

## **MOLITVA ISUSOVA – vladika jegarski Porfirije**

Načalnici ljudskog roda, prvodani ljudi živeli su u blizini Božijoj, slušali su glas Njegov i razgovarali sa Njim. Sveti Jovan Zlatousti piše da je čovek "živeo u raju naslađujući se razgovorom sa Bogom i radovao se što je mogao da se obraća Gospodu slobodom deteta prema ocu... Anđeli su drhtali pred Bogom, Heruvimi i Serafimi se nisu usuđivali da gledaju u Njega, a čovek je s Bogom razgovarao kao prijatelj s prijateljem."

Ovaj razgovor, ovo opštenje jeste molitva. Trajala je sve dotle dok je čovek voleo Boga i dok je bio poslušan Njegovoj svetoj volji. Neposlušanjem volji Božijoj čovek se udaljio od očinske ljubavi Njegove, te tako lišio sebe opštenja sa Tvorcem svojim. Pokušaj i napor čoveka da prevaziđe bedu otučenosti i odstupništva od Boga i da privede um, srce i svekoliko biće u ispravnu, prirodnu, zdravu vezu sa Bogom, u vezu koja jeste blaženstvo, zove se duhovni život. Put duhovnog života na koji ukazuju sveti oci, put koji vodi ostvarenju cilja čovekovog bića neizostavno obuhvata molitvu.

Kada čovek, podvižnik vere prevaziđe svoj egoizam, izađe iz granica svog individuuma i kroz veru uđe u novu, onostranu realnost, tada je svaki njegov pokret povezan sa molitvom; on gleda molitvom, oseća molitvom i živi molitvom.

Nemoguć je bilo koji vid duhovnog života ili pokušaja približavanja Bogu bez molitve. Molitvom čovek vaspostavlja prekinuti razgovor sa Bogom; njom postaje prijatelj Božiji; kroz nju se sjedinjuje sa Bogom. Sveti Jovan Zlatousti veli: „Ako neko liši sebe molitve, čini isto što čini onaj koji vadi ribu iz vode. Što je voda za ribu to je i molitva za naš život.” Zato apostol Pavle podstiče: "molite se neprestano."

Molitva je, međutim, veoma teška delatnost. Potrebno je da čovek aktivira svu svoju ličnost u molitvi; da razapne svoje strasti i grešne pomisli koje nosi u duši. "Molitva je umrtvljenje predstava volje tela" veli sveti Isak Sirin, "ali ona je i izvor spasenja."

Sveti oci po preimućstvu molitvom nazivaju tzv. molitvu Isusovu, umno-srdačnu molitvu. Ova molitva je centralno zanimanje blagočestivih hrišćana, pogotovo monaha u svim manastirima; posebno je omiljena na Svetoj Gori Atonskoj. O toj molitvi ćemo pokušati da kažemo nekoliko reči.

U naše vreme molitva imenom Isusa postaje sve rasprostranjenija na svim kontinentima. Mnogo toga napisanog o njoj zaslužuje pažnju; ali istovremeno, bilo je izrečeno i mnogo nepriličnih ideja. Celokupna teorija ove molitve mogla bi se izložiti na nekoliko stranica, ali je njena praktična primena u hrišćanskoj asketici vezana za tolike teškoće, da su od davnih vremena oci i učitelji Crkve na sve načine ubeđivali bogotraženje da Isusovoj molitvi treba pristupiti bojažljivo, tražeći najpre rukovodioca koji je već prošao ovaj podvig.

Šta je Isusova molitva? Njena spoljašnja forma lako se uči. Ona se sastoji od svega nekoliko reči: "Gospode Isuse Hriste Sine Božiji pomiluj me." Ova rečenica po želji i ličnoj potrebi može da se skрати ili da se proširi. Možemo da se molimo govoreći: "Gospode Isuse Hriste, pomiluj me." Isto tako uz dodavanje reči grešnog, možemo da izgovaramo: "Gospode Isuse Hriste Sine Božiji pomiluj me grešnog (grešnu)." Svako je, međutim, slobodan da kroz svoje lično iskustvo otkrije poseban sklop reči koji odgovara njegovim ličnim potrebama. Po predanju filokalijskih Otaca postoje tri kategorije molitve, koje nisu nezavisne jedna od druge, nego su samo različiti stupnjevi jedne iste realnosti. Prvi stupanj jeste molitva usnama, molitva verbalna. Mnogo godina vernici izgovaraju molitvu: "Gospode Isuse Hriste..." glasno, ne tražeći veštačke načine sjedinjavanja uma

