

ПРАВОСЛАВНЫЕ ЛИСТОВКИ

- ЗАЧЕМ БОГ СОТВОРИЛ ЧЕЛОВЕКА И ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА ЦЕРКОВЬ** 1
- ОБ ОСНОВАХ ПРАВОСЛАВНОЙ ВЕРЫ** 2
- ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ ХРИСТИАНИНА** 3
- КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ИСПОВЕДИ И ПРИЧАСТИЮ** 4
- 50 СОВЕТОВ И ИЗРЕЧЕНИЙ АРХИМАНДРИТА ИОАННА** 5

1 ЗАЧЕМ БОГ СОТВОРИЛ ЧЕЛОВЕКА И ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА ЦЕРКОВЬ?

А зачем мы дарим подарок ребенку? Дарим потому, что хотим его порадовать, хотим, чтобы он ощутил нашу любовь и откликнулся на нее своей любовью. Так и Бог создал человека для того, чтобы разделить с нами Свою любовь, чтобы мы могли насладиться блаженной жизнью в единении с Ним. Вот как это блаженный Августин выразил в одной прекрасной фразе, обращенной к Богу: «Ты сотворил нас для Себя, и не знает покоя сердце наше, пока не успокоится в Тебе». Так не только первых людей, но и их потомков, вплоть до



всех ныне живущих, Бог творит именно для Себя. Церковь учит, что предназначение человека заключается в том, чтобы вечно жить в блаженном единстве с Богом. Вот как об этом писал преподобный Макарий Великий: «Как небо и землю сотворил Бог для обитания человеку, так тело и душу человека создал Он в жилище Себе, чтобы вселиться и упокоеваться в теле его, как в доме Своем, имея пре-

красною невестою возлюбленную душу, сотворенную по образу Его». Это не означает, что человек является необходимым условием для Божественного бытия. Бог вечен и всеблажен. Он не имеет необходимости в ком-либо или чем-либо внешнем. Сотворенный мир не добавил и не убавил ничего в Боге. Бог Троица пребывает в вечной любви и радости общения Божественных Лиц Отца, Сына и Святого Духа. По Своей милости Он возжелал приобщить этой радости иные существа и для этого замыслил их и сотворил, в том числе и человека. Таким образом, Бог создает мир по преизбытку любви Своей. Человек, как венец созданий, назначен быть сознательным, разумным, постоянным, совершеннейшим на земле орудием славы Божией. Предназначение человека к бесконечному совершенству через богообщение кратко выразил наш Спаситель в словах: «Будьте совершенны, как совершен Отец ваш Небесный» (Мф. 5:48). Этими словами Бог напоминает о забытом нами истинном предназначении человека.

КТО ТАКОЙ ХРИСТОС?

Но случилось так, что первые люди – Адам и Ева – нарушили Божий замысел о человеке. Предательством прародителей грех и смерть вошли в мир. Мы стали умирать, связь с Богом была разорвана. И для того чтобы возможность соединения человека с Богом была восстановлена, Бог Сам пришел к людям и даровал спасение. Иисус Христос – это Истинный Бог, ставший Истинным Человеком, во всем подоб-

ным нам, кроме греха, и умершим на кресте за наши грехи, – примирил нас с Собою. Спасение, совершенное Господом Иисусом Христом, – это избавление каждого из нас от рабства дьяволу, греху и смерти и дарование нам вечной жизни в общении с Богом. «Я пришел для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком», (Ин.10:10) – говорит Христос. И эта жизнь с избытком начинается здесь. Но что для этого нужно?



Иисус Христос, Адам и Ева

ЗАЧЕМ НУЖНА ЦЕРКОВЬ, ЕСЛИ «БОГ У МЕНЯ В ДУШЕ»?

Иногда можно услышать, как тот или иной человек говорит, что «Бог у него в душе». Такого человека хочется спросить: «Как Вы достигли такого результата, что Бог у вас в душе? Поделитесь своим опытом». Если бы так сказал преподобный Серафим Саровский, то его слова были бы понятны и убедительны – он стяжал Благодать Святого Духа многими трудами: постом, усерд-

ной непрекращающейся молитвой, добродетелями, поэтому Бог действительно был в его душе. Плоды пребывания Бога в душе известны. «Это любовь, радость, мир, долготерпение, благодать, милосердие, вера, кротость, воздержание» (Гал., 5:22–23). Но когда человек гневается, злословит, осуждает и ропщет, не воздержан ни в слове, ни в деле, имеет нераскайные нечистые грехи и при этом говорит о том, что «Бог у него в душе», то подобное заявление вызывает по меньшей мере недоумение.

При этом часто у подобного человека познание Бога ограничивается формулировкой: «Что-то "там" есть». А это значит, что Бог стоит в его жизни далеко, на последнем месте. И только иногда вспомнит такой человек о Боге и в лучшем случае зайдет в Церковь, чтобы поставить свечку. Но никакая свечка не спасет душу человека, если он живет во грехе и не имеет живого общения с Богом.

Евангелие учит, что Сын Божий был послан в этот мир Отцом, чтобы взискать и спасти погибшее (Мф. 18:11).

Чтобы нравственно возродить человека и привести Его к блаженной пристани Царства Небесного, Христос и создал Церковь. Спасает людей Бог, но Церковь является Его главным орудием в этом великом деле.

