

Священник

МИХАИЛ Шполянский

<http://www.wco.ru/biblio/books/shpolyan1/main.htm>

КАК ПРИГОТОВИТЬСЯ К ИСПОВЕДИ

Практическое пособие для православного христианина

Содержание

Вступление

Глава 1. Грех

Глава 2. Исповедь

Глава 3. Таинство

Приложение I

Общая исповедь

Грехи против Бога

Грехи против ближнего

Грехи против самого себя

Приложение II

Если ты христианин

Правила благочестивой жизни

Советы старца христианам, живущим в миру

Приложение III

Грех (статья из Полного Православного Богословского энциклопедического словаря)

Рекомендуемая литература и источники

Издательство «Отчий дом»
Москва 2002

ВСТУПЛЕНИЕ

— Батюшка, вы мне грехи сейчас можете отпустить? — спрашивает мой случайный собеседник, неуверенно улыбаясь.

Что ж, вопрос задан...

Как часто эту фразу слышит священник, и не только в Церкви, даже зачастую и не в церкви [1], а в гуще народа, в повседневном круговороте мирской жизни, где-нибудь на предприятии или в военной части, в ЖЭКе или в магазине, просто на улице или в транспорте. И вопрос этот можно услышать от кого угодно — от генерала или бомжа, от работника исполкома или «валютчика». Вот ведь как живо сознание греха в душе человека! — Десятки лет вытравили — и не вытравили. И спрашивают чаще всего именно об исповеди. Редко-редко когда спросят: «Как причаститься?», не всегда произносится это с настоящей болью — иногда и полушутя вроде бы, а вот спросить именно об этом что-то толкает.

«Душа по природе своей христианка», — говорил Тертуллиан [2], — и интуитивно чувствует она грех как нечто чужеродное, опасное, «болеет грехом» и избавиться от него желает. Но как? — Вот этого-то наш современник, внецерковный, а часто и совсем безрелигиозный человек вовсе не знает. Чувствует: батюшка чем-то тут может помочь, и будет душе легче. Да желательно бы только поскорее это сделать, попроще, без хлопот, сейчас...

— А сколько же тебе лет? — интересуюсь я у своего случайного собеседника.

— Сорок пять уже.

— Значит, сорок пять лет грешил, а за сорок пять секунд все изгладить хочешь? Нет, брат, так в жизни не бывает, грешить трудился, так и искупить потрудись. В Церковь походи, помолись, к исповеди подготовься. Господь увидит твою веру, раскаяние — тогда и о прощении грехов говорить можно будет серьезно.

Ответ отчасти и шутливый, но смысл в нем большой. Как можно отпустить грех, если человек не знает, что такое грех? Как можно принять исповедь, если человек не понимает, что такое исповедь? И тут уже не знаешь, чему удивляться больше: тому ли, что за 70 лет выжигания религиозного сознания понятие греха не изгладилось из души человека, или тому, что за 10 последних лет полной свободы информации, в том числе религиозной — изобилия литературы, открытия церквей, — так и сохранилась всеобщая неграмотность, даже дремучесть в этом важнейшем вопросе христианской жизни.

А ведь, кажется, всякого рода пособий — книг, брошюр, листовок — для подготовки к исповеди издано более чем достаточно. Но... это — непонятно, то — неинтересно, до этого — руки не дошли, да... и вообще, времени нет... А на нет и суда нет — суда человеческого. Но будет Суд Божий, и никому его не избежать...

Итак, какая же, при таком изобилии религиозной литературы, цель издания еще одного пособия? — А именно та, чтобы не только образованный человек, но и человек малосведущий не мог бы сказать: «Непонятно», — чтобы пред своей совестью и перед Богом оставался бы только один честный ответ: «Не захотел»...

Нашу брошюру мы старались составить так, чтобы дать общедоступное представление, отражающее церковное учение о грехе и Таинстве очищения от греха — Исповеди. Что такое грех? Что такое исповедь? Как правильно исповедоваться? — об этом мы поговорим в последующих главах. В Приложении I мы предлагаем вам пособие для индивидуальной подготовки к исповеди: «Общая исповедь». Это перечень свойственных человеку грехов, данный как в кратком, так и в более углубленном виде, с соответствующими пояснениями и комментариями. В Приложении II помещены три кратких, «афористичных» сборника советов, которые можно было бы объединить одним названием: «Правила жизни христианина в миру». Первый, под заголовком «Если ты христианин», составлен старцами Псково-Печерского монастыря (предположительно схиигуменом Саввой); второй — «Правила благочестивой жизни» — написан Платоном, архиепископом Костромским (список этих правил распространял среди своих духовных чад старец Нектарий Оптинский); третий — «Советы старца христианам, живущим в миру» — принадлежит перу некоего старца Оптиной пустыни. Конечно, не все в этих советах требует буквального выполнения. Каждый ищущий Царства Божия должен рассудительно приложить их к своей жизни и постараться исполнять посильно. Но общий дух этих мудрых слов — дух христианской любви и смирения, терпения и радости о Господе, дух жизни в Боге — это то, чем должен проникнуться христианин, тот, кто желает действительно очистить себя от грехов, действительно обрести в своей жизни Бога, кто действительно жаждет спасения и вечной жизни — себе и близким.

В «Приложении III» помещена выписка из Полного Православного Богословского энциклопедического словаря — статья «ГРЕХ».

[1] Церковный человек скорее скажет так: «Можете ли вы меня сейчас исповедовать? Принять исповедь?» — ибо знает: грехи отпускаются (прощаются) не священником, но Самим Господом — по молитвенному ходатайству священника в Таинстве Исповеди.

[2] *Тертуллиан* (Квинт Септимий Флоренс) — крупнейший христианский богослов и апологет (защитник христианства от критики язычников) начала III века от Рождества Христова.

ГЛАВА I

ГРЕХ

ИЗ СЛОВАРЕЙ:

Полный церковно-славянский словарь - М., 1993 (репринт):

ГРѢХЪ (ἁμαρτία) - беззаконие.

Толковый словарь живого великорусского языка В. Даля, т. 1 - М., 1955:

ГРѢХЪ - поступок, противный закону Божию; вина перед Господом.

Словарь древнерусского языка (XI-XIV вв.) - М., 1989, т. 2 (репринт):

ГРѢШИТИ - 1) промахнуться, не попасть в цель; 2) миновать, пропустить что-либо; 3) нарушить религиозные предписания.

Словарь русского языка С. И. Ожегова - М., 1972:

ГРЕХ - 1) нарушение религиозных предписаний, правил; 2) предосудительный поступок; 3) грешно (разг.) - нехорошо.

Философская энциклопедия - М., 1962: - понятия нет.

Советский энциклопедический словарь - М., 1980: - понятия нет.

Полный православный богословский энциклопедический словарь - М., 1992 (репринт):

ГРЕХ - непослушание воле Божией.

ИЗ ТЕКСТОВ СВЯЩЕННОГО ПИСАНИЯ:

В Библии понятие «грех» встречается 497 раз, от: «...если не делаешь доброго, то у дверей грех лежит...» (Быт. 4,7) [1], до «...чтобы не участвовать вам в грехах...» (Откр. 18, 4).

Слово Спасителя:

Всякий, делающий грех, есть раб греха (Ин. 8, 34).

Слово Апостола:

Возмездие за грех - смерть (Рим. 6, 23).

Слово пророческое:

Всякий верующий в Него (Иисуса Христа) получит прощение грехов именем Его (Деян. 10, 43).

ИЗ СВЯЩЕННИЧЕСКОГО ОПЫТА, ИЗ ВЫСКАЗЫВАНИЙ ЛЮДЕЙ НАШЕГО ВРЕМЕНИ:

«Всем грешен: словом, делом, помышлением...»

«Ничем никогда не грешил, только меня все обижали».

«Грехов? Да нет, не было. Всегда всем только добро делала».

«Чего там конкретно? Всем грешила, а конкретно не знаю».

«Не помню что-то...».

«Грех? А что это?».

ИТАК, ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ГРЕХ?

Желающих узнать богословский ответ на этот вопрос отсылаем к статье из Богословского энциклопедического словаря, помещенной в Приложении III. Ну а мы постараемся ответить на него как можно проще и в то же время подробнее.

Вся сложность христианского понимания греха в том, что явление это многоплановое: с одной стороны - дело, с другой - состояние (страсть). Дело же может быть совершённое, а может быть помысленное. Но, кроме того, на грех можно смотреть и как на противление Господу, как на оскорбление Его любви к нам. Справедливо также называют грех «духовным ядом», отравляющим, убивающим нашу душу... Итак, попробуем во всем этом разобраться.

Согласно определению «Толкового словаря» Даля, грех - это поступок, противный закону Божию. Но что же такое закон Божий? Что знает об этом сейчас большинство людей? Проверить это не сложно - спросите первого встречного на улице: «Скажите, пожалуйста, как Вы считаете, что такое грех?» Девять из десяти ответят, крепко подумав: «Ну, убить, если кого...» Еще подумав: «Родителей когда обижают», иногда добавят, но уже с ноткой сомнения: «Украсть, наверное, чего-то

там...» И что характерно, редко-редко, почти никогда не вспомнят о грехе блуда - так привыкли к тому, что это не блуд, а секс - «законно-спортивный» элемент жизни. Такое представление о грехе опирается на крайне скудное, где-то краем уха слышанное знание о десяти заповедях ветхозаветного закона, данного Богом Моисею на горе Синай [2]: не убий, не укради и пр. Ну что же - знать этот закон (десятисловие, или декалогий) необходимо: это фундамент не только христианской, но и всей общечеловеческой духовности и морали. И знать, конечно, нужно не только пятую и шестую, а все заповеди. Знать, понимать, руководствоваться ими [3], - но и это еще не все. Дело в том, что наш новозаветный христианский закон неизмеримо более глубок: кроме «грешен словом и делом» он имеет еще одно измерение - «и помышлением». Вот что говорит Сам Христос в Евангелии от Матфея: «Вы слышали, что сказано древним: "Не убивай; кто же убьет, подлежит суду". А Я говорю вам, что всякий гневающийся на брата своего... подлежит суду..." Вы слышали, что сказано древним: "Не прелюбодействуй". А Я говорю вам, что всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем» (Мф. 5, 21-22; 27-28). Вот ключевые слова: «Прелюбодействовал в сердце своем», - т.е. грех из сферы действий, поступков переводится в сферу состояний, чувств. И здесь - колоссальный сдвиг в понимании! Если большинство из нас могут спокойно сказать: «Нет, никого не убивал», а кое-кто даже сможет без лукавства признать себя непричастным к греху блуда, то увидим ли мы такого человека, кто искренне скажет: «Гневаться, раздражаться, обижаться? Осуждать кого-либо? Иметь нескромные, нецеломудренные мысли? - Нет, со мной этого никогда не бывало!»? Думаю, что не увидим, а если и увидим, - то можно без сомнения утверждать, что встретили мы человека с абсолютной душевной слепотой. Так что, друзья мои, приходится признать - воистину все мы «в бездне грехов валяемся»: ведь не проходит дня, часа, а то и минуты, чтобы не согрешили мы раздражением или нечистыми мыслями, осуждением или завистью, праздностью или унынием и т.п.

ЧТО ПОРОЖДАЕТ ГРЕХ?

Итак, мы разобрались, что грех может быть «делом», а может быть «помышлением». Ну а теперь заглянем глубже. Что порождает грех? Источник его лежит в самых глубинах нашей души — в том, что называется страстью. По определению «Полного церковно-славянского словаря» страсть (*πάθος* — пафос) — это «сильное желание чего-либо запрещенного», т. е. желание совершать грех. Сама по себе страсть есть уже грех — «грех состоянием», но это и потенциальная возможность совершения греха делом, воплощения его в конкретном поступке. Так, страсть сребролюбия (любовь к деньгам, богатству), при непротивлении ей и при способствующих внешних обстоятельствах, может реализоваться в грех воровства; страсть раздражительности — в грех рукоприкладства (побои, драка); страстное состояние отчаяния — в грех самоубийства. Как мы видим, все эти грехи — воровство, рукоприкладство, самоубийство и прочие — коренятся в

соответствующих страстях. Но дело в том, что и сами страсти эти также есть грехи, более того, именно они — страсти — и есть грехи «в первую очередь», ибо, постоянно гнездясь в душе человека, побуждают его к совершению грехов делом — к падениям. Поэтому грехи делом не только вторичны по происхождению, но и гораздо легче преодолеваемы на практике (удержать себя от воровства, к примеру, гораздо проще, чем удержать свою душу от страстного желания приобретать материальные блага). Искоренение страстей — основное содержание православной аскетики [4]. Святые отцы [5] учат, что источник страстей - искушающая душу человека бесовская воля; почва для их произрастания - зараженная первородным грехом падшая природа человека (см. Приложение III); сила, противостоящая страстям, — свободная воля богоподобной человеческой личности; оружие для борьбы со страстями преподается Православной Церковью. Однако все это уже тема отдельного, большого разговора [6].

Здесь же мы приводим только перечень основных страстей (по мере возрастания их опасности для души), как они определяются святыми отцами Церкви, — с противопоставлением им соответствующих добродетелей.

Страсть	Добродетель
ЧРЕВОУГОДИЕ	ВОЗДЕРЖАНИЕ
ЛЮБОДЕЯНИЕ (блуд)	ЦЕЛОМУДРИЕ
СРЕБРОЛЮБИЕ	НЕСТЯЖАНИЕ
ГНЕВ	КРОТОСТЬ
ПЕЧАЛЬ	ТЕРПЕНИЕ
УНЫНИЕ	ТРЕЗВЕНИЕ (духовная собранность)
ТЩЕСЛАВИЕ	СМИРЕНИЕ
ГОРДОСТЬ	ЛЮБОВЬ

ДЕЙСТВИЕ ГРЕХА

Теперь рассмотрим, каково же действие греха на душу человека.

С одной стороны, как мы уже говорили, грех постепенно умерщвляет душу, «отравляет» ее собой. Если угодно, действие греха можно сравнить с действием радиации на тело человека. Это «духовная радиация», постепенно, но неуклонно разрушающая душу. А душа должна не только кое-как существовать, прозябать — она должна развиваться, формироваться; она должна успеть приготовиться и созреть ко времени перехода в вечную жизнь. Так плод в материнском чреве созревает, готовится к рождению в мир. Беда, если мать в это время помышляет только о развлечениях или о том, например, чтобы выгодно подработать на каком-нибудь токсичном производстве. О печальных последствиях этого не хочется и говорить... Безумной назовут такую нерадивую мать большинство нормальных людей — и будут правы. Но прав и Предтеча и Креститель Господень Иоанн, который нам, нормальным людям, сказал: «Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное» (Мф. 3, 2). Прав Господь наш Иисус Христос, Который сказал:

«Безумный! в сию ночь душу твою возьмут у тебя; кому же достанется то [богатство], что ты заготовил?» (Лк. 12, 20).

