Когда подвижник Христов, по силе своей, возобладает движениями крови и ослабить действия ее на душу: тогда в душе начнут мало-помалу возникать духовные движения, начнут являться уму тонкие Божественные разумения, привлекать его к рассматриванию их и отвлекать от скитания всюду, сосредоточивая в себе [“**Прежде всех (духовных даров) непарение даруется уму Господом**". Каллист и Игнатий Ксанфопулы, гл.24. // Доброт., ч. 2.]; сердце начнет сочувствовать уму обильным умилением. От действий духовных окончательно ослабевают действия крови на душу: кровь вступает в отправление своего естественного служения в телесном составе, перестав служить, вне естественного своего назначения, орудием греху и демонам. Святой Дух согревает человека духовно, вместе орошая и прохлаждая душу, доселе знакомую только с разнообразными разгорячениями крови [**Беседа прп. Максима Капсокаливи с преподобным Григорием Синаитом. // Доброт., ч. 1**.]. При явлении мысленного Солнца Правды отходят мысленные звери в свои логовища, и подвижник исходить из мрака и плена, в котором держали его грех и падшие духи, на духовное делание и преуспеяние до самого вечера земной жизни, до преселения в вечную, невечернюю жизнь [**Пс. 103, 22, 23**.]. От блаженного действия Святого Духа в человеке, сперва начинает веять в нем необычная тишина, является мертвость к миру, к наслаждению его суетностью и греховностью, к служениям посреди его. Христианин примиряется ко всему и ко всем при посредстве странного, смиренного и вместе высокого духовного рассуждения, не известного и не доступного плотскому и душевному состоянию. Он начинает ощущать сострадание ко всему человечеству и к каждому человеку в частности. Сострадание переходит в любовь. Потом начинает усугубляться внимание при молитве его: слова молитвы начинают производить сильное не обычное впечатление па душу, потрясать ее. Наконец, мало-помалу сердце и вся душа двинутся в соединение с умом, а за душой повлечется в это соединение и самое тело. Такая молитва называется

**Умною**, когда произносится умом с глубоким вниманием, при сочувствии сердца;

**Сердечной**, когда произносится соединенными умом и сердцем, причем ум как бы нисходит в сердце и из глубины сердца воссылает молитву;

**Душевной,** когда совершается от всей души, с участием самого тела, когда совершается из всего существа, причем все существо соделывается как бы едиными устами, произносящими молитву.

Стр.247-248.т.2.