Господь спасает в Церкви и через Церковь. Для этого Он Сам основал ее, возглавил и дал ей несокрушимую силу Божественной благодати: «Я создам Церковь Мою, и врата ада не одолеют ее» (Мф. 16:18). Поэтому она есть «Церковь Бога живаго, столп и утверждение истины» (1 Тим. 3:15).

Через Церковь продолжается спасительная миссия Иисуса Христа. Он спасает не просто отдельные личности, но Свое духовное Тело – Церковь: «Христос глава Церкви, и Он же Спаситель тела» (Еф. 5:23), поэтому, чтобы спастись, нужно быть живым членом Церкви. Каждый человек после Крещения запачкал свою душу грехами своих дел, запачкал одежду души своей грязью своих грехов. И чтобы Бог вошел в душу человека, человеку необходимо покаяться, осознать, что его жизнь не соответствует Заповедям Божиим. Необходимо очистить одежду своей души в Таинстве Покаяния. И затем можно будет человеку принять Бога в себя в Таинстве Причастия, и тогда Бог поселяется в смиренной и чистой душе. И далее нужно впредь следить за чистотой одежды своей души – вовремя очищая с нее неизбежно возникающие новые грязные пятна в Таинстве Исповеди и регулярно принимая в себя Бога – Источника жизни в Таинстве Причастия Тела и Крови Христовых. Необходимо не только перестать грешить, оставив в прошлом наибольшие грехи своей жизни, но насаждать в своей жизни добродетели и освящаться благодатью Святого Духа. Для человека, крещенного когда-то давно и забывшего об очищении своей души в Таинствах, забывшего о Заповедях Божиих, его Крещение будет поводом к большему осуждению на Суде Божиим.

ОДНА И ТА ЖЕ ЦЕРКОВЬ?

Членами Церкви являются все те, кто признает ту истину, которую Христос открыл Своим апостолам, искренне верят Ему, считают нужным жить по закону Его, принимают участие в переданных апостолами священнодействиях и оказывают послушание духовным наследникам апостолов – епископам. Войти в эту семью может любой человек, независимо от пола, возраста и национальности.

Церковь Христова – Единая, Святая, Вселенская и Апостольская. Как в едином теле есть разные члены – руки, ноги и другие, так и в Христовой Церкви есть разные Поместные Православные Церкви. В настоящий момент их насчитывается в мире пятнадцать. Русская Православная Церковь – одна из таких Поместных Православных Церквей. Все Поместные Церкви составляют полное единство в вере, в нравственном законе, в молитве и в установленных Христом священнодействиях. Своим обещанием о том, что «врата ада не одолеют Церковь», Господь дал понять, что она никогда не исчезнет и никто не сможет уничтожить ее, а также что она никогда не может ни отпасть от веры, ни ошибиться в истине, ибо Дух Святой, всегда действующий чрез верно служащих отцов и учителей Церкви, предохраняет ее от всякого заблуждения. Как говорит святой Филарет Московский: «Церковь – свята, хотя в ней есть и согрешающие. Согрешающие, но очищающие себя истинным покаянием, не препятствуют

Церкви быть святой; а нераскаянные грешники или видимым действием церковной власти, или невидимым действием суда Божия, как мертвые члены, отсекаются от тела Церкви, и таким образом она и в этом отношении сохраняется святой».

Среди тех, кто оказался таким образом отсечен от Церкви, были те, кто желал исказить полученную от апостолов веру и вместо истины учить других собственным выдумкам. Сам Господь Иисус Христос предсказывал появление таких лжеучителей. Чтобы указать отличие от всех фальшивых «церквей», созданных смертными людьми, истинная Церковь, основанная Богочеловеком Христом, приняла уточняющее название: Православная, что означает: «правильно славящая Бога». Глубоко осознаем, какое сокровище веры нам вверено Богом, и обратимся ко Христу, возненавидим грех и станем христианами – верными чадами нашей Матери-Церкви! ■



*Христос и богатый юноша.
Чумаков Ф. П., 1866 г.*

2

ОБ ОСНОВАХ ПРАВОСЛАВНОЙ ВЕРЫ

ЗАПОВЕДИ, ДАННЫЕ БОГОМ ЧЕЛОВЕКУ В ВЕТХОМ ЗАВЕТЕ:

- Я - Господь Бог твой, да не будет у тебя других богов... Эта заповедь учит человека верности своему Творцу - Богу. Единому в трёх Лицах – Отцу, Сыну и Святому Духу – благому, вечному, всеведущему и милостивому.
- Не сотвори себе кумира. В наше время кумирами часто являются деньги, карьера, здоровье, комфорт, популярные личности. Заповедь напоминает человеку о его достоинстве: не подобает человеку посвящать все свои силы и время кому-либо или чему-либо, кроме Господа. Также эта заповедь говорит о доверии Богу, Который Один – источник добра, истины, красоты и Промыслитель о всех живущих.
- Не помяни имени Господа всуе (впустую). Заповедь учит благоговению перед Богом и Его святым Именем.
- Помни день субботний. После Воскресения Христова днём церковного собрания стал день воскресный. В этот день, а также в дни церковных праздников христианин откладывает работу и повседневные дела и посвящает свое время духовному труду: молитве в храме, чтению Библии (в первую очередь, Нового Завета), других духовных книг, домашней молитве, делам милосердия.
- Чти отца своего и мать, да благо тебе будет, и долголетен будешь на земле.
- Не убий. Самая распространённая сейчас форма убийства – аборт.
- Не прелюбодействуй. Сожителство до заключения брака является блудом, измена в браке – прелюбодеянием.

