

ДНЕВНИК КАЮЩЕГОСЯ¹

Издание 4-ое, исправленное и дополненное

¹Настоящее пособие для подготовки к Исповеди не входит в число общепринятых современной Церковью, но является результатом многолетней приходской практики, показавшей не малую пользу его применения при подготовке к Исповеди и в борьбе со страстями. Дневник составлен на основе трудов свт. Игнатия (Брянчанинова).

Покайтесь²

«...Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное»
(Мф. 4:17)

Нам, христианам, назначен рай, Небо, вечное блаженство, если здесь, на земле, будем жить благочестиво, не разлучаясь с Церковью Христовой, исполняя обещания, данные нами при Крещении. А что же мы обещали? В таинстве Крещения мы отрекались от сатаны и всех дел его (дела сатаны – это грехи), мы символическим плевком показывали своё презрение к этому падшему духу – врагу человеческого рода, изначально ставшему убийцей всех людей, ведь по его коварному совету первые люди Адам и Ева нарушили Божию заповедь, тем самым потеряли Вечную Жизнь – Бога – и впустили в себя смерть, продав и себя, и всех своих потомков (то есть нас с вами) в рабство дьяволу. Теперь, живя на земле, мы пребываем в постоянных скорбях, страданиях и болезнях, служа своими грехами дьяволу, находясь во вражде со своим Творцом, а после смерти нам был навечно уготован ад.

С кем же мы, отрекшись от сатаны, соединились (сочетались) в Крещении? Со Христом! Так почему же теперь опять живём во грехах? Ведь мы отреклись от них. Если после Крещения грех вновь стал смыслом нашей жизни, если грешим и не видим своих грехов, считаем себя праведниками, то, значит, крестились неосознанно, так и не узнав смысла веры. Мы так и не поняли, что для избавления нас от проклятия вечной смерти потребовалось Воплощение Сына Божия, Его Рождение от Девы Марии на Земле. Имея такую же человеческую природу, как наша (за исключением греха), Иисус Христос не только понёс свойственные нам скорби и беды, не только исцелял, чудодействовал и дал заповеди жизни как Бог, но и, добровольно взяв наши грехи на Себя, понёс наказание

² За основу взят материал из статьи «Поучение в понедельник первой Недели Великого поста. Приготовление к таинству Исповеди» святителя Игнатия (Брянчанинова). См.: *Игнатий (Брянчанинов), свт.* Творения. В 7 т. М.: Сретенский монастырь, 1996 – 2001. Т.4

вместо нас – претерпел страшную казнь на Кресте и умер. Своим страданием и смертью Сын Божий примирил человечество с Отцом Небесным, избавил нас от вечной адской муки, от рабства дьяволу, вновь открылся для нас рай. Сын Божий, присоединив к Своей Божественной природе человеческую (в этом смысл Воплощения), обновил, воссоздал её, человеческую природу, убитую грехом. Теперь каждый, кто уверует в Иисуса Христа – Сына Божия как в своего Спасителя и Искупителя, может в таинстве Крещения не только получить прощение всех своих грехов и очиститься от печати вечной смерти, но и родиться водою и Духом для вечной жизни.

Но вот, родившись Крещением для вечности, мы больше не обращаем внимания на уготованное нам блаженство, мы никогда не думаем о неизреченных будущих благах, мысль наша всегда на земле, в земных удовольствиях, в земных попечениях. А если так, то не умерли ли мы вновь, не погубили ли в себе тот великий дар, полученный в Крещении? Ведь в таинстве на нас сошёл Святой Дух, ожививший нашу душу, – до этого она была убита грехом, была непригодна к общению с Богом, к раю, к вечной жизни. Если мы не обнаруживаем в себе действий Духа, если опять пресмыкаемся по земле, то действительно вновь умерла душа; хотя по видимости кажемся себе и окружающим живыми, но это только для плотских глаз. Это означает, что в нас опять воскресла вечная смерть, мы опять служим сатане, а после смерти нам опять уготован ад, огонь вечный, червь неусыпающий для непрерывного угрызения и терзания нас, поскольку проводим земную жизнь в грехах и в греховных наслаждениях. А мы этих-то наслаждений и ищем, за ними-то и гоняемся, в них все желания и размышления наши.

Мы живём так, как будто не существует ада, как будто мы бессмертны, вечны на земле, как будто пребываем в бесконечном блаженстве. Оглохли от земной суеты и развлечений, не слышим Слова

Божия, возвещающего нам о страшных бесконечных муках! Мы видим смерть наших ближних, участвуем в их погребении, но это не производит на нас никакого впечатления, как будто смерть – удел других людей, но не наш. Мы, как мёртвые, не имеем ни памятования, ни предощущения смерти, ни памятования, ни предощущения будущности. Точно, мы мертвы!

Для нас Сын Божий сходил на землю, взял наши грехи на Себя, понёс вместо нас наказание; умерев на Кресте, избавил нас от вечной смерти, сделался для нас Жизнью и Путём к этой жизни. Он требует, чтобы и мы вслед за Ним (если уж мы христиане) *распяли свою плоть со страстями и похотями* (Гал. 5:24). Только не потому, что Он нуждается в этом, но потому, что это нужно нам. Только в христианах, умерших для греха, может раскрыться явление жизни благодатной.

Но мы, читая, видим одни буквы, самих слов душа не принимает, не понимает: они написаны как бы на чужом, неизвестном языке. И это не удивительно, это прямое следствие нашего неправильного душевного состояния. Мёртвый телесно неспособен к ощущениям телесным: будут ли восхвалять его, осыплют ли его богатством или оскорблениями – ко всему он бесчувственен. Так и мёртвый душою не может понять слов духовных, не может ощутить духовных благ, не может иметь должной памяти о смерти и вечных муках, должного познания суетности этого мира, отравленного ядом греха. Он сам отравлен этим ядом, умерщвлён грехом, чужд Бога, стал добровольной жертвой ада. Тело живо, если присутствует в нём душа, а душа жива, если присутствует в ней Святой Дух.

Проверим себя, братья и сёстры, живём ли мы по законам Духа, изложенным в Евангелии, и нам станет ясно: жива наша душа или мертва. Отвечайте честно! Не гневаетесь ли на ближних за пустяки? Не находитесь ли с кем в ссоре? Не храните ли в сердце долгое время обиду?

Не оскорбили ли кого? Удерживаетесь ли от воспоминаний, взглядов и впечатлений похотных и сладострастных? Не воздаёте ли злом за зло? Любите ли врагов своих? Бываете ли так кротки, что не противитесь злу? Благословляете ли проклинаящих вас? Делали ли добро ненавидящим вас? Не завидуете ли кому? Не осуждали ли кого-нибудь? Соблюдаете ли посты? Считаете ли себя окаянным грешником? Не убиваете ли драгоценное время перед телевизором? Даже эти немногие вопросы обличают нашу совесть! Ведь мы живём не так, как заповедал нам Христос. Но, отвергая Его заповеди, мы отвергаем Самого Христа – Сына Божия, Истину, значит, становимся добровольной добычей ада, уготовляем себе вечную муку в сообществе с дьяволом. Не горько ли осознавать это? Не возникает ли в сердце сожаление о содеянных грехах? Не рождается ли сокрушение о своих прегрешениях? Или мы думаем, что грехи, хоть и есть, но не так много, что вот у других-то дело обстоит значительно хуже? Давайте не будем оглядываться на других! Нам сказано: «Не судите». Давайте поглубже заглянем в себя. Воспользуемся «Дневником», чтобы обнаружить, чем убита наша душа. Какие из восьми страстей живут в нас? В чём они проявляются? Какие смертные грехи «висят» на нас?

Есть случаи, когда люди возмущаются приведённым перечнем грехов, говорят, что не хотят лишаться «земных радостей». Что ответить? Страшно, если грех стал радостью, если мы так привыкли к нему, что другой жизни уже не представляем, если мы так взрастили его в себе, что стали рабами ему. Страшно наслаждение грехом!

Но есть и другие случаи. В палату к молодой женщине-предпринимателю, попавшей в автомобильную катастрофу и находящейся в больнице с опасными травмами, заходит сестра милосердия и предлагает побеседовать. Больная с раздражением в голосе спрашивает: «За что меня так Бог наказал?» Узнав, что женщина не имеет правильных

понятий о грехах, сестра предлагает ей проверить себя по «Дневнику» и продолжить разговор завтра. На другой день, лишь только сестра появилась в палате, больная вдруг сходу задаёт вопрос: «Когда батюшка придёт?» – «А зачем Вам батюшка?» – робко спрашивает сестра. Тогда удачливая, уверенная в себе бизнесменка, вдруг сказала: «Я не понимаю, как меня Бог до сих пор терпит на земле!» Какое удивительное прозрение! Не оказавшись в беде, и она, быть может, с возмущением бы отвергла предложенную возможность проверить греховность состояния своей души.

