**1.2. Перечень самых распространенных грехов.**

Согрешил(а) суеверием (вера снам, приметам, гороскопам...). Вызывал(а) духов. Обращением к "бабкам" (заряжал воду, приворот, порча, сглаз и тд.) или экстрасенсам. Понуждал(а), советовал(а) другим людям к ним обращаться. Пил(а) и ел(а) наговоренное ворожеями и экстрасенсами. Осквернял(а) себя уринотерапией. Гаданием на картах (обычные карты, таро и др.). Сам(а) занимался приворотом, ворожбой и т.п. Боюсь колдунов больше чем Бога. Кодированием. Посещением сектантских, оккультных собраний. Занятием йогой, медитацией и другими «духовными» практиками («нирвана» - это самоуничтожение собственной личности. Так же в восточных практиках присутствует призывание потусторонних сил в «мантрах», что приводит к душевным и психическим расстройствам, галлюцинациям, а иногда и к беснованию). Увлечением «черной» или «белой» магией, восточными религиями, оккультизмом, спиритизмом или сатанизмом. Чтением и хранением оккультной, языческой или магической литературы: магия, хиромантия, гороскопы, сонники, пророчества, литература религий Востока.

*Все это приводит к общению с падшим миром демонов, душевным и телесным заболеваниям, различным «неудачам» и иногда к одержимости.*

Согрешил(а) перед Богом: слабой верой (сомнениями в том, что Бог есть). Не имею к Богу ни страха, ни любви. Редко исповедуюсь, каяться не умею, грехов не вижу, особо и не стараюсь узнать, что греховно, вредно для души, а что спасительно и полезно. Не знаю и не исполняю заповеди, особенно те, которые касаются Богопочитания, не готовлюсь предстать на Суд Божий, и вообще равнодушен(на) в отношении к вере, к Богу и своей участи в вечности. Не ношением нательного креста. Ношением обуви с крестами на подошве. Неблагоговейным обращением со святой водой, с предметами и литературой, на которых было написано имя Божие и другими церковными святынями.

Пристрастием к развлечениям, азартным играм и зрелищам: казино, игральные автоматы, карты (*Атмосфера карточной игры как минимум нескромна, а чаще просто неприемлема для христианина и, как ни плачевно, такая игра сродни издевательству над страданиями Христа Спасителя, т.к. карточные «масти»: буби», «трефы», «крести»… - это древнехристианские символы, обозначающие собой разные орудия пытки Христа).* Пристрастием к компьютерным играм, социальным сетям, телевизору (иногда не могу остановить себя). Посещением ночных клубов, питейных заведений, упиванием допьяна, сквернословием, курением, употреблением наркотиков.

Чтением сладострастных книг, рассматриванием в интернет, книгах, журналах, фильмах эротического бесстыдства. Смотрел(а) блудные фильмы, игры, зрелища, непристойные танцы. Сам(а) принимал(а) участие в них. Стремлением к соблазнению лиц противоположного пола. Услаждался(алась), разжигался блудными мечтами или воспоминаниями прошлых грехов. Похотным воззрением и вольным обращением с лицами другого пола. Нарушением супружеской верности, блудом (половая связь до брака), блудным сожительством («гражданский» брак, когда мужчина и женщина, не желая взять на себя груз взаимной семейной ответственности, проживают совместно или просто имеют постоянные телесные интимные отношения без заключения законного гражданского брака), противоестесственным удовлетворением похоти, блудными извращениями\*\*.

*\*\*Приведенных грехов в современном мире редко кому-то удается избежать. Каяться в них нужно без всякого стыда, т.к. они наносят серьезный вред нашему здоровью и здоровью наших детей, резко снижают иммунитет, портят нашу генетику, эти грехи являются причиной не только венерических заболеваний, блуд и половые извращения являются одной из главных причин заболеваний СПИДом и раком. Современная открытая пропаганда блуда и извращений в СМИ направлена на уничтожение личности и разложение общества через разрушение крепкой семьи.*

***Причащение Тела и Крови Христовых, с неисповеданными по ложному стыду или забвению грехами, заканчивается серьезными психическими расстройствами, заболеваниями, а иногда и смертью. Об этом предупреждал апостол Павел, говоря: «От того многие из вас немощны и больны, и немало умирает» (1 Кор., 11, 30). Кроме того, неисповеданные грехи вызывают необъяснимую тяжесть в душе, переходящую в отчаяние, и могут довести до самоубийства. Важно знать также, что лицемерная исповедь, с намерением, как и прежде, вести порочную жизнь в надежде покаяться «потом», не принимается Богом, хотя над головой человека и будет прочитана разрешительная молитва.***