- Не укради.
- Не свидетельствуй ложно на ближнего твоего. Клевета, осуждение, ложь, злословие, лесть – это всё грехи против истины, к которой мы должны стремиться.
- Не пожелай того, что принадлежит другому. Зависть во всех ее проявлениях – грех против этой заповеди.



Из Нового Завета: «Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твою, и всем разумением твоим, и ближнего твоего, как самого себя» (Мк 12:29-30).

«Так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, чтобы всякий верующий в Него не погиб, но имел жизнь вечную» (Ин 3:16).

«Если любите Меня, заповеди Мои соблюдайте» (Ин 14:15).

«Не видел того глаз, не слышало ухо, и не приходило то на сердце человеку, что приготовил Бог любящим Его» (1 Кор 2:9).

Заповеди блаженства:

«Увидев народ, Он (Христос) взмолился на гору; и, когда сел, приступили к Нему ученики Его. И Он, отверзши уста Свои, учил их, говоря:

Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное.

Блаженны плачущие, ибо они утешатся.

Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю.

Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся.

Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут.

Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят.

Блаженны миротворцы, ибо они будут наречены сынами Божиими.

Блаженны изгнанные за правду, ибо их есть Царство Небесное.

Блаженны вы, когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за Меня. Радуйтесь и веселитесь, ибо велика ваша награда на небесах». (Мф 5:1-12) «Итак, будьте совершенны, как совершенен Отец ваш Небесный» (Мф 5-48).

ПОЧЕМУ ИИСУСА ХРИСТА НАЗЫВАЮТ СПАСИТЕЛЕМ?

Согласно Учению Церкви, после грехопадения прекратилось общение людей с Богом, и человеческая природа стала другой, чем задумал ее Бог: люди стали подвержены грехам и страстям, болезням и смерти. Религия необходима человеку, чтобы восстановить эту связь с Богом. Иначе человек испытывает духов-

ный голод и без общения с Богом – источником всяческих благ – «не имеет в себе жизни» (Ин. 6:53). Сын Божий, Иисус Христос, предвечно, до сотворения мира рожденный Богом, действием Святого Духа две тысячи лет назад родился от Девы Марии – Пресвятой Богородицы – для спасения рода человеческого. Иисуса Христа называют Спасителем потому, что Он каждого верующего в Него христианина спасает от духовной гибели и рабства греху. Воплотившийся Господь – в полной мере Бог и в полной мере Человек – будучи безгрешен, добровольно умер на кресте для очищения наших грехов и воскрес, чтобы дать нам вечную жизнь.

О ЦЕРКВИ И ТАИНСТВАХ

Став членом Церкви, ведя духовную жизнь и участвуя в Церковных Таинствах, человек может стать причастником вечной жизни уже здесь.

■ **Крещение и Миропомазание.** Погружение в воду символизирует, являет собой смерть "ветхого", грешного человека, а выход из воды – воскресение для новой благодатной жизни во Христе.

Крещеный получает прощение грехов и возможность спасения – после смерти, в вечности быть вместе с Богом, ангелами и святыми людьми. В Крещении человек становится членом Церкви. Миропомазание совершается обычно сразу же после Крещения. Это Таинство, при котором через помазание священным миром сообщаются крещеному силы благодати Божией для укрепления его в жизни духовной.

■ Таинство Евхаристии (или Таинство Причастия) является самым главным Таинством Православной Церкви после Крещения и Миропомазания. Без преувеличения можно сказать, что именно ради этого Церковь существует. Это Таинство было установлено Христом на Тайной Вечере:

«Иисус взял хлеб и, благословив, преломил и, раздавая ученикам, сказал: приимите, ядите: сие есть Тело Мое. И, взяв чашу и благодарив, подал им и сказал: пейте из нее все, ибо сие есть Кровь Моя Нового Завета, за многих изливаемая во оставление грехов». (Мф.26:26-28).

Для Евхаристии (в переводе с греч. – Благодарения) верующие собираются вместе на главном христианском богослужении – Божественной Литургии. В православных храмах это богослужение совершается утром. В таинстве Евхаристии по молитве предстоятеля (епископа или священника) и собравшихся верных Святой Дух сходит на принесенные дары – пшеничный хлеб и виноградное вино – претворяя их в Тело и Кровь Господа нашего Иисуса Христа. Благодаря причастию Тела и Крови Господа Иисуса Христа у христианина есть возможность уже здесь, на земле, быть в непосредственном общении (единении) с Богом.

К Причастию Святых Христовых Тайн готовятся молитвой и постом. Пост – это не только воздержание от мясной и мо-

лочной пищи, но, прежде всего, внимательное отношение к своему внутреннему миру, к движениям своего сердца.

