

ПАМЯТКА

О СВЯТОМ ТАИНСТВЕ ИСПОВЕДИ (ПОКАЯНИЯ)

Покаяние - это тот поворот жизни, оборот мыслей, перемена сердца, который нас обращает лицом к Богу в радостной и трепетной надежде, в уверенности, что хотя мы не заслуживаем милости Божией, но Господь не оставит нас Своей милостью.

Готовясь к Таинству Исповеди важно испытать свою совесть, вызвать в памяти и восчувствовать сердцем своим согрешения, поставить себе вопрос: что во мне недостойно ни меня самого, ни Бога, Которого я исповедую, ни Церкви, к которой я принадлежу, ни людей, которые меня окружают?

Осознать свой грех также можно, ответив на вопрос: чего я стыжусь в своей жизни? Что я хочу укрыть от лица Божия и что я хочу укрыть от суда собственной совести? В чем обычно обвиняют нас другие люди, враги наши, а особенно близкие: почти всегда их обвинения, укоры, нападки имеют основания. При этом полезно различать основные грехи от производных, симптомы - от более глубоко лежащих причин.

При подготовке к исповеди можно пользоваться пособиями «В помощь кающемуся» свт. Игнатия (Брянчанинова) или «Опыт построения исповеди» архим. Иоанна (Крестьянкина). Совершенные грехи можно кратко обозначить на бумаге, дабы не упустить что-то важное.

Дождавшись своей очереди, исповедующийся подходит к священнику, стоящему у *аналоя* - высокого наклонного столика, на котором находятся Крест и Евангелие. Такое внешнее устройство выражает тот факт, что в исповеди судит не священник, а Бог, Которому и производится исповедание грехов.

Само перечисление вслух своих духовных болезней и падении перед духовником имеет то важное значение, что в нем преодолеваются гордыня и уныние от сознания безнадежности своего исправления.

Священник перед исповедью обращается к кающемуся: «Смотри, чадо, Христос невидимо стоит здесь и принимает твою исповедь. Поэтому не стыдись и не бойся, ничего не скрывай от меня, но без колебаний расскажи все, что ты сделал, и получишь прощение от

Господа нашего... А я - только свидетель, свидетельствую перед Ним обо всем, что ты мне скажешь. Но если ты что-либо утаишь от меня, то совершишь двойной грех. Так что остерегайся, как бы, придя к Врачу, не уйти неисцеленным».

Придя на Исповедь впервые, лучше сразу сказать об этом священнику - он подскажет, на что следует обратить внимание при исповеди и в чем нужно раскаяться.

При исповедании грехов не нужно ждать вопросов, стоит самому сделать усилие. Говорить надо точно, не затемняя неприглядность греха общими выражениями «во всем грешна», «как все люди грешим». С другой стороны, следует остерегаться подробностей: исповедь не есть перебирание грехов и «отчет о содеянном», это не допрос, где выпытывают все детали пережитого. Исповедуясь, следует избегать соблазна самооправдания, попыток объяснить «смягчающие обстоятельства», упоминаний имен третьих лиц и, тем более, перекладывания вины на ближних. Стоит побеждать ложный стыд: стыдиться необходимо при свершении греха, а не при расставании с ним.

По окончании исповеди кающийся наклоняет голову, священник накрывает ее *епитрахилью* и читает разрешительную молитву. При видимом изъявлении прощения священником, кающийся невидимо разрешается Самим Христом. «Как только вы сокрушились и раскаялись, прощение уже присуждается вам на Небе, а в момент исповедания сие небесное решение объявляется вам» (*свт. Феофан Затворник*).

После этого нужно благоговейно перекреститься, поцеловать лежащие на аналое Крест и Евангелие, обещая тем самым уповать на Христа Распятого и исполнять евангельские заповеди. После этого нужно взять благословение у священника.

Будем помнить, что Исповедь не есть беседа о своих недостатках, сомнениях, не есть осведомление духовника о тебе и менее всего «благочестивый обычай». Исповедь - горячее покаяние сердца, жажда очищения, умирание для греха и оживление для жизни по воле Божией.

Дорогие братья и сёстры! Убедительно просим не использовать брошюру в бытовых целях и не выбрасывать. Если она вам стала не нужна, отнесите в храм.