Согрешил(а) тем, что своими словами, поступками, манерой одеваться соблазнял(а) на грех других людей. Желая нравиться и прельщать красилась (не просто для того, чтобы следовать принятому обычаю, а именно для соблазнения и попытки себя сделать красивее, чем есть на самом деле). (*Соблазнение – грех, т.к. оно пробуждает и укореняет в душе низменные чувства, которые не совместимы с чувством ответственности, которые требуются от людей в браке. Господь говорит: «Кто соблазнит одного из малых сих, верующих в Меня, тому лучше было бы, если бы повесили ему мельничный жернов на шею и утопили…(Мф.18:6)*

Убивал(а) своих или чужих детей (аборты). Советом, принуждением других сделать аборт (*Принуждающие женщину делать аборт, или молчаливо согласившиеся на аборт – это тоже соучастники детоубийства).* Грехом также является экстракорпоральное оплодотворение (ЭКО).В случае с ЭКО греховность поступка заключается в сознательном или же неосознанном подвержении риску гибели искусственно зачатого младенца (риск гибели младенца при ЭКО очень значительный). Не говоря уже о случаях уничтожения «лишних» или «консервации» при ЭКО эмбрионов, т.е. младенцев, жизнь которых уже началась, они все уникальны с самого момента оплодотворения.

Употреблением гормональных и иных абортивных противозачаточных средств (*Спирали и гормональные контрацептивы убивают уже зачатый плод на самой ранней стадии. А значит это тот же аборт (убийство малыша), только без операции, а с помощью вытравливания или отторжения от питательных веществ).*

Был(а) причиной семейных скандалов, оскорблял(а) домашних. Не желанием нести совместные обязанности по воспитанию детей и содержанию хозяйства, тунеядством, пропиванием денег, сдаванием детей в детдом. Непокорностью родителям, старшим и начальникам, оскорблением их. Небрежным уходом за престарелыми (больными) родителями, родственниками (оставлял(а) без присмотра, пищи, денег, лекарств, сдал(а) в дом престарелых).

Капризами, упрямством, прекословием, своеволием, самооправданием. Небрежно относился(лась) к своей работе (общественной должности). Свои таланты и общественное положение (работу) использовал(а) не к пользе людей, а для личных выгод. Расхищал(а) государственную и коллективную собственность. Даванием и принятием взяток, вымогательством. Притеснением подчиненных; Не оказывал посильную помощь ближним и малоимущим, не защищал(а) церковные святыни, отказывал(а) без уважительной причины в помощи при строительстве и ремонте храмов и монастырей, уборке церковной территории или иной помощи), отказом в помощи нуждающимся, скупостью, жадностью.

Согрешил(а); губил(а) души своих детей, готовя их только для земной жизни (не учил(а) о Боге и вере, не прививал(а) им любви к церковной и домашней молитве, посту, послушанию, не воспитывал(а)чувство долга, чести, ответственности, не смотрел(а) что читают, с кем дружат, чем занимаются, как ведут себя.). Наказывал(а) их слишком жестоко (вымещая злобу и раздражение, а

не для исправления, обзывал(а), проклинал(а). Своими грехами соблазнял(а) детей (руганью, сквернословием, сплетнями, просмотром безнравственных телепередач и тд.).

Согрешил(а): Ропотом на свою жизнь, на людей, на Бога. Малодушием, унынием, печалью, ожесточением сердца, отчаянием, мыслями о самоубийстве, попыткой самоубийства, осуждаю живых и мёртвых, а своих грехов не вижу. Пустыми шутками, сплетнями, празднословием. Рассказом и слушанием пошлых или кощунственных анекдотов (о Боге, Церкви и священнослужителях). Призыванием имени Божия всуе (без нужды, в пустых разговорах, шутках). Осуждением священников, монахов. Слушанием и пересказом сплетен о священнослужителях и Церковных делах, особенно негативных, что отводит людей от Бога. Разглашением чужих грехов и слабостей, клеветой, распространением худых слухов, сплетен. Ложью, обманом, неисполнением обещаний, клеветой. Божбою, лживой клятвой, лжесвидетельством на суде. Несправедливым судом (оправданием преступников и осуждением невиновных).