■ Таинство Покаяния

Греховные наклонности и страсти редко удаётся искоренить мгновенно. И после Крещения человек вновь впадает в грех, совесть вновь его обличает. Нередко можно услышать: «У меня столько грехов, что Господь меня не простит». Но знай, что нет греха, превосходящего милосердие Божие (Мф 2:17; Ин 8:4-11). При искреннем покаянии и твёрдом намерении изменить свою жизнь, начать строить ее по Божиим заповедям, загладить грехи добрыми делами (Лк 19:9) Господь прощает все. «Сказываю вам, что так на небесах более радости будет об одном грешнике кающемся, чем о девяноста девяти праведниках, не имеющих нужды в покаянии» (Лк 15:7). Сокрушение о соделанном, ненависть ко греху, решимость больше его не повторять, горячая молитва к Богу о прощении – вот ступени покаяния. В переводе с греческого, покаяние – это перемена ума и сердца. Завершением этого духовного труда является исповедь, когда кающийся открывает свои душевные раны – грехи – перед священником, как перед врачом и свидетелем, данным от Бога. Христианин призван искоренять в себе страсти и греховные наклонности и воспитывать противоположные этим страстям добродетели. Основные страсти: чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, уныние, печаль, тщеславие, гордость. Противоположные им добродетели: любовь к Богу и ближ-

нему, вера, надежда на спасение, смирение, воздержание. Силы отказаться от греховных наклонностей и страстей Бог дает человеку, если тот просит Бога об этом в молитве и приступает к Церковным Таинствам. Искусству внутренней борьбы со страстями и победы над грехом учат писания Святых Отцов Церкви.

Составлено по материалам статей священника Павла Гумерова



*Блудница перед Христом (Христос и грешница)
Попов А. А., 1879 г.*

Молитва Господня

**Отче наш, Иже еси на небесех!
Да святится имя Твое. Да придет
Царствие Твое, да будет воля Твоя,
яко на небеси и на земли. Хлеб
наш насущный даждь нам днесь; и
остави нам долги наша, якоже и мы
оставляем должником нашим; и не
введи нас во искушение, но избави
нас от лукаваго.**

СИМВОЛ ВЕРЫ

(краткое изложение христианского вероучения)

1. Верую во единого Бога Отца Вседержителя, Творца небу и земли, видимым же всем и невидимым (*сотворившего небо и землю, видимый и невидимый, то есть духовный, мир*).
2. И во единого Господа Иисуса Христа, Сына Божия, Единородного, иже от Отца рожденного прежде всех век (*в вечности, до сотворения времени*) Света от Света, Бога истинна от Бога истинна, рожденна, несотворенна, единосущна Отцу, Имже вся быша (*через Которого всё произошло*).
3. Нас ради человек и нашего ради спасения сшедшаго с небес и воплотившагося от Духа Свята и Марии Девы и вочеловечшася.
4. Распятого же за ны (*за нас*) при Понтийстем Пилате (*правитель в Иудее в 26-36 гг. н.э.*) и страдавша и погребенна.
5. И воскресшаго в третий день по Писанием (*как было предсказано в Писании*).
6. И возшедшаго на небеса и сидяща одесную Отца.
7. И паки грядущаго со славою судити живым и мертвым, Его же Царствию не будет конца.
8. И в Духа Святаго, Господа животворящаго, иже от Отца исходящаго, иже со Отцем и Сыном спокланяема и сславима, глаголавшаго пророки (*говорившего через пророков*).
9. Во Едину, Святую, соборную и Апостольскую Церковь.
10. Исповедаю едино крещение во оставление грехов.
11. Чаю (*надеюсь, ожидаю*) воскресения мертвых.
12. И жизни будущаго века. Аминь.

3

ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ ХРИСТИАНИНА

Многие думают, что духовная жизнь ограничивается только Крещением. Но это совсем не так. С Крещения все только начинается. В крестившемся посеяно семя Вечной жизни, и его надо выращивать. Для своего роста семя Вечной жизни нуждается в поливе – частом приобщении Святых Таин, духовной жизни, рыхлении – терпении скорбей ради Христа...

Часто после Крещения на человека наваливаются различные неприятности, ему приходится терпеть скорби, усиливаются искушения, хотя никогда не бывает так, чтобы они были непосильными. После Крещения не нужно бояться ни сглаза, ни порчи, ни колдунов: если человек ревностно соблюдает Заповеди, то никакое духовное зло не приступит к нему. Главное после Крещения или воцерковления (если вы были Крещены в детстве и не жили по-христиански длительное время) – не терять первоначального усердия, поддерживать его постоянством молитвы (пусть и небольшого правила), поста, постепенного,

но упорного преодоления своих страстей и греховных привычек. Как это делать? Посмотрим, как выращивают растения. Надо пропалывать огород – вырывать из сердца злые привычки и мысли. Вокруг растения должен быть чистый, незагазованный воздух – церковная атмосфера жизни, особенно проявляющаяся в хранении неповрежденной веры. Необходим присмотр садовника – помощь священника. Должна быть теплица – надежда на Бога. Необходимо беречь растение от паразитов и болезней – от ересей, расколов и духовных страстей (чревоугодия, блуда, сребролюбия, гнева, уныния, тщеславия, гордости). Должно быть регулярное чтение Священного Писания и святоотеческой литературы. Нужно почаще обрывать лишние листья – фарисейское увлечение

внешними правилами в ущерб внутреннему духовному росту, высоту которого определяет наличие в человеке смирения. И тогда пойдут плоды истинно добрых дел. Но как раз тогда и усиливаются искушения. Это и понятно. Если спортсмен возьмет большую высоту, тренер поднимает планку, чтобы улучшить результат. Так и Бог. Часто в награду за наше доброе дело Он дает нам возможность сделать еще большее и еще более трудное. Это знак Его любви к нам. И когда плоды созреют, тогда Бог забирает человека к Себе и венчает его как победителя.