i srca. U manastirima, na primer, neprestano i na svakom mestu molitva se izgovara, bez obzira na to koje se poslušanje obavlja. I dok je monah u kuhinji ili u bašti, ili bili čim da se bavi, on neprekidno priziva Ime Hristovo. Ako nekoliko monaha zajedno obavljaju neko poslušanje, oni se tada trude da izbegavaju mnogoslovlje i praznoslovlje zajedno se moleći. Naime jedan izgovara: "Gospode Isuse Hriste Sine Božiji," a drugi dodaje: "pomiluj nas," a ostali umom prate izgovorene reči. Isto čine i blagočestivi hrišćani u svojim porodicama. Tako se i sve ono čime se molitveni ljudi bave napaja molitvom i sve postaje jedna liturgija, jedan slavopoj Bogu, jedno neprestano bogoslužjenje. Tu se vera i život poklapaju, teorija i praksa postaju jedno. Svaka stopa zemlje postaje sveti oltar sa kojeg se uznosi bogougodna žrtva Bogu. To znači da ono što zaokuplja pažnju kako početnika, tako i onoga koji je već uzrastao u molitvi, jeste pokušaj da se svakodnevni život usaglasi sa zapovestima Hristovim. Vekovno iskustvo ovakve askeze je pokazalo da se, Božijim dejstvom, um sjedinjuje sa srcem kada monah prođe značajan period ispunjen poslušanjem i uzdržanjem i sveukupnim podvigom, kada se njegov um i samo telo starog čoveka u dovoljnoj meri oslobode vlasti greha.

Drugi stupanj je umna molitva. Na ovom stupnju molitve, reči se ne izgovaraju glasno nego umom; ne pokrećemo usne i jezik. Umom izgovarajući reči, pokušavamo da shvatimo njihov smisao i da lagano svoj um zatvorimo u reči molitve. Paralelno s tim, uporno se odbacuju pomisli koje nas vezuju za svet, kao i maštanja, ne samo ona grešna, nego i ona koja su naizgled dobra. Kada se nalazimo na bilo kojem od prva dva stupnja, još uvek smo u spoljašnjoj molitvi. Tu se mi još obraćamo Bogu tražeći nešto od Njega. No, ta spoljašnja molitva je neophodna da bi se došlo do unutrašnje, do umno-srdačne molitve, gde se Bog obraća nama. Molitva ne znači da činimo samo određene blagočestive radnje i da izgovaramo blagočestive reči. To nije neka trenutna radnja, već jedno trajno stanje. Moliti se znači neprestano stajati pred licem Božijim i izgrađivati sa Njim ličnu vezu. Molitva je saznanje u svakom damaru svog bića da postojim da sam istinski živ samo u Bogu i da je On u meni. Ovome se na prvom i drugom stupnju teži; na trećem stupnju, ovakvo stanje i osećanje se zadobija.

Treći stupanj jeste umno-srdačna molitva, i odlikuje se povezivanjem uma i srca. Da bi se ovo ostvarilo, pored spontanog izgovaranja molitve pri raznim delatnostima, neophodno je i planirano, sistematsko praktikovanje. To znači u određeno vreme određen broj molitava se izgovara pod određenim uslovima. Iako nijedan položaj tela nema vrednost sam po sebi, podvižnik molitve najčešće u nekoj zamračenoj prostoriji, sedeći na niskoj stolici, pokušava da umiri sve pokrete duše i tela i priklanja glavu prema grudima; u sebi izgovara molitvu, lagano udišući vazduh sa rečima: "Gospode Isuse Hriste Sine Božiji," a zatim pri izdisanju završava molitvu „pomiluj me grešnog.” Pri udisanju, pažnja uma u početku prati kretanje vazduha i zaustavlja se na gornjem delu srca. Posle izvesnog vremena provedenog u takvoj molitvi misli bivaju sabranije, a um se smešta u blizini srca ili čak može i da uđe u srce.

Iskustvo pokazuje da ovaj način molitve pruža umu mogućnost da vidi ne samo fizičko srce, nego i ono što se u njemu (na duhovnom planu) dešava; kakva osećanja se u njemu rađaju; kakve misaone predstave dolaze spolja. Takva praksa može dovesti do toga da monah bolje oseća svoje srce i da u njemu prebiva uz punu pažnju uma, nemajući više potrebu da pribegava psihosomatskoj tehnici.

Molitva koja je počela kao molitva usnama, gde se reči izgovaraju glasno, spolja, postepeno se razvija u unutrašnju molitvu i postaje naš sastavni deo; počinje da se

izgovara sama. Vrhunac ove molitve je kada se odozgo daruje podvižniku plamen koji naslađuje srce osećnjem ljubavi Božije i koji uznosi do duhovnih vićenja. Ponekad biva praćena i viđenjem svetlosti. Taj plamen, međutim, ne može se privući nikakvom veštinom, nego se uvek dobija blagodaću Božijom, kao dar Božiji.

