



Самые
главные
МОЛИТВЫ



Самые главные МОЛИТВЫ



С ПОЯСНЕНИЯМИ



Москва

УДК 271.2
ББК 86.372
С17

С17 Самые главные молитвы с пояснениями. —
Москва : Эксмо, 2026. — 224 с. — (Православие.
Молитвы и молитвословы).

ISBN 978-5-04-247435-4

«Самые главные молитвы с пояснениями» — сборник основных молитв православного христианина, сопровождаемых комментариями и толкованиями отцов Церкви и богословов. Издание поможет глубже понять содержание молитвенных текстов и осознанно обращаться к ним в повседневной духовной жизни.

УДК 271.2
ББК 86.372

ISBN 978-5-04-247435-4

© Карелин Н., составитель, 2026
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2026

Содержание

Предисловие	7
Молитва Иисусова	9
Отче наш.....	19
Молитва Святому Духу	59
Символ веры	65
Трисвятое	157
Псалом 26	163
Псалом 50	181
Псалом 90	193
Богородице Дево, радуйся	201
Молитва преподобного Ефрема Сирина	213

Предисловие

Молитва — неотъемлемая часть христианской жизни. В ней человек обращается к Богу с благодарением и славословием, покаянием и просьбой о помощи, учится доверять Ему и принимать Его волю. Но молитва не сводится к произнесению слов: она требует внимания, веры, смирения и сердечного участия.

В этой книге собраны молитвословия, занимающие особое место в богослужебной и домашней молитвенной жизни православного христианина. Именно в этом смысле они названы «самыми главными». Это не означает, что иные молитвы менее важны. Перед нами основные молитвенные тексты, через которые человек учится обращаться к Богу, исповедовать веру, каяться, благодарить, просить о помощи и уповать на Его милость.

Молитва Господня «Отче наш», данная Самим Господом Иисусом Христом, служит для христиан образцом молитвы. Иисусова молитва соединяет исповедание Христа Сыном Божиим с покаянным прошением о помиловании. В молитве «Царю Небесный» мы обращаемся к Святому Духу — Утешителю и Подателю жизни, а Трисвятым славословим Бога и испрашиваем Его милости.

Особое место занимает Никео-Цареградский Символ веры. Это не молитва в строгом смысле слова, а

Самые главные молитвы

краткое исповедание православной веры, принятое на Первом и Втором Вселенских Соборах. Произнося его, христианин исповедует веру в Единого Бога — Отца, Сына и Святого Духа, в единую Святую, Соборную и Апостольскую Церковь, единое Крещение, воскресение мертвых и жизнь будущего века.

Псалмы 26, 50 и 90 раскрывают разные стороны молитвенного предстояния перед Богом: упование на Него в скорбях и страхах, покаяние и надежду на милость Божию, доверие Его Промыслу и защите.

Молитва «Богородице Дево, радуйся» основана на евангельских словах Архангела Гавриила и праведной Елисаветы и обращена к Пресвятой Богородице — Матери Господа нашего Иисуса Христа. Молитва преподобного Ефрема Сирина, занимающая особое место в богослужении Великого поста, выражает важнейшие стороны покаянного делания: прошение об избавлении от страстей, о стяжании целомудрия, смирения, терпения и любви, о видении собственных согрешений и неосуждении ближнего.

Каждое из этих молитвословий сопровождают объяснения и наставления святых отцов и церковных писателей. Они помогают глубже понимать знакомые слова, видеть заключенный в них духовный смысл и учиться внимательному, благоговейному молитвенному чтению.

Пусть эта книга станет помощью для каждого в ежедневном молитвенном труде и в том обращении сердца к Богу, без которого невозможно возрастание в вере и жизнь во Христе.

Молитва Иисусова



Господи Иисусе Христэ, Сыне Божий,
помилуй мя, грешнаго (грешную).

