

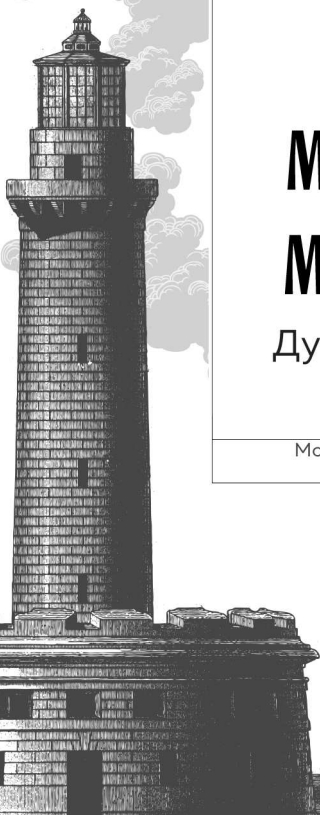
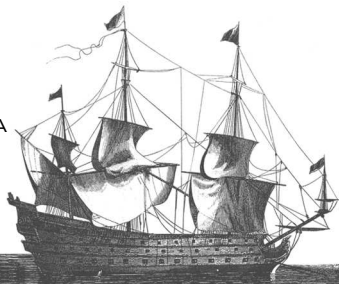
СИЛА МУЖСКОЙ МОЛИТВЫ

Духовная жизнь
мужчины

Молитвы на все основные
случаи жизни



МОСКВА



УДК 271.2
ББК 88.372
С36

**Сила мужской молитвы : духовная жизнь
С36 мужчины. — Москва : Эксмо, 2025. — 192 с. —
(Православие. Молитвы и молитвословы).**

ISBN 978-5-04-207665-7

Мужской молитвослов — путеводитель к Духовной Силе.

В безмолвии утра и тишине вечера, когда мир замирает, откройте страницы своего сердца и позвольте словам молитвы наполнить его светом духовности. Это не просто книга, это истинный спутник на вашем пути к Богу и собственному внутреннему миру.

Каждое обращение к Творцу — это шаг к самопознанию, возможность заглянуть в глубины своей души и найти там ту искру, что горит вечной верой. В этом молитвослове собраны канонические и современные молитвы, пронизанные мудростью, которые будут вдохновлять вас на каждодневные подвиги.

Словно тихий компас, наш молитвослов поможет вам ориентироваться в бурном океане жизни, подскажет, как оставаться верным своим принципам и углублять связь с Господом.

Мужской молитвослов — ваш личный гид к вечной истине, поддержка в часы испытаний.

УДК 271.2
ББК 88.372

ISBN 978-5-04-207665-7

© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2025

О ВЕРЕ И МОЛИТВЕ

Что такое молитва? Молитва — это ума и сердца к Богу возношение, на славословие и благодарение Богу, и испрашивание у Него потребных благ, душевных и телесных. Существо молитвы, стало быть, есть умное к Богу восхождение из сердца. Становится ум в сердце сознательно пред лицом Бога и, исполняясь достодождного благоговения, начинает изливать пред Ним сердце свое.

Еще: читать молитвы и псалмы до разшевления души, а там самому молиться, излагая свои нужды, или без всего. «Боже милостив буди...» Еще: иногда все время, назначенное для правила, можно провести в чтании одного псалма на память, составляя из всякаго стиха свою молитву. Еще — иногда можно все правило провести в молитве Иисусовой с поклонами. Непрестанная молитва в сем и состоит, чтобы всегда благоговейно стоять пред Богом. А при этом правило есть только подтопка, или подкинутие дров в печь.

Все сие пишу вам по-книжному. У вас сколько опытов! Из них выбирайте, что найдете пригожим.

Феофан Затворник, святитель

ИЗБРАННЫЕ МОЛИТВЫ НА ВСЯКУЮ ПОТРЕБУ

ИИСУСОВА МОЛИТВА



Господи, Иису́се Христе́, Сы́не и Сло́ве
Бо́жий, моли́тв ра́ди Пречи́стой Твое́й Ма́те-
ри и Всех Святы́х, помилуй меня́ грешнаго.
Господи, Иису́се Христе́, Сы́не Бо́жий, мо-
ли́твами Пречи́стыя Твоея́ Ма́тери и Всех Свя-
ты́х, помилуй нас. Ами́нь.

