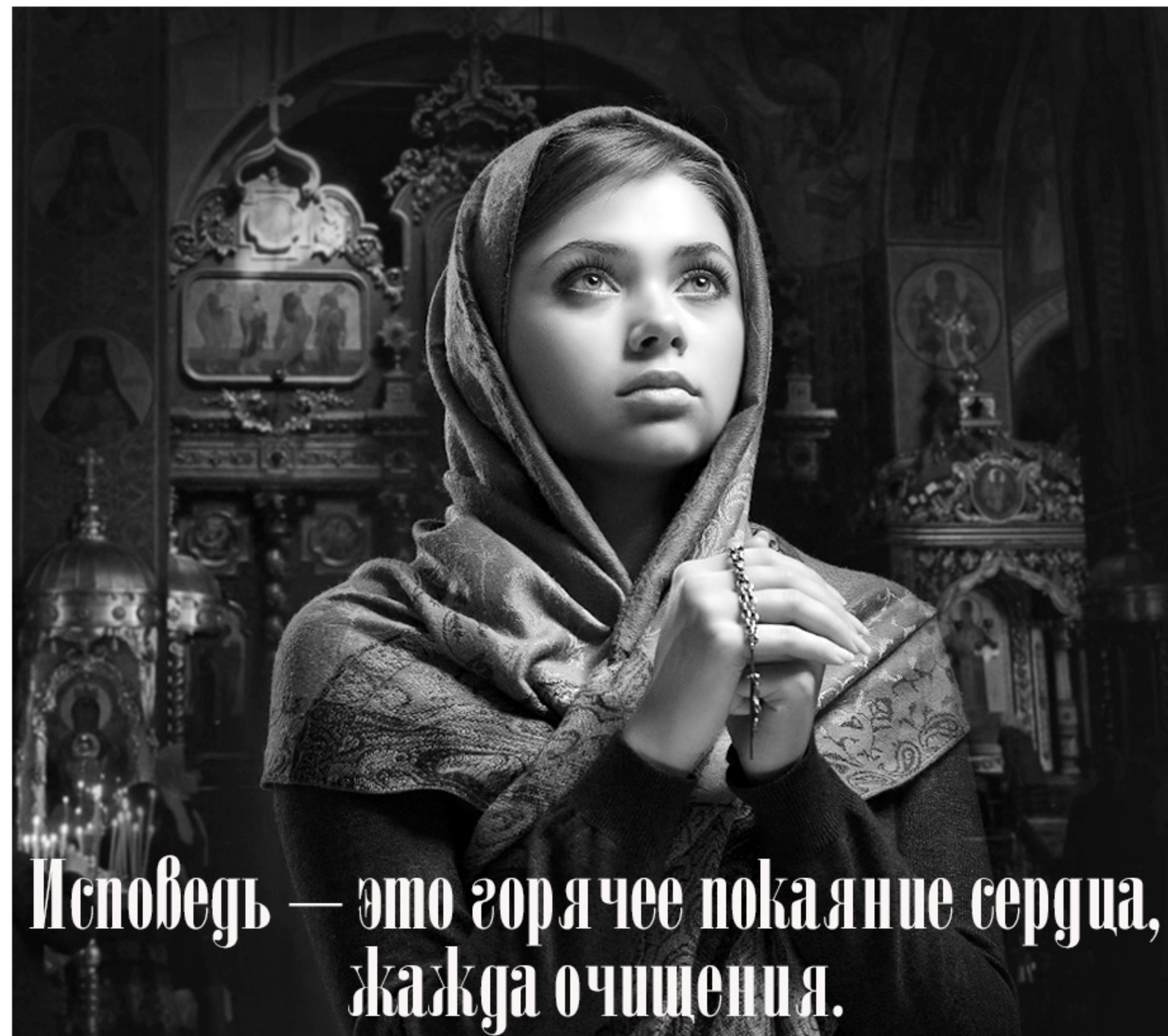


мы в страстном состоянии петь песнь Господню».



**Исповедь — это горячее покаяние сердца, жажда очищения.**

Перед Исповедью побудьте в уединении, помолитесь Богу, чтобы Он освятил тайные уголки нашей души. Будьте откровенны сами с собой. Нужно вспомнить (если необходимо записать) свои злые дела, начиная с 7 лет (или с момента Крещения — если человек крестился уже взрослым).