Задумаемся, а нас-то как терпит Господь? Посмотрев на себя в свете Евангельской Истины, ужаснёмся: какой ответ дадим на Суде Божиим, час которого неизвестен для нас? Удивимся непостижимой благодати Всеблагото Бога, Который до сей поры долготерпит беззакония наши, до сей поры ожидает обращения нашего, до сей поры простирает к нам объятия, призывая блуждающих в пустынях и непроходимых дебрях греха, принимая кающихся грешников как сынов и дочерей Своих.

Бог призывает нас к покаянию. Покаяние необходимо для всех! Каждый да воспользуется драгоценным временем, даруемым милосердием Господа. Уже довольно мы принесли жертв греху! Уже вполне мы погубили себя! Принесём же, наконец, жертву Богу. Что это за жертва? Это – «сердце сокрушенное и смиренное», осознание своих грехов, искреннее раскаяние в них и нежелание впредь их повторять. Покаяние есть перемена жизни, организация своей жизни по заповедям Божиим, а не по правилам, традициям и привычкам растленного грехом мира. Единственная жертва, которую принимает от нас Бог, это покаяние. Так принесём эту жертву, покажем на самом деле, что глубоко сожалеем о преступлениях заповедей, осуждаем себя во грехах, искренне желаем и ищем исправления!

Покаяние всемогуще, как установление Всемогущего Бога! Оно не придумано людьми. Это дар Всеблагого Бога падшему человечеству. Действенность покаяния гарантирована Искупительной Жертвой Иисуса Христа, Его страданиями и крестной смертью. Ведь Господь доподлинно знает наши немощи, хитрость дьявола, лукавство окружающего мира, по которым человек легко может впасть в грех. Вот и дал нам любящий нас Бог возможность восставать от греха – через покаяние. Нет такого греха, который бы устоял против него. Покаянием очищается всякий грех. Если мы впали и в тяжчайшие грехи, не остановимся приступить к покаянию. Неизмеримый океан одинаково поглощает и воды реки широкой, протекшей многие страны, и скромные струи ручейка, едва приметного, – так в бездне благодати Божией исчезают тяжкие грехопадения наравне с малейшими, ничтожнейшими погрешностями. Но и малый грех остаётся не заглаженным, если согрешивший не покался в нём, считая его несущественным, а великий грех заглаживается вполне посредством покаяния безграничными благодатью и всемогуществом Божиим.

Не позволим себе считать себя безгрешными, – чтобы не перекрыть путь к исправлению. Не позволим себе сравнивать свои «грешки» с «тяжкими прегрешениями» окружающих, потому что Бог будет судить нас за наши грехи, а в очах Божиих всякий нераскаянный грех тяжек: это вражда против Творца и служение сатане. Не позволим себе пребывать в беспечности и нерадении о своей будущей вечной участи. Беспечность и нерадение рождаются от пребывающей в нас вечной смерти. Не позволим себе делать, говорить, думать и чувствовать, не рассуждая о том, что это: добро или зло, – в противном случае грехи плодятся и растут как снежный ком, пущенный с горы. Не позволим себе уснуть, пока не вспомним прошедший день и не осудим себя в содеянных грехах, чтобы не умерла окончательно наша совесть. Тогда Сам Господь, видя наше старание, откроет нам духовные очи, чтобы мы видели свои недостатки; тогда

пошлёт нам дар покаяния, и станут удовлетворительными и действенными наши Исповеди.

Правило 102 Шестого Вселенского Собора

Принявшие от Бога власть решить и вязать должны рассматривать качество греха и готовность согрешившего к обращению и так употреблять приличное недугу врачевание, дабы, не соблюдая меры и в том и в другом, не утратить спасения недугующего. Ибо не одинаков есть недуг греха, но различен и многообразен, и производит многие отрасли вреда, из которых зло обильно разливается и далее распространяется, доколе не будет остановлено силою врачующего. Почему духовное врачебное искусство являющему подобает прежде рассматривать расположение согрешившего и наблюдать, к здравию ли он направляется, или напротив, собственными нравами привлекает к себе болезнь, и как между тем учреждает свое поведение; и если врачу не сопротивляется, и душевную рану чрез приложение предписанных врачевств заживляет, в таком случае по достоинству возмеривать ему милосердие. Ибо у Бога и у принявшего пастьерское водительство всё попечение о том, дабы овцу заблудшую возвратить и уязвленную змеем уврачевать. Не должно ни гнать по стремнинам отчаяния, ни отпускать бразды к расслаблению жизни и к небрежению; но должно непременно, которым-либо образом, или посредством суровых и вяжущих, или посредством более мягких и легких врачебных средств, – противодействовать недугу и к заживлению раны подвизаться, и плоды покаяния испытывать, и мудро управлять человеком, призываемым к горнему просвещению. Итак, подобает нам и то и другое ведать: и приличное ревности кающегося, и требуемое

обычаем; для неприемлющих же совершенства покаяния – следовать переданному образу, как поучает нас священный Василий.³

³ Имеется в виду учение о епитимиях святого Василия Великого – «Канонические послания».

Как пользоваться дневником

*«И проповедану быть во имя
Его покаянию и прощению
грехов во
всех народах...»*

(Лк. 24:47)

Дневник удобно проходить с помощью опытного в духовной жизни руководителя, но всякий, искренне ищущий спасения, может пользоваться им самостоятельно.

Святоотеческий опыт разделяет все грехи на восемь групп – страстей. Каждая страсть имеет своё название и проявляется особым образом. Всякое проявление страсти мы должны признавать грехом, враждой против Бога, служением сатане. Таким образом, повторяя безбоязненно грехи, мы растим страсти – этим более и более продаём себя в рабство дьяволу.

В дневнике восемь глав, каждая из которых посвящена отдельной страсти. Внутри каждой страсти грехи разделены на три группы:

1) **жирным шрифтом** выделены грехи смертные; любой из них отрывает нас от Церкви, отлучает от Христа, лишает Божественной благодати и отправляет на вечные муки в ад – такова их тяжесть, если они остаются нераскаянными.

2) обычным шрифтом написаны грехи тяжкие, которые нужно обязательно замечать и регулярно с сокрушением сердца исповедовать. Нельзя их копить: от этого враг укрепляется в сердце, помрачает ум и лишает его способности замечать грехи.

3) *курсивом* выделены грехи условно простительные. Условно потому, что в разных ситуациях у разных людей степень их опасности

может меняться – они могут переходить и в разряд тяжких. Простительные грехи в виде помыслов и чувств не оставляли даже святых, но они при этом сокрушались так, как мы не можем сокрушаться даже о смертных грехов. Опасность простительных грехов в том, что если их не признавать за грехи и оставлять без раскаяния, то можно набрать целый «мешок песчинок», который по весу будет не меньше тяжелого камня (смертного греха) и так же утянет на дно ада.

С детских лет сатана развивает в нас страсти: сначала приучая ко грешкам, потом дальше и дальше, желая подвести нас ко грехам смертным, чтобы гарантированно заполучить свою добычу. По этой причине не только смертный грех, но и **любая из страстей, оставленная без борьбы, развитая, да ещё и любимая, точно так же отрывает нас от Христа и лишает вечной жизни.**

Исследуем себя! Проверим, на сколько крючков (страстей) поймал нас враг. А ведь для рыбы достаточно проглотить и один, чтобы быть пойманной! Так и для души – одной страсти, оставленной без борьбы, достаточно для гибели. К ужасу своему, при честном рассмотрении обнаружим все восемь!

Если имеем заботу о своей будущей **вечной участи**, то незамедлительно начнём борьбу. Дерево (страсть), которое долго растили, и выкорчевать не легко, но с помощью Божией всё возможно.

Любой из грехов может быть прощён христианину в таинстве Исповеди при выполнении следующего:

1) грех должен быть признан грехом (раньше мы могли не считать то или иное дело греховным и спокойно его совершали, не волнуясь о последствиях);

2) человеку необходимо раскаяться во грехе, причём степень покаяния должна соответствовать степени греха, чего у большинства из нас обычно не получается из-за отсутствия страха Божия. Как следствие, грехи с

лёгкостью повторяются до тех пор, пока человек по-настоящему не сокрушится сердцем. Требуется борьба до кровавого пота. В прежние века для этого назначали епитимии;

3) кающемуся не нужно отныне повторять этот грех, в его сердце должен произойти разрыв со грехом и должны родиться ненависть и безразличность к нему. При одном воспоминании о грехе должна закипать вражда против него.