Все мы, дорогие, так сказать, «беременны» душой: носим, вынашиваем ее для рождения в будущее Царствие, — но помним ли мы об этом? Заботимся ли о ней? Или отравляем ее «токсинами» грехов, угнетаем ее тяжким грузом своих страстей, собственноручно обливаем ее «грязью духовной»?

Убийство души (а Святые отцы говорят, что душа может омертветь еще при жизни тела) — вот тот фатальный исход, к которому приводит легкомысленное отношение ко греху, привычка жить во грехах — извиняя самого себя тем, что «все так живут». Предупреждая нас от этого пагубного самооправдания, Господь учит: «Входите тесными вратами, потому что широки врата и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими; потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их» (Мф. 7, 13-14).

С другой стороны, совершаемый нами грех — это нанесение прямого оскорбления Богу. Ведь Сам Христос открыл людям, что Бог для каждого из нас не некий непознаваемый Абсолют, абстрактный принцип, но «Отец наш Небесный». ОТЕЦ! Вдумайтесь в это! Ведь именно это делает христианство религией любви, а не закона! Но такое высокое отношение требует взаимности — не только бесконечно милосердной и долготерпеливой заботы Отца о своих страждущих чадах, о каждой человеческой личности, но и нашего достойного, сыновнего отношения к Небесному Отцу — дайте «Божие Богу» (Мф. 22, 21).

Грех есть непослушание Воле Божией. Но не является ли оскорблением для земного, во плоти человеческой, отца, упорное, злонамеренное, нераскаянное непослушание его воле, его указаниям, просьбам, его авторитету? Не тем ли более — непослушание воле Небесного Отца? И если земной отец, испробовав все средства увещания и вразумления, в конце концов не только имеет право, но и обязан прибегнуть к наказанию, — то не вынудит ли, в конце концов, небесная справедливость отступить небесное долготерпение? Как говорят в народе: «Бог долго терпит, да больно бьет».

Еще страшнее выглядит ситуация, если мы посмотрим на нее с точки зрения искупительной жертвы Спасителя — Его добровольной крестной смерти за грехи мира. Все скорби мира, включая и непреодолимое человеком проклятие смерти, есть последствия греха, берущего начало от грехопадения прародителей Адама и Евы. Христос вочеловечился, чтобы это проклятие преодолеть, чтобы превратить смерть из кошмарного тупика в дверь, ведущую в лучшую, совершенную жизнь, изначально уготованную Богом человеку по его сыновнему достоинству. Христос Сам, будучи совершенно чист даже от тени греха, добровольно взял на Себя все последствия греха вплоть до смерти, «смерти же крестной» (Фил. 2,8). Он «отдал Себя Самого за грехи наши, чтобы избавить нас от настоящего лукавого века» (Гал. 1, 4). Спаситель, распявшись за нас, сделал возможным искупление грехов для всех людей, ищущих Царствия Божия, — от Адама до последнего человека последних времен. И таким образом мы, совершая грехи, вновь и вновь становимся соучастниками Его распинания. О, ужасное зрелище! Одну руку все время просительно протягиваем к Распятому Христу с молением (если не с требованием):

«Дай нам то, дай это, помоги, защити нас», — а другой рукой — молотком по гвоздям, пронзающим Его пречистое тело! Поистине, невыносимая картина. Кажется, как можно жить, если так это все видеть? Ведь избавиться в нашем скорбном мире от греха невозможно: («...несть человек иже жив будет и не согрешит» [7]) — с грехом можно только бороться; но как с этим сосуществовать: с «грехом — ядом», с «грехом — оскорблением», с «грехом — распинанием»?! Однако, хотя действительно «человекам это невозможно» — «Богу же все возможно» (Мф. 19, 26).

И становится это возможным потому, что существуют два великих понятия, два ключевых момента в отношениях Бога к человеку и человека к Богу: милосердие и покаяние. И реально объединяются эти два понятия во единое действие — в церковное **Таинство Покаяния**, или **Исповеди**.

[1] В скобках указывается название книги (части) Священного Писания (Библии: Ветхого и Нового Заветов), номера главы и стиха (строки) цитируемого текста. Например: (Быт. 4, 7) - Книга Бытия, глава 4, стих 7; или: (Рим. 6, 23) - Послание Апостола Павла к Римлянам, глава 6, стих 23.

[2] I. «Я Господь Бог твой, да не будет у тебя никаких других богов, кроме Меня».

II. «Не сотвори себе кумира» (не делай себе никакого идола).

III. «Не произноси имени Бога твоего всуе» (напрасно).

IV. «Помни день субботний («шаабат» - день седьмой), чтобы свято хранить его, шесть дней работай и делай в них все свои дела, день седьмой посвяти Господу».

V. «Почитай отца твоего и мать твою, чтобы хорошо было тебе и чтобы продолжались дни твои на земле».

VI. «Не убий».

VII. «Не прелюбодействуй».

VIII. «Не укради».

IX. «Не произноси на ближнего своего ложного слова» (не лги).

X. «Не желай жены ближнего твоего, не желай дома ближнего, ни поля его, ни раба его, ни рабыни его, ни вола его, ни осла его, ни скота его и вообще ничего, что есть у ближнего твоего» (не завидуй).

Полный текст десяти заповедей закона Моисеева можно найти, обратившись непосредственно к Библии, в книгах Исход (гл. 20) и Второзаконие (гл. 5).

[3] Для более углубленного рассмотрения этого вопроса рекомендуем обратиться к книге архимандрита Иоанна Крестьянкина «Опыт построения исповеди» и к книге протоиерея Анатолия Правдолюбова «В чем каяться на исповеди», в которых подробно раскрывается жизнь христианина в современном мире с точки зрения десяти заповедей Закона Божия.

[4] *Аскетика* — наука о «духовном делании» и искусство такого делания. Суть аскетике — в очищении души от «скверны страстей» путем самовоздержания и молитвенного подвига, в отвержении своих эгоистических интересов и похотей ради Господа и ради ближних.

[5] *Святые отцы* — подвижники и учителя, праведники Православной Церкви, прошедшие деятельный путь очищения от страстей и воздержания души в Боге. За 2000-летнюю историю Церкви Христовой накоплен колоссальный практический опыт христианской жизни, запечатленный в святоотеческом наследии — в богословских,

канонических (канон — норма жизни Церкви), аскетических, литературных, литургических (богослужебных) и других текстах. Все святоотеческое наследие называется Священным Преданием (в отличие от Священного Писания — Библии).

[6] Церковь располагает огромным корпусом аскетической литературы — «учебниками» практической христианской жизни, науки о спасении души, — начиная от древнейших памятников (поучения святых Антония Великого, Макария Великого, Аввы Исаии и др.) и кончая опытом святых отцов наших дней — например, святого Силуана Афонского. Желая ознакомиться с такой литературой рекомендуем прочитать: «Душеполезные поучения» Аввы Дорофея; «Невидимую брань» Никодима Святогорца; «Лествицу» преподобного Иоанна; выходные данные этих книг приведены в списке литературы.

[7] Из молитвы заупокойной литии (панихиды).

ГЛАВА 2

ИСПОВЕДЬ

Итак, что же такое спасительное Таинство Исповеди?

В первую очередь поясним само понятие **таинства**. По определению Православного Катихизиса святителя Филарета [1], таинство — это «священное действие, через которое тайным образом действует на человека **благодать**, или спасительная сила Божия». Таинства — это дары Святого Духа, изливаемые на верующих людей не за их заслуги, а единственно по любви Божией. Благодать Божия действует во всем мире, но с особым изобилием, именно как дар, она изливается через Церковь [2]: Церковь в этом случае является той оградой, в которой хранится православное вероучение (ложное вероучение ведет к ложной духовности и не приближает человека к Богу, а удаляет от Него). В Церкви истинно верующие получают во всей полноте дары Святого Духа. Преподаются эти дары с целью укрепить право верующего христианина на пути к Богу, и потому к таинствам Церкви допускаются только люди сознательно верующие и воцерковленные, т.е. выполняющие требования и установления Церкви.

Действительны только таинства истинной Церкви [3]. Таинств в Церкви семь, а именно: 1) Крещение; 2) Миропомазание; 3) Евхаристия (Причащение); 4) Покаяние (Исповедь); 5) Венчание (Таинство Брака); 6) Таинство Священства; 7) Елеосвящение (Соборование).

Покаяние, по определению Православного Катихизиса, есть Таинство, в котором исповедующий грехи свои при видимом изъявлении прощения от священника невидимо разрешается от грехов Самим Господом Иисусом Христом.

Поясним сущность таинства, вернувшись к прежним сравнениям.

Мы говорили, что грех — это грязь, — так вот, исповедь есть баня, омывающая душу от этой грязи духовной. Мы говорили, что грех есть яд для души, — так вот, исповедь есть лечение отравленной души, очищение ее от яда греха. Баню принимать посреди улицы человек не будет, от отравления на ходу не излечится: для этого нужны соответствующие учреждения. В данном случае таким богоустановленным учреждением является Святая Церковь. Спросят: «Но почему нужно исповедоваться именно в присутствии священника, в обстановке именно церковного таинства? Разве Бог не видит моего сердца? Если я сделал плохо, согрешил, но вижу это, стыжусь этого, прошу у Бога прощения — разве этого

недостаточно?» Но, друг мой, если, к примеру, человек упал в болото и, выбравшись на берег, стыдится того, что весь в грязи, — разве этого достаточно, чтобы стать чистым? Разве одним чувством отвращения он уже омылся? Чтобы смыть грязь, нужен внешний источник чистой воды, а чистая омывающая вода для души и есть благодать Божия, источник, откуда изливается вода, — Церковь Христова, процесс омовения — Таинство Исповеди.

Подобную же аналогию можно провести, если смотреть на грех как на болезнь. Тогда Церковь — это больница, а исповедь — лечение болезни. Причем саму исповедь в этом примере можно рассматривать как операцию по удалению опухоли (греха), а последующее за ней причастие Святых Даров — Тела и Крови Христовых в Таинстве Евхаристии — как послеоперационную терапию по заживлению и восстановлению организма (души).

И наконец, мы можем рассматривать исповедь еще в одном аспекте — как испрошение прощения у Господа за нанесение Ему оскорбления. Действительно, ведь мы с вами уже говорили о том, что любой грех есть оскорбление Бога — и как послушание воли Небесного Отца, и как участие в распинании Сына Божия Иисуса Христа. Да, Господь действительно бесконечно милосерден. Он действительно в Своей безмерной Любви и долготерпении терпит то, что не стерпел бы ни один человек на Земле, даже убийство Своего единственного Сына. Но этому милосердию, этому долготерпению нужно дать место действовать — попросту говоря, извиниться перед Богом, ибо нераскаянный грех сам не допускает к себе милосердие Божие. Представь себе, друг: вот ты встал утром с бодрым настроением, вышел во двор и... неожиданно, без всяких причин, попал под вспышку ярости со стороны соседа; как говорится, обругали с ног до головы. Настроение на весь день испорчено... И вот следующее утро. С опаской выходишь во двор, со смущением смотришь в сторону соседа — и вдруг видишь человека с огорченным лицом, с раскаянием в глазах. «Прости, сосед, я вчера был не в себе, — слышишь от него. — Не знаю, что со мной было, просто помрачение какое-то... Разреши, я как-то заглажу свою вину». — «Ну что ты, — ответишь ты ему, — забудем об этом, Бог тебя простит, не скорби, я на тебя не держу зла. Всякое бывает». И добрые отношения восстановлены к общей радости. Но если вместо слов раскаяния слышишь вновь: «А, опять ты... Вчера подвернулся под горячую руку, мало тебе еще попало, — не видишь, что ли, я по утрам не в настроении!» — тут уже не до мира душевного...

Как легко нам бывает простить кающегося, как необходимо нам самим каяться перед теми, кого мы обидели!.. Но не тем ли нужнее наше покаяние перед Богом — Отцом Небесным? — Такого моря грехов, как перед Ним, мы не имеем ни перед одним человеком.

Итак, чтобы получить прощение своих грехов, нам нужно в них покаяться — исповедаться. Чтобы очиститься от скверны греха, нам нужно прибегнуть к очистительному таинству, нужно принять этот дар Божий — Таинство Исповеди. При этом мы должны от всего сердца верить в Бога, понуждать себя к исполнению Его заповедей, сокрушаться о своих грехах, каяться в них — и тогда можно надеяться на милосердие Божие... «Я пришел призвать не праведников, но грешников к покаянию» (Мф. 9, 13).

Как же происходит Таинство Исповеди, как к нему готовиться и как приступать? Об этом — в следующей главе.

[1] *Катихизис* — краткое и ясное изложение христианского учения, расположенное по вопросам и ответам. Катихизис Филарета, митрополита Московского, был главным пособием для преподавания основ веры в прежней России и поныне остается лучшим сводом православного вероучения.

[2] *Церковь* Небесная, как Божий замысел о спасении мира, существовала предвечно; Церковь земная (отражение, воплощение Небесной) установлена Христом через апостолов («Я создам Церковь Мою, и врата ада не одолеют ее» — Мф. 16, 18) и будет существовать до скончания веков земной истории. Истинная Церковь едина; главный внутренний признак истинности Церкви — действие в ней благодати Святого Духа; главный внешний признак — прямая преемственность ее от апостолов и неизменность соборно выработанного вероучения.

[3] «Один Господь, одна вера, одно крещение», — сказал Апостол (Еф. 4,5). Однако ныне, как и во все времена, существует множество лжецерквей, сам факт отделения которых от истинной апостольской Православной Церкви говорит об их не богоустановленности, а человеческой, плотской измышленности («... многие лжепророки восстанут, и прельстят многих...» (Мф. 24, 11) — предупреждает Спаситель). На Украине особую опасность представляют схизматические и самосвятские автокефальные церкви, которые прикрывают свою раскольническую сущность полным внешним подобием Православной Церкви, и тем вводят в заблуждение неискующих в догматических вопросах людей, отрывают их от истинной Церкви. Но нужно всегда помнить, что благодать Божия в своей полноте действует исключительно в единственной установленной Самим Христом Церкви.