Отрывок из труда «Невидимая брань» преподобного Никодима Святогорца (Калливурциса)

Были и есть такие молитвенники, которые излюбляли одну краткую молитовку и ее непрерывно повторяли. Св. Кассиан говорит, что в Египте в его время обычною всем коротенькой молитвой был 2-й стих 69-го псалма: *«Боже, в помощь мою вонми; Господи, помощи ми потщися»* (Пс. 69: 2). О св. Иоанниикии пишется в житии, что он все повторял такую молитовку: «Упование мое Отец, прибежище мое Сын, покров мой Дух Святой». Ее же Он прилагал и к каждому стиху 30 псалмов, им заученных и составлявших его молитвенное правило. Другой некто постоянной своей молитвой имел такие слова: «Аз яко человек согреших, Ты же, яко Бог щедр, помилуй мя». Иные, конечно, иные излюбляли для себя молитовки. С самого древнего времени очень многи-

ми избираема была молитовка: «Господи Иисусе Христе Сыне Божий, помилуй мя грешнаго». Видим указание на нее у св. Ефрема, св. Златоуста, св. Исаака Сирианина, св. Исихия, св. Варсанофия и св. Иоанна и св. Лествичника. Потом она, все более и более обобщаясь, уста всех исполнять стала и вошла даже в устав церковный, где предлагается взамен всех молитвословий домашних и всех служб церковных. У нас потому она из кратких молитв преимущественно и находится в употреблении. Ей потрудись навывкнуть и ты.

Молитва сия названа Иисусовою потому, что обращается к Господу Иисусу и есть по составу своему словесная, как и всякая другая краткая молитовка. Умною же она бывает и называться должна, когда возносится не одним словом, но и умом и сердцем, с осознанием ее содержания и чувствованием, и особенно когда чрез долгое со вниманием употребление так сливается с движениями духа, что они одни и присущими видятся внутри, а слов как бы нет. Всякая короткая молитовка может взойти на эту степень. Иисусовой же молитве принадлежит преимущество потому, что она с Господом Иисусом сочетавает душу, а Господь Иисус есть единственная дверь

к богообщению, к снисканию которого и стремится молитва. Ибо Он Сам сказал: *«никтоже придет ко Отцу, токмо Мною»* (Ин. 14: 6). Посему стяжавший ее усвоит себе всю силу воплощенного Домостроительства, в чем и есть наше спасение. Слыша сие, ты не удивишься, почему ревнители о спасении не жалели труда, стараясь навикнуть сей молитве и усвоить себе силу ее. Возьми с них пример себе и ты.

Навыкновение молитве Иисусовой внешне состоит в достижении того, чтоб она сама собой непрестанно вращалась на языке, внутренне же — в сосредоточении внимания ума в сердце и непрестанном в нем предстоянии пред Господом, с сопровождающею сие сердечною теплотой в разных степенях, и отречением всяких других помышлений, и наипаче с сокрушенным и смиренным припаданием к Господу Спасителю. Начало сему навыку полагается частым сколько можно повторением сей молитвы со вниманием в сердце. Частое повторение, установляясь, собирает ум воедино в предстоянии Господу. Установлению такого строя внутри сопутствует согревание сердца и отгнание помыслов даже простиых, а не только страстных. Когда в сердце

начнет непрестанно теплиться огонь прилепления к Господу, тогда вместе с сим водворится внутри мирное устроение сердца с сокрушенным и смиренным мысленным припаданием к Господу. Доселе доходит собственный наш труд с помощью благодати Божией. Что еще, высшее сего, может совершаться в деле молитвы, то будет даром единой благодати. У святых отцов поминается о сем для того только, чтобы кто, достигши показанного предела, не подумал, что ему нечего уже больше желать, и не возмечтал, что стоит на самом верху совершенства, молитвенного или духовного.

Итак, первое тебе дело предлежит — частое, сколько можно частое, повторение молитвы Иисусовой, пока навыйкнешь непрестанно ее повторять. Делай сие так:

1) Определи в молитвенном твоём правиле часть и молитве Иисусовой. Твори несколько раз сию молитву в начале своего молитвословия и несколько раз после него. Если есть усердие, и после каждой молитвы, входящей в такое молитвословие, делай то же, подражая св. Иоанникию Великому, который после каждого стиха читаемых им на правиле своем псалмов повторял

свою краткую молитовку: «Упование мое Отец, прибежище мое Сын, покров мой Дух Святой».

2) Число, сколько раз повторять в каком случае сию молитву, сам себе определи или с совета духовного отца твоего. Только сначала много не назначай, а потом, по мере услаждения сею молитвой, прибавляй понемногу. Если когда придет желание повторить положенное число, не отказывай себе в этом, не поставляя себе сие в постоянное правило, а только в этом случае. И сколько бы ни потребовало сердце таких повторений, не отказывай.

