

в ночи. Каждый день мы читаем Священное Писание. Обычно главу Евангелия, две главы Посланий Апостолов, одну кафизму Псалтири (но мера чтения определяется все же индивидуально). Каждую неделю мы постимся в среду (вспоминая предательство Иуды) и в пятницу (вспоминая Голгофские мучения Христа) и храним большие Посты (Великий, Петровский, Успенский и Рождественский). В субботу вечером и в воскресенье утром мы всегда в храме. И причащаться мы стараемся не реже раза в месяц (а чем чаще, тем лучше). Перед Причастием мы постимся обычно три дня (так, если причащаемся раз в месяц и реже, а если чаще, то меру поста мы определяем вместе с духовником), прочитываем правило из Молитвослова (три канона: покаянный, Богородице и Ангелу-хранителю, а также Последование ко святому Причащению). Обязательно приходим на вечернюю службу, исповедуемся в грехах своих и натошак приходим утром на Литургию. Очень полезно найти себе духовника — священника, который помогает нам идти ко Христу. Проси у духовника объяснения всяких затруднительных вопросов, основанного на Писании и святых отцах, после чего следуй его советам.

Но не забывай главного. Ты пришел в Церковь к Богу, так что живи перед Ним, ходи перед Ним, люби Его и будь непорочным. И тогда и ты станешь святым, осуществляя цель христианской жизни. Ведь только для этого и принимают Крещение, ибо сказано: *«будьте святы, ибо свят Я, Господь Бог ваш»* (Лев. 20, 26).

Так повелевает Бог Всемогуший! Исполни Его благую волю и получи от Него жизнь, и жизнь с избытком (Ин. 10, 10).



Русская Православная Церковь (Московский Патриархат)

ЕСЛИ ТЫ ПОКРЕСТИЛСЯ...

и не знаешь, как жить дальше



Фото: древняя купель для Крещения

Многие думают, что все Крещением и заканчивается. Но это совсем не так. С Крещения все только начинается. В тебе посеяно семя Вечной жизни, и его надо выращивать. Для своего роста семя Вечной жизни нуждается в поливе — частом приобщении Святых Таин, рыхлении — терпении скорбей ради Христа...

Часто после Крещения на человека наваливаются различные неприятности, ему приходится терпеть скорби, усиливаются ис-

кушения, хотя никогда не бывает так, чтобы они были непосильными. Теперь тебе не надо бояться ни сглаза, ни порчи, ни колдунов, а ревностно соблюдай заповеди, и никакое духовное зло не подойдет к тебе. Надо — не смущаясь «синяками» и «шишками», то есть неудачами, потихонечку, постепенно, но с постоянством трудиться над собой, с верою в помощь и поддержку Господа. Главное — не терять первоначальное усердие, поддерживать его постоянством молитвы (пусть и небольшого правила), поста, постепенного, но упорного преодоления своих греховных привычек, склонностей, а потом и страстей. Как это делать?

Посмотрим как выращивают растения. Надо пропалывать огород — вырывать из сердца злые привычки и мысли. Вокруг растения должен быть чистый, незагазованный воздух — церковная атмосфера жизни, особенно проявляющаяся в хранении неповрежденной веры. Необходим присмотр садовника — помощь священника. Должна быть теплица — надежда на Бога. Необходимо беречь растение от паразитов и болезней — от ересей, расколов и духовных страстей (гордости, тщеславия, сребролюбия, уныния). Должно быть много света — чтения Священного Писания и святоотеческой литературы. Нужно почаще обрывать лишние листья — фарисейское увлечение внешними правилами в ущерб внутреннему росту. И тогда пойдут плоды истинно добрых дел. Но как раз тогда и усиливаются искушения. Это и понятно. Если спортсмен возьмет большую высоту, тренер поднимает планку, чтобы улучшить результат. Так и Бог. Часто в награду за наше доброе дело Он дает нам возможность сделать еще большее, и еще более трудное. Это знак Его любви к нам. И когда плоды созреют, тогда Бог забирает человека к Себе и венчает его как победителя.

Не надо пытаться сразу запрыгнуть на вершину лестницы, ведущей на Небо. Надо идти постепенно. А помощниками в этом

будут нам отцы Церкви и духовник. Но главное помнить, что духовный рост человека зависит не просто от дел, а от благодати Святого Духа, которая приходит к смиренным.

Начнем с самого простого. Каждый вид жизни имеет свои особенности, свой ритм, свой порядок. Так и у христианина должен появиться свой образ и ритм жизни. Меняется распорядок дня. Проснувшись утром, христианин становится перед иконами (их ставят обычно на восточной стене комнаты), зажигает свечу или лампаду и читает утренние молитвы из Молитвослова. Как правильно молиться по тексту? Апостол Павел пишет, что лучше пять слов сказать умом, чем тысячу языком, поэтому молящийся должен понимать каждое слово молитвы. Во время молитвы ни в коем случае нельзя представлять себе святых или Христа. Так можно сойти с ума и духовно повредиться. Надо умом внимательно следить за словами молитвы, понуждая сердце помнить, что Бог везде и всё видит. Поэтому и руки удобнее на молитве держать прижатыми к груди, как и говорит богослужебный Устав. Не надо забывать ограждать себя крестным знамением и класть поклоны.

После утренних молитв вкушают просфору и пьют святую воду. И идут по делам своим. Перед тем как садиться есть, христианин читает Молитву Отче наш, а потом осеняет крестным знамением еду со словами: «Во имя Отца и Сына и Святаго Духа». После трапезы мы не забываем поблагодарить Господа. В течение дня христиане стараются все время держать в памяти Бога. И поэтому мы часто повторяем слова: «*Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного*». Перед всяким добрым делом мы просим помощи у Бога. А если дело большое, то можно пойти и заказать в церкви молебен. Вечером, перед сном мы читаем молитвы на сон грядущим, прося Бога сохранить нас