

## **Какво да направим влизайки в храма?**

Прекръстваме се, правим три малки поклона и си казваме наум:  
*“Ти, Господи, Който си ме създал, помилуй ме. Боже, бъди милостив към мен грешния. По Твоята голяма милост, Господи, ще вляза в Твоя дом и ще се поклоня в светия Твой храм с благоговение пред Тебе.”*

След това се покланяме надясно и наляво и заставаме на мястото си. Мъжете застават отдясно, а жените отляво.

## **Какво трябва да направим при излизане от храма?**

Целува се някоя от иконите, прекръстваме се и се покланяме на изхода.

### **Относно целуването на иконите**

Иконите не се целуват по лицето, а по ръцете, нозете или одеждите. Най-напред се целува Господ Иисус Христос, след това Божията Майка. Целуването на иконите се придружава с поклон и молитва.

*“Господи Иисусе Христе, помилуй ме“*

*“Пресвета Богородице, спаси ни.“*

Ако някоя жена е начервена да изтрие устните си преди да целуне иконата.

# **За кръстното знамение и поклоните**

## **Защо, кога и как трябва да се кръстим?**

Кръстът е пазител на цялата вселена. Чрез него Господ Иисус Христос ни е избавил от властта на дявола и ни дарува вечен живот. Той има чудотворна сила за ония , които с вяра го почитат и носят на гърдите си.

## **Как се извършва кръстното знамение?**

Събираме изравнените краища на първите три пръста (палец, показалец и среден), а другите два прибираме към дланта. След това осеняваме най-напред челото - за освещаване на ума, после долната част на гърдите - за освещаване на чувствата и накрая от дясно на ляво - предната част на раменете - за освещаване на телесните сили.

Трите събрани пръста на десницата изобразяват Светата Троица и равенството на Нейните три Лица, а двата прибрани – Божествената и човешката природа на Иисус Христос.

## Правила за поклони и кръстно знамение

### *Прекръстваме се без поклон:*

1. В средата на шестопсалмието на “Алилуия” три пъти.
2. В началото на “Символа на вярата“
3. На отпуста: “Христос, истинският наш Бог“
4. В началото на четенето на Священото Писание: Евангелието, Апостола и паримиите.

### *Прекръстваме се с поясен поклон:*

1. При влизане в храма и при излизане; три пъти.
2. При всяко моление на ектенията.
3. При възглас на свещенослужителя отдаващ.
4. При възгласите: “Приемите, ядите”, “Пийте от нея вси” и “твоя от Твоих”, “Слава Святим”
5. При думите :” Честенейшую...”
6. При всяка дума “Поклонимся”, “поклонение”, “припадем”.
7. При думите:”Алилуия”, “Святи Боже”, “приидите поклонимся...”, при “Слава Тебе Христе Боже наш”, преди отпуста - по три пъти.
8. На първа и девета песен от канона, при първото призоваване към Господа и Богородица и светиите.
9. След всяка стихира (при което се прекръства този клирос, който завършва пеенето)
10. На литията след всяко от първите три моления на ектенията по три поклона, след останалите две по един.

### *Прекръстваме се със земен поклон;*

1. По време на пост при влизане в храма и при излизане от него /три пъти/.
2. По време на пост при всеки припев към песента на Богородица “тя величаем”
3. В началото на песента “Достоино ест”
4. След “Тебе поем”
5. След “Достойно” или “Задостйника”.
6. При възгласа “И сподоби нас владико”
7. При изнасянето на Светите Дарове, при думите: ”со страхом божий...” и втори път при думите: ”Всегда, нине и присно”.
8. През Великия пост на великото повечерие, при пеенето на “Пресвятая Владияице”,

на всеки стих; при пеенето на “Богородице Дево радуйся“ и на великопостната вечерня - три поклона

9. По време на поста при молитвата “Господи и владико живота моего”
10. По време на поста при заключителното пеене на “Помяни мя ,Господи, егда ..”  
общо три земни поклона.

***Поясен поклон без кръстно знамение:***

1. При думите: ”Мир всем “
2. ”Благословение господне на вас“
3. “Благодат Господа нашего Иисуса Христа“
4. “и да будут милости великаго Бога“
5. При думите на дякона: “И во веки веков“ след “Яко свят еси Боже наш“

***Не е установено да се прекръстваме;***

1. При четенето на псалмите
2. Изобщо по време на пеене (ако пеем ние)
3. По време на ектенията за клироса, който пее припевите на ектенията.
4. Трябва да се прекръстваме и правим поклони след края на пеенето, а не при последните думи.

