



# СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие

«Молитва — дыхание души».

*Архиепископ Якутский и Ленский Роман* .....5

От автора размышлений

По дороге с Богородицей ..... 9

Богородичное правило

Первый десяток ..... 18

Второй десяток ..... 24

Третий десяток..... 32

Четвертый десяток..... 43

Пятый десяток..... 51

Шестой десяток..... 59

Седьмой десяток..... 65

Восьмой десяток.....73

Девятый десяток ..... 82

Десятый десяток .....	90
Одиннадцатый десяток .....	97
Двенадцатый десяток .....	104
Тринадцатый десяток.....	110
Четырнадцатый десяток.....	118
Пятнадцатый десяток .....	127
Канон молебный с Акафистом Пресвятой Богородице	
Канон молебный.....	139
Акафист Пресвятой Богородице .....	152
Послесловия	
«Молитвенные размышления — древний, но забытый жанр».	
<i>Епископ Переславский и Угличский</i> <i>Феоктист</i> .....	
	184
«Призыв к вдумчивой молитве, на которую откликается сердце».	
<i>Протоиерей Павел Великанов</i> .....	
	187
Примечания.....	192

## Предисловие

### *«Молитва — дыхание души»*

*Архиепископ Якутский  
и Ленский Роман*

В жизни чем значительнее личность, тем сложнее ее описать двумя словами. Какими только именами мы не зовем Божию Матерь! Невеста, Царица, Стена Нерушимая, тела моего Врачевание, души моей Спасение. Конечно, обращения к Ней исходят не только из Священного Писания, но и из всего опыта Церкви — того, что переживали люди, обращаясь к Ней.

Думаю, наиболее важно и глубоко трогательно для нас Ее имя — Мать. «О Всепетая Мати, рождающая всех святых Святейшее Слово!»

Священное Предание говорит нам, что Пресвятая Богородица после Вознесения на небо Своего Сына, Господа и Спасителя

нашего Иисуса Христа, потрудились в деле проповеди. Думаю, этот труд заключался не в каких-то дальних походах, хотя, по преданию, Она побывала у праведного Лазаря на острове Крит и на Афоне, однако поистине полноту Своей деятельной заботы и любви Она реализовывала по отношению к апостолам и верным ученикам Христовым, которые нуждались в Ее поддержке.

Материнство, материнское служение ближним — это уникальный, ни с чем не сравнимый подвиг. Материнская любовь изливается так, что зачастую нарушает законы общества: где нужно проявить строгость — она проявляет мягкость, где нужно действовать по правилам — она идет против них. Потому что мать руководствуется любовью.

Именно это снисходительное, любовное, заботливое отношение к людям и делает Божию Матерь Матерью всем нам. Печать материнства — это особая женская черта. Женщина может по-матерински относиться даже к незнакомым людям уже потому,

что она — женщина. Так же и Матери-Деве Господь и Бог наш Иисус Христос усыновил всех нас на Голгофе! Оттого мы так трепетно и относимся к Ней, Его дару нам — как к высшей Маме, старшей Маме, самой главной Маме, Маме с большой буквы.

Пресвятая Богородица не оставила нам никаких особых наставлений. Кажется, Она была в тени Своего Сына. Но по свидетельству о Ней ранних церковных писателей, Она научала праведности одним Своим видом, от которого исходила благодать Божья и сияние вечной славы и любви Христовой.

Наверное, этим сиянием пронизаны и Ее иконы. Все ли они написаны как шедевры? Вряд ли. Но пребывание рядом с ними в молитве, безусловно, умиротворяет, возвышает, преображает нас. Это знает каждый, кто хотя бы раз с благоговением подходил к чудотворному или особо чтимому образу Богородицы. Такой образ мы призваны нести в наших душах, благоговейно склоняясь перед ним в молитве.

Одно такое молитвенное приношение Деве Марии и предлагается в этой книге — «Богородичное правило». Оно очень простое и в то же время глубокое: сто пятьдесят раз мы приветствуем Богородицу, проходя с Ней весь жизненный путь — от рождения до прославления у Престола Божия. Правило можно читать в буквальном смысле на ходу — молитву «Богородице Дево, радуйся!» почти каждый из нас знает наизусть, да и тропари праздников выучить нетрудно.

Молитва — это дыхание души. В суете и спешке нашего мира нежное и благоговейное обращение к Богородице даст мгновения покоя, наполнит наши сердца свежим воздухом присутствия Божия.