В левой части каждой страницы дневника оставлено три колонки. В первой колонке нужно отметить грехи, совершенные за всю прошедшую жизнь. Во второй колонке отметить грехи, совершаемые в настоящее время. В третьей колонке отмечается частота повторения нынешних грехов, например, за неделю. Если грех повторяется многократно, то необходимо найти адекватные меры для его устранения – в этом поможет священник.

Пример заполнения дневника:

3	2	1	Наименование греха
•• ••	+	+	Привязанность к лакомствам

Всё, что будет намечено для исправления (периодичность Исповеди, молитвенное правило, режим поста и прочее), можно отметить на последних страницах дневника, специально оставленных пустыми.

Надеемся, что большой перечень грехов, приведённый по каждой страсти, не толкнёт никого в отчаяние, а, наоборот, поможет родиться в сердце сокрушению, без которого спасение не начинается.

В заключение хочется напомнить об ответственности христианина в таинстве Причастия: *Да испытывает же себя человек, и таким образом пусть ест от Хлеба сего и пьёт от Чаши сей. Ибо кто ест и пьёт недостойно, тот ест и пьёт осуждение себе, не рассуждая о Теле Господнем. Оттого многие из вас немощны и больны и немало умирает* (1 Кор. 2:28–30). Нераскаянный соответствующей степени покаяния смертный грех и страсть, оставленная в сердце без борьбы, разлучают нас со Христом, следовательно, приступать к таинству Причастия в таком состоянии пока невозможно – обернётся в осуждение. Сначала необходимо обрести покаяние.

Да умудрит вас Бог.

3	2	1	Наименование страсти, греха
			ЧРЕВОУГОДИЕ
	–	–	напивались до беспамятства;
	–	–	употребляли спиртное до сильного опьянения в течение нескольких дней (запой);
	–	–	подвергали себя отравлению алкоголем от избыточного употребления (до рвоты и других осложнений здоровья);
	–	–	употребляли в пищу кровь животных (запрещено правилом 67-м Шестого Вселенского Собора);
	–	–	обращались за оздоровлением к экстрасенсам, колдунам, гипнотизерам, «бабкам», «народным целителям», сектантам, знахарям и пр.;
	–	–	применяли для оздоровления заговоры;
	–	–	обращались за оздоровлением к природе, звездам, земле, воде, огню и пр.;
	–	–	кодировались от ожирения, курения, пьянства и пр.;
	–	–	служили своему телу как самому драгоценному в жизни; много сил, средств, времени тратили на заботы о теле (культ тела);
	–	–	чрезмерно объедались при употреблении пищи (обжорство);
	–	–	употребляли пищу ночью: просыпались от голода и не могли уснуть, пока не наедались (работающих в ночную смену это не касается);
	–	–	не могли уснуть с «пустым желудком», ели (пили чай) перед сном;
	–	–	регулярно употребляли пиво, думая, что это безвредный напиток, хотя пиво более опасно, с точки зрения привыкания, чем вино);
	–	–	за ужином непременно желали выпить спиртное;
	–	–	не соблюдали посты (каждая среда и пятница и четыре многодневных поста в году);
	–	–	не могли целиком выдержать пост, неоправданно нарушали посты;
	–	–	привязывались к наслаждениям телесным (баня, купание, загорание и пр.) относились к ним не как к необходимости, а как к удовольствию);
	–	–	переедали и упивались вином даже в церковные праздники;
	–	–	нарушали режим питания по требованию желудка; часто в течение дня употребляли пищу (это не касается тех, кому дробное питание предписано врачом);
	–	–	привязывались к острым пикантным приправам и закускам (майонез, кетчуп, горчица, перец и пр.) – пища без них

		казалась невкусной (умеренное употребление приправ грехом не является);
–	–	желали обязательного разнообразия в пище; роптали, что надоело одно и то же, хотелось чего-нибудь «вкусенького»;
–	–	привязывались к лакомствам (в разном возрасте они могут быть разными – торты, сгущенка, конфеты, орехи, семечки, сухарики и пр.);
–	–	привязывались к шоколаду (усиливает блудную страсть и подпитывает самолюбие);
–	–	были изнежены, долго спали, длительно лежали в постели после пробуждения;
–	–	<i>употребляли спиртное до характерного «шума» в голове, вызывающего излишнюю веселость, болтливость, развязность, нарушение координации движений и искажение произносимых слов;</i>
–	–	<i>переедали (до тяжести в желудке), после чего наступала вялость, сонливость, лень, уныние (естественная тяжесть в желудке после приёма пищи проходит через 30 - 40 минут);</i>
–	–	<i>считали употребление пищи приятным, радостным занятием, а не необходимой потребностью тела, принимали пищу с наслаждением, алчно, торопливо, не пережевывая тщательно;</i>
–	–	<i>желали друг другу и себе телесного здоровья как самого главного в жизни (для верующего человека более важным является здоровье души, то есть отсутствие страстей и наличие добродетелей);</i>
–	–	<i>угождали плоти: хотели, чтобы всегда было приятно, в удовольствие, с комфортом (естественные заботы о плоти не возбраняются);</i>
–	–	<i>после приема пищи обязательно хотелось вздремнуть, полежать, расслабиться.</i>
		БЛУД
–	–	имели плотскую связь до заключения брака (не сохраняли девства, любодеяние);
–	–	допускали зачатие детей до заключения брака;
–	–	изменяли – супружеская измена (прелюбодеяние);
–	–	разрушали венчанный брак;
–	–	зачинали детей от внесемейной плотской связи;
–	–	вступали в четвертый брак;
–	–	вступали в плотскую связь с бывшим супругом -ой после расторжения брака (любодеяние);
–	–	имели однополые плотские связи; вступали в однополый

			«брак»;
	–	–	согрешали рукоблудием;
	–	–	согрешали блудом противоестественным (анальным, оральным, с животными, между однополыми, между близкими родственниками, с несколькими одновременно);
	–	–	соединялись в семью с близкими родственниками (кровосмешение);
	–	–	блудной связью разрушали чужую семью, вследствие чего дети становились сиротами;
	–	–	разбивали чужую семью, желая устроить свою личную жизнь;
	–	–	блудной связью довели кого-либо до отчаяния, до нежелания жить, до самоубийства;
	–	–	развращали, втягивали в блуд младших по возрасту, девственника -цу;
	–	–	занимались сводничеством (содействовали в знакомстве людей, ищущих блудных отношений);
	–	–	целовались, обнимались, нецеломудренно вели себя до заключения брака;
	–	–	читали сладострастные книги, слушали и пересказывали непристойные анекдоты, смотрели передачи и фильмы с блудными сценами, разрешали это же детям;
	–	–	считали плотские отношения необходимыми для здоровья и хорошего настроения;
	–	–	допускали плотский интерес к лицам противоположного пола, через одежду разглядывали тело (рассматривать с любопытством тела однополых тоже греховно);
	–	–	засматривались с вождением на красивые лица, неприличные сцены и картины, непристойную рекламу;
	–	–	носили одежду, подчеркивающую форму тела и не покрывающую (или специально открывающую) непристойные места (это касается и женщин, и мужчин);
	–	–	допускали заигрывание, кокетство, кривляние, распушенность рук и языка, намеки, двусмысленность, вольное обращение с лицами противоположного пола;
	–	–	допускали блудные воспоминания и мечтания, охотно удерживали их в мыслях, не считали грехом происходящее от этого похотное чувство в теле;
	–	–	танцевали с бесстыдными телодвижениями;
	–	–	применяли косметику и другие средства украшения тела для привлечения к себе внимания;