МОЛИТВА ЧЕСТНО́МУ КРЕСТУ



Да воскреснет Бог, и расточатся врази Его,
и да бегат от лица Его ненавидящие Его. Яко
исчезает дым, да исчезнут; яко тает воск от
лица огня, тако да погибнут беси от лица лю-
бящих Бога и знаменующихся крестным зна-
мением, и в веселии глаголющих: радуйся,
Пречестный и Животворящий Кресте Госпо-

день, прогоняяй бесы силою на тебе пропятаго Господа нашего Иисуса Христа, во ад сшедшаго и поправшего силу диаволу, и даровавшаго нам тебе Крест Свой Честный на прогнание всякаго супостата. О, Пречестный и Животворящий Кресте Господень! Помогай ми со Святою Госпожею Девою Богородицею и со всеми святыми во веки. Аминь.

МОЛИТВА О ДУШЕВНОМ ПОКОЕ



Боже, дай мне разум и душевный покой принять то, что я не в силах изменить, мужество изменить то, что могу, и мудрость отличить одно от другого.

ПСАЛОМ І, О НАСТАВЛЕНИИ НА ПРАВЕДНЫЙ ПУТЬ



Блажен муж, который не ходит на совет нечестивых и не стоит на пути грешных и не сидит в собрании развратителей, но в законе Господа воля его, и о законе Его размышляет он день и ночь!

И будет он как дерево, посаженное при потоках вод, которое приносит плод свой во время свое, и лист которого не вянет; и во всем, что он ни делает, успеет. Не так — нечестивые, [не так]: но они — как прах, возметаемый ветром [с лица земли]. Потому не устоят нечестивые на суде, и грешники — в собрании праведных. Ибо знает Господь путь праведных, а путь нечестивых погибнет.

ПСАЛОМ 2, О ДАРОВАНИИ СМирЕНИЯ



Зачем мятутся народы, и племена замышляют тщетное? Восстают цари земли, и князья совещаются вместе против Господа и против Помазанника Его.

«Расторгнем узы их, и свергнем с себя окопы их». Живущий на небесах посмеется, Господь поругается им. Тогда скажет им во гневе Своем и яростью Своею приведет их в смятение: «Я помазал Царя Моего над Сионом, святою горою Моею; возведу определение: Господь сказал Мне: Ты Сын Мой; Я ныне родил Тебя; проси у Меня, и дам народы в наследие Тебе и пределы земли во владение Тебе.

Ты поразишь их жезлом железным; сокрушишь их, как сосуд горшечника».

Итак вразумитесь, цари; научитесь, судьи земли!

Служите Господу со страхом и радуйтесь [пред Ним] с трепетом.

Почтите Сына, чтобы Он не прогневался, и чтобы вам не погибнуть в пути *вашем*, ибо гнев Его возгорится вскоре. Блаженны все, уповающие на Него.

ПСАЛОМ 3, О ДОВЕРИИ ГОСПОДУ



Господи! как умножились враги мои! Многие восстают на меня; многие говорят душе моей: «нет ему спасения в Боге».

Но Ты, Господи, щит предо мною, слава моя, и Ты возносишь голову мою.

Гласом моим взываю к Господу, и Он слышит меня со святой горы Своей.

Ложусь я, сплю и встаю, ибо Господь защищает меня.

Не убоюсь тем народа, которые со всех сторон ополчились на меня.

Восстань, Господи! спаси меня, Боже мой!
ибо Ты поражаешь в ланиту всех врагов моих;
сокрушаешь зубы нечестивых.

От Господа спасение. Над народом Твоим
благословение Твое.

ПСАЛОМ 26, О ПОМОЩИ И ЗАСТУПНИЧЕСТВЕ



Господь — свет мой и спасение мое: кого мне бояться? Господь — крепость жизни моей: кого мне страшиться? Если будут наступать на меня злодеи, противники и враги мои, чтобы пожрать плоть мою, то они сами преткнутся и падут.