ГЛАВА 3

ТАИНСТВО

Подготовка к исповеди не носит внешне-формального характера. В отличие от другого великого Таинства Церкви — Причастия [1], исповедь может совершаться всегда и везде (при наличии законного тайносовершителя — православного священника). При подготовке к исповеди церковный устав не требует ни особого поста, ни **особого молитвенного правила**, а нужны только **вера и покаяние**. То есть исповедующийся человек должен быть крещеным членом Православной Церкви, сознательно верующим (признающим все основы православного вероучения и признающим себя чадом Православной Церкви) и раскаивающимся в своих грехах.

Грехи нужно понимать и в широком смысле — как свойственные падшей человеческой природе страсти, и в более конкретном — как фактические случаи преступления заповедей Божиих. Славянское слово «покаяние», вслед за исходным греческим словом (*μετανοία*), означает не столько «извинение», сколько «изменение» - решимость не допускать в будущем совершения тех же грехов. Таким образом, **покаяние есть состояние бескомпромиссного самоосуждения за свои прошлые грехи и стремление впредь упорно бороться со своими страстями.**

Итак, подготовиться к исповеди — это значит покаянным взглядом окинуть свою жизнь [2], свою душу, проанализировать свои дела и мысли с точки зрения заповедей Божиих (при необходимости и записать для памяти, чтобы не упустить чего-либо во время совершения Таинства), помолиться Господу о прощении грехов и даровании истинного покаяния. И — пойти в храм Божий исповедаться.

Хотя, как уже говорилось, исповедоваться можно в любой обстановке, но общепринятой является исповедь в храме — во время богослужения или в

специально назначенное священником время (в особых случаях, например, для исповеди больного на дому, нужно индивидуально договориться со священнослужителем).

Обычное время совершения исповеди — перед Божественной литургией или во время ее, перед причастием. Иногда исповедуют на вечернем богослужении, иногда, при наплыве народа, назначают особое время. Узнать о времени исповеди желательно заранее.

Как правило, священник исповедует перед аналоем [3] в боковых крыльях помещения церкви — приделах, или на солее [4], или ближе ко входу в церковь (в притворе). Пришедшие на исповедь становятся друг за другом перед аналоем, где исповедует священник, но на некотором расстоянии от анаоя, чтобы не мешать чужой исповеди; стоят тихо, слушая церковные молитвы, сокрушаясь в сердце о своих грехах. Когда настанет их очередь — подходят к исповеди.

Подойдя к аналою, склони голову; при этом можно и стать на колени (по желанию; но в воскресные дни и великие праздники, а также от Пасхи до дня Св. Троицы коленопреклонения отменяются). Обычно священник покрывает голову кающегося епитрахилью [5], молится, спрашивает, как зовут исповедника и что он желает исповедать пред Богом. Здесь кающийся должен исповедать, с одной стороны, общее осознание своей греховности, особо называя наиболее свойственные ему страсти и немощи (например: маловерие, сребролюбие, гневливость и т. п.), а с другой стороны, назвать те конкретные грехи, которые он за собой видит, и особенно те, которые как камень лежат на его совести, например: аборт, оскорбления родителей или близких, воровство, блуд, привычка к мату и богохульству, несоблюдение заповедей Божиих и церковных установлений, и т. п., и т. п. Разобраться в своих грехах вам поможет Приложение I настоящего издания.

Священник, выслушав исповедь, как свидетель и ходатай пред Богом, задает (если считает нужным) вопросы и говорит наставление, молится о прощении грехов кающегося грешника и, когда видит искреннее раскаяние и стремление к исправлению, читает «разрешительную» молитву [6]. Итак — исповедь совершена, при искреннем раскаянии грех Богом прощен.

Прощенный грешник, перекрестясь, целует крест, Евангелие и берет у батюшки благословение [7]. Если он готовился к причастию, то спрашивает: «Благословите ли, батюшка, причаститься?» — и при положительном ответе идет готовиться к принятию Святых Христовых Тайн [8].

НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ ГОТОВЯЩЕМУСЯ К ИСПОВЕДИ И ПРИЧАСТИЮ

1. К исповеди можно, как уже говорилось, приступать в любое время и как угодно часто. Однако общепринятой является исповедь непосредственно перед причастием (в наше время верующие люди, как правило, причащаются 1-2 раза в месяц, начинающим желательно причащаться не реже 4-5 раз в год).

2. К исповеди нужно готовиться душой: внимательно, вдумчиво проанализировать свою жизнь, особо отмечая то, о чем нужно вслух сказать на исповеди, настроить свое сердце на покаянный лад. При этом желательно проверить свою совесть, воспользовавшись таблицей, данной в Приложении I «Общая исповедь» настоящего пособия, или аналогичной литературой.
3. Исповедь не есть беседа. Если нужно посоветоваться со священником, то следует попросить его уделить для этого особое время. На исповеди нужно говорить только о своих грехах (ни в коем случае не стараясь обелить себя и осудить окружающих) и просить за свои прегрешения у Господа прощения.
4. К исповеди можно приступать, только предварительно примирившись со всеми, кто нас как-то обидел и кто на нас имеет какую-либо обиду (если по обстоятельствам жизни примирение практически невозможно — то нужно искренне примириться в сердце своем). Исповедаться не примирившись — бесполезно, причащаться так — смертный грех.
5. Если по каким-либо причинам священник не имеет возможности подробно тебя выслушать, даже если он просто спросил: «Каетесь ли вы в своих грехах?» — а ты ответил ему с сокрушением сердечным, искренне: «Каюсь», и он сразу прочитал «разрешительную» молитву, — не смущайся краткостью исповеди: благодать Божия, немощных врачующая, очистила твою душу, и Таинство Исповеди совершилось во всей полноте. Однако если на совести камнем лежит тяжкий грех и есть потребность его исповедать особо — тогда попроси священника, чтобы он выслушал тебя подробно.
6. Никогда не надо смущаться тяжестью своих грехов, ибо нет грехов непрощаемых, кроме неисповеданных, нераскаянных. Среди христианских святых есть люди, некогда бывшие страшными грешниками (например, преподобная Мария Египетская) — но, покаившись, они не только получили прощение от Господа, но и подвигом веры взошли на высшую ступень святости (вспомним также, что первый человек, сподобившийся войти в рай, был покаившийся разбойник). Священник же никогда не соблазнится услышанным, исповедь даже самых тяжких и отвратительных грехов не вызовет у него дурного чувства к исповедующемуся: зрелище очищающейся души всегда вызывает чувство любви и радости. Нужно знать также, что священнослужители обязаны хранить тайну исповеди под страхом извержения из сана.
7. Бывает у исповедующихся ложное чувство «несовершенного покаяния»: «Я, батюшка, покался плохо, я не достоин причащаться». Так вот, достойным принять Страшные Тайны Христовы — Святое Причастие — может считать себя только человек, находящийся в духовном самообмане. Естественное состояние причастника — осознание именно своего глубочайшего недостойнства принятия такого ВЕЛИКОГО ДАРА и чувство благодарности Господу за Его любовь к нам и милосердие к нашему недостойнству; только это и есть условие достойного причащения. В отношении же «не совершенного покаяния» скажем, что благодатное чувство сердечного покаяния даруется Господом, и нам не должно его «требовать» у Господа; наше же дело — покаяться сознательно и

искренне, в том числе и в отсутствии чувства «совершенного» покаяния — остальное же возложим на Господа.

Напоследок — несколько советов общего характера тому, кто делает первые шаги в Церкви.

Первое — ничего не бойся и не смущайся. Твое незнание церковных обрядов не является препятствием в твоих отношениях с Богом. Он Сам видит, зачем и как ты к Нему пришел, и, несомненно, принимает твою безыскусную молитву. Даже если ты поначалу что-то сделаешь «не как положено», если тебе сделают замечание или даже обругают, — не смущайся, знай, что это попущено Господом, чтобы проверить твою веру и смирение: пришел ли ты к Богу или пришел себя показать. Отсюда вытекает и второе: имей терпение, не торопи события духовной жизни по принципу «всё или ничего»; всё придет, но только со временем... «терпением вашим спасайте души ваши»,— сказал Господь (Лк. 21,19). Третье — имейте доверие к Богу, к святым отцам, к 2000-летнему опыту Церкви Христовой, спасающей и спасшей уже миллионы душ. Без **доверия** нет **веры**. Не соблазняйся тебе непонятным, неубедительным и, возможно даже, неприятным — не суди сходу, вручи суд весь Богу, а сам открой свое сердце тому, что тебе уже сейчас близко, и прими в себя этот дар Божий. Об остальном говори себе: «Если мне это сейчас непонятно, значит, мне это пока не нужно».

И еще раз прошу: не впускай в себя соблазн — это может быть, и скорее всего, есть сеть, расставленная на душу твою лукавым. Так, например, многие «новоначальные» соблазняются непонятностью для них церковно-славянского языка. Но почему же тогда, пожив несколько лет церковной жизнью, те же люди, как правило, становятся убежденными защитниками сохранения этого богослужебного языка? Да потому, что со временем открывается то, что не видно с первого взгляда,— чудная красота и духовная насыщенность этого чистого, созданного Святыми отцами духоносного языка. Вряд ли найдется нормальный человек, который будет ратовать за то, чтобы заменить язык поэзии на язык канцелярии (потому что тот якобы точнее), или язык канцелярии на язык базара (потому что тот «народнее»). Так и православный христианин идею замены святого языка богослужения на удобопонимаемый разговорный воспринимает как кощунство [9]. Ну а что ты пока не всё понимаешь из церковных молитв — не скорби; «Ты не понимаешь, зато бесы все понимают»,— говорили святые отцы. Душа способна «впитывать» благодать богослужения и молитвы и без участия в этом разума (поэтому, кстати, так важно верующим родителям читать вслух молитвы при своих младенцах и приносить их в Церковь на службы). Ну, а время придет, проявишь терпение и настойчивость на пути к Богу — и все станет на свои места, и засияет бесконечной глубиной и красотой премудрость православного богослужения [10].

И, наконец, четвертый совет, в сущности, вытекающий из вышесказанного: будь настойчив в достижении своей цели на пути к Богу. Не опускай рук после первых разочарований и неудач. Излечение и спасение души — труд более кропотливый, чем излечение тела, и не нужно ожидать на этом пути одних восторгов и успехов. Даже «сто раз на день падая — сто раз вставай» — учат наши святые, и именно

через эти падения ведет путь к победе. «Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф. 11, 12), — вот утверждающее слово Самого Спасителя, и только с пониманием этого можно приступать к духовному деланию.

Итак, друзья, вы узнали некоторые основные сведения о духовной жизни: о грехе и о великом Таинстве Исповеди — таинстве примирения человека с Богом, очищения его от греха и воссоединения с богочеловеческим организмом Церкви Христовой, в котором и происходит спасение человека. Дай Бог, чтобы эти сведения не остались для вас мертвым грузом, но дали толчок мыслям, чувствам, делам. Отзовитесь на зов своей души, придите к Господу, отворите для Него уголок своего сердца — и «обрящете покой душам вашим».

ДА СОХРАНИТ И УКРЕПИТ ВАС НА ЭТОМ ПУТИ ГОСПОДЬ!

[1] В Таинстве Причастия (Евхаристии) верующие христиане под видом хлеба и вина приобщаются Божественных Тела и Крови Христовых, содействующих человека участником вечной жизни. Непременным условием Причастия являются исповедь, пост и молитвенная подготовка.

[2] Как правило, за период после последней исповеди. Но можно исповедать и прошлые грехи — или ранее по забывчивости или ложному стыду не исповеданные, или исповеданные без должного раскаяния, механически. При этом нужно знать, что искренне исповеданный грех всегда и необратимо прощается Господом (грязь омывается, болезнь исцеляется, проклятие снимается), в этой непреложности — смысл Таинства. Однако это не значит, что грех должен быть забыт, — нет, он остается в памяти для смирения и охранения от будущих падений; он может еще долго беспокоить душу, как может беспокоить человека зажившая рана, — уже не смертельная, но еще ощутимая. В этом случае исповедовать повторно грех можно (для умирения души), но не обязательно, так как он уже прощен.

[3] *Аналой* — столик для церковных книг или икон с наклонной верхней поверхностью.

[4] *Солея* — приподнятая часть пола церкви перед иконостасом; центральная часть солеи, перед Царскими вратами, называется «амвон» (мирянам на него восходить не должно), боковые части солеи переходят в «клиросы» — правый и левый — места для церковного хора.

[5] *Епитрахиль* — деталь облачения священника — вертикальная полоса ткани на груди.

[6] Само Таинство прощения грехов совершается не в момент чтения «разрешительной» молитвы, а всей совокупностью чинопоследования исповеди, однако «разрешительная» молитва является как бы печатью, удостоверяющей совершение Таинства.

[7] Взять благословение — это попросить священника его иерейской властью ниспослать укрепляющую и освящающую благодать Святого Духа на себя и на свои дела. Для этого нужно сложить руки ладонями вверх (правую на левую), склонить голову и сказать: «Батюшка, благословите». Священник крестит человека знаком иерейского (священнического) благословения и кладет свою ладонь на сложенные ладони благословляемого. Следует приложиться устами к руке священника — не как к руке человеческой, но как к образу благословляющей десницы Подателя всех благ Господа.

[8] Нужно безвыходно пребывать в храме, молитвенно участвуя в службе до тех пор, пока священник выйдет из алтаря с чашей и провозгласит: «Со страхом Божиим и верою приступите». Тогда причастники выстраиваются один за другим перед амвоном (сначала дети и немощные, затем мужчины и за ними женщины). Руки должны быть сложены крестообразно на груди; перед чашей креститься не положено. Когда подойдет очередь, нужно стать перед священником, назвать свое имя и открыть рот так, чтобы можно было вложить лжицу с частицей Тела и Крови Христовых. Лжицу нужно тщательно облизать губами, и после того, как промокнут губы платом, с благоговением поцеловать край чаши. Затем, не прикладываясь к иконам и не разговаривая, нужно отойти от амвона и принять «запивку» — св. воду с вином и частицу просфоры — освященного хлебца (таким образом как бы омывается полость рта, дабы мельчайшие частицы Даров случайно не исторгнуть из себя, например, при чихании). После причастия нужно прочитать (или выслушать в Церкви) благодарственные молитвы и в дальнейшем тщательно хранить душу свою от грехов и страстей.