–	–	супруги проявляли плотское влечение при детях;
–	–	не воздерживались в супружеской жизни в посты, в среды и пятницы, воскресные и праздничные дни;
–	–	допускали неумеренность в плотских отношениях в законном браке;
–	–	изменяли второй половине в своем сердце нечистым воззрением на лица противоположного пола;
–	–	доводили вторую половину до измены постоянным отказом в супружеской близости;
–	–	обращались к литературе, научающей разнообразию плотских отношений;
–	–	учили детей «безопасному сексу»;
–	–	одобряли блуд, любодеяние, измены, разводы, брак с разведенными и прочие грехи, характерные для блудной страсти;
–	–	насмехались над целомудрием, девством, честным браком, супружеской верностью;
–	–	сквернословили (матерщина);
–	–	мужья принуждали жен носить нецеломудренную одежду;
–	–	старшие принуждали младших носить нецеломудренную одежду;
–	–	<i>имели кратковременное похотное чувство от случайно услышанного, увиденного или вспомнившегося;</i>
–	–	<i>часто смеялись по всякому пустяку;</i>
–	–	<i>имели наивные романтические мечтания о «возвышенной» любви, противоречащие христианскому пониманию.</i>
		СРЕБРОЛЮБИЕ
–	–	допускали святотатство (похищали или присваивали себе церковную собственность);
–	–	похищали у людей иконы, священные книги и другие святыни;
–	–	обделяли стариков, немощных, калек, убогих, больных, заключённых, сирот – этот грех напрямую вопиет к Богу об отмщении за обиженных;
–	–	совершали разбой с целью наживы;
–	–	допускали мародёрство – ограбление жителей неприятельской территории или убитых и раненых (во время войны);
–	–	хитростью и обманом выигрывали в азартных играх деньги у простаков и неопытных;
–	–	играли в казино, игровые автоматы, доходя в азарте до помрачения ума, растрачивая впустую деньги;

	–	–	организовывали залы и клубы для игр на деньги;
	–	–	в бизнесе обманывали и «подставляли» других, наживая себе прибыль нечестно;
	–	–	зарабатывали на болезнях и несчастьях людей, давая ложные обещания исцеления, облегчения трудной участи;
	–	–	подвергали риску своё здоровье и даже жизнь ради денег;
	–	–	участвовали в различных играх на деньги;
	–	–	давали в долг под проценты (хранение денег в банке не запрещено);
	–	–	не платили положенных налогов, скрывали доходы от государства (наемный работник не виновен, если это зависит не от него, а от хозяина предприятия);
	–	–	возлагали все надежды на деньги, на запасы, на хозяйство, забывая при этом о Промысле Божиим;
	–	–	были жестокосердны к нищим и ко всем нуждающимся (жалели своего, не хотели поделиться, хотя и имели возможность);
	–	–	имели болезненную привязанность к деньгам, вещам, предметам и сильно зависели от них;
	–	–	желали обогатиться и размышляли о средствах к обогащению, мечтали быть богатыми (забота о необходимом достатке грехом не является);
	–	–	ненасытно желали иметь как можно больше, желали приобретать даже сверх необходимого, про запас (разумные необходимые запасы не осуждаются);
	–	–	допускали скупость, мелочность, жадность, скряжничество даже по отношению к родным;
	–	–	искали выгоду во всём (корыстолюбие);
	–	–	скрывали доходы от семьи, накапливали тайком от ближних;
	–	–	жалели своё имущество, когда им необходимо было послужить для ближних или Отечества (не хотели принять в свой дом проезжающих, оказавшихся неожиданно в бедственном положении; за оказанную помощь брали деньги; не хотели подвезти попутчиков – только за плату, и т.д.);
	–	–	Если кто-то просил имеющееся у нас, то из жалости к вещи обманывали, будто не имеем её или уже отдали кому-то;
	–	–	требовали возврата долга с оскорблениями и угрозами (мирно спрашивать о возврате долга разрешается);
	–	–	воровали (крали чужое имущество, государственное или частное, присваивали себе то, что «плохо лежит»);
	–	–	умышленно не оплачивали проезд в транспорте;

–	–	брали без спроса то, что нам не принадлежит;
–	–	бездельничали на работе, недобросовестно исполняли служебные обязанности (при этом оклад получали целиком);
–	–	использовали ложный больничный лист;
–	–	работали не по совести, а только чтобы начальство не ругало и премии не лишило;
–	–	обвешивали, обсчитывали, завышали цены, работая в торговле;
–	–	продавали плохое как хорошее;
–	–	пользовались электроэнергией без оплаты, занижали показания счётчика;
–	–	покупали краденое ради того, что оно дешевле;
–	–	подделывали документы ради выгоды и наживы;
–	–	незаконно приобретали дипломы, удостоверения, сертификаты и пр., чтобы получить должность с большей оплатой;
–	–	предлагали взятки или получали взятки;
–	–	не возвращали то, что брали во временное пользование;
–	–	требовали премию, доплату, надбавку, угрожая начальству и шантажируя увольнением или забастовкой;
–	–	судились с родными, с соседями из-за ущемлённого самолюбия (по вопросам маловажным, когда по-христиански вполне можно было уступить), требовали возмещения ущерба материального, да ещё и морального;
–	–	приносили краденое или незаработанное в качестве пожертвования в храм;
–	–	утаивали и присваивали найденные вещи и деньги (лучше принести их в храм в качестве пожертвования от тех неизвестных лиц, кому они принадлежали);
–	–	получали незаработанные деньги;
–	–	намекали или принуждали людей делать нам подарки;
–	–	не возмещали нанесённого ущерба;
–	–	выпрашивали деньги и вещи на свои мнимые нужды, ради наживы или пропоя;
–	–	нечестно делили вознаграждение за труды (себе или своим брали больше);
–	–	присваивали чужое, утраченное людьми в результате стихийных бедствий;
–	–	одобряли какую-либо разновидность воровства, научали и подстрекали к этому других;
–	–	приносили домой с работы что-либо незаработанное: инструмент, канцелярские принадлежности, краску,

			лампочки, продукты и пр. (позволяется брать списанное с разрешения начальства);
	–	–	<i>если и давали кому-нибудь чем-то попользоваться, то при этом боялись, как бы не сломали нашу вещь;</i>
	–	–	<i>соблазнялись чем-либо в чужом саду, огороде, поле – частном или государственном;</i>
	–	–	<i>небрежно относились к чужой или казённой вещи;</i>
	–	–	<i>скупались тратить на добрые дела помощи ближним, хотя и имели на то возможность без ущерба для семьи;</i>
	–	–	<i>приносили на пожертвование что похуже, лучшее оставляли себе;</i>
	–	–	<i>не заботились о содержании и украшении храма, скупались на пожертвование в храм, хотя имели избыток в средствах;</i>
	–	–	<i>полученные деньги обязательно пересчитывали, не доверяя честности человека (можно посчитать, чтобы убедиться, не дали ли лишнего);</i>
	–	–	<i>Задерживали возврат долга, хотя и могли его отдать;</i>
			ГНЕВ
	–	–	совершили умышленное убийство человека;
	–	–	совершили неумышленное убийство человека;
	–	–	имели ненависть (ярость, вражду) к соседям, сослуживцам, начальникам, детям, родителям и пр. (ненавидящий ближнего есть человекоубийца);
	–	–	совершали избиение, наносили увечье и проявляли иное жестокое, бесчеловечное отношение к людям;
	–	–	совершали аборт (убийство ребенка в утробе матери) – этот грех ложится на мать, решившуюся на такое злодеяние, на отца, пожелавшего или промолчавшего, на врача (или на знахарку) и вспомогательный персонал, исполнивших убийство;
	–	–	допустили выкидыш (от самовольной физической нагрузки, от греховной жизни, от сильной печали, от умышленного применения специальных рецептов, от нехранения здоровья);
	–	–	применяли abortивные противозачаточные средства (спираль, гормональные таблетки, гормональная система «Мирена»), в части случаев вызывающие убийство оплодотворённой клетки, уже имеющей душу, т.е. живого человека (отличие от рожденного человека только в том, что тело еще не развито);
	–	–	советовали делать аборт, давали деньги на это злодеяние, становясь соучастником убийства невинного ребёнка;
	–	–	«лечили» детей у «бабок», экстрасенсов, колдунов и т.д. –

			тем самым предавали их в лапы бесам;
	–	–	своим неправильным поведением довели человека до самоубийства или до запоя, вследствие которого наступила смерть, став соучастниками смертного греха;
	–	–	не прощали обидчиков, держали в сердце злобу, примирались только на словах, лишая себя возможности получить прощение своих грехов: <i>Если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам прегрешений ваших</i> (Мф. 6, 15);
	–	–	Имели злоречивый характер: ругались, оскорбляли, проклинали, наговаривали, преувеличивали, угрожали, желали зла, запугивали, распускали слухи, выдумывали сплетни и клевету на людей, писали ложные доносы и жалобы, устраивали «разборки», злословили;
	–	–	допускали предательство, повлекшее гибель людей;
	–	–	принуждали кодироваться;
	–	–	жестоко мстили с тяжкими последствиями;
	–	–	угрожали человеку убийством;
	–	–	проклинали своих личных врагов, а иногда даже родителей (посылали их в руки нечистой силы или в другой форме, при этом в смысл произносимых слов не вдумывались и даже не понимали, что это есть проклятие);
	–	–	проклинали своих детей (проклятие отцовское разрушает дом, проклятие материнское низводит с земли);
	–	–	желали беды, смерти, несчастья, болезни своим обидчикам;
	–	–	не помогали умирающему от голода, тонущему, тяжелобольному, просящему о помощи, погибающему; не защищали обижаемого, убиваемого (убежали, крепче закрыли двери, заткнули уши);
	–	–	оставляли детей, отдавали их в интернаты, детские дома;
	–	–	оставляли детей на воспитание бабушкам – не хотели связывать себя хлопотами, хотя имели возможности и силы;
	–	–	оставляли старых немощных родителей, отдавали их в дома престарелых;
	–	–	подталкивали человека на грех, соблазняли, растлевали душу (навязывали выпивку; научали отомстить; развращали анекдотами, дурными примерами; предлагали скверные книги, видеокассеты, диски);
	–	–	втягивали в осуждение;
	–	–	постоянными придирками доводили человека до отчаяния;
	–	–	обидным словом, упрёком, придиркой, грубостью досаждали