Если ополчится против меня полк, не убоится сердце мое; если восстанет на меня война, и тогда буду надеяться. Одного просил я у Господа, того только ищу, чтобы пребывать мне в доме Господнем во все дни жизни моей, созерцать красоту Господню и посещать [святой] храм Его, ибо Он укрыл бы меня в скинии Своей в день бедствия, скрыл бы меня в потаенном месте селения Своего, вознес бы меня на скалу. Тогда вознеслась бы голова моя над врагами, окружающими меня; и я принес бы в Его скинии

жертвы славословия, стал бы петь и воспевать пред Господом. Услышь, Господи, голос мой, которым я взываю, помилуй меня и внемли мне.

Сердце мое говорит от Тебя: «ищите лица Моего»; и я буду искать лица Твоего, Господи. Не скрой от меня лица Твоего; не отринь во гневе раба Твоего. Ты был помощником моим; не отвергни меня и не оставь меня, Боже, Спаситель мой! Ибо отец мой и мать моя оставили меня, но Господь примет меня. Научи меня, Господи, пути Твоему и наставь меня на стезю правды, ради врагов моих; не предавай меня на произвол врагам моим, ибо восстали на меня свидетели лживые и дышат злобою. Но я верую, что увижу благость Господа на земле живых. Надейся на Господа, мужайся, и да укрепляется сердце твое, и надейся на Господа.

МОЛИТВА ОПТИНСКИХ СТАРЦЕВ НА НАЧАЛО ДНЯ



Господи, дай мне с душевным спокойствием встретить все, что принесет мне наступающий день. Дай мне всецело предаться воле Твоей Святой.

На всякий час сего дня во всем наставь и поддержи меня.

Какие бы я ни получал известия в течение дня, научи меня принять их со спокойной душой и твердым убеждением, что на все Святая воля Твоя.

Во всех словах и делах моих руководи моими мыслями и чувствами.

Во всех непредвиденных случаях не дай мне забыть, что все ниспослано Тобой. Научи меня прямо и разумно действовать с каждым членом семьи моей, никого не смущая и не огорчая. Господи, дай мне силу перенести утомление наступающего дня и все события в течение дня.

Руководи моею волею и научи меня молиться, верить, надеяться, терпеть, прощать и любить. Аминь.

МОЛИТВА «ГОСПОДЬ ИИСУС ХРИСТОС — ИСТИННАЯ ЛОЗА»



Господи Иисусе Христе, Ты открыл ученикам, что Ты — Истинная Лоза, а мы ветви, и что пребывающий в Тебе очищен через Твое Слово и приносит добрый плод. Господи Иисусе, благодарю Тебя за то, что Ты спас и продолжаешь

ежедневно спасать меня из ада моих страстей: алкоголизма и других зависимостей (*вставить нужное*). Дай мне всегда возносить сердце и ум к Тебе! Наполни мое сердце благодарностью к Тебе! Научи меня ежедневно и ежечасно прославлять Тебя и говорить спасибо за жизнь и трезвость! Господи Иисусе, Ты — Источник Жизни и Истинная Лоза! Припадаю к Тебе и прошу Тебя, не дай мне отпасть от Тебя!

Не дай мне уподобиться негодной сухой ветке и снова гореть в огне алкоголизма, страстей и зависимостей! Дай мне всегда пребывать в Тебе, приносить плод и деятельно любить Тебя! Господи, научи меня строить жизнь по Заповедям Твоим, заботясь только о сегодняшнем дне. Научи меня жить в настоящем! Избавь от бессмысленных воспоминаний о прошлом и бесполезных беспокойств о будущем! Господи, дай мир и покой моей душе! Избави от страха и ужаса! Помоги освободиться от постоянной гонки мыслей, чувств, эмоций и поступков. Научи неспешно и благоговейно исполнять каждое предлежащее мне дело с полным вниманием и усердием. Господи Иисусе, научи меня всегда молиться за всех ближних, особенно за страдающих братьев и сестер и тех, кто помо-

гает мне выздоравливать. Дай мне силы делом любить ближних и служить им с полной самоотдачей, как Тебе Самому! Господи, сохрани меня сегодня в трезвости и служении Тебе, молитвами пречистой Твоей Матери, Пресвятой Девы Богородицы и всех Твоих Святых и дай мне прославлять Тебя в моих мыслях, словах и делах, вместе с Твоим безначальным Отцом и Пресвятым и благим и животворящим Твоим Духом, сейчас и всегда и во веки веков. Аминь.