Не надо пытаться сразу запрыгнуть на вершину лестницы, ведущей на Небо.

Надо идти постепенно. А помощниками в этом будут нам Святые Отцы Церкви и духовник. Но главное – помнить, что духовный рост человека зависит не просто от дел, а от благодати Святого Духа, которая приходит к смиренным, ибо, как говорит Писание: «Бог гордым противится, а смиренным дает благодать» (Иак. 4,6).

Начнем с самого простого. Каждый вид жизни имеет свои особенности, свой ритм, свой порядок. Так и у христианина должен появиться свой образ и ритм жизни. Меняется распорядок дня. Проснувшись утром, христианин становится перед иконами, зажигает свечу или лампаду и читает утренние молитвы из Молитвослова. Как правильно молиться по тексту? Апостол Павел пишет, что лучше пять слов сказать умом, чем тысячу языком (1 Кор.14:18–19), поэтому молящийся должен понимать каждое слово молитвы. Во время молитвы ни в коем случае нельзя представлять

себе святых или Христа. Так можно сойти с ума и духовно повредиться. Вот что говорит об этом преподобный Нил Синайский: «Не желай видеть чувственно Ангелов, или силы, или Христа, чтоб с ума не сойти, приняв волка за пастыря и поклонившись врагам – демонам». Надо умом внимательно следить за словами молитвы, иметь благоговейный и покаянный настрой в сердце. Обычно в начале и конце молитвы ограждают себя крестным знамением и кладут поклоны.

После утренних молитв вкушают просфору и пьют святую воду. И идут по своим делам. Перед тем как садиться есть, христианин читает молитву «Отче наш», а потом осеняет крестным знамением еду со словами: «Во имя Отца и Сына и Святаго Духа». После трапезы мы не забываем поблагодарить Господа. В течение дня христиане стараются все время держать в памяти Бога. И поэтому мы часто повторяем слова: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного». Перед всяким добрым делом мы просим помощи у Бога. А если дело большое, то можно пойти и заказать в церкви молебен.

Вечером, перед сном, мы читаем молитвы на сон грядущим, прося Бога сохранить нас в ночи. Каждый день мы читаем Священное Писание. Обычно – главу Евангелия, две главы Посланий Апостолов, одну кафизму Псалтири (но мера чтения определяется все же индивидуально). Каждую неделю мы постимся в среду (вспоминая предательство Иуды) и в пятницу (вспоминая Голгофские мучения Христа) и храним большие посты (Великий пост, Петровский, Успенский

и Рождественский). В субботу вечером и в воскресенье утром мы всегда в храме. И причащаться мы стараемся не реже раза в месяц. Перед Причастием мы постимся обычно три дня (так, если причащаемся раз в месяц и реже, а если чаще, то меру поста мы определяем вместе с духовником), прочитываем правило из Молитвослова (три канона: покаянный, Богородице и Ангелу Хранителю, а также Последование ко Святому Причащению). Обязательно приходим на вечернюю службу, исповедуемся в грехах своих и на тощак приходим утром на Литургию.

Очень важно найти себе духовника – священника, который поможет нам идти ко Христу и избежать многих ошибок в духовном делании.

! Но не забывайте главного. Вы пришли в Церковь к Богу и теперь нужно жить перед Ним, ходить перед Ним, любить Его и быть непорочным. Только тогда мы сможем стать святыми и исполнить Его благую Волю и получить от Него «жизнь, и жизнь с избытком» (Ин. 10,10). Ведь только для этого и принимают Крещение, ибо сказано: «будьте святы, ибо свят Я, Господь Бог ваш» (Лев. 20, 26).

*Составлено по материалам
иерея Даниила Сысоева*

ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ ХРИСТИАНИНА



ЛИЧНАЯ МОЛИТВА

- Утреннее и вечернее правило
- Перед началом дела и после
- До и после приема пищи
- В любой другой ситуации
- Иисусова молитва

ОБЩЕСТВЕННАЯ МОЛИТВА

- Всенощное бдение (суббота вечер)
- Литургия (воскресное утро)
- Праздничные службы

ПОСТ

- Среда и пятница каждой недели (вспоминая предательство Христа Иудой и Распятие)
- Многодневные посты (Великий, Петровский, Успенский, Рождественский)
- Однодневные постные дни, установленные Церковью (Крещенский сочельник (18 января), Крестовоздвижение (27 сентября), Усекновение главы Иоанна Предтечи (11 сентября). ■

4

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ИСПОВЕДИ И ПРИЧАСТИЮ

Каждый человек хоть раз в жизни задумывался над тем, кто он есть, для чего живет, есть ли Бог и жизнь после смерти. Хотя большинство из нас старается отложить подобные размышления на "когда-нибудь потом". Страшно то, что это "потом" может и не наступить и мы не успеем примириться с Богом за все те грехи, которыми мы оскорбили Его. Наши грехи будут обличать нас на праведном Суде Божьем. Есть только один путь избежать праведного наказания за все свои злодеяния – принести покаяние Богу за совершенные грехи и получить прощение в таинстве Исповеди и Причастия.