К Исповеди должно приступать предвзвешенно 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 нужно впадать в уныние от осознания тяжести своих грехов, ибо нет грехов не прощаемых, кроме не исповеданных и нераскаянных.

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

Во время Исповеди вы должны назвать свои (можно написать их в записке), не

вдаваясь в излишние подробности, но и не скрываясь за общими фразами. На Исповеди крайне недопустимо рассказывать о чужих грехах, решать какие-либо мирские вопросы, а также пытаться себя оправдать.

Нельзя из ложного стыда или застенчивости скрывать на исповеди какие-то постыдные грехи, иначе это утаивание делает отпущение остальных грехов неполноценным.

### ПОМНИТЕ!

При подготовке к первой Исповеди вовсе необязательно совмещать ее с подготовкой к Таинству Причастия, которая требует поста и прочтение молитвенного правила. **Исповедь и Причастие — два разные Таинства**, при этом при подготовке к Таинству Причастия Исповедь носит обязательный характер.

Итак, **ПРИГОТОВИТЬСЯ К ИСПОВЕДИ** — это значит **покаянным взглядом окинуть свою жизнь, проанализировать свои дела и мысли с точки зрения заповедей Божиих** (при необходимости записать), **помолиться Господу о прощении грехов и даровании истинного покаяния.**

О времени совершения Таинства Исповеди можно узнать в ближайшем храме. Вы также всегда можете договориться со священником об исповеди в другое время. Это особенно актуально, если в данный момент у священника нет возможности уделить вам необходимое время из-за большого количества людей.

Пожалуйста, не выбрасывайте и не используйте этот листок в бытовых целях. Если он стал Вам не нужен — передайте его другому или верните в храм. Посетите также наш сайт и распечатайте нужную листовку сами: [www.pravoslavnielistovki.com](http://www.pravoslavnielistovki.com)

## Памятка для тех, кто

Русская православная церковь



## Впервые идет на исповедь

Московский Патриархат



### Первая исповедь

Осознание своих грехов и искреннее покаяние

Самое трудное в жизни — покаяние. Ведь никто не любит признавать и исправлять своих ошибок, а именно это и означает покаяться. В церкви существует особое Таинство Покаяния — Исповедь, которое снимает с человека чувство вины и дает ему возможность начать многое с белого листа.

Человек, который приходит первый раз — или после очень большого перерыва — на исповедь, обычно вообще не понимает, что говорить, и не знает, чего ждать, как он вообще будет принят, с чем столкнется: с длинным «разговором о жизни» или с простым, «механическим» выслушиванием... Вариантов может быть множество. Угадать что-либо заранее или подготовиться к чему-то конкретному невозможно. Надо просто решиться и прийти, как с моста в воду прыгнуть.

Первый «разбор жизни» — вот, что обычно происходит на первой исповеди и чего обычно боятся. Ты устал от себя самого, ты прожил какую-то жизнь, но ничего в ней теперь не понимаешь, ты в тупике. И страшно тебе с одной стороны, и с другой стороны, эта исповедь нужна тебе, как вода умирающему от жажды. И если первая исповедь состоялась, тогда второй, третий раз будет легче.

### Первая исповедь — не экзамен!

Первая исповедь для каждого человека — что-то вроде экзамена. Он очень волнуется. Наверное, он возьмет брошюру по подготовке к исповеди и будет выписывать свои грехи на бумажку — как студенты пишут шпаргалку для экзамена.

**Покаяние — это обновление обетов крещения.** Крещенской водой в Таинстве исповеди считаются слезы.

Хорошо, когда на исповеди много слез и мало слов. Это очень важно, если человек плачет. Причем плачет не только от избытка грехов и сожаления, что он их совершил, - а еще от чувства, «как хорошо, что и все-таки дошел», плачет от того, что Бог принимает его, как блудного сына.