			родителям;
	–	–	не исполняли волю родителей, не утешали их в старости и болезни, не ухаживали перед смертью, не молились после их смерти, не подавали за них милостыню, не поминали на панихидах в храме, не следили за могилами, ставили на могилах не кресты, а звёзды;
	–	–	непристойно кричали, спорили, говорили бранные, жесткие и колкие слова, запугивали, оскорбляли;
	–	–	ударяли, толкали, наносили побои без увечья;
	–	–	допускали злопамятство (помнили старые обиды, не желая простить);
	–	–	допускали мелкую месть и рассуждение в мыслях об отмщении;
	–	–	клеветали (забыли, что отец и родитель лжи – дьявол), сознательно лгали на человека;
	–	–	распространяли злые слухи о человеке;
	–	–	разглашали тайны человека его врагам;
	–	–	разглашали чужие слабости, грехи, очерняли доброе имя человека;
	–	–	верили наговорам, распускали злые слухи, да ещё и преувеличивали их;
	–	–	передавали недобрые слова человеку, в адрес которого они были сказаны – тем вызывали обиды и ссоры;
	–	–	сеяли раздоры и вражду между людьми;
	–	–	осуждали других людей в мыслях и на словах – вместо сочувствия и сострадания (опасность этого греха в том, что часть вины за грех переходит с осуждаемого на осуждающего, таким образом, при осуждении мы страдаем за грех, которого не совершали. Если не хотим, чтобы нас осудил Бог, то не должны осуждать других. Судить людей – право Бога);
	–	–	произносили в виде шуток опасные пожелания;
	–	–	допускали злорадование: радовались неудачам других, особенно неудачам наших недругов или конкурентов (радость эта не обязательно открытая, она может быть и в виде мыслей или сердечного чувства);
	–	–	попользовавшись благами от общего дела (например, в бизнесе), не хотели отвечать за последствия;
	–	–	расторгали брак (совершали развод) без уважительных причин (уважительные причины строго оговорены);
	–	–	воспитывали детей (или подчиненных) с помощью гнева, крика, оскорблений;

	–	–	применяли наказания, превышающие проступок;
	–	–	родители были безразличны к духовному состоянию детей (не научали их вере, заповедям, молитве, посту; позволяли не посещать храм Божий, не исповедоваться, не причащаться, не читать духовную литературу);
	–	–	родители были безразличны к занятиям детей: посещают ли школу, выполняют ли домашнее задание, хороших ли имеют друзей, чем занимаются, чем интересуются, как относятся друг к другу;
	–	–	не научали детей нравственности, приёмам ведения домашнего хозяйства, терпению скорбей и прощению обид;
	–	–	не подавали детям примера исполнения Христовых заповедей;
	–	–	своим примером научали детей лжи, притворству, сквернословию, грубости, осуждению, зависти, мести, накопительству, алчности, обжорству, винопитию и прочим грехам, хотя на словах, может быть, были благочестивы (забыли, что дети во всём копируют своих родителей и научение происходит не столько словом, но больше делом, поэтому напрасно удивляемся: «Откуда у нас такие дети, мы их этому не учили!»);
	–	–	долго не крестили своих детей, после Крещения не заботились об их духовном возрастании, о регулярном Причастии;
	–	–	не учили детей покаянию, не готовили их к Исповеди;
	–	–	не оплакивали грехи ребенка как свои собственные;
	–	–	не прививали ребёнку благоговейного отношения к храму, особенно к Таинствам церковным;
	–	–	по неразумной родительской любви воспитывали эгоистов, лентяев, всё отдавали им, всем ради них жертвовали, не знали меры, всё позволяли, не поручали домашних дел, приучали к лакомствам, не запрещали смотреть подолгу телевизор (даже срамные передачи и фильмы), выполняли все их прихоти, терпели от них грубость и ложь, не применяли допустимых средств наказания (вплоть до телесных, но без гнева);
	–	–	ревновали (подозревали в измене), желали «привязать» к себе супруга (супругу) как собственность;
	–	–	рассчитывались за работу водкой, способствуя спаиванию людей;
	–	–	умышленно наносили вред чужому имуществу: от зла или зависти;
	–	–	поджигали чужое (или в порыве ярости - своё) имущество;

	–	–	отравляли соседских животных;
	–	–	препятствовали в выгоде других людей;
	–	–	не предохраняли других от убытков, заведомо зная, что они могут быть;
	–	–	не помогали добрым советом, не обращали на путь истины заблуждающихся, если они просили об этом;
	–	–	не утешали человека, находящегося в несчастьи;
	–	–	жестоко относились к домашним животным (били, пинали, кидали камнями, издевались, убивали по ненависти или ради развлечения);
	–	–	не отделяли грех от человека (осуждали не поступок, а человека, хотя согрешившего надо бы пожалеть, как неразумного, стремящегося в ад; если мы сами не хотим туда, то и другим не пожелаем этого);
	–	–	«резали правду в глаза», обличали с гневом и без милости;
	–	–	грубили ближним, ходили со злым лицом, отворачивались от ближних, здоровались сквозь зубы, умышленно хлопали дверями;
	–	–	толкались и ругались в транспорте, не уступали место, не терпели неудобств и неприятностей;
	–	–	не могли просить Бога о своих врагах такими словами: «Отче, прости им, не ведают, что творят. Не вмени им этого в грех. Просвети их ум, приведи их к вере и покаянию. Не наказывай их за меня»;
	–	–	неверующим людям навязывали веру, укоряли и упрекали за неверие вместо того, чтобы кротостью, смирением, любовью, милосердием, терпением свидетельствовать о своей вере;
	–	–	не выполняли обязанностей крестных, не молились за крестников, не научали их вере, не показывали им пример благочестия, не водили их в храм, не заботились об их Причастии (если родители ребенка препятствуют крестному, то остается только молитва и собственная благочестивая христианская жизнь);
	–	–	родители вносили раздоры в семью молодых, ревновали сына к снохе и пр.;
	–	–	будучи начальниками, потворствовали любимчикам или, наоборот, были жестоки в обращении с подчиненными, изводили придирками, несправедливостью, изживали с работы по зависти, наговору, мести;
	–	–	потворствовали порокам подчиненных: пьянству, блуду, прогулам, воровству и прочее;
	–	–	скверно относились к старшим по возрасту, старики мешали нам на улице, в транспорте, магазинах, больницах;

	–	–	подвергали человека опасностям, изнуряли трудами;
	–	–	не верили в болезни ближнего, насмехались над ним;
	–	–	умышленным молчанием вызывали гнев ближнего;
	–	–	строптивостью, упрямством, желанием настоять на своем доводили человека до раздражения;
	–	–	осуждали священников (как говорят проповеди, как совершают молебны, таинства, богослужения);
	–	–	отказывали болеющим или умирающим родственникам в приглашении домой священника;
	–	–	умышленно повреждали своё здоровье, назло другим делали себе плохо;
	–	–	считали, что в храме есть «наше» место и сгоняли занявших его;
	–	–	не просили прощения у обиженных нами, не спешили к примирению;
	–	–	<i>не уступали с любовью место, раздражались на других прихожан, с раздражением одёргивали, грубо назидали новичков, осуждали их;</i>
	–	–	<i>осуждали сидящих в храме по причине усталости и немощи телесной или даже делали им замечание;</i>
	–	–	<i>не хотели навестить больных, старых, страдающих, одиноких – не желали портить себе настроение, оправдывались нехваткой времени;</i>
	–	–	<i>просили прощения формально, без сокрушения сердца, без искреннего сожаления о содеянном;</i>
	–	–	<i>делали замечание человеку с раздражением и осуждением;</i>
	–	–	<i>допускали гневные мысли и чувства (в сердце как будто бы закипала кровь и начиналось некоторое жжение);</i>
	–	–	<i>были вспыльчивы, раздражительны, говорили на повышенных тонах.</i>
			ПЕЧАЛЬ
	–	–	отчаивались в трудных ситуациях;
	–	–	рассуждали о бессмысленности жизни, о том, что «я никому не нужен»;
	–	–	не желали жить, если с ближним случится беда или смерть;
	–	–	допускали мысли о самоубийстве при обстоятельствах, кажущихся безвыходными;
	–	–	отрекались от спасительного креста – бежали от попущенных Богом трудных жизненных обстоятельств, что является отречением от Божией воли спасительной и исполнением своей воли – гибельной;