Иисус Христос – Истинный Бог наш, став Человеком, умер за наши грехи, таким образом, примирив нас с Собою. Христос основал Церковь, которая, будучи таинственным Телом Его (Еф.1: 23), продолжает дело спасения людей. И поэтому с Богом может примириться только тот, кто стал членом Православной Церкви, основанной Господом. Священник в Таинстве Рукоположения (посвящения в сан)

получает от Бога власть прощать и удерживать грехи людей (Ин. 20:23). Поэтому желающему примириться с Богом и получить прощение грехов требуется следующее:

- уверовать во Христа Спасителя и, приняв Таинство Крещения, стать православным христианином,
- твердо верить и принимать Откровение Божие, данное Церковью, суть его кратко изложена в Символе веры, который мы должны понимать и знать наизусть. Объяснение нашей веры можно узнать в книге "Катехизис",
- и самое главное – твердо отказать от своих грехов и страстей и вступить на решительный путь борьбы с ними.



При подготовке к Исповеди нужно вспомнить (и если нужно - записать) свои злые дела, начиная с 7 лет (или с момента Крещения – кто крестился взрослым) или соответственно с момента последней Исповеди.

К Исповеди должно приступать, предварительно со всеми примирившись, и с решимостью больше не грешить. На Исповеди надо говорить только о своих грехах, не оправдывать себя, не осуждать окружающих и просить у Господа прощения за свои прегрешения. Никогда не надо впадать в уныние от осознания тяжести своих грехов, ибо нет грехов не прощаемых, кроме неисповеданных, нераскаянных.



Не нужно бояться, что священник будет смущен Вашей исповедью. За время служения каждый пастырь слышит практически все мыслимые грехи. Его ничем не удивишь и не расстроишь, кроме как попыткой свалить вину на другого и что-то утаить. Надо помнить, что Исповедь остается только между священником и Вами (за разглашение тайны Исповеди священника могут лишиться сана).

Чтобы легче было подготовиться, приведем краткий список грехов, с которыми надо беспощадно бороться, в соответствии с Десятью Заповедями:

1. Я ГОСПОДЬ, БОГ ТВОЙ, ДА НЕ БУДЕТ У ТЕБЯ ДРУГИХ БОГОВ ПЕРЕД ЛИЦОМ МОИМ.

Грехи: маловерие и неверие в Промысел Божий, безбожие, лжеучения, магия, хождение к бабкам и целителям, астрология (в том числе и чтение гороскопов), участие в сектах, гордыня, хвастовство, карьеризм, самонадеянность, самолюбие.

2. НЕ ДЕЛАЙ СЕБЕ КУМИРА, НЕ ПОКЛОНЯЙСЯ И НЕ СЛУЖИ ЕМУ.

Грехи: идолопоклонство, вызывание духов, кормление домашних, гадание, человекоугодие, сребролюбие.

3. НЕ ПРОИЗНОСИ ИМЕНИ ГОСПОДА, БОГА ТВОЕГО, НАПРАСНО.

Грехи: кощунство, издевательство над святыней, мат, божба, нарушение обещания, данного Богу, сквернословие, не чтение Евангелия и духовной литературы.

4. ПОМНИ ДЕНЬ СУББОТНИЙ, ЧТОБЫ СВЯТИТЬ ЕГО; ШЕСТЬ ДНЕЙ РАБОТАЙ, А ДЕНЬ СЕДЬМОЙ-СУББОТА ГОСПОДУ, БОГУ ТВОЕМУ.

(Вспоминая Воскресение Христово, со времен апостольских христиане стали относить эту

заповедь к воскресному дню). Грехи: пропуск воскресного богослужения, работа в праздники, праздность, лень, нарушение поста.

5. ПОЧИТАЙ ОТЦА ТВОЕГО И МАТЬ ТВОЮ.

Грехи: оскорбление родителей, непочитание их, злословие ближних, непочтение к старшим и учителям, беспечность в отношении воспитания детей.

6. НЕ УБИВАЙ.

Грехи: убийство, аборт, гнев, ругань, драки, ненависть, обиды, злопамятство, раздражительность, уныние и отчаяние, помыслы о самоубийстве.

7. НЕ ПРЕЛЮБОДЕЙСТВУЙ.

Грехи: супружеская измена, блуд (в т.ч. сожительство без регистрации в ЗАГСе), противозачаточные блудные грехи

8. НЕ КРАДИ.

Грехи: воровство, грабеж, тулеждство, мошенничество, ростовщичество, скупость, неплата долгов.

9. НЕ ПРОИЗНОСИ ЛОЖНОГО СВИДЕТЕЛЬСТВА.

Грехи: лжесвидетельство, ложь, клевета, слетни, предательство, осуждение.

10. НЕ ЖЕЛАЙ ЧУЖОГО.

Грехи: зависть, недовольство своим положением, ропот.

Если Вы раскаялись в грехах, то должно подготовиться к величайшему Чуду Святого Причастия, когда под видом хлеба и вина верные вкушают Тело и Кровь Христа для очищения от грехов и приобщения к жизни вечной. В Таинстве Причастия мы соединяемся с Самим Христом. И чтобы это соединение – Причастие Самого Бога – не было в осуждение, желающий причаститься должен иметь сердечное покаяние, смирение, твердое намерение исправиться и жить свято.

