



Как правильно МОЛИТЬСЯ ЕПИТИМИЮ

Оглавление:

Как правильно молиться епитимию

Употребляемые сокращения

Молитва Ефрема Сирина

Келейное правило

Устав чтения псалтыря с покаянными тропарями

Как правильно молиться епитимию

Епитимия – духовное наказание, накладываемое отцом духовным на исповедывающегося с целью преодоления греховных привычек. Епитимия может состоять в посте, усиленном чтении молитв и определенном количестве поклонов. Малой епитимией, по определению I Всероссийского Собора 1909 года является «примирительный (или прощальный) начал».

Обычно это наказание измеряется так называемым «тысящным правилом», или в простом именовании «правилom», состоящим из чтения молитв с 1000-ю поклонами по лестовке, по определенному уставу. Как известно, в лестовке 100 бобочков, на которых полагают соответственно 100 поклонов. Следовательно в «тысящном правиле» - 10 лестовок,

перебирая которые молятся следующим образом: 300 поклонов земных (3 лестовки) с молитвой Исусовой, 600 поклонов в пояс (6 лестовок) с молитвой Исусовой и 100 поклонов в пояс (1 лестовка) с молитвою: «**Владычице моя Пресвятая Богородице, спаси мя грешнаго (-ую)**».

Количество «правил» может меняться как в сторону увеличения, так и в сторону уменьшения, в зависимости от тяжести согрешений и по усмотрению духовного отца.

Прежде чем начинать отмаливаться епитимию – наложенные «правила», христианин должен совершить дневной круг молитвословий (утренние и вечерние молитвы), затем вычитать молитвы «Келейного правила» (печатаются ниже), затем отмолиться поклоны по возможности и завершить моление опять по уставу «Келейного правила». В другой же день, продолжая вынесение епитимии необходимо вновь перед поклонами и по ним вычитывать молитвы «Келейного правила».

Аще же кто восхощет епитимию псалтырию исправляти, то следует знать, что 1 лестовка (100 поклонов) соответствует 1-ой славе, 3 лестовки (300 поклонов) – 1 кафизма, 1 правило – 3 кафизмы. Весь же псалтырь (20 кафизм) – 6000 поклонов.

«Устав чтения псалтыря» печатается ниже. Как сами кафизмы, так начало и конец для их чтения, а также покаянные тропари содержатся в книге «Псалтырь». Разумеется, таким образом отмаливаться епитимию могут только люди просвещенные, имеющие навыки церковно – славянского чтения и устава.

Для людей же малограмотных необходимо согласовывать со своим духовником, как они будут выносить епитимию.

Как правило, христиане посещают исповедь во время Великого поста и епитимию обязаны отмолиться до **среды страстной седмицы**.

Прежде чем начинать выполнять епитимию, необходимо распределить свои силы и разделить её (епитимию) на равные доли так, чтобы подобно ручейку молитва к Богу текла во весь пост беспрестанно.

Употребляемые сокращения

- **Поклон** – во всех случаях следует перекреститься и поклон в землю.
- **За молитв...** - За молитв святых отец наших , Господи Исусе Христе , Сыне Божии , помилуй нас (поклон в пояс).
- **Царю Небесныи** – Царю Небесныи , оутешителю , Душе истинныи , Иже везде сии и вся исполняи, Сокровище благих и жизни Подателю,

прииди и вселися в ны, и очисти ны от всякия скверны, и спаси, Блаже, душа наша (поклон).

- **Трисвятое, по Отче наш** – чтение следующих трех молитв вместе (именуются большой начал) –

Святый Боже, Святый Крепкий, Святый Безсмертный, помилуй нас (3-ды с поклонами).

Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веком. Аминь.

Пресвятая Троице, помилуй нас. Господи, очисти грехи наша. Владыко, прости беззакония наша. Святый, посети и исцели немощи наша. Имени Твоего ради.

Господи, помилуй (3-ды).

Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веком. Аминь.

Отче наш, Иже еси на небесех. Да святится Имя Твое. Да придет Царствие Твое. Да будет воля Твоя, яко на небеси и на земли. Хлеб наш насущный даждь нам днесь. И остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должником нашим. И не введи нас во искушение. Но избави нас от лукаваго.

- **Молитва Иисусова** - Господи Иисусе Христе, Сыне Божии, помилуй нас.

- **Приидите, поклонимся** – Приидите, поклонимся Цареву нашему Богу (поклон).