[9] Это не значит, что нет необходимости приблизить церковно-славянский язык к пониманию современного церковного человека, — только делать это нужно рассудительно и молитвенно, выверяя каждое новшество духовной необходимостью. И такая работа сейчас ведется в нашей Церкви.

[10] Н. В. Гоголь указывал одной своей знакомой, что если она действительно любит Бога и стремится познать Его, то для нее не составит труда посвятить две-три недели своей жизни на изучение церковно-славянского языка — языка живого богообщения.

Приложение I

ОБЩАЯ ИСПОВЕДЬ

Ниже приводится перечень наиболее характерных для всех нас — людей, живущих в миру, — грехов и страстей. Конечно, эти грехи не в одинаковой степени свойственны всем людям — перед нами именно общий перечень грехов, просматривая который и вспоминая свою жизнь, каждый может отметить и выявить то, что касается непосредственно его души и жизни. Возможно, одному человеку не свойственна блудная страсть, но он может быть гневлив; другой, напротив, миролюбив, но в то же время может быть нерадив к своим обязанностям, и т. п.

Таким образом, для подготовки к Таинству Исповеди мы должны провести работу — работу души. Здесь нужно внимание, рассудительность, трезвость в оценках самого себя, иногда безжалостность в обнажении перед Богом и совестью наших «душевных язв» для их уврачевания. Еще хочется сказать о доверии — доверии к голосу Церкви. Чувство греховности бывает в человеке притуплено, и не все перечисленные здесь грехи могут восприниматься некоторыми из нас как грехи. А без доверия к опыту Церкви, опыту святых, которые, практически пройдя путь очищения от страстей, оставили нам учение о борьбе с грехами — не может быть и действительной веры в Бога.

При исследовании своей совести нужно стараться избегать двух крайностей: 1) невидения своих грехов (в помощь для борьбы с этим и предлагается настоящее пособие) и 2) некоей растерянности от их чрезмерного обилия: «Всем абсолютно грешен!» В этом случае важно, во-первых, — не пугаться, ибо глубина зрения своих грехов в самых мелких и тонких их проявлениях говорит о глубине духовного мира человека, а во-вторых, нужно, вглядываясь вдумчиво в свою жизнь, особенно отметить те грехи и страсти, те «сорняки», которые наиболее густо засорили ниву нашей души, наиболее укоренились в ней. Нужно находить их и «вырывать» — исповедуя их и борясь с ними наиболее решительно и неотступно.

Жирным шрифтом напечатан основной перечень грехов, а курсивом — расширенный. Для удобства и наглядности грехи, достаточно условно, подразделяются на три группы: грехи против Бога, грехи против ближнего, грехи против самого себя. В примечаниях (сносках) поясняются некоторые термины и понятия.

ГРЕХИ ПРОТИВ БОГА

В ОСНОВНОМ ПРОИСТЕКАЮТ ОТ ГОРДОСТИ,
МАЛОВЕРИЯ, ПЛЕНЕННОСТИ СТРАСТЯМИ,
ОТ НЕРАДЕНИЯ О СВОЕМ СПАСЕНИИ

Согрешил **неимением любви к Богу и страха Божия** [1], в том числе *непамятованием о Боге*.

Согрешил **гордостью**, в том числе: *несмиренностью духа* [2], *нежеланием жить по Воле Божией, самоволием, самочинием, самомнением, высокоумием, плотским мудрованием*.

Согрешил **неисполнением заповедей Божиих**.

Согрешил **кумирослужением** [3], в том числе *страстным увлечением кем-либо или чем-либо*.

Согрешил **духовным неразумием** [4].

Согрешил **чрезмерным упованием на Божие долготерпение**, в том числе *попущением себе всяческих грехов*.

Согрешил **тщеславием** [5], в том числе *превозношением, многоглаголением, честолюбием* [6], *обидчивостью, лицемерным благоговением и ложным благочестием, смиреннословием* [7].

Согрешил **маловерием** [8], в том числе *отсутствием мира Христова в душе* [9].

Согрешил **недоверием к Промыслу Божию**, в том числе *неупованием на Господа, опасением старости, бедности, болезней, будущих скорбей*.

Согрешил **неблагодарностью к Богу**.

Согрешил **печалью и унынием**, в том числе *малодушием* [10].

Согрешил **ропотом на Бога**, неприятием дарованного Господом во спасение нашей души жизненного креста.

Согрешил тем, что **уклонялся в ересь или иным образом извергал себя из церкви**, в том числе: *участвовал в мероприятиях церковных раскольников* [11], *сектантов* [12], *иноверцев* [13] *или оккультистов* [14].

Согрешил тем, что **занимался колдовством, (магией [15]), обращался к разного рода колдунам и целителям** [16], в том числе: *подвергал себя кодированию, заговорам, гипнозу* [17].

Согрешил **нетерпением посылаемых Господом испытаний**, в том числе нетерпением скорбей: *болезней, бедности, ущерб, неудач, обид* и т. п.

Согрешил **ненадеянием на спасение**, *согрешил отчаянием, помыслами и попытками самоубийства*, в том числе *недоверием к милосердию Божию*.

Согрешил **богохульными и еретическими помыслами** [18], в том числе *сомнениями в истинах веры*.

Согрешил **суевериями** [19], в том числе гаданиями, чтением оккультной и мистической нехристианской литературы — по астрологии, хиромантии и пр.

Согрешил **поминованием имени Божия всуе** [20], в том числе *кощунственно; чертыханием, нецензурной руганью* [21].

Согрешил **пленением души** [22] **страстями, окамененным нечувствием** [23], в том числе *невниманием к голосу совести*.

Согрешил **нерадением об исповедании грехов, самооправданием** [24], в том числе: *холодностью и бесчувственностью на исповеди; неполным исповеданием грехов по ложному стыду, нерадению или забвению; умалением на исповеди своих грехов и обвинением в них всех и вся: людей, обстоятельства, бесов* и пр.

Согрешил **неисполнением обетов пред Богом**, в том числе: *неисполнением обетов крещения, обещаний, данных Богу на исповеди или самим себе пред Господом, благословений духовника*.

Согрешил **пренебрежением к требованиям церковного устава и традициям церкви**, в том числе: *не выделял церковную десятину* [25].

Согрешил **неблагоговейным отношением к иконам и другим святыням**, в том числе: *по нерадению или дерзости прикасался к святыням в храме или дома, будучи в нечистоте; читал домашние молитвы, не возжигая лампы или свечи, не следил за порядком в красном углу* [26], *был нерадив к хранению святынь (допускал порчу просфор, икон и т.п.)*

Согрешил **непочитанием церковных праздников и нерадением об участии в богослужении**, в том числе *непосещением храма в воскресные и в праздничные дни, непосещением в канун этих дней вечерних богослужений; хождением в храм на службу без желанья, без благоговения, без страха Божия; на службе — разговорами, смехом, дреманием, невниманием, блужданием мыслей, исхождением из храма во время службы, опозданием или ранним уходом с нее*

без уважительной причины; небрежным изображением на себе крестного знамения; торопливым, без благоговения прикладыванием к иконе, кресту.

Согрешил нарушением постов, в том числе *несоблюдением установленных Церковью постов*, а именно: четырех многодневных [27], всех сред и пятниц [28], кроме сплошных седмиц, а также постов в сугубые дни [29], при подготовке к причащению Святых Христовых Таин; *нерадением о должном прохождении постов, как телесном, так и душевном.*

Осуждал священников и всю церковную иерархию [30], в том числе *ропотом и непослушанием.*

Согрешил потворством духу времени и мирским обычаям, противным вере православной, в том числе *согрешил обмирщением души* [31].

Стыдился исповедать [32] **себя христианином**, в том числе *стыдился налагать на себя крестное знамение, носить нательный крест и т.п.*

Согрешил нерадением и ленью к молитве [33], а также **к чтению православной душеспасительной литературы** [34], в том числе: *молился без внимания, усердия и благоговения, с холодным сердцем, торопливо, рассеяно, вольно, допуская посторонние мысли; по лени оставлял молитвенное правило или сокращал его; ленился поучаться в законе Божиим и учении святых отцов.*

По небрежению не носил нательного креста [35].

ГРЕХИ ПРОТИВ БЛИЖНЕГО

КАК ПРАВИЛО, ПРОИСХОДЯТ ОТ НЕДОСТАТКА ЛЮБВИ К БЛИЖНЕМУ, ОТ НЕРАДЕНИЯ О ЕГО СПАСЕНИИ, ОТ ЗЛОБЫ, НЕНАВИСТИ ИЛИ БЕСЧУВСТВИЯ К НЕМУ

Согрешил неимением любви к ближнему, в том числе: *нетерпением, немилосердием, эгоизмом, мнительностью, ревностью, подозрительностью нрава* [36], *непостоянством в отношении к ближним.*

Согрешил неимением дел любви [37] и **непонуждением себя на них**, в том числе: *не посещал больных, заключенных, не помогал нуждающимся, скупился на милостыню, осуждал нищих* [38], *не утешал скорбящих, не защищал невинных людей и правого дела, не хотел пожалеть ближнего, уступить ему, услужить.*

Согрешил нерадением о спасении ближнего [39], в том числе *хладностью и забывчивостью в молитвах за ближнего.*

Согрешил непочитанием родителей [40], в том числе: *не смирялся перед родителями, не оказывал им должного уважения и внимания, гневался, кричал, поднимал руку на них, не заботился, не покоил их старость* и т. д.

Согрешил непочитанием старших.

Согрешил невоспитанием детей в православной вере [41], **не заботился о подчиненных и зависимых от меня людях.**

Согрешил вольным или невольным убийством, в том числе **абортами** [42], (это касается всех к ним причастных), **членовредительством** [43], **рукоприкладством**, в том числе: *согрешил действиями, которые вольно или невольно привели к прерыванию беременности, выкидышу или какому-либо ущербу здоровья плода.*

Согрешил жестокостью к животным [44] **или же страстной привязанностью к животным** [45].

Согрешил ненавистью и злобой, зложелательством, зловоздаянием [46]; *злорадством.*

Согрешил гневом, в том числе *вспыльчивостью.*

Согрешил проклинанием [47].

Согрешил непримиримостью, в том числе *злопамятностью, нежеланием смирить себя перед ближним.*

Согрешил нанесением оскорблений, в том числе *поношением, злословием.*

Согрешил раздражительностью, в том числе *прекословием, укорением, упрямством, спорливостью, пристрастностью* [48].

Согрешил клеветой, сплетнями.

Согрешил завистью.

Согрешил ложью, в том числе *лукавством, лицемерием, хвастовством.*

Согрешил **осуждением** [49].

Согрешил **лицеприятием** (*человекоугодием* [50], *лестью*).

Согрешил **поведением, соблазняющим окружающих** [51], в том числе *желанием страстно нравиться* [52], *прельщать* или *смущать окружающих*.

Согрешил **вольностью и дерзостью в обращении с людьми**, в том числе: *наглостью и бесчувственностью, издевательством и насмешками, бесстыдством*.

Согрешил **страстным любопытством** (*подглядыванием и подслушиванием за людьми, желанием узнать чужие грехи и тайны*).

ГРЕХИ ПРОТИВ САМОГО СЕБЯ

В ОСНОВНОМ СВЯЗАНЫ СО СТРАСТЯМИ БЛУДА, ЧРЕВОУГОДИЯ И СРЕБРОЛЮБИЯ

Согрешил **блудом** [53].

Согрешил **прелюбодеянием** [54].

Согрешил **противоестественными блудными отношениями**, в том числе: *кровосмешением* [55], *мужеложством, скотоложством* и пр.

Согрешил **рукоблудием** [56].

Согрешил **блудными разжжениями**, то есть *всяческим сладострастием: чтением развратных книг, рассматриванием соблазнительных картин и зрелищ*.

Согрешил **ночными осквернениями** [57].

Согрешил **невоздержанием в супружеской жизни**, в том числе *нехранением постов и праздников* [58].

Согрешил **нескромным воззрением и вольным поведением с лицами противоположного пола**, в том числе: *сладострастными прикосновениями, нескромностью в одежде и украшениях; бесовскими плясаниями* [59] *и телодвижениями; участием в страстных мирских развлечениях, в том числе*

игрой в карты и другие азартные игры; соблазнительными разговорами и песнями, неумеренным смехотворством.

Согрешил всяческой душевной нечистотой, в том числе: *вольным услаждением блудными помыслами, медлением в них, воспоминанием грехов, невоздержанностью душевных и телесных чувств.*

Согрешил употреблением наркотиков [60], пьянством [61], курением, чревоугодием [62], тайноядением [63], сластолюбием [64]; в том числе: *чревобесием [65] и гортанобесием [66], многоядением [67], невоздержанностью в пище и питии, недовольством пищей и питием.*

Согрешил употреблением в пищу крови животных (в том числе кровяной колбасы) [68].

Согрешил ленью, расслаблением тела и чувств, многоспанием, тунеядством [69], в том числе: *негою, люблением телесного покоя, пустой мечтательностью; пустым, бессмысленным времяпрепровождением.*

Согрешил небрежением Божьими дарами: жизнью, талантами, временем, в том числе: *пустословием, праздностью, чтением бесполезной душе литературы [70], кумиротворительным пристрастием [71] к телевизору, компьютеру, коллекционированию или другим мирским зрелищам и занятиям.*

Согрешил чрезмерной попечительностью о своем здоровье или, напротив, **небрежением о своем здоровье.**

Согрешил неисполнением своих житейских обязанностей, в том числе *нехранением совести относительно вещей [72].*

Согрешил сребролюбием [73], в том числе: *корыстолюбием [74], любостыжательностью, мечтаниями о богатстве, любовью к подаркам, пристрастием к различным предметам, лишаящим душу свободы, расточительностью или, наоборот, ущемлением себя и ближних из-за жадности, скупости и страсти к накопительству.*

Согрешил злоприобретением [75], в том числе: *лихоимством [76], хищением [77], воровством [78].*

[1] Есть три ступени страха Божия: низшая — страх наказания, средняя — страх потери награды, высшая — страх своими грехами оскорбить любовь Небесного Отца.

[2] *Несмиренность* духа — горделивое, агрессивное состояние души, противоположное евангельской нищете духа, которая есть смирение (почитание себя ничем пред Господом) и кротость: «Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное» (Мф. 5, 3).

[3] *Кумиротслужение* — почитание чего-либо больше Бога или наравне с Ним (сотворение себе из людей, мирских вещей или занятий кумира, идола).

[4] *Духовное неразумие* (слепота духовных очей, нерассудительность) — неспособность понять волю Божию и нежелание исполнять ее.