Причастие совершается утром во время Божественной Литургии. К Таинству Причастия готовятся несколько дней (обычно три дня). В эти дни готовятся к Исповеди, стараются больше и усерднее молиться дома, воздерживаются от увеселений и праздного времяпрепровождения. Во время подготовки прочитывается "Последование ко Святому Причащению" и три канона: покаянный ко Господу, молебный ко Пресвятой Богородице и канон Ангелу Хранителю. Все эти тексты есть в "Молитвослове". С молитвой соединяют пост – телесное воздержание от скоромной пищи (мясных и молочных продуктов) и супружеских отношений. После полуночи нельзя ни есть, ни пить. Накануне дня Причастия или утром до Литургии надо исповедоваться, быть на вечернем богослужении.

Бог да подаст спасения всем нам!

Рекомендуемая литература:

- *Архимандрит Иоанн Крестьянкин "Опыт построения Исповеди".*
- *Святитель Игнатий (Брянчанинов). "В помощь кающимся".*

Иисус же сказал им: истинно, истинно говорю вам: если не будете есть Плоти Сына Человеческого и пить Крови Его, то не будете иметь в себе жизни. Ядущий Мою Плоть и пиющий Мою Кровь имеет жизнь вечную, и Я воскрешу его в последний день (Ин 6:53–54)



Иисус же сказал им вторично: мир вам! как послал Меня Отец, так и Я посылаю вас. Сказав это, дунул, и говорит им: примите Духа Святаго. Кому простите грехи, тому простятся; на ком оставите, на том останутся (Ин 20:21–23)

50 СОВЕТОВ И ИЗРЕЧЕНИЙ АРХИМАНДРИТА ИОАННА (КРЕСТЬЯНКИНА)

5

ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ

1. Главное в духовной жизни – вера в Промысл Божий и рассуждение с советом.
2. У Бога всё бывает вовремя для тех, кто умеет ждать.
3. Крылышки наши иногда повисают и нет сил взмыть в небо. Это ничего, это наука из наук, которую мы проходим, – лишь бы желание видеть небо над головой, небо чистое, звездное, небо Божие, не исчезло.
4. Почему бы Вам не стать пианистом, хирургом, художником? Ответите: надо учиться. А для того, чтобы учить других науке из наук – духовной жизни – по-вашему, учиться не надо?
5. Если в фундамент жизни изначально закладывается грех, то ждать доброго плода в таком случае сомнительно.
6. Любовь к человечеству – словесный блуд. Любовь к человеку конкретному, на нашем жизненном пути Богом данному, – дело практическое, требующее труда, усилия, борьбы с собой, своей ленью.



СОБЛАЗНЫ ВРЕМЕНИ, ИНН, НОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

7. 70 лет плена не могли не наложить отпечатка на людей. Плен – то миновал, да новая беда на пороге – свобода и вседозволенность всякому злу.
8. Опыт показывает, что пришедшие к Престолу от рок-музыки служить во спасение не могут... Некоторые вообще не могут стоять у престола, а некоторые опускаются на дно ада беззакониями такими, которых они и до принятия сана не делали.
9. Одни выпускают на компьютере религиозную литературу, а другие творят безобразие. И, пользуясь одной и той же техникой, одни спасаются, а другие погибают уже здесь, на земле.
10. Обращение к биоэнергетике есть обращение к врагу Божьему.

11. Нельзя одновременно принимать в себя Кровь и Тело Господне и мочу. Благословения Церкви на лечение мочой нет

12. Карточки берите: вас еще не спрашивают о вере вашей и не принуждают отречься от Бога.

13. Печать антихриста появится, когда он воцарится и получит власть, и будет один-единственный правитель на земле, а сейчас у каждого государства свой глава. И поэтому не паникуйте преждевременно, а страшитесь сейчас грехов, которые открывают и углаживают путь будущему антихристу.

СКОРБИ, БОЛЕЗНИ, СТАРОСТЬ

14. Настало такое время, что только скорбями и спасается человек. Так, каждой скорби надо в ножки поклониться и ручку облизать.

15. Искать надо не радости, а того, что содействует спасению души.

16. С Креста, данного Богом, не сходят – с него снимают.

17. То, что скорбите, – это хорошо, это ведь род молитвы. Только ропота не допускайте.

18. В заключении у меня была истинная молитва – и это потому, что каждый день был на краю гибели.

19. Последние верующие будут в очах Божиих больше первых, больше совершивших немислимые для нашего времени подвиги.

20. Болезни – поущение Божие – споспешествуют благу человека. Они притормаживают наш безумный бег по жизни и заставляют

призадуматься и искать помощи. Как правило, человеческая помощь бессильна, истощается очень быстро, и человек обращается к Богу.

21. Надо выполнять предписания возраста, они даются нам свыше, и противящийся им противится Божью о нас определению.

22. Пособоруйтесь, исповедайтесь и причаститесь – и с Богом отдайте себя врачам. Врачи и лекарства – от Бога, и они даны нам в помощь.

БОГ, ЕГО ПРОМЫСЛ И СПАСЕНИЕ

23. Миром правит только Промысл Божий. В этом спасение верующему человеку и в этом сила, чтобы перенести земные скорби.

24. Бог ни с кем не советуется и отчета никому не дает. Одно несомненно: все, что Он делает, – благо для нас, одно благо, одна любовь.

25. Без веры все страшно и сама жизнь – не в жизнь.

26. Жизнь сейчас особенно сложна, а знаете ли почему? Да потому, что совсем отошли от Источника жизни – от Бога.