	–	–	жаловались на жизнь: «За что мне это, за что меня Бог наказал?» – не могли принять всё случившееся с нами как лекарство, совершенно необходимое, хотя и горькое, для исцеления нашей души, подаваемое рукой Божией;
	–	–	не хотели терпеливо переносить скорби, забывали, что они очищают душу, что они абсолютно необходимы для нашего спасения, что скорби – это законное следствие наших грехов, подтверждающее наше грехопадение и рабство дьяволу;
	–	–	роптали на Бога и выставляли Его виновником стихийных бедствий, эпидемий, войн, грабежей, убийств, смерти детей и прочих бед;
	–	–	огорчались и плакали от бессильной злобы, от унижения и оскорбленного самолюбия, от жалости душевной;
	–	–	сильно огорчались от неудач, когда срываются наши планы и мечты;
	–	–	были недовольны своей участью, считали себя достойными лучшего, говорили: «Чем я хуже других, меня не понимают, унижают, я этого не заслужил»;
	–	–	больше меры переживали о родных и близких (особенно о детях), плакали при этом, желали им земного благополучия, а об их будущей вечной участи забывали;
	–	–	опасались старости («Как будем жить?»), нечаянной нищеты, болезненности, изгнания, увольнения с работы («На что будем жить?»);
	–	–	огорчались от утраты (потери) чего-либо земного (вещи, деньги, украшения, имущество, работа, должность и т.д.), доходя порой не только до потери настроения, но и здоровья;
	–	–	теряли в трудных жизненных ситуациях надежду на Бога, сомневались в безграничном милосердии Божиим, – что легко может довести до отчаяния; забывали, что ничего худого не может с нами случиться без попуска Божия, что в скорбях Бог особенно близок к нам, что если Бог попускает нам скорби, то Он же от них и избавляет или дает силы терпеть, а мы этого терпения не просили;
	–	–	не доверяли Промыслу Божию, не оставляющему человека в бедах, нищете и нуждах, приготавливающему для нас всё потребное;
	–	–	роптали на ближних (родителей, детей, соседей, сослуживцев, начальников и пр.), выставляли их виновниками наших бед;
	–	–	сильно привязывались к миру (привычки, нехристианские обычаи, традиции, увлечения, происходящие не от Евангельских заповедей) и не желали с ними расставаться;

	–	–	постоянно размышляли о земных делах и проблемах; «думы» из головы не выходили;
	–	–	<i>были неспособны безропотно переносить скорби;</i>
	–	–	<i>роптали на погоду, ветер, снег, дождь, мороз и пр.;</i>
	–	–	<i>тосковали по прежней счастливой жизни;</i>
	–	–	<i>были не способны благодарить Бога за всё случившееся (и доброе, и худое);</i>
	–	–	<i>были нетерпеливы, желали, чтобы поскорее разрешились наши проблемы);</i>
	–	–	<i>жалели себя в разных трудных ситуациях (когда необходимо было потрудиться на благо ближних, выполнить дополнительную работу, или когда нам доставалась работа потруднее, или когда предстояло ухаживать за больными, дохаживать престарелых родителей, родственников; старались себе выбрать полегче, а тяжелое сваливали на других);</i>
	–	–	<i>ждали, что кто-то нас утешит, пожалеет, развеселит и требовали этого от окружающих;</i>
	–	–	<i>имели плохое настроение от того, что «на нас не обращали внимание», «не разговаривали с нами», «не делились с нами новостями».</i>
			УНЫНИЕ
	–	–	имели произвольное понятие о Боге, о Церкви, о спасении – не хотели познать Истину, спокойно жили в заблуждениях;
	–	–	не изучали свою Православную веру;
	–	–	думали только о земном, житейском, бытовом – о Боге и вечной участи не помышляли;
	–	–	имели некоторые теоретические понятия о вере, а в жизни их не применяли, не искали живой веры («вера без дел мертва»);
	–	–	не изучали правила христианской жизни – заповеди Христовы, и не исполняли их;
	–	–	приступали к Таинствам церковным холодно и безразлично, не имея страха Божия;
	–	–	целью своей жизни считали достижение земных радостей;
	–	–	употребляли наркотические средства и прочие способы одурманивания сознания;
	–	–	использовали имя Бога в пустых разговорах, как присловие, бессмысленно (например: «Да ради Бога» или «Ну и Бог с ним» и пр.);
	–	–	не посвящали седьмой день (воскресенье) Господу;

	–	–	не искали (уклонялись) от встреч для бесед на духовные темы, прерывали ближних, когда они начинали разговор о Боге, о спасении, о покаянии;
	–	–	погрязли в житейской суете, крутились как белка в колесе, не могли оторваться от домашних дел, не находили времени на храм, на посещение духовных бесед, на подготовку к Исповеди и Причастию;
	–	–	невнимательно, поспешно исполняли молитвенное правило;
	–	–	неверно произносили слова молитв, так что содержание менялось на противоположное;
	–	–	не учили молитв, не вникали в их содержание;
	–	–	читали каноны, акафисты, Псалтирь без понимания смысла читаемого;
	–	–	не имели благоговейного, трепетного отношения к святыням;
	–	–	забывали свои грехи (даже смертные) и в целом – повреждение нашей человеческой природы ядом греха, не оплакивали своего состояния, были неспособны каяться, не имели искреннего сожаления о содеянных грехах;
	–	–	были неспособны замечать свои грехи, не могли подготовиться к Исповеди;
	–	–	не могли возненавидеть свои грехи, не выражали твердой решимости расстаться с грехом, исправить свою жизнь;
	–	–	увлекались земными радостями, не видели в них противоречия заповедям Христовым;
	–	–	скачали по «обычной» человеческой радости, искали её, сами себе её устраивали, не понимая, что рождалась она от тщеславия и самодовольства, когда мы льстили сами себе или льстили нам другие, особенно когда земные успехи и удачи сопутствовали нам;
	–	–	часто и подолгу говорили по телефону;
	–	–	дозволяли себе компьютерные игры, сидение в интернете, уход в виртуальный мир;
	–	–	желали развлечений, компаний, увеселений;
	–	–	регулярно употребляли алкогольные напитки для поднятия настроения;
	–	–	курили;
	–	–	искали земного, призрачного, мимолетного счастья – гонялись бесплодно за ним всю жизнь, как за тенью;
	–	–	не могли находиться в тишине, обязательно включали радио или телевизор (хотя и не смотрели его);
	–	–	имели подавленное состояние духа: безразличие, пустота, лень;

–	–	играли в карты и держали карты дома;
–	–	убивали время у телевизора на развлекательные программы, сериалы и пр. – наполняли душу разнообразной греховной отравой;
–	–	спали больше необходимого, сколько хочется, не могли соблюдать режим;
–	–	страдали переменчивостью нрава (то уныние и слёзы, то весёлость и смех);
–	–	празднословили (вели бесполезные пустые разговоры ни о чём), многословили, были болтливы;
–	–	<i>излишне успокаивали себя сном, лежанием и всякого рода расслаблением;</i>
–	–	<i>опаздывали на богослужения без уважительной причины, толкались, ходили, разговаривали во время службы;</i>
–	–	<i>были невнимательны, рассеянны в храме во время службы, не могли оторваться от пустых воспоминаний, мыслей о земном;</i>
–	–	<i>ленились пойти в храм, даже если в этот день не работали: хотели отдохнуть, расслабиться;</i>
–	–	<i>пост исполняли только телесный (внешний), не следили за своим внутренним состоянием, продолжали грешить мыслями и чувствами сердечными;</i>
–	–	<i>мысленно спорили (пререкались) с отсутствующим человеком, доказывали в мыслях мнимому оппоненту свою правоту;</i>
–	–	<i>допускали праздное любопытство (читали чужие письма, подслушивали разговоры; проверяли чужие ящики, шкафы и карманы; влезали в разговоры; отвечали, когда нас не спрашивали; с надоедливостью расспрашивали, интересовались бесполезным и не касающимся нас, прислушивались к чужим разговорам, собирали слухи);</i>
		ТЩЕСЛАВИЕ
–	–	рисковали жизнью ради того, чтобы прославиться среди людей;
–	–	отрекались от веры, чтоб не потерять авторитет в обществе;
–	–	одобряли смертные грехи, чтобы сохранить уважение к себе со стороны безбожников;
–	–	согрешали смертно, чтобы не быть «белой вороной»;
–	–	приступали к церковным таинствам напоказ (например, венчались, потому что это теперь модно);
–	–	стыдились отстаивать истину (догматы, каноны, заповеди, если кто-то грубо их попирает);