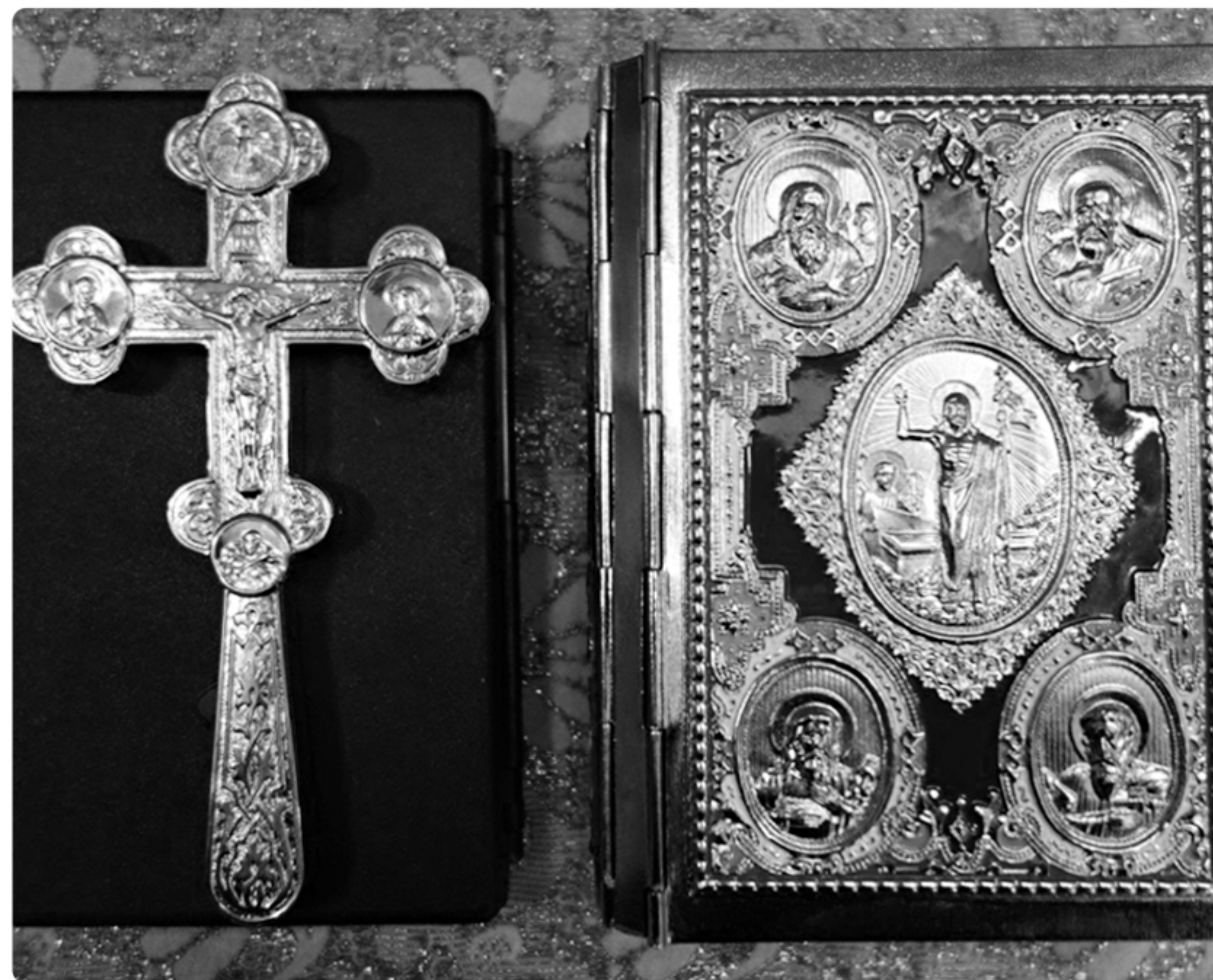
## Как подготовиться к первой исповеди?

Когда мы приходим на исповедь, **очень важно видеть свою неправду.** Вне зависимости от того, поступают ли так все или нет, важно, что я не имею так поступать, я искренне опознал в себе эту неправду, и я должен с ней расстаться.

Часто камнем преткновения является смущение, с которым мы приходим на исповедь, особенно на первую. Смущение вызвано не только стыдом, но и еще не доверием к священнику. Но важно помнить, что нашу исповедь принимает Господь Иисус Христос, который невидимо стоит перед нами. Священник же является от Бога установленным совершителем Таинства Покаяния и нашим помощником в этом деле.

**Начиная подготовку к исповеди,** необходимо, ясно и четко осознать, что такое грех. Как указывали Святые отцы, грех - это не просто какой-то неблагоприятный или аморальный поступок, - это прежде всего нарушение воли Божией, заповеди Божией, законов духовной жизни, установленных Самим Творцом.