***Не се правят земни поклони:***

В неделните дни, в дните от Рождество Христово до Кръщение, от Пасха до Петдесетница, в дните Преображение и въздвижение (в този ден се полагат три земни поклона на Кръста). Поклоните се прекратяват от вечерния вход срещу празника до “Сподоби, Господи” на вечернята в самия ден на празника.

## Къде, кога и как се палят свещи?

Паленето на свещи и кандила се практикува още от апостолски времена (Деян 20:8).

Запалената свещ изобразява нашата гореща любов към Бога. Пристъпвайки към свещника следва да се прекръстим два пъти и да се поклоним на иконата, след което запалваме свещичката си от другите горящи свещи и я поставяме на някое от свободните места (ако във всички патрони горят свещи и няма свободно място, не запалваме свещите си, а ги оставяме легнали на свещника /като се освободи място църковнослужителите запалват тези свещи/.

След това се прекръстваме и покланяме още веднъж, целуваме съответната икона и се отдръпваме назад. По правило, добре е най-напред да поставим нашата свещ пред иконата на Христа Господа, след това пред Божията Майка и накрая за упокой.

Запалвайки свещица **пред Исуса Христа** ние можем да се помолим така: *„Господи Исусе Христе, приеми тази моя малка жертва за всичко, което е добро и полезно за мене грешния, за моите роднини, приятели, близки.“*

**Пред Света Богородица:** *„Майко Божия , защити ме под твоя покров.“*

**За упокой:** *„Господи , упокой душите на твоите починали раби ( имената ) и направи вечна тяхната памет.“*

**Пред иконата на няокий светец:** *“Свети угодниче Божий,  
моли Христа Бога за мене ,защото усърдно прибягвам към тебе  
– бърз помощник и молител за душата ми.“*

# **КАКВО Е НАФОРА?**

## **КАК ТРЯБВА ДА СЕ ВЗИМА?**

**НАФОРА** /анафора от гръцки, приношение/ представлява благословена и осветена частица пшеничен хляб , която се дава от свещеника след литургия за духовно и телесно здраве.

**НАФОРА СЕ ВЗИМА НАГЛАДНО** , не се яде и не се пие вода след полунощ преди литургия!

След св. литургия богомолците се подреждат за нафора. Правим поклон на кръста , които държи свещеника, но не се прекръстваме, целуваме ръка на свещеника и поемаме осветения хляб с дясната шепа, под която се слага кръстообразно лявата.

Парчето хляб се поема с уста , като се внимава да не паднат трохички на земята и внимателно се взимат с език частичките останали на шепата.

# ИЗПОВЕДТА

*Да бъдат греховете ви и като багрено, - като сняг ще избеля, да бъдат червени като пурпур, - като вълна ще избеля (Ис.1:18)*

Опита да се построи една примерна изповед с правила и условия е труден и не съвсем пълен, защото изповедта на всеки човек е индивидуална и различна, както различни са душите ни. Но все пак има някои основни правила, които помагат за по лесното пристъпване към това Тайнство. Най-важното обаче си остава покаяното чувство и вярата в Божието милосърдие и готовност да приеме нашите грехове, колкото и големи да са те.

## **ПРАВИЛА ЗА СПАСИТЕЛНА ИЗПОВЕД**

### **Какво да правим преди да отидем при изповедника ?**

#### **Предварителна подготовка**

Отдалечи се от шума на ежедневието, събери мислите си, направи кратка, но сърдечна молитва, припомни си всички грехове, запиши ги, за да не ги забравиш като идеш да ги изповядаш и да останеш неочистен от тях.

1. Желателно е подготовката да включва засилен пост и молитва.
2. **Десетте Божии заповеди** могат да ти помогнат при съставяне на твоята писмена изповед. Също така можеш да използваш и “**Въпросник при изповед**” (виж най-долу).
3. Покаяна скръб - да пролееш сълзи за греха си е, като че ли най-важното от подготовката за изповедта. Св. Исак Сирийн казва, че Бог приема нашата покаяна скръб за подвиг.
4. **Прости на твоя ближен**, преди да пристъпиш към изповед. Помиряването в сърцето е задължително условие в подготовката .