Приидите, поклонимся Христу, Цареву и Богу нашему (поклон).

Придите, поклонимся и припадем к Самому Господу Иисусу Христу, Цареву и Богу нашему (поклон).

- **Слава** – Слава Отцу и Сыну и Святому Духу.

- **И ныне** – И ныне и присно и во веки веком. Аминь.

- **Слава, и ныне** – Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веком. Аминь.

- **Честнейшую** – Честнейшую Херувим и славнейшую воистину Серафим, без истления Бога Слова рождшую, сущую Богородицу, Тя величаем (поклон).

- **Аллилуия** – 3 – ды – Аллилѹилъ, аллилѹилъ, слава Тебе, Боже (повторяем 3 раза).
- **Достойно есть** – Достойно есть, яко воистинѹ блажити Тя Богородице, присноблаженнѹю и пренепорочнѹю, и Матерь Бога нашего. Честнейшѹю Херѹвим и славнейшѹю воистинѹ Серафим, без истления Бога Слова рождшѹю, сѹщѹю Богородицѹ, Тя величаем (поклон).
- **О Тебе радуется** – О Тебе радѹется, обрадованная, всакая тварь, архангельский собор и человеческий род. О, освященная Церкви, и Раю словесный. Девственная похвало, из неже Бог воплотися, и младенец бысть, иже прежде век сын Бог наш. Дожесна бо Твоа престол сотвори. И Твое же чрево пространнейши небес содела Девице. О, Тебе радѹется обрадованная всакая тварь, слава Тебе (поклон).
- **Глас** – определенный напев, на который возможно пропеть данную молитву при владении навыками церковного пения.

Молитва Ефрема Сирина

(с 17 – ю поклонами)

Господи и Владыко животѹ моему, дѹх ѹныниа, и небрежениа, сребролюбива и празднословива отжени от мене (поклон).

Дѹх же целомѹдриа, смиренна, терпена и любве дарѹи ми рабѹ Твоему (поклон).

Ей, Господи Царю, даждь ми зрети моя согрешениа, и еже не осѹждати брата моего, яко благословен еси во веки, аминь (поклон).

Господи Исѹсе Христе, Сыне Божии, помилѹи мя грешнаго (поклон).

Боже, милостивъ буди мне грешному (поклон).

Боже, очисти грехи моя и помилѹи мя (поклон).

Создавыи мя Господи и помилѹи (поклон).

Без числа согрешихъ, Господи прости мя (поклон).

Посем повторить еще дважды от слов «**Боже, милостивъ**» до конца, сотворих 8 поклонов. В заключение читаем (без поклонов): «**Господи и Владыко**», «**Дѹх же целомѹдриа**», «**Ей, Господи Царю**» и полагаем поклон, семнадцатый по счету.

Келейное правило

По обычном начале:

Став убо на обычном своем месте, сотвори со *смирением сердца, и сокрушенным помыслом поклоны до земли, глаголя сице:*

Боже, очисти мѧ грешнаго, и помилуй мѧ (поклон).

Создавыи мѧ, Господи, помилуй мѧ (поклон).

Без числа согрешихъ, Господи, прости мѧ (поклон).

Боже, милостивъ буди мнѣ грешному (поклон).

Боже, прости беззакония моя и согрешения (поклон).

Пресвятая Владычице моя Богородице, помилуй мѧ и спаси мѧ, и помози ми ныне в жизни сей, и во исход души моея, и в будущемъ веце (поклон).

Непобедимая и божественная сила честнаго и животворящаго Креста Господня, не остави мѧ грешнаго уповающаго на Тя (поклон).

Вся небесная сила, святии ангели и архангели, херувими и серафими, помилуйте мѧ, и помолитесь о мнѣ ко Господу Богу, и помозите ми ныне в жизни сей, и во исход души моея, и в будущемъ веце (поклон).

Ангеле Христовъ, хранителю мой святын, помилуй мѧ и помолись о мнѣ грешнемъ ко Господу Богу, и помози ми ныне в жизни сей, и во исход души моея, и в будущемъ веце (поклон).

Святин великин Иоанне пророче и Предотече Господень, помилуй мѧ и помолись о мнѣ ко Господу Богу, и помози ми ныне в жизни сей, и во исход души моея, и в будущемъ веце (поклон).

Святин славнии апостоли, пророцы и мученицы, святителие, преподобнии и праведнии, и вси святин, помилуйте мѧ. И помолитесь о мнѣ грешнемъ Господу Богу, и помозите ми ныне в жизни сей, и во исход души моея и в будущемъ веце (поклон).