[5] *Тщеславие* — приписывание дарованных Господом добродетелей и талантов себе, а не Богу, и самоудовлетворение в этом.

[6] *Честолюбие* — любовь к похвале и почету от людей, стремление стяжать их; желание достижения почетного положения в обществе.

[7] *Смиреннословие* — неискреннее, на словах, осуждение своих грехов пред людьми с желанием получить за это похвалу и почет.

[8] *Маловерие* — неверие в реальное всеприсутствие и всемогущество Божие, в Его беспредельную благодать и любовь к каждой человеческой личности.

[9] *Мир души* — смиренное (с миром), спокойное, гармоничное состояние души христианина, основанное на твердой вере во всемогущество и милосердие Божие; достигается отказом от гордой «самости» (богоборческого состояния самодовлеющей личности), вручением всей своей жизни в руки Божии и освобождением души от пленения страстями.

[10] *Малодушие* — расслабление души, нервозность, страх перед жизнью, непоследовательность, ненастойчивость в достижении целей христианской жизни как следствие маловерия, неупования на Господа, недоверия к Его премудрому Промыслу, к Его любви и заботе о каждой человеческой душе.

[11] *Церковные раскольники* — католики, униаты, староверы и безблагодатные (т. е. неканонические, незаконные) автокефалисты.

[12] *Сектанты* — всякого рода протестанты, в народе называются «штундистами»: лютеране, баптисты, адвентисты, пятидесятники и т. п.

[13] *Иноверцы* — иудеи (приверженцы иудаизма), мусульмане (приверженцы ислама), буддисты и пр.

[14] *Окультисты* — приверженцы оккультизма — любых культов и учений, практикующих служение в открытом или сокрытом виде «иным богам», которые, по слову Апостола Павла, «суть беси», и непричастных к святой Православной Церкви. Сюда относятся восточные или иные тоталитарные мистические культы, подавляющие психику человека, различные языческие культы, сатанисты, экстрасенсы, «космические контактеры» и пр., а также: кришнаиты, секта иеговистов, так называемый «Богородичный центр», «Белое братство», так называемая «Церковь Христа», последователи учения Рерихов («Агни йога»), Шри Чинмоя, Порфирия Иванова («Ивановцы»), Сёко Асахара («Аум Синрикё»), трансцендентальной медитации, дианетики и сайентологии («Церковь Хаббарда») и множество других.

[15] *Магия* - черная или так называемая белая — есть служение дьяволу. Сюда же относится произнесение любых заклинаний, заговоров или не одобренных Церковью молитв, а также церковных молитв в злонамеренно урезанном виде или с чуждыми добавлениями.

[16] *Экстрасенсы* и так называемые «целители» — «волхвователи», т.е. те же колдуны, скрывающиеся под личиной «современной науки» или «народной (традиционной или восточной) медицины». Действие их, как правило, происходит на двух уровнях: внешнем — на котором — в рекламных целях — происходят видимые исцеления очевидных недугов, и внутреннем — на котором повреждаются глубинные основы души, психика, зачастую и внутренние органы человека.

[17] В кодировании, гипнозе и т. д. всегда есть опасность внедрения в нашу личность, душу сил тьмы, ибо производящие это «лечение» специалисты — люди, безусловно, духовно не просвещенные, «вскрывая» подсознание, действуют вслепую, не контролируя при этом духовных процессов. Это — помимо множества случаев прямо злонамеренного вмешательства (вспомним, например, какую истерику закатывал Кашпировский, когда ему предлагали наложить на себя крестное знаменье, то есть просто перекреститься, или как многие «целители» отказывались принять святое крещение в Церкви, объясняя это тем, что у них тогда пропадет «сила»). Истинное же, от Бога, исцеление болезней и страстей даруется Господом по Его особому Промыслу тем и тогда, кому и когда это полезно, и если и через людей, то через праведников, подвижников, святых, становящихся преизобильными источниками благодати Божией через подвиг своей христианской жизни.

[18] Помысл не есть утвержденная духовная мысль или чувство, но всеваемое от лукавого искушение человеческой воли противными Богу мнениями или желаниями. По учению святых отцов, борьба с помыслами является важнейшим элементом духовной жизни. Непринятый, сразу отраженный помысел (прилог) безгрешен. Принятый помысел (сочетание) — начало греха.

[19] *Суеверие* — «суетная вера» — вера в приметы, сны, «особые дни и числа» и пр.

[20] *Всue* — впустую, напрасно, без должного благоговения и осмысленности.

[21] *Нецензурная* (матерная) брань имеет сокрытую направленность против Самого Господа и Божией Матери, а потому упорные матерщинники, как хулители и проклинатели Бога, причисляют себя к богоубийцам и не могут рассчитывать на помощь Божию. Святые отцы называют мат молитвой дьяволу.

[22] *Пленение* — крайняя степень сочетания с грехами, когда уже и не замечаешь их, и не борешься с ними.

[23] *Окамененное нечувствие* — холодность и окамененность сердца и души, нежелание бороться с грехами. Окамененное нечувствие — холодность и окамененность сердца и души, нежелание бороться с грехами.

[24] *Самооправдание* - очень тяжелый по своим последствиям грех, ибо оправдывающий себя в грехах к совершённом греху добавляет еще грехи лжи, лукавства, несмирения, осуждения. Грех самооправдания среди людей имеет исключительно широкое распространение и при этом почти никем не осознается как грех: помыслы от лукавого всегда «помогут» нашему самолюбию найти оправдание

себе, а значит, неизбежно перенести вину за грех на окружающих. В действительности сами себя оправдать мы никак не можем: право суда и оправдания принадлежит одному Богу, и заслужить оправдание можно только покаянием, т. е. обвинением себя. Самооправданием человек только многократно умножает свою вину. Пример из Священной истории: Адам и Ева были изгнаны из рая не сразу после того, как в послушание заповеди Божией вкусили запретный плод, а после того, как вместо искреннего раскаяния стали оправдывать каждый себя и обвинять другого. Каковы страшные, глобальные последствия сего самооправдания — мы знаем. Церковь учит, что первые люди были бы прощены Богом в своем грехе послушания, если бы сразу, осудив себя, покались.

[25] *Церковная десятина* — та часть дохода христианина, которая должна добровольно выделяться на дела милосердия (пожертвования на содержание Церкви, на помощь нищим и вообще нуждающимся, на другие богоугодные дела). По древней традиции эта часть равняется 10% от общего дохода (Втор. 14, 22). Конечно, это пожертвование должно быть посильным.

[26] *Красный угол* — угол (или стена) комнаты, как правило, ориентированный на восток, в котором расположены иконы, где совершается домашняя молитва и где хранятся домашние святыни.

[27] Великий пост (начинается за 49 дней до праздника Св. Пасхи); Петров пост (начинается через 57 дней после праздника Св. Пасхи и длится до 11 июля — кануна дня св. апостолов Петра и Павла); Успенский пост (с 14 до 27 августа, до праздника Успения Пресвятой Богородицы); Рождественский пост (с 28 ноября до 6 января, до праздника Рождества Христова). Все даты даны по новому стилю.

[28] Все среды и пятницы в течение года (кроме пяти «сплошных седмиц» — особых непостных недель), которые соблюдаются Церковью как постные дни в память о происшедших в эти дни трагических событиях: о предательстве Иуды (среда) и распятии (пятница) Господа нашего Иисуса Христа.

[29] Однодневные посты: Крещенский сочельник — 18 января; Усекновение главы св. пророка Иоанна Предтечи — 11 сентября; Воздвижение св. Креста Господня — 27 сентября.

[30] *Церковная иерархия* — это тот священный строй или порядок, посредством которого достигается единение с Богом в Церкви. Церковная иерархия является продолжением иерархии Небесной (ангельской). Имеет три степени, которые проводят в таинствах Откровение в жизнь верующих: высшую — иерарх (архиерей, епископ), среднюю — священник и низшую — диакон. Иерархия берет свое начало от Самого Иисуса Христа и Его св. Апостолов, посвященных Духом Святым в день Пятидесятницы.

[31] *Обмирщение* — постепенное снижение уровня духовной жизни, приспособление религиозных норм к мирским обычаям, к удобствам плоти, подмена духовного содержания религиозной жизни ее внешними формами.

[32] *Исповедовать веру* — открыто признавать себя христианином, в том числе и перед враждебно настроенными к вере людьми в опасных для житейского благополучия ситуациях.

[33] *Молитвы* могут быть общественные (в церкви) и частные (дома). Домашние молитвы православного христианина должны быть таковы: утренние и вечерние молитвенные правила (по молитвослову); молитвы перед едой и после еды; перед началом и после окончания всякого дела (благодарение); по возможности частое устное произнесение Иисусовой молитвы «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного» (или «грешную»); молитвенное последование при подготовке к причащению и благодарственное — после причащения (по молитвослову).

[34] Чтение православной душеспасительной литературы — следует по возможности проходить под руководством священника или духовно опытного христианина.

[35] Освященный нательный крест есть символ исповедания нашей веры и ограждение нас от злых духов. Небрегущий о ношении нательного креста добровольно совлекает с себя звание христианина и сам отвергает помощь Божию. Забывший надеть крест похож на охотника, который, выходя на медведя, забыл взять оружие.

[36] *Подозрительность* — тяжелый грех, указующий на нехристианское устройство души человека. Христианин во всех жизненных обстоятельствах всегда должен в отношениях с ближними ставить себя низко, а всех других — высоко, и потому рассматривать поступки людей и их мотивы с лучшей стороны. Таков мирный дух.

[37] Дела любви должны совершаться не по самоизмышлению (самодельный крест), а там и тогда, когда Господь через сложившиеся жизненные обстоятельства нас к тому призывает.

[38] Уделять посильную (хоть копейку) толику нищим мы обязаны всегда невзирая на лица. Если же есть возможность благотворить существенным образом, то мы это должны совершать с рассуждением, стремясь понять, какова на то воля Божия, с серьезным рассмотрением, на что и кому мы жертвуем средства и как они будут использоваться.

[39] *Нерадение о спасении ближнего*. В каждом человеке нужно видеть прежде всего его бессмертную душу, а не только тленную плоть, и отношения с нашим ближним строить так, чтобы способствовать укоренению его души в вечной жизни.

[40] *Непочитание родителей* — нарушение пятой заповеди закона Божия: «Почитай отца твоего и мать твою, как повелел тебе Господь, Бог твой, чтобы продлились дни твои и чтобы хорошо тебе было на той земле, которую Господь, Бог твой, дает тебе» (Втор. 5, 16). Но почитание родителей не должно отодвигать на второй план почитание Бога: «Кто любит отца или мать более, нежели Меня, не достоин Меня» (Мф. 10, 37).

[41] По учению Церкви, родители на Страшном Суде Божиим ответят перед Богом за то, как они воспитывали своих детей. Поэтому христианское воспитание детей — это и вопрос спасения души самих родителей. Верующие родители должны как можно раньше крестить своего ребенка и с того времени ходить с ним в церковь, регулярно причащать его, с младенчества молиться о нем и при нем вслух, в свое время обучить его молитвам и основам веры. Главное — своей душой, своим

примером, «иерархией ценностей» в своей жизни привить ребенку христианское мировоззрение и соответствующее устроение души.

[42] *Аборты* — смертный грех убиения невинного младенца. Церковь не различает, на какой стадии развития младенца была уничтожена его жизнь (зародыша или плода), ибо жизнь и бессмертная душа даруется человеку Господом с момента зачатия. Для суда Божия нет различия в том, ходила ли женщина в больницу «делать операцию» или, к примеру, закопала новорожденного младенца в саду, объяснив это тем, что позора стыдится, или зарплата маленькая и жилплощадь не позволяет, и т.п. За грехом аборта неизменно следует наказание Божие, и не только в будущей жизни, а и в сей, настоящей: бесплодие, болезни, скорби, особенно в старости. По канонам Церкви причастных к аборту следует на многие годы извергать из Церкви до полного покаяния и искупления. Имеющие на совести такой тяжкий грех должны покаяться в нем от всего сердца, твердо обещать Господу не только самим более никогда его не совершать, но всячески удерживать от него окружающих, и, исповедовавшись в этом грехе перед священником, принять от него епитимью (церковное наказание) во искупление сего смертного греха.

[43] *Членовредительство* — вольное или невольное нанесение себе или другим увечий.

[44] *Жестокость к животным*. Человек творит грех, если жестоко бьет и мучает животных, издевается над ними, не создает им нормальных условий для жизни.

[45] *Страстная привязанность к животным* нарушает естественное, Богом заповеданное отношение между человеком и животными (о которых надо заботиться и жалеть их) и повреждает отношение человека к другим людям и к самому себе, да и вредна для самих животных.

[46] *Зловоздаяние* — мстительность.

[47] *Прокливание* (проклятие) — грех призывания на ближнего сатанинских сил. При этом наносится великий ущерб ближнему (особенно в том случае, когда этот ближний находится в духовной зависимости от проклинающего его — как, например, ребенок от родителей). Но проклинающий и сам неизбежно попадает в зависимость от нечистой силы, становится ее «законной» (ибо сам ее призвал) жертвой.

[48] *Пристрастность* — предвзятость, необъективность, «двойная мерка» в отношениях с людьми.

[49] *Осуждение* — чрезвычайно широко распространенный и в то же время крайне слабо осознаваемый грех. Обмирщвленное сознание считает не только позволительным, но и необходимым иметь на всё суждение (как правило, носящее осудительный характер). При этом упускается из вида не только крайняя субъективность любого индивидуального суждения, но и прямой запрет Господом греха осуждения, неоднократно повторенный в Евангелии. Так, в Нагорной проповеди Христос непосредственно связывает помилование Богом каждого человека с неосуждением им других людей: «Не судите, да не судимы будете, ибо каким судом судите, таким будете судимы» (Мф.7, 1-2). В осуждении сплетаются несколько грехов: и грех гордости (несмирения), и грех нелюбви к ближнему, и, наконец, похищение Божественного права суда, ибо только Творец имеет право

судить Свое творение: «Един Законодатель и Судия, могущий спасти и погубить: а ты кто, который судишь другого?» (Иак. 4, 12).

[50] *Человекоугодие* — преклонение или страх перед «сильными мира сего», корыстное желание угодить им с целью получения каких-либо благ или привилегий.