## Какво трябва да правим, когато сме при изповедника?

1. Видимият лекар е свещеника, а невидимият Иисус Христос. Свещеника е само един свидетел, но Бог слуша твоите думи и Той прощава греховете ти.
2. Не се срамувай да изповядаш греховете си пред свещеника, нима когато си болен се срамуваш да отидеш на лекар?
3. Да не укриваме съзнателно абсолютно нищо.
4. Да казваме сбито и точно характера на всеки грях.
5. Да не разкриваме чужди грехове и да премълчаваме по възможност имена.
6. Да не хвърляме вината върху другите, а само върху себе си.
7. Да имаме искрено желание за напред да не грешим.

## Как става изповядването?

В изповедта са **трима** ти, свещеника и Иисус Христос.

В началото свещеника прочита полагащите се начални молитви *‘Ето, чедо, Христос невидимо стои да приеме изповедта ти: не се срамувай, нито се страхувай и не скривай нищо от мен., а без стеснение ми кажи всичко, що си сторил, за да получиш прошка от нашия Господ Иисус Христос. Аз съм само свидетел пред Него‘*. След това ние започваме да казваме гласно греховете си, можем да четем от написана изповед или ако предпочитаме направо да говорим.

**Добре е да започнем с онзи грях, който най-много ни тежи**, от който най-много се срамуваме. След това изповедта ще тече гладко, защото ще сме избълвали най-силната отрова от душата си.

Когато изповядващият приключи своята изповед, духовникът го призовава да се поклони и чете т.нар. “молитва на примирението”. След това свещеника покрива с епитрахила си изповядващия се и прочита “опростителната молитва”. При последните думи той благославя с ръка изповядалия се, който става, целува светото Евангелие и кръста на Спасителя, а след това и десницата на свещеника и си отива с миром.

## **Какво трябва да направим, когато излезем от изповедника?**

1. Имаш ли вражда с някого, прости от сърце, за да ти прост и Бог (Мат. 6:14-15). Иначе твоята изповед ще отиде напразно! Други, които са признали на изповедта, че са нарушили целомъдрието или семейната чест, трябва завинаги да се откажат от лошия си път.
2. Присвоил ли си чужда вещ, върни я!
3. **Венецът на истинското покаяние е твърдото намерение занаяпред да не грешим повече.** Има хора, които се изповядват, само за да могат да се причастят. Но в сърцето си не взимат решение да започнат нов живот. Нека видим къде стоим и какви са нашите истински намерения.
4. Раздавй милостиня!
5. Св. Амвросий Медиолански съветва: “Който се кае, не бива само да умива греховете си със сълзите на съкрушението, но трябва да се старее да заглажда предишните си прегрешения и с вършенето на добри дела”.
6. Помненето на опростените и изповядани грехове помага да избягваме новите и да не паднем отново в тях. Но споменът за тях нека не ни води до отчаяние и съмнение в огромното Божие милосърдие.
7. След като сме се изповядали според правилата, които ни е дала Църквата, ни става леко в душата, чисто и светло в ума. Тогава разбираме колко прав е св.Иоан Златоуст, който казва: *“Не величието на властта, нито многото пари, нито могъществото или физическата сила, нито отрупаната с всякакви ястия маса или разкошните дрехи, нито каквото и да е преимущество тук на земята доставя на човека такова благодушие и радост, както чистата и добра съвест”*.

## **Кратка история на изповедта**

Първоначално думата покаяние означавала промяна на пътя, връщане назад.

Тайнството Изповед е основано от Господ Иисус Христос. Той дал на светите апостоли, а чрез тях и на техните приемници - епископите и свещениците, власт да развързват (прощават) грехове. Това станало при първото явяване на Възкръстналия Господ на неговите ученици, когато им дал власт да прощават греховете *“...приемете Духа Светаго. На когото простите греховете, ще се простят, на когото задържите, ще се задържат”*.