**Приходя на исповедь, очень важно уяснить, что СТЫДНО ГРЕШИТЬ, А НЕ КАЯТЬСЯ, что чувство стыда о содеянном – это ПЛАМЕНЬ, ПОЖИГАЮЩИЙ ГРЕХ.**



**ПОМНИТЕ, НЕТ ТАКОГО ГРЕХА, КОТОРЫЙ ГОСПОДЬ НЕ МОЖЕТ ПРОСТИТЬ!**

## В чем нужно исповедоваться?

Современный человек, далеко отстоящий от церкви и Бога, очень часто не способен правильно решить, что является грехом, а что нет. Для того, чтобы помочь в этом, ниже приводится 10 заповедей Господних, изложенных в Священном Писании. А также краткий перечень основных грехов, которые относятся к нарушению той или иной заповеди. Необходимо из приведенного списка выбрать и исповедать священнику на исповеди те грехи, которые относятся лично к Вам.

## 10 заповедей Божиих

**1. Я Господь Бог твой, да не будет у тебя других богов кроме Меня.**

**Грехи:** маловерие и неверие в Промысел Божий, атеизм, магия, астрология (в т.ч. чтение и хранение гороскопов и сонников), хождение к бабкам и целителям, суеверие, предрассудки, участие в сектах, любовь к вещам и людям больше, чем к Богу; гордыня, хвастовство, карьеризм, самонадеянность, самолюбие.

**2. Не делай себе идола и изображения, не поклоняйся им и не служи им.**

**Грехи:** идолопоклонство, гадание, хранение в доме идолов и языческих изображений, статуэток фэн-шуй, ношение амулетов, кормление домовых; духовное идолопоклонство, человекоугодие, чревоугодие, сребролюбие, гордыня, тщеславие.

**3. Не произноси имени Господа Бога твоего напрасно.**

**Грехи:** ропот на Бога, мат, божба, богохульство, кощунство, игра в карты, невнимательная молитва, лень к чтению Библии и духовной литературы, насмешки над Церковью.

**4. Шесть дней работай, а день седьмой – суббота Господу, Богу твоему.**

**Грехи:** пропуск воскресного богослужения, лень, праздность, работа в праздники, нарушение поста, иждивенчество.

**5. Почитай отца своего и мать свою.**

**Грехи:** оскорбление родителей, не почитание их и не поминовение их в молитвах; не почтение к старшим, учителям, начальникам; беспечность в отношении воспитания детей.

**6. Не убий.**

**Грехи:** убийство (в т.ч. аборт, контрацепция – за это ответственны и женщина, и мужчина), самоубийство (и помыслы об этом), пьянство, табакокурение, наркомания, раздражительность, ненависть, гнев, драки, обиды, злопамятство, уныние, отчаяние, отказ в помощи больному, а также соблазн, т.е. убийство души.

**7. Не прелюбодействуй.**

**Грехи:** близость между мужчиной и женщиной вне законного брака (блуд), супружеские измены (прелюбодеяние), содомские грехи, рукоблудие, смотрение порногра-



фии, пошлые шутки и разговоры, блудные мечтания, кокетство.

**8. Не кради.**

**Грехи:** грабеж, воровство, мошенничество, ростовщичество, участие в азартных играх, взяточничество, неуплата долгов и алиментов, скупость, тунеядство, мелкие кражи на работе, проезд «зайцем» на транспорте, небрежность к чужому имуществу и природе (например, оставлять мусор за собой).

**9. Не произноси ложного свидетельства на ближнего твоего.**

**Грехи:** ложь, клевета, злословие, сплетни, осуждение.

**10. Не желай чужого.**

**Грехи:** зависть, недовольство своим положением, ропот на людей и Бога, злорадство.

## Подготовка к исповеди

Преподобный Никон Оптинский, говоря о подготовке к исповеди, советует своим чадам «глубже вникнуть в самих себя и тщательно проследить за своими помыслами, чувствами и плакать об имеющихся в нас страстных, греховных чувствах, желаниях, помышлениях, их должны мы непременно изгнать, как Богу неугодные, и, изгнав, уже отнюдь не допускать в свое сердце, ибо не можем