[51] О соблазнителях и соблазнах в Библии сказано: «Кто соблазнит одного из малых сих, верующих в Меня, тому лучше было бы, если бы повесили ему мельничный жернов на шею и потопили его во глубине морской. Горе миру от соблазнов, ибо надобно прийти соблазнам; но горе тому человеку, чрез которого соблазн приходит» (Мф. 18, 6-7).

[52] Нравиться из тщеславного желания внимания к себе или из желания блудного прельщения.

[53] *Блуд* — плотская связь мужчины и женщины, не находящихся в законном браке. Блуд является смертным грехом. По слову апостола Павла, «никакой блудник не имеет наследия в Царстве Христа и Бога» (Еф. 5, 5).

[54] *Прелюбодеяние* — плотская связь мужчины и женщины в том случае, если один из них или оба находятся в супружестве с другим лицом. Прелюбодеяние является более тяжким грехом, чем блуд, ибо в этом случае кроме духовного ущерба самим этим людям наносится оскорбление их близким, а также подвергается поруганию Церковь как совершительница законного брака.

[55] *Кровосмешение* — близкородственные плотские связи.

[56] *Рукоблудие* — онанизм в любых видах (малакия).

[57] Ночное осквернение может быть вольным — следствием невоздержанности в жизни: чревоугодия, многоспания, услаждения блудными помыслами и т. д., а также следствием осуждения ближнего; таковое требует особого покаяния в Таинстве Исповеди; и может быть невольным — физиологическим явлением без явных греховных причин — таковое не является грехом. Но в любом случае следует омыться, прочесть специальный канон или молитву от осквернения (по молитвослову) и окропить себя святой водой.

[58] Церковь возбраняет супружеские отношения в кануны праздников (в том числе воскресных дней), накануне среды и пятницы, а также в течение многодневных постов.

[59] *Бесовские плясания* — танцы, вызывающие сладострастные чувства, похоть, душевное и психическое помрачение.

[60] *Употребление наркотиков* — смертный грех, ибо сродствен греху самоубийства. Это услаждение действием различных препаратов и средств, вызывающих наркотическое опьянение, эйфорию, противоестественно возбуждающих, расслабляющих и одурманивающих (от собственно наркотических препаратов, лекарств и токсичных веществ до концентрированного чая, слушания одурманивающей музыки и т. п.).

[61] Церковь не воспрещает употребление спиртных напитков в меру, но воспрещает ими упиваться (как не воспрещает еду, но воспрещает чревоугодие).

[62] *Чревоугодие* — страсть насыщения пищей и питием тогда, когда это становится жизненным кумиром (см. Кумиролужение).

- [63] *Тайноядение* — употребление пищи тайком (из жадности, стыда или нежелания делиться, при нарушении поста, при употреблении недозволенной еды и т. п.).
- [64] *Сластолюбие* — любовь к сладостям жизни, желание жить в наслаждениях.
- [65] *Чревобесие* — страстное желание заполнить поплотнее желудок (чрево), съесть как можно больше.
- [66] *Гортанобесие* — страсть вкушать особо вкусную пищу, наслаждаться вкусовыми ощущениями (гурманство).
- [67] *Многоядение* — употребление пищи в количестве, превышающем естественные потребности организма.
- [68] Неупотребление в пищу крови — одно из древнейших установлений церковного устава (См.: Быт. 9, 4; Исх. 34, 15; Деян. 15, 20). Кровь — носитель души. Употребляя в пищу кровь животных, человек проникается животными инстинктами, помрачает душу.
- [69] *Туняедство* — «дармоедство». Апостол Павел учит: «Если кто не хочет трудиться, тот и не ешь» (2 Фес. 3, 10).
- [70] Сюда относится в том числе кино, телевизионная, компьютерная и т. п. продукция, несущая не только богоборческое, бесовское содержание (порнография, ужасы, насилие), но и просто пустая, псевдоинтеллектуальная, потребляемая человеком рефлекторно, чтобы «убить время».
- [71] *Пристрастие* — страстная привязанность к чему-либо (см. Кумирслужение).
- [72] *Нехранение совести относительно вещей и ресурсов* есть нерадение о сохранении вещей, о разумном и экономичном их использовании, о качественном выполнении работы, дабы не испортить или не повредить что-либо. Сюда же относится нерадивое, небрежное отношение к своим обязанностям по принципу: «Как-нибудь да обойдется».
- [73] *Сребролюбие* — страсть, при которой кумиром становятся деньги, имущество, всякое материальное богатство (см. Кумирслужение).
- [74] *Корыстолюбие* по-церковнославянски — «мшелоимство».
- [75] *Злоприобретение* — приобретение денег или имущества нечестными, недостойными христианина средствами.
- [76] *Лихоимство* — взятки, вымогательство и т.п.
- [77] *Хищение* — кража государственного или иного (тебе не принадлежащего) имущества.
- [78] *Воровство* — кража у ближнего.

Приложение II

ЕСЛИ ТЫ ХРИСТИАНИН

1. В постели пробуждаясь, прежде всего вспомни о Боге и знамение креста положи на себя.
2. Без молитвенного правила не начинай проведение дня.
3. В течение всего дня везде и при каждом деле — молись краткими молитвами.

4. Молитва — крылья души, она делает душу престолом Божиим, вся сила духовного человека в молитве его.
5. Чтобы Бог услышал молитву, нужно молиться не кончиком языка, а сердцем.
6. Никто из окружающих да не останется утром без твоего искреннего приветия.
7. Не бросай молитвы, когда враг нагоняет на тебя бесчувствие. Кто принуждает себя к молитве при сухости души — тот выше молящегося со слезами.
8. Новый Завет тебе надо знать разумом и СЕРДЦЕМ, поучайся в нем постоянно; непонятное не толкуй сам, а спрашивай разъяснения у св. отцов.
9. Воду святую с жаждой принимай во освящение души и тела — не забывай пить ее.
10. Приветствие благодарственное Царице Небесной — «Богородице Дево, радуйся...» произноси чаще, хотя каждый час.
11. В свободное время читай писания отцов и учителей духовной жизни.
12. Во искушениях и напастьях тверди Псалтырь и читай молебный канон Пресвятой Богородице «Многими содержим напастьми...». Она одна у нас Заступница.
13. Когда демоны мечут на тебя стрелы свои, когда грех приближается к тебе, то пой песнопения Страстной седмицы и Св.Пасхи, читай канон с акафистом Сладчайшему Иисусу Христу, — и Господь разрешит узы мрака, сковавшие тебя.
14. Если не можешь петь и читать, то в минуту брани поминай имя Иисусово: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешнаго». Стой у креста и врачуйся плачем своим.
15. В постное время постись, но знай, что Богу угоден пост не одного только тела, т. е. воздержание чрева, но воздержание очей, ушей, языка, а также воздержание сердца от служения страстям.
16. Человек, приступающий к духовной жизни, должен помнить, что он больной, ум у него находится в заблуждениях, воля более склонна ко злу, нежели к добру, и сердце пребывает в нечистоте от клокочущих в нем страстей, поэтому от начала духовной жизни все должно быть направлено на приобретение душевного здоровья.
17. Духовная жизнь есть постоянная неумолкаемая борьба с врагами спасения души; никогда не спи душевно, дух твой должен быть всегда бодр, непременно всегда зови в сей брани Спасителя твоего.
18. Бойся соединиться с греховным помыслом, приступающим к тебе. Согласившийся с такими помыслами уже сотворил грех, о котором помыслил.
19. Помни: чтобы погибнуть, нужно быть нерадивым.
20. Постоянно проси: «Страх Твой, Господи, всади в сердце мое». О, как блажен тот, кто имеет постоянный трепет пред Богом!
21. Все сердце свое без остатка отдай Богу — и ощутишь рай на земле.
22. Вера твоя должна укрепляться от частого прибегания к покаянию и молитве, а также от общения с людьми глубокой веры.

23. Заведи себе поминания, запиши туда по возможности всех живых и мертвых знакомых, всех ненавидящих и обидящих тебя, и ежедневно поминай их.
24. Ищи непрестанно дел милосердия и любви сострадательной. Без этих дел невозможно угодить Богу. Будь солнышком для всех, милость выше всех жертв.
25. Без необходимости неотложной никуда не ходи (не проводи время в праздности).
26. Как можно меньше говори, не смейся, не любопытствуй праздным любопытством.
27. Не пребывай никогда без дела, а праздники церковные и воскресные дни почитай по заповеди Божией.
28. Люби святое уединение (в полной мере для монашества, отчасти для мирян).
29. Все обиды терпи молчанием, потом укореи себя, потом молитвой за обидящих.
30. Самое главное для нас — это научиться терпению и смирению. Смирением мы победим всех врагов — бесов, а терпением — страсти, воюющие на нашу душу и тело.
31. Не показывай на молитве никому, как только Богу, своих слез умиления и ревности о спасении.
32. Православного священника почитай ангелом-благовестником, посланным обрадовать тебя и принести тебе избавление.
33. Обращайся с людьми так же внимательно, как с посланниками великого царства, и так же осторожно, как с огнем.
34. Всем все прощай и всем сочувствуй в страданиях их.
35. Не носись только с самим собою, как курица с яйцом, забывая ближних.
36. Кто ищет здесь покоя, в том не может пребывать Дух Божий.
37. Тоска и смущение нападают от недостатка молитвы.
38. Всегда и везде призывай к себе на помощь Ангела Хранителя твоего.
39. Храни всегда плач сердечный о грехах своих, а когда исповедуешь их, причастишься Св. Христовых Тайн, то радуйся тихо об освобождении своем.
40. Непотребства и недостатки должен знать только свои, о чужих грехах ТЩАТЕЛЬНО берегись и думать и рассуждать, не губи себя осуждением других.
41. Не будь своеволен, ищи духовного совета и наставления.
42. Каждый вечер исповедуйся Богу во всех своих греховных делах, мыслях, словах, бывших в течение дня.
43. Перед сном в сердце своем мирись со всеми.
44. Не должно тебе рассказывать сны другим людям.
45. Усни с крестным знамением.
46. Ночная молитва дороже дневной.
47. Не теряй связи с духовным отцом, страшись его оскорбить, обидеть, ничего не тай от него.

48. Всегда благодари Бога за все.
49. Человеческое естество надобно делить всегда на собственное себя и на врага, приложившегося к тебе по грехам твоим, — и следи за собой внимательно, проверяй мысли и поступки, избегай того, что хочет твой внутренний враг, а не твоя душа.
50. Внутренняя скорбь о грехах своих спасительнее всех телесных подвигов.
51. Нет лучше слов на языке нашем, как «Господи, спаси меня».
52. Полюби все уставы церковные и сближай их с жизнью своей.
53. Навыкни бдительно и постоянно (всегда) следить за собой, в особенности за своими чувствами: через них в душу входит враг.
54. Когда познаешь слабости свои и бессилие к сотворению добра, то помни, что ты не сам спасаешь себя, а спасает тебя Спаситель твой Господь Иисус Христос.
55. Непроступною крепостью твоею должна быть твоя вера. Не дремлет лютый враг — стережет твой каждый шаг.
56. Нас сближает с Богом жизненный крест: скорбь, теснота, болезнь, труды; не ропщи на них и не бойся их.
57. Никто не входит на небо, живя благополучно.
58. Как можно чаще с умилением сердца приобщайся Св. Животворящих Христовых Тайн, ты живешь только ими.
59. Никогда не забывай, что Он, Господь Иисус Христос, близ есть при дверех, не забывай, что скоро Суд и воздаяние в какой для кого час.
60. Помни еще и то, что уготовал Господь любящим Его и заповеди Его творящим.
61. Прочитай азбуку сию, христианин, не реже одного раза в неделю, это поможет тебе при исполнении написанного, укрепит тебя на ДУХОВНОМ ПУТИ.

ПРАВИЛА БЛАГОЧЕСТИВОЙ ЖИЗНИ

(Из сочинений Платона, архиепископа Костромского)

Принуждай себя всегда вставать рано и в определенное время. Без особой причины не спи более семи часов. Как скоро пробудишься от сна, тотчас вознеси мысль свою к Богу и сделай на себе с благоговением крестное знамение, помышляя о распятом Господе Иисусе Христе, умершем для нашего спасения на Кресте. Немедленно встань с постели, оденься и не позволяй себе долго нежиться на постели. (Одеваясь, помни, что ты находишься в присутствии Господа Бога и Ангела Хранителя, вспоминай о падении Адама, который грехом лишил себя одежды невинности, и проси у Господа Иисуса благодати облечься в Него.)

Потом немедленно начни молитвы утренние (при душевной потребности преклонив колена); молись внимательно, благоговейно и с глубочайшим смирением, как должно пред взором Всемогущего; испрашивай у Него веры, надежды и любви, благословения на наступающий день, также сил к благодушному приятию всего того, что Ему будет благоугодно в тот день послать или попустить, и к перенесению

всех тягостей, бедствий, смущений, напастей, скорбей и болезней души и тела, из любви к Иисусу Христу. Прими твердое намерение все делать для Господа Бога, все принимать от отеческой руки Его, и особенную решимость делать именно такое-то добро, или избегать именно такого-то зла.

В каждое утро хотя бы четверть часа посвящай на краткое размышление об истинах веры, особенно о непостижимом таинстве воплощения Сына Божия и о страшном Втором Пришествии Его, об аде и рае. Размышляй так: может быть, этот день есть последний день моей жизни, — и все так делай, как бы ты захотел делать, готовясь предстать теперь же на Суд Божий. Благодарю Господа Бога за сохранение себя в прошедшую ночь и что ты еще жив и не умер в грехах. Сколько людей в прошедшую ночь предстали пред страшное Судилище Господа! Также возблагодари Бога, что еще есть для тебя время благодати и милосердия и средства для покаяния и приобретения Неба. Каждое утро думай о себе, что только теперь начинаешь и хочешь быть христианином, а прошедшее время напрасно погибло.

После молитвы и размышления, если позволяет время, почитай какую-нибудь книгу духовную, например Авву Дорофея или «Лествицу» преподобного Иоанна, и читай до тех пор, пока сердце твое придет в умиление. Довольно подумав об одном месте, читай далее и внимай тщательно тому, что Господь говорит твоему сердцу.