Верю, Пречистая по-матерински благословит каждого, кто к Ней обращается, увидит все наши слезы и раны, а затем подведет к Своему Божественному Сыну и Сама попросит Его явить нам Свою милость.

## От автора размышлений

### *По дороге с Богородицей*

Меня зовут монахиня Елизавета. Я живу в Якутском епархиальном управлении. Несколько раз в неделю хожу по набережной реки Лены, за полтора километра, в Якутскую духовную семинарию — читать лекции.

Как-то сама собой в моем сердце родилась традиция — в дороге молиться Богородице. Не зря к Пречистой обращались сотни святых и простых верующих в любой момент жизни! В мороз эта молитва согревает, утешает и явственно защищает, в теплые деньки — просто радует душу. Идешь по набережной Лены, и кажется, будто идешь не совсем одна — где-то в небе парят ангелы, воспевающие Светлую и Чистую Деву. И Сама Она тоже здесь. И хорошо. И не страшно. И радостно. И небо — голубое, словно Ее покров, или белое, словно Ее лилии из райского сада.



На самом деле река Лена не доходит до набережной, только весной иногда ее воды тихонько плещутся маленькими озерцами среди проталин и появляющейся растительности внизу, за оградой. Поэтому летом я наслаждаюсь прекрасными заливными лугами, осенью — мирным засыпанием желтеющей травы, а зимой — бескрайней снежной пустыней, в особо холодные дни занавешенной загадочным и даже пугающим молочно-белым туманом.

Оказалось, что удобнее всего в дороге читать Богородичное правило, известное в России благодаря преподобному Серафиму Саровскому. Разбитое на десятки, оно позволяет молиться даже без четок — например, в минус пятьдесят, когда на руки надеты шерстяные перчатки, а поверх них еще и меховые варежки: зажимаешь себе пальчики и шепчешь: «Богородице Дево, радуйся...»

На дорогу в один конец уходит около сотни из положенных ста пятидесяти молитв. Рядом с семинарией — Богородицкий храм

с чудотворной иконой «Умиление» — почти такой же, как любимая икона батюшки Серафима. Обязательно читаю молитву перед нею. Оставшиеся произносишь на обратном пути. А после этого, если удастся заставить себя не отвлекаться на суету, наслаждаешься блаженной тишиной — Ее ответом.

Богородичное правило пришло к нам с Запада и довольно поздно. То есть, конечно, нельзя утверждать, что христианам раньше не приходило в голову молиться Божией Матери, многократно повторяя Архангельское приветствие — это самое очевидное, самое простое обращение к Ней. Тот же преподобный Серафим рассказывал, что, согласно преданию, Божия Матерь еще в VIII веке Сама заповедала произносить Ей сто пятьдесят молитв. Но, пояснял он же, этот завет забылся.

В XIII веке католический монах Доминик<sup>1</sup> одним из первых то ли сочинил, то ли получил непосредственно от Пречистой, то ли просто восстановил эту традицию. По

крайней мере, самые старые четки для «Розария» (именно так называется это правило в Католической Церкви) относятся как раз ко времени жизни Доминика — к XIII веку.

Розарий — три раза по пятьдесят молитв Ave, Maria. Каждый десяток посвящен тому или иному событию — тайне. «Радостные тайны»: Благовещение, Посещение Елисаветы, Рождество Христово, Сретение, Встреча Отрока Иисуса в Храме. «Скорбные тайны»: Молитва Христа в Гефсиманском саду, Его бичевание, Венчание Его терновым венцом, Крестный путь, Голгофа. «Славные тайны»: Воскресение Христово, Вознесение Христово, Сошествие Святого Духа, Успение Божией Матери, Венчание Ее Небесной славой.

Число 150 не случайно — именно столько псалмов содержится в Псалтири. То есть «Розарий» — это как будто Псалтирь в честь Божией Матери<sup>2</sup>.

Перед началом каждого десятка читается молитва «Отче наш», а в конце вспоминается

«Тайна». Начинается чтение Розария с Символа веры и особой молитвы Спасителю, а завершается — молитвами Господу и Богородице.