	–	–	стыдились исповедовать свои грехи (особенно срамные), чтобы не потерять авторитет и уважение в глазах священника, утаивали грехи;
	–	–	пресмыкались перед начальниками, сильными мира сего, чтобы получить их внимание и расположение;
	–	–	желали похвалы от людей и искали авторитета – хотели, чтобы нас уважали, чтобы с нами считались, стремились быть впереди;
	–	–	искали славы человеческой, земных почестей, должностей и званий;
	–	–	смаковали свои достоинства, не видели собственных недостатков;
	–	–	хвастались, приукрашивали речь, преувеличивали для большей убедительности;
	–	–	следовали моде, желали красивой одежды, украшений, изысканной мебели, вещей и пр., чтобы не отстать от других или быть впереди;
	–	–	положительно оценивали свои душевные качества (самодовольство);
	–	–	положительно оценивали свои телесные качества: красоту лица, причёску, приятность голоса и прочие качества тела;
	–	–	были неспособны переносить замечания, упрёки, увещания как несправедливые, так и справедливые (особенно трудно переносить несправедливые упрёки, а мы и справедливых не можем стерпеть);
	–	–	всякий раз оправдывались, выгораживали себя, выставляли себя невиновными, указывая разные причины, лишь бы нас не уличили в лени и неумении;
	–	–	оправдывали свое незнание веры и греховность предыдущей безбожной жизнью и атеистической пропагандой, хотя гонения на веру давно прекратились;
	–	–	были неспособны относиться одинаково ровно к хвалящим нас и обижающим нас;
	–	–	заискивали перед теми, от кого что-либо зависит, и презрительно или безразлично относились к тем, от кого ничего не надеялись получить;
	–	–	льстили (хвалили человека, чтобы добиться его расположения к нам или ради какой-нибудь выгоды; хвалили с завистью; хвалили человека на людях, чтобы заметили наше «великодушие» и отметили нас);
	–	–	лицемерили (допускали притворство, актёрство, неестественность поведения);
	–	–	оправдывались: «Я не виноват, у меня такой характер» или

			«ты сам напросился»;
	–	–	перекладывали свою вину на других, чтобы не потерять репутацию и не выслушивать упрёков;
	–	–	не желали здороваться первыми, пойти на примирение первыми;
	–	–	не желали выполнять работу, «унижающую» наше достоинство;
	–	–	боялись осуждения со стороны окружающих, страдали мнительностью, переживали: «а что подумают», «а что скажут люди»;
	–	–	следовали греховным правилам и традициям мира, чтобы не стать «белой вороной», оправдывались, что «теперь все так живут»;
	–	–	уклонялись от христианской жизни из-за ложного стыда перед знакомыми; стыдились держать дома иконы, носить нательный крест, креститься на людях; скрывали, что ходим в храм, исповедуемся, соблюдаем посты, что верим в Бога и т.д.; боялись насмешек, упрёков и непонимания;
	–	–	огорчались, если не получали похвал и одобрений, особенно когда они доставались другим;
	–	–	обязательно рассказывали ближним, если что-то приходилось доделать за кем-нибудь;
	–	–	пытались унижить, зачернить, затушевать, перетолковать в худшую сторону достоинства и заслуги других людей, говорили многозначительно: «Да не так уж он хорош, как вы думаете!» или: «Вы про него не всё знаете!»;
	–	–	с любопытством узнавали недостатки других и охотно передавали это окружающим, при этом испытывали удовольствие;
	–	–	домогались возвышения и признания себя, забывали слово Божие: <i>«Кто хочет быть большим между вами, да будет вам слугою»</i> (Мк. 10, 42–43);
	–	–	совершали добрые дела ради земной славы или чтобы нас заметили, обратили на нас внимание, похвалили;
	–	–	не укрывали все добрые дела от взоров человеческих, долго сами помнили о сделанном, вспоминали с удовольствием, рассказывали окружающим;
	–	–	стремились к роскоши и пышности, желали чем-то особенным выделиться, показаться перед знакомыми, соседями, родственниками;
	–	–	похвалялись даже своими пороками и старались хоть этим, но выделиться среди окружающих;
	–	–	расточали средства напоказ, чтобы вызвать уважение к себе

		или спровоцировать зависть;
–	–	употребляли в шутку слова молитв и Священного Писания;
–	–	<i>мечтали о своих способностях, о своём предназначении, значимости;</i>
–	–	<i>думали о себе, что смиренны, говорили об этом другим, проповедовали свои труды; хвалили себя;</i>
–	–	<i>радовались и вдохновлялись, когда видели, что нам завидуют;</i>
–	–	<i>употребляли свои таланты и способности не с христианским смирением, а с тщеславным самодовольством;</i>
–	–	<i>передразнивали, пересмеивали других (и даже священников);</i>
–	–	<i>изображали с преувеличением (мимикой, жестами, гримасами) других людей, высмеивали недостатки окружающих;</i>
–	–	<i>допускали артистизм (копирование речи, движений, жестов) с целью рассмешить других, порисоваться, быть в центре внимания;</i>
–	–	<i>радовались при совершении доброго дела, тем самым приписывая его себе, а не Богу;</i>
–	–	<i>земные радости считали вознаграждением за христианское благочестие;</i>
–	–	<i>допускали острословие, шутливый тон, «красное словцо», рассказывание смешных историй, анекдотов;</i>
–	–	<i>добавляли к сказанному кем-то свои остроумные замечания, реплики, уточнения;</i>
–	–	<i>было приятно, когда нас хвалили.</i>
		ГОРДОСТЬ
–	–	сомневались в бытии Бога;
–	–	отрицали бытие Бога;
–	–	хулили Бога (оскорбляли, презирали);
–	–	отрекались от Бога;
–	–	переходили в другую веру;
–	–	уходили в раскол, в секту;
–	–	распространяли ложное учение (ересь);
–	–	упрямо стояли в заблуждении, спорили, противоречили вероучению Православной Церкви в догматах и канонах;
–	–	не признавали грехи грехами (особенно смертные) в соответствии с Евангелием, некоторые из грехов не считали таковыми, не оценивали свои поступки, слова, мысли, чувства с точки зрения заповедей Божиих, борьбу с грехами не вели, не каялись в грехах, говорили: «А

			какие у меня грехи? Никого не убивал», и т.д.;
	–	–	устанавливали собственные заповеди и правила жизни, противоположные Евангелию, и руководствовались ими;
	–	–	не признавали Бога Творцом, а себя и весь мир – творением;
	–	–	утверждали, что все религии равны и ведут к одному Богу;
	–	–	считали, что в Церковь ходить не обязательно, а достаточно просто верить;
	–	–	считали, что для спасения достаточно только верить, а как верить – не важно;
	–	–	произвольно понимали Священное Писание, не читали толкований;
	–	–	отвергали многовековый опыт Церкви, искали свою дорогу к Богу;
	–	–	требовали от священника прощения грехов без покаяния, без изменения жизни;
	–	–	считали, что достаточно только назвать грех на Исповеди, не исправляя его, и он автоматически простится;
	–	–	обвиняли Бога в собственных грехах, оправдывая совершенные грехи словами: «Видно, так Богу было угодно, коль я согрешил»;
	–	–	дерзали причащаться без правильной веры, без покаяния, с нераскаянными смертными грехами, без борьбы со страстями (такое причащение оборачивается в осуждение и в смерть вечную);
	–	–	дерзали причащаться, находясь на епитимии;
	–	–	не имея препятствий, причащались реже чем раз в три недели (Дух Святой отлучает таких от Церкви – так гласит 80-е правило Шестого Вселенского Собора);
	–	–	колдовали, ворожили, гадали, «лечили» заговорами, кодировали, вызывали духов, контактировали с НЛО, пытались «воскресить» умершего, входили в «общение» с умершими, занимались экстрасенсорикой, медитацией, аутотренингом, – тем самым входили в общение с демонами;
	–	–	обращались к колдунам, магам, чародеям, «целителям», «бабкам», экстрасенсам, «ясновидящим» и пр., тем самым пользовались услугами демонов;
	–	–	верили во всевозможные приметы и суеверия, доверяли снам, строили жизнь по сонникам и гороскопам;
	–	–	льстили себе, что чисты от грехов, святы, достойны