Na prva dva stupnja molitve naglašeno je ono što čini čovek. Na trećem, pak, stupnju inicijativu preuzima nebeski Prijatelj čovekov; Njegovo dejstvo je temelj zajednice. Zato sveti Grigorije Sinajski i kaže da je molitva Bog. Ne nešto što ja započinem, nego zapravo nešto u čemu ja učestvujem. Ne što činim ja, nego Bog u meni. Po rečima apostola Pavla: "ne živim više ja, nego Hristos u meni." Na ovom stupnju, čovek je dužan da čuti i da pusti molitvu da se odvija sama, tj. da ostavi Bogu da govori. Drugim rečima, istinska, prava, autentična molitva se zbiva kada prestanemo da govorimo i kada počnemo da slušamo, s pažnjom u srcu, bezglasni glas Božiji. Tu molitva nije nešto što mi posedujemo, nego se čitavo naše biće pretvara u molitvu. Sav život postaje slavoslovlje; svako delo, svaka energija, čak i jedan osmeh, treba da bude himna Bogu, molitva. To je ono što je potrebno svetu: ne ljudi koji izgovaraju molitvu ređe ili češće, nego ljudi koji jesu molitva.

U molitvi Isusovoj postoji jedan kružni tok – neprestano smenjivanje ushođenja i silaženja. U prvoj polovini molitve uznosimo se Bogu govoreći: "Gospode Isuse Hriste, Sine Božiji,..." a zatim vraćamo se sebi skrušeno: „pomiluj me grešnog." Ova dva momenta povezana su rečju pomiluj. Reč pomiluj premošćuje ponor između pravednosti Božije i pale prirode čovekove. Onaj ko govori Bogu pomiluj me, oplakuje svoju nedostojnost, ali istovremeno pokazuje jedan vapaj nade. Govori ne samo o grehu, nego i o njegovom prevazilaženju. Potvrđuje da nas Bog, u svoj svojoj slavi prima iako smo grešni; dovoljno je samo da mi prihvatimo da nas On uzme u svoje naručje.

Molitva Isusova nije rezervisana samo za neke zatvorene, posebno posvećene krugove, na primer monaške. Naprotiv, ona pripada svima koji čeznu za Hristom i svakome omogućava da stupi u vezu sa Njim, bez obzira na zvanje i dostojanstvo, bez obzira na obrazovanje i uzrast. Ona se kao temelj duhovnog života preporučuje svima i na svakom mestu.

Neće biti na odmet da naglasimo da u molitvi Isusovoj nema ničeg magijskog i automatskog. Ako se ne trudimo da ispunimo zapovesti Hristove, uzaludno će biti i prizivanje Njegovog imena. On sam je rekao: "Neće svaki koji mi govori: Gospode, Gospode, ući u Carstvo Nebesko; no koji tvori volju Oca mojega koji je na nebesima" (Mat. 7,21). Onima, pak, koji molitvu razdvajaju od dobrodetelji, najavio je strašnu presudu: "Nikad vas nisam znao; idite od mene svi koji činite bezakonje" (Mat. 7,23). Molitva nije stvar intelektualnih spekulacija. Često mislimo da su razgovori o duhovnim temama dovoljni za duhovni život. Ono što je Bog Svetim ocima i podvižnicima Crkve darivao posle nekoliko decenija provedenih u podvigu, danas bi mnogi hteli preko noći, magijski, samo tehnikom izgovaranja reči molitve da postignu. Pravo stanje stvari je, međutim, drugačije. Kao što je Mojsej strpljivo podnosio teškoće podviga da bi video Onoga koji je nevidljiv, tako i mi moramo odlučno i istrajno da vodimo duhovni život – život i molitve i dobrodetelji – da bismo se konačno sjedinili sa Trojičnim Bogom. Postoje takođe, brkanja molitve Isusove sa jogom, budističkom praksom,

transcendentalnom meditacijom i tome slično. Glavna razlika između hrišćanstva i svih drugih pravaca sastoji se u tome što je u osnovi našeg duhovnog života Ličnost Boga koja se otkriva ličnosti vernika, dok pomenuti drugi putevi sledbenike odvede u oblast apstraktnog, transcendentalnog Apsoluta, u impersonalnu asketiku, gde nema ni Boga niti čoveka kao ličnosti. Cilj molitve Isusove je zadobijanje Duha Svetoga. Drugim rečima, cilj molitve je istovetan sa ciljem čitavog našeg duhovnog života, i postojanja uopšte, a to je oboženje, upodobljenje naše ličnosti Bogu. Isusova molitva je naša delatnost kojom saradujemo sa Božanskom blagodaću na ovom Sveštenom putunašem sjedinjenja sa Hristom. Počinjemo od proste, spoljašnje molitve koja odgovara našem duhovnom uzrastu, i polako napredujemo; naš život još ovde, u istoriji, postaje jedan sa Njegovim životom i netvarna svetlost preobraženja prožima svaki delić našeg bića, pretvarajući ga u prisustvo Božije, pri čemu Bog ostaje Bogom, a čovek uvek ostaje čovekom.