После сего займись делами твоими, и все занятия и дела твои да будут во славу Божию, — помни, что Бог везде видит тебя, зрит все действия, занятия, чувствования, помышления и желания твои и щедро воздаст тебе за все добрые дела. Не начинай ни одного дела, не помолясь Господу Богу, ибо то, что мы делаем без молитвы, после оказывается или погрешительным, или вредным, или бесполезным и обличает нас чрез дела неведомым для нас образом. Сам Господь сказал: «Без Мене не можете творити ничесоже». Среди трудов твоих всегда бодрствуй, успех оных поручая благословию Господа. Исполняй все тяжкое для тебя как епитимию за грехи твои — в духе послушания и смирения; в продолжение трудов произноси краткие молитвы, особенно молитву Иисусову, и представляй себе Иисуса, Который в поте лица Своего ел хлеб Свой, трудясь с Иосифом.

Если твои труды совершаются успешно по желанию сердца твоего, то благодари Господа Бога; если же неуспешно, то помни, что и это Бог попускает, а Бог делает все хорошо.

Во время обеда представляй, что Отец Небесный отверзает руку Свою, чтобы напитать тебя, никогда не оставляй молитвы пред обедом, уделяй от своего стола и нищим. После обеда считай себя как бы одним из тех, которых в числе пяти тысяч напитал чудесно Иисус Христос, и возблагодари Его от сердца и моли, чтобы Он не лишил тебя небесной пищи, слова Своего и пречистых Тела и Крови Своих.

Если желаешь жизни мирной, то предай всего себя Богу. До тех пор ты не найдешь душевного мира, пока не успокоишься в Едином Боге, любя Его Единого. Всегда и во всем поминай Господа Бога и святую любовь Его к нам, грешным. Во всем старайся исполнить волю Божию и угождать только единому Богу, делай и терпи все для Бога. Заботься не о том, чтобы уважали и любили тебя люди века сего, но о том, чтобы угодить Господу Богу и чтобы совесть твоя не обличала тебя во грехах. Бодрствуй тщательно над самим собою, над чувствами, помышлениями,

движениями сердца и страстями: ничего не почитай маловажным, когда дело идет о твоём спасении вечном. Во время памятования о Боге умножай молитвы твои, чтобы Господь помянул тебя тогда, когда ты забудешь о Нем. Во всем да будет твоим учителем Господь Иисус Христос, на Которого взирая оком ума своего, спрашивай себя самого чаще: что в этом случае помыслил бы, сказал бы и сделал бы Иисус Христос. Будь кроток, тих, смирен; молчи и терпи по примеру Иисуса. Он не возложит на тебя креста, которого ты не можешь понести, Он Сам поможет тебе нести крест. Не думай приобрести какую-либо добродетель без скорби и болезней души. Проси у Господа Бога благодати исполнять как можно лучше святейшие заповеди Его, хотя бы они казались для тебя весьма трудными. Исполнив какую-либо заповедь Божию, ожидай искушения, ибо любовь ко Христу испытывается чрез преодоление препятствий. И на малое время не оставайся в праздности, а пребудь всегда в трудах и занятиях, ибо не трудящийся недостоин имени человека. Уединяйся по примеру Иисуса, Который, удаляясь от прочих людей, молился Отцу Небесному. Во время тягости душевной или охлаждения к молитве и ко всем благочестивым занятиям не оставляй дел благочестия. Так Господь Иисус Христос трижды молился, когда душа Его была прискорбна даже до смерти. Делай все во имя Господа Иисуса, и, таким образом, всякое дело твое будет делом благочестия.

Избегай даже самых малых грехов, ибо не удаляющийся от малых непременно впадет в большие и тяжкие. Если хочешь, чтобы не тревожили тебя злые помыслы, то со смирением принимай унижение души и скорбь телесную не в одно какое-либо, но во всякое время, во всяком месте и во всяком деле. Всякий помысл, удаляющий тебя от Господа, особенно скверный плотский помысл, изгоняй из сердца, как сбрасываешь с одежды и одну искру, попавшую на нее. Когда придет такой помысл, то молись крепко: Господи, помилуй, Господи, помоги мне, Господи, не оставь меня, избавь от искушения, или иначе как. Но среди искушений не смущайся. Кто посылает случай к сражению, Тот даст и силы к победе. Будь спокоен духом, уповай на Бога: если Бог за тебя, то кто против тебя? Испрашивай у Бога, чтобы Он отнял у тебя все, что питает твое самолюбие, хотя бы это для тебя было и очень горько. Желай жить и умереть для одного Господа Бога и всецело принадлежать Ему. Когда потерпишь какое-либо бесчестие от людей, то подумай, что это послано от Бога к славе твоей, и, таким образом, в бесчестии будешь без печали и смущения, и в славе. Если имеешь пищу и одежду, то и сим будь доволен по примеру Иисуса, нас ради обнищавшего. Никогда не спорь и слишком много не защищай себя и не извиняйся; ничего не говори против начальников или ближних без нужды или обязанности. Будь искренен и прост сердцем, с любовью принимай наставления, увещания и обличения от других, хотя бы ты был и очень умен.

Не будь ненавистником, завистливым, чрезмерно строгим в слове и делах. Чего не хочешь себе, того не делай другому, и чего себе от других желаешь, то прежде сам сделай для других. Если кто посетит тебя, то возвысь сердце твое к Господу Богу и моли даровать тебе дух кроткий, смиренный, собранный; и будь ласков, скромн, осторожен, благоразумен, слеп и глух, смотря по обстоятельствам. Помышляй, что Иисус находится среди тех, с которыми ты находишься и беседуешь. Не говори ничего необдуманно, твердо помни, что время кратко и что

человек должен дать отчет во всяком бесполезном слове; разговору назначай определенную цель и старайся направлять его к спасению души. Более слушай, нежели говори: во многоглаголании не спасешься от греха. Испрашивай у Господа благодати благовременно и молчать и говорить. Не любопытствуй о новостях: они развлекают дух. Если же кому принесешь пользу словами своими, то признай в этом благодать Божию.

Когда ты находишься наедине с собою, то испытывай себя, не сделался ли ты хуже прежнего, не впал ли в какие грехи, которые прежде не делал? Если согрешишь, то немедленно проси прощения у Бога со смирением, сокрушением и упованием на Его благодать и поспеши принести покаяние пред отцом духовным; ибо всякий грех, оставленный без покаяния, есть грех к смерти. Притом, если не будешь сокрушаться о грехе, сделанном тобою, то опять в него скоро впадешь.

Старайся делать всякому добро, какое и когда только можешь, не думая о том, оценит или не оценит он его, будет или не будет тебе благодарен. И радуйся не тогда, когда сделаешь кому-либо добро, но когда без злопамятства перенесешь оскорбления от другого, особенно от облагодетельствованного тобою. Если кто от одного слова не оказывается послушным, того не понуждай через прение, сам воспользуйся благом, которое он потерял. Ибо незлобие принесет тебе великую пользу. Но когда вред от одного распространяется на многих, то не терпи его, ища пользы не своей, но многих. Общее благо важнее частного.

Во время ужина вспоминай о последней вечери Иисуса Христа, моля Его, чтобы Он удостоил тебя вечери небесной. Прежде, нежели ляжешь спать, испытай свою совесть, проси света к познанию грехов твоих, размышляй о них, проси прощения в них, обещавай исправление, определив ясно и точно, в чем именно и как ты думаешь исправлять себя. Потом предай себя Богу, как будто тебе должно в сию ночь явиться пред Ним; поручай себя Божией Матери, Ангелу Хранителю, святому, которого имя носишь. Представляй постель как бы гробом твоим, и одеяло как бы саваном. Сделав крестное знамение и облобызав крест, который на себе носишь, усни под защиту Пастыря Израилева, Иже храняй не воздремлет, ниже уснет. Если не можешь спать или бодрствуешь во время ночи, то вспомни слово: «Среди полунощи бысть вопль: се Жених грядет», или вспоминай о той последней ночи, в которую Иисус молился Отцу до кровавого пота; молись за находящихся ночью в тяжких болезнях и смертном томлении, за страждущих и усопших, и моли Господа, да не покроет тебя вечная тьма. Если можешь, среди полночи встань с постели и помолись, сколько сил станет.

Во время болезни прежде всего возложи упование твое на Бога и часто вспоминай и размышляй о страдании и смерти Иисуса Христа, для укрепления духа своего среди болезненных страданий. Непрестанно твори молитвы, какие знаешь и можешь, проси у Господа Бога прощения во грехах и терпения во время болезни. Всячески воздерживайся от ропота и раздражительности, так обыкновенных во время болезни. Господь Иисус Христос претерпел ради нашего спасения самые тяжкие болезни и страдания, а мы что сделали или потерпели ради нашего спасения?

Как можно чаще ходи в храмы к Божественной службе, особенно старайся как можно чаще быть во время Литургии. А воскресные и праздничные дни непременно посвящай делам благочестия. Находясь во храме, всегда помни, что ты находишься в присутствии Бога, Ангелов и всех святых; остальное время дня после Литургии посвящай на благочестивое чтение и другие дела благочестия и любви.

День рождения и Ангела твоего особенно посвящай делам благочестия.

Каждый год и каждый месяц делай строгое испытание своей совести. Исповедуйся и причитай Св. Таин как можно чаще. К причащению Св. Таин приступай всегда с истинным голодом и с истинной жаждой души, с сокрушением сердца, с благоговением, смирением, верою, упованием, любовью. Как можно чаще размышляй о страданиях и смерти Иисуса Христа, умоляя Его ризою заслуг Своих покрыть все грехи твои и принять тебя в Царствие Свое. Имя Иисуса всегда имей на устах, в уме и в сердце.

Как можно чаще размышляй о великой любви к тебе Господа Бога, в Троице славимого и поклоняемого, чтобы и самому тебе возлюбить Его всем сердцем твоим, всею душою твоею и всеми силами твоими. Творя сие, будешь вести мирную жизнь на сей земле, и блаженную на небе во веки веков. Благодать Господа нашего Иисуса Христа да будет с тобою. Аминь.

СОВЕТЫ СТАРЦА ХРИСТИАНАМ, ЖИВУЩИМ В МИРУ

(Извлечено из книги С.А. Нилуса «Святыня под спудом»)

1. В минуту отчаяния знайте, что не Господь оставляет вас, а вы — Господа. Во Имя Божие, вот как приказываю вам жить: когда вы бываете одни, хотя бы и скорбно вам было, хотя бы и не хотелось, — всегда мысленно, сердцем вашим призывайте Господа Иисуса Христа, живущего в душе вашей.
2. У послушников Христовых должна быть воля не своя, а Божия, которая и апостолам, и нам воспретила исследовать будущее, его же Бог положил во власти Своей.
3. Если живете вы с другими, то служите им, как Самому Богу, и не требуйте за любовь любви, за смирение — похвалы, за службу — благодарности.
4. Чем можете соблазнить или оскорбить живущих с вами ближних, того отнюдь не делайте; а если они оскорбят вас, смотрите на это не как на оскорбление, а как на приготовленное вам от Господа Бога орудие, которым, если захотите, можете истребить в себе всякую нечистоту сердечную.
5. Прежде нежели что скажете, рассудите, не оскорбит ли ваше слово или дело Бога или ближнего.
6. Не судите чужого раба, стоящего или падающего: у него есть Бог, сильный удержать его от падения и восставить по падении.
7. Вспоминайте, что та минута, которую отнимает у вас лень, есть, может быть, последняя в вашей жизни, а за ней — смерть и суд. Оставьте негу.

8. Не огорчайте никого и не платите бранью за брань, скорбью за скорбь — и в книге жизни имя ваше будет написано с преподобными.
9. Прошу вас, други мои, не пренебрегайте никаким средством, которым можете угодить Богу; а таких средств множество, как то: ласковое обращение с людьми, утешение печального, заступление за обиженного, подание неимущему, отвращение очей от дурных предметов, противостояние дурным помыслам, понуждение себя на молитву, терпение, милосердие, справедливость и прочее, томуподобное. Исполнение этих священных добродетелей привлечет к вам всесильную помощь Божию, а с нею одолеете все трудное, прежде казавшееся невозможным к преодолению нашими силами.
10. Всячески противостойте вспыльчивости, и, при Божией помощи, она непременно ослабеет. «Аще случится ти когда раздражиться, или разгневаться, тогда наипаче ничтоже глаголи, или отойди, или затвори уста своя, да не изскочит яростный пламень и опалит душу твою и сущим с тобою сотворит напрасный мятеж; но едва угаснет пламень, и мирно будет сердце твое — тогда яже ко исправлению глаголи».
11. Всячески остерегайся на что-нибудь сердиться: всякая неприятность не сама по себе постигает нас, но допускается Промыслом Божиим для тех же спасительных целей, для коих св. апостола Павла постигали *беды в реках, беды от разбойник, беды от сродник, беды от язык, беды во градех, беды в пустыне, беды в море, беды от лжебратии, внеуду брани, внутрьуду — болезни* (2 Кор. 11, 26).
12. Зная это, не обращайтесь внимания на то, кто обидел вас и за что обидел, а только помните, что никто не осмелился бы нанести вам оскорбление, если бы Господь не восхотел допустить это, и поэтому благодарите лучше Господа, что постигающими вас скорбями Он ясно показывает, что вы Ему не чужие, и ведет вас в Царство Небесное. Писание Святое глаголет: *Аще наказание терпите, якоже сыновом обретается вам Бог; который бо есть сын, егоже не наказует отец* (Евр. 12, 7).
13. Оставляйте суровость всегда и будьте пред Господом в обхождении с людьми, как дети незлобивые.
14. В любви Божией пребывайте, ей учитесь, ею дышите: Бог есть Любовь, и кто в любви пребывает, тот — в Боге, и Бог — в нем. И в скорбной жизни сладко жить с Божиею любовью.
15. Не в многоглаголании есть спасение, а в совершенном внимании себе.
16. Отвыкайте от споров: они, возмущая сердце, лишают нас мирного состояния души. **ВСЯКОЙ ВЗДОРНОЙ МЫСЛИ ПРОТИВОПОСТАВЛЯЙТЕ МОЛИТВУ ИИСУСОВУ.** Не верьте предрассудкам.
17. Подозрительность — совсем не христианское свойство, и поэтому не усваивайте его. Мудрости же, осторожности и непорочности требует от нас Сам Бог чрез Св. Писание: *будите мудри, яко змия, и цели, яко голубие*.
18. Всегда держитесь середины: крайности нигде и ни в чем не похвальны.
19. Всегда будьте преданы воле Божией, всецело для вас спасительной.