Господи, или словомъ, или деломъ, или помышлениемъ согрешихъ во всей жизни моея, помилуй мѧ и прости мѧ милости Твоея ради (поклон).

Молитва святаго Макария, 1.

Боже, очисти мя грешнаго, яко николиже благо сотворих пред Тобою. Но избави мя от лукаваго, и да будет во мне воля Твоя, да не осужденно отверзѹ уста моя недостойная, и восхваляю Имя Твое святое, Отца и Сына и Святаго Дѹха. Ныне и присно и во веки векомъ, аминь.

Молитва 2. Святаго Исаака Сириянина.

Господи Исѹсе Христе Боже мой, посещали тварь твою, Тебе явлены страсти моя, и немощь естества моего, и крепость супостата моего. Ты Сам Владыко покрый мя от злобы его, занеже сила его крепка, и естество мое страстно, и сила немощна. Ты ѹбо Благии, ведыи немощь мою, иже нося недобътво безсилна моего, сохрани мя от помысла смѹщена и потопа страстей, и достойна мя сотвори, сея службы святыхъ. Да не како в страстех моихъ растлю сладость ея, и обрѹщѹся безстыден пред Тобою и дерзостив. Но милостию си помилѹй мя, яко благословен еси во веки, аминь.

Молитва 3, Святаго Стефана Фивейскаго.

Владыко Господи Исѹсе Христе Боже мой, Ты помощник ми буди, в рѹкѹ Твою аз, да не оставиши мене согрешати, яко прельщен есмь. Да не оставиши мене последовати хотению моему лукавому. Да не оставиши мене погибнѹти во гресех моихъ. оущедри создание твое. Не отверзи мене от лица твоего грех ради моихъ, яко к Тебе прибегахъ. Исцели дѹшѹ мою, яко согрешихъ Ти. Пред Тобою сѹть вси оскорбляющии мя, и ищѹщии дѹшѹ мою изати ю. И несть ми прибежища иного, токмо к Тебе, Господи. Господи, спаси мя милости твоея ради, яко Ты еси Господи сильнии во всѹхъ. Яко твое есть царство и сила и слава, со Отцемъ и со Святымъ Дѹхомъ, ныне и присно и во веки векомъ, аминь.

Молитва 4, святаго Иоанна Златоустаго.

Господи, аще хощѹ, аще не хощѹ, спаси мя. Понеже бо аз яко калъ любовещный, греховнѹю сквернѹ желаю. Но Ты яко благ и всесилен, можеши ми возвратити. Яще бо праведнаго помилѹеши, ничтоже велие. Яще

чистаго спасеши, ничтоже дивно, достойни бо съть милости Твоея. Но на мне паче Владыко окажнем и грешнем и сквернем, удиви милость Свою, покажи благоутробие Свое, Тебе бо оставлен есмь нищии, обнищав всеми благими делы. Господи, спаси мя милости Твоея ради, яко благословен еси во веки, аминь.

Молитва, 5.

Владыко помилуй мя благости Твоея ради, и не остави мене заблудити от Твоея воли. И не отверзи убогих молитвы моея от Твоего лица, но услыши Господи глас молитвы моея, егда молюся Тебе во дни и в нощи, и прими яко избранно кадило. И не возбрани грехов моих ради, благодати Твоея, но спаси мя Имене Твоего ради святаго. Твое бо есть Единого, еже миловати и спасати нас. И Тебе славу возсылаем, Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веком, аминь.

Помолився, и предочистив себе, целуй крест свой, иже носиши на персех своих, знаменався им глаголи: Господи Исусе Христе Сыне Божии, благослови и освяти и сохрани мя, силою Креста живоноснаго Ти.

- Слава Тебе Боже наш, слава Тебе вселенских ради (трижды).
- За молитв...
- Царю небесных...
- Трисвятое, по Отче наш.
- Молитва Исусова.
- Господи помилуй - 12.
- Слава, и ныне.
- Приидите поклонимся - 3-ды.
- Псалом 50-й. Помилуй мя Боже.
- Верую во единого Бога...

Посем молитвы глаголи с поклонами по вышеписанному.

По совершении молитв глаголи:

- Достойно есть...
- Трисвятое, и по Отче наш.