**«ДАЙ СЛЕЗЫ, ЧТОБЫ ОМЫТЬСЯ,
И ОСВОБОДИ ОТ УЗ СТРАСТЕЙ!»**

**ТВОРЕНИЕ ПРЕПОДОБНОГО
ЕФРЕМА СИРИНА**



Человеколюбче Иисусе Христе, Боже наш, на щедроты Твои твердо надеясь, умоляю Тебя: не поставь меня ошуюю Себя с козлицами, преогорчившими Тебя, и не скажи мне: «Аминь, аминь, говорю тебе, не вем тя», но по благодати Своей дай мне непрестанные слезы, дай сокрушение и смирение сердцу моему и очисти его страхом Твоим, да соделается оно храмом благодати Твоей.

Хотя много я грешен и недостойн, однако ж ударяю непрестанно в дверь Твою, хотя нерадив и ленив и небрегу о своем спасении, однако же желаю Твоим идти путем. Спаси меня ради милости Твоей, потому что благ Ты, Господи, всяческим и щедроты Твоя на всех делах Твоих.

Буди в помощь мне, Владыко всех, защити душевную мою немощь, чтоб избавиться мне от греховного растления и стать свободным от уз страстей, да не мучительствует во мне злоба и мною как пленником да не обладает враждебный демон, но да приидет на меня Царство Божественного и Поклоняемого Твоего Духа, чтоб удалились от меня скверные страсти, которые теперь преобладают и царствуют во мне. Ибо Ты — Бог милосердия, человеколюбия и щедрот.

МОЛИТВА О МУЖСКОМ ЗДОРОВЬЕ ПРЕПОДОБНОЙ ПЕЛАГЕЕ АНТИОХИЙСКОЙ



О, святая и богомудрая мать наша преподобная Пелагие. Ты во едином часе возлюбившая Господа Иисуса, все земное оставила еси невозвратно, устремилася еси к великим и спасительным подвигам, яже и совершила

еси евангельски во много крат. О, приснопамятная, ты для иночествующих явилася еси красотою духовною, ты добре усвоила еси непорочное житие, ты на земли возлюбила еси жизнь Ангелов и непрестанно в затворе воспевала еси Того, Иже по велицей Своей милости укрепил есть женскую немощь для борьбы с коварным врагом спасения человеческого. Сего ради днесъ, в день твоей светлой памяти, мы ублажающе тя, просим: пролей твою всесильную молитву о нас грешных пред престолом Святыя Троицы о милости Божией к нам еще zde пребывающим в плачевной юдоли земней, о еже достигнути и нам твоими молитвами жизни в селениях праведных, идеже ты пребываеши со всеми святыми во веки веков. Аминь.

МОЛИТВА 4-Я ПРЕПОДОБНОГО СИМЕОНА НОВОГО БОГОСЛОВА ОБ ОБРЕТЕНИИ ДУХОВНОГО НАСТАВНИКА



Господи, не хотѣй смѣрти грѣшника, но еже обратѣтися и живу быти ему, сошѣдый на сие на зѣмлю, да лежѣщая и умерщвлѣнныя грѣхѣмъ воздвѣгнеша и видѣти Тебѣ, свет ѣстин-

ный, якоже челове́ку возмо́жно ви́дети, сподо́биши их, послѣ́ ми челове́ка, ве́дущаго Тебе́, да, якоже Тебе́, порабо́тав ему́ и всею́ си́лою мо́ею подчини́вся ему́, и Твою́ в то́го во́ли со-тво́рь во́лю, благоугожду́ Тебе́, еди́ному Бо́гу и сподо́блюся и аз, грѣшный, ца́рствія Твоего́.

Перевод: Господи, не хотящий смерти грешника, но его обращения к жизни, сшедший ради этого на землю, чтобы лежащих и умерщвленных грехом поднять и удостоить их видеть Тебя, свет истинный, насколько человеку возможно увидеть, пошли мне человека, познавшего Тебя, чтобы, как Тебе, послужив ему и всеми силами моими подчинившись ему, и Твою по его воле исполнив волю, угодил Тебе, единственному Богу и удостоился и я, грешный, царствия Твоего.