		Божественных Откровений и впечатлений, что достойны общения с ангелами, видения ангелов, святых, Господа, Пресвятой Богородицы;
–	–	искушали Господа, говоря: «Если Ты есть, то исполни то, что я прошу, а если не исполнишь, то Тебя нет»;
–	–	попытка самоубийства (самоубийство является единственным грехом, который не может быть прощён Богом по причине невозможности покаяния согрешившего, потому что после смерти покаяние уже не действует. Этот грех утягивает душу на самое дно ада);
–	–	верили по расчету: ожидали от Бога благ в обмен на немощные попытки христианской жизни;
–	–	ожидали от Бога того, чего нам самим хочется;
–	–	обижались на Бога, если не решались наши проблемы;
–	–	верили только тогда, когда всё складывалось по-нашему;
–	–	не верили, что Бог всемогущ и может избавить нас от греха во время благопотребное, при нашем искреннем желании, подтвержденном реальными попытками борьбы;
–	–	не признавали своего рабства дьяволу, не соглашались с тем, что человек стал жилищем сатаны (так говорит святитель Игнатий (Брянчанинов));
–	–	знали о своём грехе и не хотели исправляться, испытывали долготерпение Божие;
–	–	читали книги еретические, противоречащие вероучению Православной Церкви (это не касается богословов);
–	–	стремились командовать, управлять, властвовать над другими, не имея на то никаких полномочий;
–	–	лгали, оправдывали ложь необходимостью обстоятельств, лгали даже просто так, по привычке;
–	–	завидовали (желали того же, что видим у ближних; появлялось мрачное чувство расстройств в сердце от того, что мы чего-то не имеем, а у других это есть: достаток, счастье, положение в обществе, здоровье, способности, красота, рост, сила, успехи);
–	–	допускали высокоумие, самомнение, уверенность в своей духовной правоте, не основанной на Священном Писании и Предании Церкви;
–	–	были самолюбивы: почитали себя превыше всех и презирали тех, кто не согласен с нами, враждовали против тех, кто «задевает» нас, обижались на тех, кто нас чем-то задевал;
–	–	желали «долго жить», не задаваясь вопросами о смысле жизни, Суде Божиим, посмертной участи;
–	–	человекоугодничали: угождали человеку из-за страха перед

			ним; готовы были согрешить, если потребуют этого от нас; Бога не боялись, а человека - боялись;
	–	–	начальникам раболепно подчинялись, подчинённых безжалостно укоряли;
	–	–	не уходили из таких компаний, где осуждают, играют в карты, упиваются вином, сквернословят, хулят Бога, Церковь – боялись потерять отношения, раболепствовали;
	–	–	утверждали, что «всегда верили», «всегда Бога вспоминали», «всегда с Богом жили», что всегда имели «Бога в себе, в своём сердце» (при этом показывали рукой на грудь или похлопывали по груди), однако сами грубо нарушали заповеди Божии, даже не зная их, и не приступали никогда к Исповеди и Причастию;
	–	–	говорили: «Грешны во всём», признавая себя грешниками на словах только, а на деле не могли назвать своих грехов и не боролись с ними;
	–	–	поминали умерших водкой, организовывали застолья на кладбищах;
	–	–	подавляли ближнего грубым словом или колкой насмешкой, чтобы не возносился, как мы, или выше нас;
	–	–	допускали наглость, дерзость;
	–	–	были строптивы, неспособны подчиняться во всём, что не противоречит заповедям: подчиненные – начальникам, дети – родителям и учителям, младшие – старшим, жёны – мужьям;
	–	–	долго не успокаивались от обид, жалели, что мало наговорили, мало ответили обидчику, в мыслях долго спорили с ним, оправдывали себя; рассказывали другим об этом случае, очерняя обидчика и оправдывая себя; придумывали способы отмщения; и пр.;
	–	–	в окружающих людях видели врагов;
	–	–	были неспособны просить и обращаться за помощью – гордость не позволяла: а вдруг откажут, тогда будет обидно – лучше уж сами как-нибудь;
	–	–	жёны стремились командовать в семье, самостоятельно распоряжаться деньгами;
	–	–	допускали прекословие (пререкание) даже со старшими, с родителями, с начальниками;
	–	–	божились и клялись именем Божиим, прикрывали ложь божбой;
	–	–	клялись жизнью (даром Божиим), здоровьем, своими детьми, матерью;
	–	–	требовали клятв от других;
	–	–	забывали и медлили в исполнении обещания, данного

			Господу, даже если уже получили просимое;
	–	–	не почитали священников, избегали благословения, не хотели принимать Таинства от священников, считая их грешными и недостойными;
	–	–	отказывались от лечения по причине гордости («я сильный – всё вытерплю»), хотя болезнь была опасной для жизни;
	–	–	считали, что достойны вечной жизни и спасёмся независимо от того, что живём во грехах;
	–	–	были самонадеянны: надеялись на собственные силы и способности, знания и опыт, на свои «добрые» дела, на свои молитвы, посты, забывая, что без Бога спастись невозможно;
	–	–	думали исправить от недостатков собственными силами или исправить других без помощи Божией, при этом главная опора во всех наших делах – «я сам»;
	–	–	ставили себе цель «стяжать Духа Святого» без понуждения себя к терпению, кротости, смирению, целомудрию – забыли, что <i>Бог гордым противится, а только смиренным даёт благодать</i> (см.: Иак. 4, 6);
	–	–	о Боге вспоминали только тогда, когда все способы уже испробовали;
	–	–	были неспособны к послушанию;
	–	–	не переносили обличений;
	–	–	легко прощали себе свои недостатки; в чём себя оправдывали, в том других осуждали;
	–	–	превозносились над другими, считали себя лучшими, своё мнение – более правильным, дело своё – более важным;
	–	–	ждали услуг от ближних, требовали, чтоб нам все помогали, сами же не спешили на помощь;
	–	–	<i>требовали, чтобы нас обязательно простили (для нашего самоуспокоения), «выжимали» это «прощение» из обиженного нами человека;</i>
	–	–	<i>были брезгливы во всем и всегда (естественное отвращение от нечистот не греховно);</i>
	–	–	<i>не умели благодарить Бога за Его милости к нам;</i>
	–	–	<i>не просили Божия благословения на всякое дело;</i>
	–	–	<i>хватались за дела, превышающие наши силы, а потом стонали, изнывали под непомерной тяжестью их и обижались на окружающих, что они нам не помогают;</i>
	–	–	<i>брали на себя чрезмерный пост и превышающее наши силы молитвенное правило;</i>
	–	–	<i>пытались совершать непосильные подвиги, входящие в противоречие с нашим положением (семейным, социальным</i>

			<i>и т.д.) или невозможные для нашего здоровья, возраста, малоопытности;</i>
	–	–	<i>любили учить других, вмешиваться в чужие дела и разговоры;</i>
	–	–	<i>имели страх, трусость, пугливость, боязливость, опасливость, робость, всегдашнее ожидание беды;</i>
	–	–	<i>предъявляли повышенные требования к другим и прощали себе ошибки без самоукорения;</i>
	–	–	<i>судили об окружающих по внешнему виду, а не по делам;</i>
	–	–	<i>вступали в спор, доказывали свою правоту, не могли уступить, настаивали на собственном мнении.</i>

Дневник составлен по благословию протоиерея Андрея Канева, настоятеля прихода в честь Владимирской Иконы Пресвятой Богородицы на Семи Ключах г. Екатеринбурга, преподавателем «Школы покаяния» Масленниковым С.М.

При составлении «Дневника» учтены дополнения и замечания:

Высокопреосвященнейшего Викентия, архиепископа Екатеринбургского и Верхотурского (ныне митрополита Ташкентского и Среднеазиатского);

протоиерея Евгения Попиченко, настоятеля прихода в честь Успения Божией Матери (на ВИЗе) г. Екатеринбурга;

протоиерея Алексея Яковлева, настоятеля прихода во имя Святителя Николая г. Екатеринбурга;

Ольги Валентиновны Баталовой, автора и ведущей программы «Уроки Православия» православного телеканала «Союз».

Для заметок

