**ПАМЯТКА ЖЕЛАЮЩИМ ИСПОВЕДАТЬСЯ И ПРИЧАСТИТЬСЯ**.

**Братия и сестры! По сложившейся традиции, перед Причастием необходимо провести трехдневный пост: исключить из рациона мясную, молочную и рыбную пищу.**

**Для тех, кто в течение года соблюдает пост по средам и пятницам, а также четыре поста, установленные Церковью, достаточного одного дня поста перед Причастием.**

**Накануне Причащения желательно присутствовать на вечернем богослужении. Исповедь на вечернем богослужении проводится во время чтения кафизм, а утром - во время чтения часов. Исповедь на литургии после молитвы «Отче наш» не совершается. Исповедь предполагает смелое и осознанное критическое рассмотрение своего духовного состояния (соответствие Евангельским заповедям) и своих внешних поступков по отношению к ближним и дальним, и желание с помощью Божией исправиться.**

**Помимо исповеди, подготовка ко св.Причащению включает в себя чтение канона и молитв ко св.Причащению, которые находятся в каждом молитвослове.**

**Ко Причастию необходимо приступать натощак: ничего не есть, не пить и не курить. Для тех, кому из-за болезни необходимо принимать утром лекарства, разрешается их употреблять и перед Причастием, но предварительно сказав об этом на исповеди священнику.**

**Братия и сестры, исповедь – это не беседа со священником и не рассказ о своих бытовых и житейских проблемах, а перечисление своих грехов, из-за которых и вытекают все эти недоразумения.**

**ИСПОВЕДЬ, СОСТАВЛЕННАЯ СВТ. ДИМИТРИЕМ РОСТОВСКИМ**

***(редакция и.А.Б)***

**Исповедаю Господу Богу моему и пред тобою, отче честный, все мои бесчисленные прегрешения, которые я сотворил (а) до настоящего дня и часа: делом, словом, помышлением. Ежедневно и ежечасно согрешаю неблагодарностью к Богу за Его великие и бесчисленные мне благодеяния и всеблагое промышление обо мне грешном (грешной).**

**Согрешил (а): маловерием, неверием, недоверием к Промыслу Божию и воле Божьей; унынием, отчаянием, ропотом, празднословием, осуждением, непокорностью, гордостью, подозрительностью, безрассудной ревностью, немилосердием, завистью, гневом, клеветой (приписыванием человеку тех дел, которые он не совершал), лукавством, лицемерием, наушничеством (доносительством, кляузничеством, осведомительством, сплетничанием); невниманием к своему духовному состоянию; нерадением о своем спасении; безпечностью; дерзостью; раздражительностью; воздаянием зла за зло (мстительностью); провоцированием конфликтов между людьми; манипулированием людьми, используя свое положение; ожесточением; непослушанием (неуважением и непочтением к родителям, страшим, начальству); самооправданием; прекословием; своеволием; укорением; злоречием; ложью; безрассудным смехом; соблазнительным поведением; самолюбием; честолюбием; чревоугодием; излишеством в пище и питии; тайноядением, пьянством (употреблением алкоголя и наркотиков); тщеславием; леностью; небрежным исполнением своих обязанностей; курением; принятием нечистых (блудных) помыслов; нечистым воззрением; многостяжанием (пристрастием к материальным благам); лихоимством (приобретением выгоды за счет беды ближнего); воровством (а также покупкой краденного, отбиранием у ближнего вещей, денег); мшелоимством (собиранием ненужных вещей); скупостью; жадностью; расточительностью (безрассудной тратой материальных благ); опущением службы Божией по лености и небрежности; рассеянностью на молитве церковной и домашней; делом, словом, помышлением, зрением, слухом, обонянием, вкусом, осязанием и прочими моими чувствами душевными и телесными, а также неблагодарностью к Богу и ближним.**

**Во всех моих согрешениях каюсь и прошу прощения*. ( Здесь нужно сказать и иные грехи, которые имеешь на душе).* Еще каюсь и прошу прощения в том, что по множеству грехов и забвению не исповедал (а).**

***Прости и разреши мя, отче честный, и благослови приобщиться Святых и Животворящих Христовых Таин во оставление грехов и в жизнь вечную. Аминь.***