

# СОВЕТЫ ПО ПОДГОТОВКЕ К ИСПОВЕДИ

смирению как прививку против духовного превозношения: совершенных среди людей нет, безгрешен только один Бог.

**7. Быть в мире со всеми.** «Прощайте, и прощены будете», — говорит Господь. — «Каким судом судите, таким будете судимы». И еще более сильно: «Если ты принесешь дар твой к жертвеннику и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, оставь там дар твой пред жертвенником, и пойди прежде примиришься с братом твоим, и тогда приди и принеси дар твой». Если мы просим у Бога прощения, то сами должны прежде простить обидчиков. Конечно, бывают ситуации, когда попросить прощения непосредственно у человека невозможно физически, либо это приведет к обострению и без того сложных отношений. Тогда важно, по крайней мере, просить со своей стороны и не иметь в сердце ничего против ближнего.

**8. Читайте специальные молитвы, выражающие покаянное «настроение».** Их хорошо прочесть накануне перед исповедью. Покаянный канон Господу Иисусу Христу печатается практически в любом молитвослове, кроме самых кратких. Если вам непривычно молиться по-церковнославянски, можно воспользоваться переводом на русский язык.

**9. Таинство должно быть регулярным.** Не откладывая следующую исповедь на долгие годы. Исповедь не реже раза в месяц помогает всегда быть «в тонусе», внимательно и ответственно относиться к своей повседневной жизни, в которой, собственно, и должна быть выражена наша христианская вера.

**1. Осознать свои грехи.** Частичным, наиболее «сжатым» выражением замысла Божия относительно практической жизни человека являются заповеди — знаменитые Десять заповедей, данные Моисею на Синае. Суть этих заповедей Иисус Христос свел к следующему: «Люби Господа Бога всем сердцем своим» и «люби ближнего своего как самого себя». При подготовке к исповеди лучше использовать эти Десять заповедей. Перед подготовкой к первой исповеди полезно перечитать Нагорную проповедь Спасителя (главы 5-7 Евангелия от Матфея) и притчу о Страшном суде, где Иисус Христос говорит, что жизнь наша будет оцениваться на основании того, как мы относились к своим ближним.

**2. Не использовать «списки грехов».** Последнее время среди верующих распространены разного рода «списки грехов». Подготовка к исповеди они скорее вредят, потому что очень успешно помогают превратить исповедь в формальное перечисление «того-что-является-грехом».

**3. Говорить только о грехах, причем собственных.** Говорить на исповеди надо о своих грехах, не пытаясь их приуменьшить или показать извинительными. Казалось бы, это очевидно, но как часто священники, принимая исповедь, слышат вместо исповедания грехов житейские истории обо всех родственниках, соседях и знакомых. Когда на исповеди человек рассказывает о причиненных ему обидах, он оценивает и осуждает ближних, по сути, оправдывая себя. Часто в подобных рассказах личные прегрешения

представляются в таком свете, что избежать их, казалось бы, и вовсе невозможно. Но грех — это всегда плод личного выбора. Крайне редко мы попадаем в такие коллизии, когда вынуждены выбирать между двумя родами греха.

**4. Не выдумывать особого языка.** Говоря о своих грехах, не стоит заботиться о том, как бы их «правильно» или «по церковному» назвать. Надо называть вещи своими именами, обычным языком. Вы исповедуетесь Богу, Который знает о ваших грехах даже больше, чем вы сами, и называя грех так, как он есть, Бога вы точно не удивите. Не удивите вы и священника. Порой кающимся стыдно назвать священнику тот или иной грех, либо есть опасение, что священник, услышав грех, осудит вас. На самом деле священнику за годы служения приходится выслушивать очень много исповедей, и удивить его непросто. Кроме того, грехи все не оригинальны: они практически не изменились на протяжении тысячелетий. Будучи свидетелем искреннего покаяния в серьезных грехах, священник никогда не осудит, а обрадуется обращению человека от греха на путь праведности.

**5. Говорить о серьезном, а не мелочах.** Не надо начинать исповедь с таких грехов как нарушение поста, непосещение храма, работа в праздники, смотрение телевизора, ношение/не ношение определенного рода одежды и т.п. Во-первых, это точно не самые серьезные ваши грехи. Во-вторых, это может и вовсе не быть грехом: если человек на протяжении долгих лет не приходил к Богу, то что ж каяться в несоблюдении постов, если сам «вектор» жизни был направлен не в ту сторону? В-третьих, кому нужно бесконечное копание в повседневных мелочах? Господь ожидает от нас любви и отдачи сердца, а мы ему: «рыбку в постный день съела» и «вышивала в праздник».

Главное внимание должно быть уделено отношению к Богу и ближним. Причем под ближними, согласно Евангелию, понимаются не только люди, которые нам приятны, но все, встретившиеся нам на жизненном пути. И прежде всего — члены нашей семьи. Христианская жизнь для семейных людей начинается в семье и ею же проверяется. Здесь лучшее поле для воспитания в себе христианских качеств: любви, терпения, прощения, принятия.

**6. Начать менять жизнь еще до исповеди.** Покаяние на греческом языке звучит как «метанойя», буквально — «перемена ума». Недостаточно признать, что в жизни совершал такие-то и такие-то проступки. Бог — не прокурор, а исповедь — не явка с повинной. Покаяние должно быть переменной жизни: кающийся намерен не возвращаться к грехам и всеми силами старается удержать себя от них. Такое покаяние начинается за какое-то время до исповеди, и приход в храм к священнику уже «запечатлевает» происходящую в жизни перемену. Это крайне важно. Если человек намерен продолжать грешить и после исповеди, то может, с исповедью стоит повременить? Нужно оговорить, что когда мы говорим об изменении жизни и отказе от греха, то имеются в виду прежде всего грехи так называемые «смертные», по слову апостола Иоанна, то есть несовместимые с пребыванием в Церкви. Такими грехами христианская Церковь издревле считала отречение от веры, убийство и прелюбодеяние. К грехам такого рода можно отнести и крайнюю степень других человеческих страстей: злобу на ближнего, воровство, жестокость и прочее, что может быть прекращено однажды и навсегда усилием воли, сочетающимся с помощью Божией. Что же касается грехов мелких, так называемых «повседневных», то они во многом будут повторяться и после исповеди. К этому надо быть готовым и принимать это