27. Важно не что делать, но как и во имя Кого. В этом спасение и есть.

28. Нет препятствий для желающих спастись во все времена, ибо желающих ведет по пути спасения Сам Спаситель.

СЕМЬЯ, ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ, АБОРТЫ, РАБОТА И УЧЁБА

29. Если в ваши чувства входит апостольское определение понятия любви (1 Кор. 13), то от счастья будете недалеко.

30. По велению Божью первое и самое важное благословение на создание семьи вы должны оба получить от своих родителей. Им о

чадах дается сакраментальное знание, граничащее с провидением.

31. Ваше христианское терпение, смирение и любовь хоть немного, в свое время, сделают свое дело, и Ваша половинка, Ваш муж, оживет духом. Но для этого начните трудиться над собой: он срывается, не срывайтесь Вы. Поймите, ведь ему труднее, чем Вам, он не знает Бога, а враг ведет его «аможе не хочет».

32. За каждого – по воле матери нерожденного – младенца те другие, которых она родит «на радость» себе, воздадут ей скорбями, болезнями, тугой душевной.

33. Если на семейном совете голоса разделятся, то следует принять глас супруга во главу.

34. К работе надо относиться как к послушанию, и в профессиональном плане быть всегда на должном уровне, а никак не ниже среднего.

35. Учиться ради того, чтобы время убить, – грех. Временем дорожить надо.

МОНАШЕСТВО

36. Идти в монастырь надо не потому, что семья разрушилась, а потому, что сердце горит желанием спастись трудным путем и безраздельно служить Богу.

37. У Господа и монашество спасительно, и честной брак похвален. А выбирает каждый человек сам. Но что и то и другое – крестоношение, это безусловно.

38. С искушениями монаху подобает бороться на месте: на новом месте тот же самый бес ополчится на вас с удвоенной силой по праву, ибо он однажды уже одержал над вами победу, изгнав с места брани.



СТАРЧЕСТВО, ДУХОВНИЧЕСТВО, СВЯЩЕНСТВО

39. Тех старцев, которых ищете вы, нынче нет. Потому что нет послушников, но только одни совопросники.

40. Духовник отступает, когда не принимают Божьего с первого раза, а дальше замолкает.

41. Думать за тебя во всем и вести тебя, как слепого за руку, не вижу смысла и пользы: станешь расслабленным.

42. Ходите в церковь, исповедуйтесь, спрашивайте о волнующих Вас вопросах у многих. И только когда поймете, что из многих один – самый близкий душе вашей, будете обращаться только к нему.

43. Служителю Церкви нужна спутница-помощница, а не помеха.

44. Священнику лицедействовать не подобает – это для него грех тяжкий.

45. Святейший Патриарх Алексий I (он рукополагал отца Иоанна – прим. Ред.) сказал: «Всё, что в Требнике написано, выполняй, а всё, что за сим находит, терпи. И спасешься».



ПРАВОСЛАВНАЯ ЦЕРКОВЬ, ПРОПОВЕДЬ ПРАВОСЛАВИЯ

46. Если бы христианство насаждалось кулаком, то его давно бы не было на земле.
47. Другим говорить о Боге, когда у них ещё нет склонности слышать о Нем, не надо. Вы спровоцируете их на богохульство.
48. Вера придёт к супругу в ответ на ваши труды и мудрое поведение с ним во всём.
49. Не будем льстить себя мыслью, что мы можем быть справедливее Господа, но послушаем Его велений, данных нам Святыми Апостолами и Святыми Отцами, и это послушание будет и нам спасительно, и близким полезно.
50. Бойтесь отпасть от Матери-Церкви: только она одна и сдерживает лаву антихристианского разгула в мире теперь! ■

*По материалам Интернет-портала
Pravoslavie.ru*

Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) родился 11 апреля 1910 года в городе Орле в многодетной семье и был восьмым ребенком у родителей. С детства Ваня Крестьянкин ходил в храм и был в послушании у известного своей монашеской строгостью архиепископа Орловского Серафима. В 1945 году в храме на Ваганьковском кладбище в Москве Иоанн Крестьянкин был рукоположен в диакона, затем в Измайловском Христорождественском храме Патриарх Алексий I рукоположил его во священника. Здесь он служил до 1950 года, пока власти не арестовали его по обвинению в антисоветской агитации и не отправили на семь лет в лагеря. Освободили о. Иоанна досрочно в 1955 году. После освобождения его направили служить в Псковскую епархию, затем перевели в Рязанскую епархию. В 1966 году иерей Иоанн принял монашество, а с 1967 года стал насельником Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря, где и подвизался до блаженной кончины 5 февраля 2006 года. В последние годы из-за возраста и болезней отец Иоанн не имел возможности принимать желающих побеседовать с ним, однако письма из разных концов света продолжали приходить на адрес монастыря, и на многие из них он сам отвечал. Эти ответы выдержали уже несколько печатных изданий: в них находят утешение и помощь те люди, которые не видели старца, но прочитали его книгу «Письма архимандрита Иоанна».

- ! Пожалуйста, не выбрасывайте и не используйте эту брошюру в бытовых целях. Если она стала Вам не нужна – передайте ее другому или верните в храм. Электронную версию брошюры, а также других миссионерских материалов Вы можете найти и самостоятельно распечатать на сайте

www.Pravoslavnielistovki.com

