, исто тако смрт и Суд... и испуњава га поккајањем пуним умилења. Уколико она дубље прожме човека, утолико више задовољава душу, теши је кроз света страдања и Његову неизмерну љубав према људима, испуњавајући ум божанским сазерцањем незамисливе силе Божје као Он једном речју позива све одржава, управља и о свему промишља; неиспитаних понора божанског бића.

Тада ум од божанске светлости постаје продуховљен, од Божјег знања просветљен. Срце је благо и мирно и излива изобилно плодове Духа Светог - мир, радост, стрпљење, доброту,састрадање, љубв, смирење и др. (Гал.5, 22) и душа ужива неисказану радост“.

Сва ова излагања указују на највише стање молитве... у која Дух Свети уводи човека помоћу срдачне молитве Господу Исусу. Кад човек то доживи њему се, сагласно могућности његовог схватања, откривају божанске тајне и виђења, која речима не могу да се изразе. Зато се моли Сведобром да ти дарује свога Духа Светог. Узми Њега за пратиоца: Он чува и утврђује твоје срце, просветљује ти очи дух и осветљава твој ум. Нека би те он учио и открио ти све скривено. Њега се држи, Њему верујј, Њега воли. (Преподобни Григорије Синаит). Њему управо те води непрестана срдачна молитва.

Слава и хвала Богу на свему.
Амин.