20. Обращайтесь с ближними весело и с любовью. Любите их, служите им: они дороги — за них пролита Кровь Спасителя, они — члены Христовы. Не оскорбляйте их даже едва заметным знаком.
21. Спасайте себя благоугождением пред Господом Богом, благоугождая Ему всеми видами любви. О том только и заботьтесь, чтобы обогащаться любовью. В ком есть любовь, тот имеет в себе Бога.
22. Заметьте, что вы только тогда бываете вполне довольны всем, когда имеете терпение, смиренномудрие, покорность и ко всем любовь.
23. Не вспоминайте с упреком о прошедшем, иначе Господь Бог вспомнит и взыщет с вас то, что уже простил вам.
24. В унынии заставляйте и сердце, и язык ваш молиться так: «Господи, спаси мя — погибаю!»
25. Если кого просите о чем, то просите с терпением жены-хананейки.
26. Верить в чужие пороки есть грех, потому избегайте такой греховной уверенности.
27. Если вы каким-нибудь образом огорчили подчиненного или зависящего от вас человека, то употребите такое средство, чтобы он забыл сделанное ему огорчение.
28. Делайте все с разборчивостью, не спеша, чтобы дела ваши были успешны.
29. Злое побеждайте добром: худого худым исправить нельзя.
30. Без отречения от своей воли и вверения себя Богу нельзя положить и начала спасению, не только спастись. Испрашивайте же себе у Господа самоотречения, чада мои: оно необходимо ко спасению.
31. Если вздумаете кого навестить из ближних, то, при посещении его, положите себе за непременную обязанность сохранить к нему ту же любовь и то же расположение, в котором вошли к нему, хотя бы и получили от него какое-либо оскорбление.
32. Во всякой случившейся неприятности при сношении с ближними обратитесь прежде к себе: по строгом исследовании мы почти всегда находим, что сами были причиною неудовольствия.
33. В минуту вспыльчивости молчите и творите молитву Иисусову.
34. Не оправдывайтесь, не спорьте, снисходите к характерам и летам. Утешайте всех и каждого, чем можете; не осуждайте никого; не платите злом за зло; всех любите, всех прощайте; всем будьте слугами.
35. Себя считайте последними и грешнее всех.
36. Любите Господа Бога и молитесь Ему, как Отцу; смиряйтесь пред всеми христианами, — и возлюбит вас Господь Бог ваш, и возрадуется о вас ваш пастырь.
37. Переносите нетерпеливость, бестолковость, невежество, напрасный гнев — все без прекословия.
38. Когда возымеете к кому-нибудь невольное чувство неприязни, старайтесь победить это греховное чувство; заставьте себя так молиться: «Спаси, Господь, раба Твоего (такого-то) и святыми его молитвами умири сердце»

мое». Принудьте себя оказывать нелюбимому человеку всякого рода внимание и услуги, и Господь, видя доброе ваше намерение, не только вырвет из сердца вашего греховную неприязнь, но и его самого исполнит святою любовью.

39. Если не утешает вас молитва при исполнении ее, то знайте, что она готовит вам божественное утешение и сладость впоследствии: *терпя потерпех Господа, и внят ми.*
40. Во всю свою жизнь, пред каждым своим действием, руководитесь следующим христианским рассуждением: задуманное мною действие не противно ли воле Божией, не губительно ли оно для души моей, не обидно ли оно для ближнего? Если по строгом исследовании совесть не зазирает вас, то намерение свое приводите в исполнение, а если зазирает — удержитесь от исполнения.
41. Не касайтесь языком своим чести ближнего, но свой язык употребляйте только на славословие Божие и на чью-либо пользу и назидание. А захотите злоречить, то вспомните грехи, соделанные вами от юности, и порицайте себя за то, что сделали их.
42. Не тяготитесь жизнью: она несносна только для злочестивых, а кто верует в Господа Иисуса Христа, уповает на Него, любит Его — для того она всегда сносна.
43. Жизнь нам дана только для того, чтобы мы славили Бога, благодетворили ближнему и достигали вечного царства указанным в Евангелии тесным путем, а не для того, чтобы веселиться в ней: *блажени плачущии ныне, а — не смеющиеся.*
44. Смирение получило свое начало от смирившегося Господа Иисуса и есть венец и красота всех добродетелей. Что засохшей земле — дождь, то человеческой душе — смирение.
45. Смирение есть такая добродетель, которою любит Сам Бог: *На кого воззрю, — говорит Он, — токмо на кроткаго и смиреннаго, и трепещущаго словес Моих.*
46. Но в чем состоит смирение? По моему мнению, оно состоит в том, что человек считает себя грешнее всех, никого не унижает и не оскорбляет, не осуждает, внимает лишь себе и не ищет богатства, ни славы, ни похвалы, ни чести, считая себя вовсе того недостойным; мужественно терпит унижение, брань, укоренив, признавая себя в сердце своем заслужившим это; со всеми обращается радушно, всякому с любовью готов служить, не видит своих добрых дел и не говорит о них без нужды. Подобного смирения испрашиваю вам у Господа Бога, чада мои, потому что оно не только избавит вас от греха, но и приведет в любовь к Тому, Кто *смирил Себя до смерти, смерти же крестныя.*
47. Любовь покрывает множество грехов. Если вы будете печальному — утешением, несчастному — облегчением, бедному — помощью, сироте — отцом и матерью, больному — упокоением, провинившемуся — милостивым, заблудшему — руководителем ко спасению и всякому христианину —

усердным, по возможности, служителем, — то за такую любовь вашу к меньшим братьям и членам Господа нашего Иисуса Христа не только изгладятся грехи ваши, но и узрите Господа лицом к лицу и возрадуетесь веки.

48. Полагайте на уста хранение, упражняйте сердце в молитве Иисусовой, при лежите всякого рода воздержанию — и получите дар бесценный, дар любви Божией к вам.
49. Воздайте *кесарево кесареви, а Божие — Богови*. Направляя внешние, относящиеся к общежитию дела, по сердцу непрестанно будьте жертвою Богу и так живите в этом Вавилоне — мире сем, — чтобы беспрестанно памятовать о своем горнем Иерусалиме и о своем предназначении.
50. Променяйте благополучие ваше на рабство Господу Иисусу Христу. Неге противтесь, роскоши избегайте и не превозносите пред вашими работниками и подчиненными: в высшем они с вами равны, потому что Господь наш призывает и их к святой Своей трапезе теми же словами, как и вас: *Примите, ядите, сие есть Тело Мое... пиите от нея еси, сия есть Кровь Моя, яже за вы и за многия изливаемая*.
51. Долины, лежащие внизу, почти всегда бывают тучны и плодоносны, а высокие горы большею частью сухи и неспособны к плодоношению. Равным образом, колос пшеницы, который держит голову вверх, всегда бывает пуст, а который стоит, поникнувши голову, в том много зерен. Имейте сердце смиренное — и обогатитесь всем нужным ко спасению.
52. На долину плодоносную дождь льется и прямо с облаков, и с высоких гор: таково смирение. Под именем дождя я разумею благодать Божию, которая дается смиренным и непосредственно от Бога и чрез людей, в сей жизни духовно вознесенных Господом, как вознесены горы. Если внутреннее будет смиренно отдано в волю Божию и закрыто для входа врагам Его, то придет к вам Утешитель Дух Святой и вселится в вас.
53. О пространном пути забудьте: Господь, по милосердию Своему, ведет вас тесными вратами в Царство Небесное, а тот путь приведет в пагубу вечную.
54. И вам и себе желаю в этой жизни только очищения от грехов и прошу Господа Бога, чтобы Он с нами сделал все то, чем угодно будет Ему очистить грехи наши и смыть беззакония, хотя бы для сего нужно было бесчестие и бесславие. И вам, и мне должно жить по заповедям Божиим, а не по толкам человеческим.
55. Для пользы своей души любите уединение и, покорившись совершенно велениям Отца Небесного, приучите свое сердце к непрестанной молитве Иисусовой. От внутреннего пребывания в вас Господа Бога вы соделаетесь во всем терпеливее, любвеобильнее и смиреннее.
56. Берегитесь, чтобы лень не расслабила ваших сил для подвигов духовных: она — первый враг для живущих в удалении от Отца; но и не отчаивайтесь в спасении и не печальтесь чрезмерно, если иногда ослабеете в подвигах.
57. Не дела, собственно, спасут нас, а милость Божия, если мы творим дела только во Имя Господа Иисуса Христа, Который да не лишит вас, друзей

моих, милости Своей во все дни жизни вашей. Слабы ли вы, дурны ли — все прибегайте к милосердному Господу Иисусу Христу и надейтесь на Него крепко: эта надежда не посрамит вас вовеки.

58. Не презирайте слов моих и не считайте их трудными к исполнению: для Господа и с Господом все трудное не трудно и все скорбное не скорбно.

«ИГО БО ЕГО БЛАГО И БРЕМЯ ЕГО ЛЕГКО ЕСТЬ».

Приложение III

ГРЕХ

(Статья из Полного Православного Богословского энциклопедического словаря)

...Апостол Иоанн говорит: «Всяк творящий грех и беззаконие творит: и грех есть беззаконие». Ап. Павел считает грех Адама «непослушанием воле Божией», «преступлением» против нравственного закона Божия, откровенного или естественного. Нарушить закон, Божью заповедь можно двояким образом: либо совершать прямо противоположное тому, что сказано в законе, или не исполнять требуемых положительных действий в законе. В Св. Писании ясно сказано: «Уклонися от зла и сотвори благо». Первый человек был создан Богом совершенным по всей своей природе, в нем не было и тени греха, ему была дарована способность к беспрепятственному, постоянному и нескончаемому совершенствованию; для упражнения же нравственной свободы и решительного утверждения ее в добре Бог дал первому человеку определенную и положительную заповедь, которой подчинены и духовная и чувственная природа человека. Для этой цели Господь запретил вкушение от плодов одного только «дерева познания добра и зла», оградив нарушение заповеди угрозой смерти за преступление ее. Смерть же разумелась и духовная, т.е. отчуждение от жизни Божией, и физическая — разрушение тела. Главная и внутренняя причина происхождения греха заключалась в самих прародителях, в их свободе; они нарушили заповедь не в силу необходимости, не из-за притеснений и угнетений, а по решению собственной свободы; они обладали всеми средствами, чтобы противостоять всем ухищрениям и обольщениям злого духа. В свободе, по учению Писания, последняя причина и всех грехов, совершаемых человеком, поэтому они и вменяются ему в вину. Грех прародителей, являющийся прототипом всех человеческих грехов, заключался: 1) в нарушении положительной заповеди Божией через вкушение плода с запрещенного дерева — это видимая внешняя сторона его, и 2) в горделивом разъединении твари со своим Творцом, в проявлении непомерного желания достигнуть равенства с Богом и полной независимости от Него. Указанными свойствами греха и объясняется его чрезвычайная тяжесть и преступность — столь великая, что для искупления его потребовалось такое средство, как воплощение и смерть Сына Божия. Грех прародителей сопровождался губительными последствиями для человечества, для всех происшедших от согрешивших прародителей. Следствиями

грехопадения являются: по отношению к душе человека — духовная смерть вследствие лишения благодати Божией, оживлявшей ее высшей духовной жизнью, и повреждения всех сил духовной природы человека или помрачения в нем образа Божия; по отношению к телу — болезни и различные несовершенства тела; по отношению к внешнему благосостоянию — осуждение человека на изнурительные труды и скорби, на тяжкую земную жизнь с неизбежной смертью в конце. Природная греховность, путем рождения переходящая от предков к потомству вместе с виною или осуждением греха в Адаме, известна под именем **греха первородного** или **прирожденного**. Первородный грех в потомках прародителей не тождествен с грехом самих прародителей. Адам, нарушив заповедь Божию, совершил личное греховное действие и повергнул в греховное состояние и свою богозданную природу, но потомки Адама не участвовали своим сознанием и свободой в греховном действии Адама, и поэтому наследственный грех в потомках Адама должно полагать не в греховном действии Адама, а в греховном состоянии природы, в котором рождаются люди, в наследственной греховной порче, как некотором живом начале, с силой влекущем к совершению личных грехов, вместе с виною или с осуждением его в Адаме. Эта наследственность греховной природы является первопричиной всех грехов, которые рождаются из самоволия и себялюбия и совершаются свободно, и поэтому каждый грех вменяется, поскольку человек был свободен в его совершении. Обыкновенно различают три вида грехов: **грехи мысленные**, зародившиеся в сердце или в уме человека, но не перешедшие в деяние; **грехи словесные** — греховные мысли, получившие выражение в словах, и, наконец, **греховные дела**. Сообразно обязанностям человека к Богу, ближним и самому себе, различают *грехи против Бога* (неверие, отчаяние, ересь и др.), *против ближнего* (злоба, осуждение, клевета и др.) и *против самого себя* (чревоугодие, блуд и др.). **От всех грехов отличается грех против Духа Святого или хула на Духа Святого**: Спаситель говорит, что всякий грех может быть прощен человеку, но хула на Духа Святого не простится человеку никогда.

Рекомендуемая литература и источники

1. Библия. Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета. Синодальное издание.
2. Пространный христианский катихизис Православной кафолической Восточной Церкви. М., 2000.
3. Полный православный богословский энциклопедический словарь. Репринт. М., 1992.
4. Протоиерей Г. Дьяченко. Полный церковно-славянский словарь. Репринт. М., 1992.
5. Преподобного Иоанна Лествица. Репринт. М., 1992.
6. Преподобного отца нашего Аввы Доротея душеполезные поучения и послания. М., 2000.
7. Невидимая брань. Блаженной памяти старца Никодима Святогорца. Репринт. М., 1993.

8. Преподобный Нил Сорский. Устав о скитской жизни. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1991.
9. Старец Силуан. М., 1994.
10. Протоиерей Анатолий Правдолюбков. В чем каяться на исповеди. М., 1993.
11. Архимандрит Иоанн Крестьянкин. Опыт построения исповеди. Свято-Успенский Псково-Печерский монастырь, 1993.
12. В помощь кающимся. Из собраний сочинений епископа Игнатия (Брянчанинова). Свято-Введенская Оптина Пустынь, 1991.
13. Архимандрит Амвросий (Юрасов). Исповедь. Свято-Введенский женский монастырь, 1994.
14. Архимандрит Лазарь. О тайных недугах души. Московское подворье Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря, 1995.
15. Архимандрит Лазарь. Грех и покаяние последних времен. Московское подворье Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря, 1994.
16. Протоиерей Григорий Дьяченко. Накануне исповеди. Репринт М., 1994.
17. Нравственное богословие для мирян. Репринт. М., 1995.
18. Игумен Никон (Воробьев). Письма духовным детям. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1991; М., 1997.
19. С. Нилус. Святыня под спудом. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1991.