Примерно в таком виде Богородичное правило пришло в Россию. Деления на «тайны» у нас нет, в конце каждого десятка читается трогательный тропарь: «Милосердия двэри отвэрзи нам, благословénная Богорóдице, надéющиися на Тя да не погíбнем, но да избáвимся Тобóю от бед: Ты бо еси спасéние рóда христиáнского». Немного отличаются вспоминаемые события — мы размышляем о Введении во храм Пресвятой Богородицы и скорби Девы о смерти родителей или, в другом варианте, о первом чуде Христа по просьбе Матери в Кане Галилейской<sup>3</sup>. Первый вариант предлагается в карманной брошюрге «Богородичное правило» Серафимо-Дивеевского монастыря, по уставу которого ежедневное прочтение ста пятидесяти «Богородиц...» для насельниц обязательно.

В соответствии со вторым вариантом священномученик Серафим (Звездинский; †1937) добавил молитвы к Божией Матери о живых и усопших<sup>4</sup>. Вообще молитва к Богородице — событие настолько личное, что в ней неизбежен элемент творчества. Поэтому если вы испытываете потребность добавить какую-то молитву своими словами или, напротив, в какой-то момент помолчать, размышляя о Божией Матери и Ее участии в нашем спасении, вряд ли в этом есть что-то опасное.

Собственно, изначально история Богородичного правила в России связана именно с Дивеевской обителью, вернее, с отдельной окормлявшим ее преподобным Серафимом Мельничной девичьей общиной — что-то типа скита с особым уставом. Нет смысла подробно пересказывать и так хорошо известную историю «Канавки Царицы Небесной» — небольшого земляного вала вокруг зданий общинки, проходя по которому сестры и читали правило. Эта традиция

сохранилась и по сей день, а в советские годы, когда по канавке были проложены канализационные трубы, верующие старались незаметно пройти по пути, заповеданному преподобным старцем, молясь Божией Матери. Сегодняшний паломник, пройдя с сестрами после богослужения крестным ходом вдоль Канавки, и в течение дня может встретить там же сестру с четками. На Канавке всегда царит молитвенная тишина, даже если вокруг шумит туристическая суэта.

Молитва питает душу, как говорят святые. Каждому человеку жизненно необходимо хотя бы раз в день побыть наедине с самим собой, с Богом, с Его святыми, начиная с Его Пречистой Матери. Короткая и вдумчивая молитва «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного» лежит в основе практики исихазма, но церковная жизнь ею не ограничивается. Бог дал нам для общения многих — от окружающих нас ближних до святых, первая из которых — Его Мать.

Вся обширная литература по монашеской аскетике сводится к простому тезису святого Феофана Затворника: «Бог да душа — вот и весь монах». В сущности, монах отличается от мирянина только углубленностью переживания этой мысли. Бог да душа — вот и весь человек. Напоминанием об этом как раз служит Личность Божией Матери, Которая никогда не была монахиней да и вообще жила задолго до рождения христианского монашества. Но Она настолько соединилась с Богом Своей душой, что стала Настоящим Человеком, таким, каким он был задуман до трагедии грехопадения. Смотришь на Нее — и видишь, что мы вслед за Адамом потеряли. И что вместе через Христа можем приобрести.

И как-то само собой рождается: «Богородице Дево, радуйся...»<sup>5</sup>



**БОГОРОДИЧНОЕ  
ПРАВИЛО**





# ПЕРВЫЙ ДЕСЯТОК

**В начале каждого десятка  
читаем:**

Отче наш, Иже еси на Небесех, да святится  
имя Твое, да придет Царствие Твое, да  
будет воля Твоя, яко на Небеси и на земли.  
Хлеб наш насущный даждь нам днесь;  
и остави нам долги наша, якоже и мы остав-  
ляем должником нашим; и не введи нас  
во искушение, но избави нас от лукаваго.

*Богородице Дêво, радуйся, Благодатная  
Маріе, Господь с Тобю; благословенна Ты  
в женах и благословен плод чрева Твоего,  
яко Спаса родила еси душ наших. (10 раз)*

## **В конце десятка читаем:**

Милосердия двѣри отвѣрзи нам, благословенная Богородице, надѣющіися на Тя да не погѣбнем, но да избавимся Тобою от бед: Ты бо еси спасѣние рѣда христіанскаго.

*Воспоминаем*

*Рождество Пресвятой Богородицы*

## **Как описывает это событие Священное Предание**

*Из богослужения праздника  
Рождества Богородицы<sup>6</sup>:*

Иоаким и Анна торжествуют, Начатой рож-  
ше нашего спасѣния, едѣну Богородицу,  
с нимиже и мы прѣзднуем днесь, от корене  
онаго Иессѣева блажѣще Дѣву Чѣстую.

От Анны днесь цвет, сад Богоданный,  
Богородица прозябѣ, спасѣние челоуѣков,