В християнската древност изповядването ставало публично пред цялата църковна община. Църквата разделяла каещите се на четири категории:

1. *”плачещи”*, които нямали право да присъстват на обществено богослужение.
2. *”слушящи”*, на които се позволявало да стоят в притвора на храма, но само до завършване литургията на оглашените.
3. *”коленопрекланящи се”*, които имали достъп в самия храм, но също не можели да присъстват на литургията на верните.
4. *”заеднотоящи”*, ония , които стоели заедно с верните, които нямали запрещение, но не можели да се причастяват със Светите Тайни.

## **ЗАКЛЮЧИТЕЛНИ ВЪПРОСИ**

**Въпрос: При кой свещеник мога да се изповядам?**

**Отговор:** При всеки, който е православен и е получил чрез ръкоположение благодатта за извършване на Светите Тайнства.

**Въпрос: Кога трябва да се изповядам?**

**Отговор:** Ако днес Бог е похлопал на твоята врата отвори му. Не отлагай за утре! Бог ти е обещал да ти прости ако днес се покаеш, но никъде не е обещал, че ще живееш до утре. Не чакай Великия пост или старостта, защото колцина доживяват до нея. Не отлагай изповедта!

**Въпрос: Мога ли да взема причастие без изповед или само с обща молитва.**

**Отговор:** Не. Изповедта е абсолютно задължителна. Ако някога си направил това в незнанието си, изповядай го и бъди много внимателен към Светото причастие за напред.

**Въпрос: Мога ли да се изповядам само пред Бог и това да ми се зачете като изповед?**

**Отговор:** Защо за другите Св. тайнства отиваш при свещеника , за кръщение, миропомазване, венчание, а за изповед не намираш смисъл? Бог е казал на учениците си “На който простите греховете, тям ще се простят.” Сърдечната изповед пред Бог помага, Бог я чува, но само тя не е достатъчна за да се изтрият нашите грехове от книгата, **Само изповедта пред свещеника** е Светото тайнство което ни очиства от паденията ни.

**Въпрос: Защо да се изповядам, аз нямам никакви особени грехове?**

**Отговор:** Дребните грехове са често пъти по-опасни от най-тежките престъпления, защото последните тежат силно на съвестта и настояват да бъдат изкупени, изповядани, докато малките не тежат особено на душата, но имат това гибелно свойство да я правят безчувствена към Божиата благодат и безразлична към спасението. Те създават най-страшната привичка у човека – навика да греши. По-малко хора са загинали от големите и свирепи диви зверове отколкото от микроскопичните микроби.

**Въпрос: Защо да се изповядам, когато утре пак ще съгреша?**

**Отговор:** Един млад монах се оплакал на великия подвижник авва Сисой: “Авва, какво да правя, паднах!” Старецът отговорил: “Стани!”, монахът казал: “Аз станах и пак паднах!” Старецът отвърнал: “Отново стани!” Тогава младият монах запитал “До кога да ставам като падам?” “До твоята кончина!” - отговорил Авва Сисой.

**Въпрос: Какво представлява ЕПИТИМИЯТА?**

**Отговор:** Понякога, ако свещеникът намери за необходимо може да запрети изповядалия се за определено време от Св. Причастие, това се нарича епитимия. Наложената епитимия може да не е непременно лишаване от Св. Причастие, а също така молитва, пост, поклони. Епитимията е особен вид духовно лекарство, което не трябва да ни води до отчаяние, а с готовност и радост да го приемем.

**Въпрос: Кое е най-недопустимо при изповед?**

**Отговор:** ”Когато човек е склонен да се самооправдава” (преп. Пимен Велики)

*“Когато ти съгрешаваш, плачи и ридай не за това, че ще бъдеш наказан. Това не е толкова важно. Но плачи и ридай за това, че си оскърбил своя Господ, който е толкова благ и Който толкова много се грижи за твоето спасение и Своя Син не пожали за теб”*

*Св.Йоан Златоуст*

**КОНЕЦ И БОГУ СЛАВА!**

## БИБЛИОГРАФИЯ:

- 1) Иван Николов, «Как да стоим и да се държим в църква», изд. Витезада, Костенец
- 2) Сливенски митрополит Иоаникий, «Въпроси при изповед на православни християни», Синодално издателство, София, 1986
- 3) Протойерей Владимир Воробьев, «Покаяние, изповед, духовно ръководство», изд. къща Омофор, София, 2002
- 4) <http://www.pravoslavieto.com>