- Молитва Исусова.
- Аминь.
- Тропари, глас 6:

Помилѡй нас Господи, помилѡй нас, всакого во ответа недобѡмѡще, сию Ти молитвѡ яко Владыце, грешнии раби Твои приносим, помилѡй нас Господи помилѡй нас.

Глава.

Господи помилѡй нас, на Тя во ѡповахом, не прогневайся на ны зело, ниже помани беззаконии наших. Но призри на ны яко милосерд, и избави нас от враг наших. Ты бо еси Бог наш, и мы людие Твои, и вси дела рѡкъ Твоею. И Имя Твое призываем.

И ныне.

Милосердия двери отверзи нам благословенная Богородице Дево, надеющихся на Тя не погубнем, но да избавимся Тобою от бед, Ты бо еси спасение родѡ христианскомѡ.

- Господи помилѡй – 40.
- Честнейшѡю (поклон).
- Глава (поклон).
- И ныне (поклон).
- Господи помилѡй, Господи помилѡй, Господи благослови (поклон).
- Отпуст: Господи Исусе Христе Сыне Божии, молитв ради пречистыя Ти Матере, и преподобных и богоносных отец наших, и всех святых, помилѡйи спаси нас, яко Благ и Человеколюбец.
- Господи помилѡй – 3-ды.

Отходные поклоны.

Устав чтения псалтыря с покаянными тропарями

По обычном начале...

- За молитв...(поклон).
- Аминь. Царю небесны...(поклон)
- Трисвятое, и по Отче наш.
- Молитва Исусова.

- **Аминь.** Тропари, глас 6 – **Помилуй нас Господи, помилуй нас;**
Глава. Честное пророка Твоего Господи торжество;
И ныне. Многал премножества ...
- **Господи помилуй** – 40 раз.
- **Глава, и ныне.**
- *И поклонися елико ти мощно* (поклон в землю без крестного знамения).
- Молитва Святей Живоначальной Троице – **«Всесвятая Троице Боже Бодетелю всего мира...»**
- **Приидите поклонимся** – 3 – ды.
- *Постой мало, дондеже утишатся вся чувства; тогда сотвори не вскоре, без лености, соумилением, и сокрушенным сердцем; тихо и разумно совниманием, а неборзяся, якоже и умом разумевати глаголемая:*
- И чтем кафизму первую, псалом: **«Блажен муж...»** и прочая
- На славе чтем:
 - **Глава, и ныне.**
 - **Аллилуйя, аллилуйя, слава Тебе Боже** – 3 – ды.
 - **Господи помилуй** – 3-ды.
 - **Глава, и ныне.**
- **И по первой кафизме чтем:**
- **Глава, и ныне;**
- **Аллилуйя** – 3 – ды;
- **Господи помилуй** – 3-ды.
- **Глава, и ныне.**
- **Трисвятое, по Отче наш.**
- Молитва Исусова.
- **Аминь.**
- Чтем тропари покаянны:
 - **Блаженства и добротства лишихся.**
 - **Глава.** Стужающаго ми разума.
 - **И ныне.** Пречистая Богородице.
- **Господи помилуй** – 50.

- **Слава, и ныне.**
- **Честнейшую херувим** (поклон).
- **Именем Господним благослови отче.**
- **За молитв...**
- **Аминь.** И посем молитва «**Боже Вседержителю...**».
- **Придите поклонимся.**
- Чтем 2 - ую кафизму по подобию первой.
- По совершении неколиких кафизм или всего псалтыря (пророческие песни не чтутся):
- «**Достойно есть.**» или «**О Тебе радуется.**» (поклон).
- **Трисвятое, и по Отче наш.**
- Молитва Исусова.
- **Аминь.** Тропари глас 6: - **Помилуй нас Господи;**
 - **Слава. Честное пророка Твоего;**
 - **И ныне. Многогосподства.**
- **Господи помилуй – 40.**
- **Слава, и ныне.**
- Молитва Ефрема Сирина с 17-ю поклонами (печатаны выше).
- Молитва «**Многомилостиве, и премилостиве Господи**»
- **Честнейшую** (поклон).
- **Слава** (поклон).
- **И ныне** (поклон).
- **Господи помилуй, Господи помилуй, Господи благослови** (поклон).
- Отпуст: «**Господи Исусе Христе...**» (поклон).
- **Аминь.**
- **Господи помилуй – 3 – ды.** *Отходные поклоны* («начал»).

Издание Самарской Старообрядческой общины ДПЦ. 2002 г.
 Под общей редакцией Половинкина П. В.
 Тираж 1000 экз.