ПРИЗЫВАНИЕ ПОМОЩИ ДУХА СВЯТАГО НА ВСЯКОЕ ДОБРОЕ ДЕЛО



Тропарь, глас 4-й

Творче и Создателю всяческих, Боже, дела рук наших, ко славе Твоей начинаемая, Тво-

им благословением спешно исправи, и нас от всякаго зла избави, яко един всемогущ и Человеколюбец.

Кондак, глас 3-й

Скорый в заступление и крепкий в помощь, предстани благодатию силы Твоя ныне, и благословив укрепи, и в совершение намерения благаго дела рабов Твоих произведи: вся бо, елика хочещи, яко сильный Бог творити можещи.

МОЛИТВА ПРОТИВ АНТИХРИСТА



Избави мя, Господи, от обольщения богомерзкого и злохитрого антихриста, близгрядущего, и укрой меня от сетей его в сокровенной пустыне Твоего спасения. Дажь ми, Господи, крепость и мужество твердаго исповедания имени Твоего святого, да не отступлю страха ради дьявольского, да не отрекусь от Тебя, Спасителя и Искупителя моего, от Святой Твоей Церкви. Но даждь мне, Господи, день и ночь плач и слезы о грехах моих, и пощади мя, Господи, в час Страшного Суда Твоего. Аминь.

МОЛИТВА О ЗРЕНИИ ГРЕХОВ СВОИХ



Господи! Дай нам видеть согрешения наши, дабы ум наш, весь вниманием к собственным нашим грехам привлеченный, прегрешения ближних видеть перестал и, таким образом, всех ближних увидел благими. Дай сердцу нашему отринуть гибельное беспокойство о немощах ближнего, все же заботы свои соединить в одно попечение о приобретении чистоты и святости, Тобою нам заповеданной и приготовленной. Подай нам, осквернившим ризы душевные, снова те убелить: ибо они, будучи уже омыты водами Крещения, теперь же, после осквернения, нуждаются в омовении слезами. Помогите нам увидеть, в свете благодати Твоей, многообразные живущие в нас недуги, истребляющие в сердце духовные движения и вводящие в него движения крови и плоти, враждебные Царству Божию. Подай нам великий дар покаяния, великим даром видения своих грехов предваряемый и порождаемый. Сохрани нас этими великими дарами на пути нашем к Тебе и позволь нам достичь Тебя, призывающего осознающих себя грешниками

и отвергающего считающих себя праведниками, да прославим вечно в блаженстве вечном Тебя, Одного Истинного Бога, пленных Испытателя, погибших Спасителя.

**МОЛИТВА ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЕ
И ПРИСНОДЕВЕ МАРИИ ПЕРЕД ЕЕ ИКОНОЙ
«НЕУПИВАЕМАЯ ЧАША» О ТРЕЗВОСТИ**



Тропарь, глас 4-й

Днесь притецем вернии к Божественному и пречудному образу Пресвятыя Богоматери, напаяющей верных сердца небесною Неупиваемою Чашею Своего милосердия, и людем верным чудеса показующей. Яже мы видяще и слышаще духовно празднуем и тепле вопием: Владычице Премилостивая, исцели наша недуги и страсти, молящи Сына Твоего, Христа Бога нашего, спасти души наша.

Кондак

Избранное и дивное избавление нам даровася — Твой образ честный, Владычице Богородице, яко избавльшеся явлением его

от недугов душевных и телесных и скорбных обстоятельств, благодарственная хваления приносим Ти, Всемиловитая Заступнице. Ты же, Владычице, Неупиваемою Чашею нами именуемая, приклонися благоутробно к нашим воздыханиям и воплем сердечным, и избавление подаждь страждущим недугом пианства, да с верою воззовем Ти: Радуйся, Владычице, Неупиваемая Чаше, духовную жажду нашу утоляющая.

МОЛИТВА

О, Премилосердая Владычице! К Твоему заступлению ныне прибегаем, молений наших не презри, но милостивно услыши нас: жен, детей, матерей и тяжким недугом пианства одержимых, и того ради от матере своя — Церкви Христовой и спасения отпадающих, братьев и сестер, и сродник наших исцели. О, Милостивая Мати Божия, коснися сердец их и скоро возстави от падений греховных, ко спасительному воздержанию приведи их. Умоли Сына Своего, Христа Бога нашего, да простит нам согрешения наша и не отвратит милости Своея от людей Своих, но да укрепит нас в трезвении и целомудрии. Приими, Пре-