3) Не спеши гнать одну молитву за другой, а с мерною длительностью произноси их, как обыкновенно говорят пред большим лицом, когда просят его о чем. Однако ж не об одних словах заботься, а паче о том, чтобы ум был в сердце и предстоял Господу, как присущему, с полным сознанием Его величия и благодати, и правды.

4) Если имеешь свободу, то во время между одним и другим молитвословием положи себе становиться, как обычно становишься на молитву, и возносить к Господу несколько раз молитву сию. А если нет такой свободы, то внутренне

вставляй сию молитву всюду между делами твоими и даже речами.

5) Творя сию молитву на правиле или кроме его, становясь для нее в молитвенное положение, при каждом разе ее произношения делай поклон — десять раз поясной, а потом земной, — так, пока кончишь. Ты, конечно, слышал или читал, что святые отцы в своих правилах о молитве полагают множество поклонов. Один из них сказал: недостаточна молитва, когда кто не прерутит на ней тела своего поклонами. Если ты положишь, по силе своей, подражать сему, то скорее увидишь плод от труда своего над навыкновением молитве Иисусовой.

6) О дальнейших наставлениях, указаниях и предостережениях касательно молитвы Иисусовой читай в «Добротолубии» Симеона Нового Богослова, Григория Синаита, Никифора монаха, Игнатия и Каллиста; и всех других отцов уроки о внутренней молитве могут быть прилагаемы и к молитве Иисусовой. Заметь: в уроках сказанных отцов ты найдешь указания, как сидеть, как держать голову и действовать дыханием. Эти приемы, как сказали Каллист и Игнатий, не существенно необходимы, а суть только внешние

приспособления, не для всех пригодные. Для тебя довольно быть вниманием в сердце пред лицом Господа и возносить к Нему сию краткую молитовку благоговейно и смиренно, с поклонами, когда стоишь на правиле, и с одним мысленным припаданием, когда делаешь это между делами.

7) Заметь еще: быть вниманием надо в сердце или внутри персей, как говорят иные отцы, именно — немного выше левого сосца, и там повторять молитву Иисусову. Когда от напряжения сердце начнет щемить, тогда поступи, как советует монах Никифор, именно — подымись с того места и стань со вниманием и молитвенным словом там, где мы обыкновенно ведем беседу с самими собой, под кадыком наверху груди. После опять сойдешь над левый сосец. Не побрезгуй сим замечанием, как оно ни покажется тебе слишком простым и мало духовным.

8) У святых отцов встретишь много предостережений. Ко всем им поводы даны опытами неправильного действия. Чтоб избежать сих неправильностей, имей советника — отца духовного или собеседника — брата единомысленного — и поверяй им все случающееся при таком

Самые главные молитвы

труде твоём. Сам же всегда действуй в наибольшей простоте, в великом смирении и неприсвоении себе успеха. Ведай, что настоящий успех происходит внутри, незаметно, не выдаваясь, как совершается рост тела. Потому, когда возгласится у тебя внутри: а, вот оно! — знай, что это возглас вражий, представляющий тебе нечто кажущееся вместо действительного. Тут начало самопрельщения. Заглушай сей глас сразу, иначе он, как труба, будет гудеть у тебя, питая самомнение.

9) Не определяй времени, потребного для успеха в молитве сей. Положи только трудиться и трудиться. Пройдут месяцы и годы, пока покажутся слабые начатки успеха. Один из афонских отцов говорил о себе, что прошло два года труда, пока согрелось сердце; у другого некоего это пришло чрез восемь месяцев. У всякого это происходит по мере сил его и усердия к сему делу.

Отче наш



Отче наш, Иже еси́ на Небесѣх!
Да святѣ́тся ѡ́мя Твое́, да прѣидет Цѣ́рствие
Твое́, да бѣ́дет во́ля Твоя́, ꙗ́ко на Небесѣ́х и на
землѣ́х.

Хлеб наш насущный да́ждь нам днесь;
и оста́ви нам до́лги на́ша, ꙗ́коже и мы
оставля́ем должникóм на́шим;
и не введѣ́ нас во искуше́ние, но избáви нас от
лукáваго.