Согрешил(а): воровством, сребролюбием (пристрастие к деньгам и богатству, стремлением заработать любым путем, исканием легких денег). Неуплатой долгов. Жадностью, скупостью на милостыню (а на прихоти или суетные развлечения трачусь не скупясь). Корыстолюбием (стремлением из всего извлекать доход, деланием чего-либо исключительно ради получения выгоды). Губил(а) души людей, торгуя водкой, сигаретами, наркотиками, противозачаточными средствами, нескромной одеждой, бесстыдными фильмами, литературой и тд. Обсчитывал(а), обвешивал(а), выдавал(а) плохой товар за хороший и тд. Самолюбием, завистью, подозрительностью, злорадством, лестью, лицемерием, лукавством, человекоугодием, обманывал(а). Слушал(а) злословие с удовольствием и согласием. Одобрением и оправданием своих и чужих грехов. Принуждением других ко греху (солгать, украсть, подглядеть, доносить, пересказывать, подслушать, выпить спиртное, закурить и тд.). Деланием добра напоказ, желанием славы, благодарности, похвал. Исканием любыми средствами первенства и уважения... Занятиями профессиональным спортом из греховных побуждений (ради славы, внимания окружающих, денег, разбоя (напр. рэкетирство). (*Профессиональный спорт опасен тем, что может повредить здоровье и погубить душу развитием в ней гордости, тщеславия, ложного превосходства, презрения к окружающим, жажды обогащения*).

Хвастовством, любованием собой (умом, внешностью, способностями, одеждой и тд). По гордости унижал(а) ближних насмешками. Смеялся над нищими, калеками, чужим горем. Согрешил(а) гордостью, обидчивостью, злопамятством, мстительностью, ненавистью, непримиримостью, враждой, вспыльчивостью, гневом. Грубым обращением с ближними. Наглостью и дерзостью (лез(ла) без очереди, толкался(лась). Руганью (в том числе матерной, с упоминанием нечистой силы), рукоприкладством, избиванием, убийством. Покупкой прав на вождение, нарушением правил дорожного движения, вождением автомобиля в нетрезвом виде (чем подвергал опасности свою жизнь и людей). Причинением вреда ближнему. Не защитой слабых от насилия. Жестокостью к животным.

Оправдываю свои грехи ссылаясь на житейские нужды, болезнь и телесную слабость, и что меня в молодости никто не научил вере в Бога. Будучи неверующим(ей), совращал(а) в неверие людей. Посещал(а) места безбожия (мавзолей, атеистические мероприятия). Хулой на Бога и на всякую святыню. Называл(а) животных именами святых: "Васька", "Машка" и тд.

Согрешил(а): редким посещением храма. Во время женской нечистоты дерзала прикасаться к святыне и тем более участвовать в таинствах (крещение, венчание, причастие, соборование) (у мужчин после ночного осквернения и без исповеди).

Редко (очень давно или никогда) не был(а) на исповеди и Причастии. Совершив грех, не укорял(а) себя и не каялся(лась) (этим доводил(а) душу до окамененного нечувствия). К Причастию дерзал(а) приступать без должной подготовки (не читая каноны и молитвы, утаивая и умаляя грехи на исповеди, без поста, особенно нечистый грех - нарушение двухдневного супружеского воздержания перед Причастием и однодневного после Причастия, дерзостью приступать к таинству в таком невоздержании, во вражде или обиде на кого-либо). Подходил(а) ко Причастию, имея неприязнь на ближнего. Небрежным изображением на себе крестного знамения, неблагоговейным почитанием св. икон и святынь. Малодушным молчанием, когда при мне богохульствовали, стыдом креститься и исповедовать веру в Бога при людях (это один из видов отречения от Христа). О Боге говорил(а) неблагоговейно.

Согрешил(а): Пресыщением в пище и питье, ел(а) беспорядочно (по ночам, «кусочничал»), лакомством (пристрастие к сладкому и тп). Ел(а) кровь животных (гематоген, мясо или колбасу с кровью и тд). Усопших поминал(а) с водкой. Пристрастной, болезненной любовью к детям, мужу(жене), вещам, занятиям. Стремлением влюбить в себя, обладать кем-то или чем-то. Ленью к труду и ко всякому доброму делу. Холодной и бесчувственной исповедью. Нераскаянием, нечувствием и забвением своих грехов. Нет твёрдой решимости исправить свою жизнь. Каюсь, что оскорблял(а) Бога своими грехами, искренно об этом сожалею и буду стараться исправиться.

**Каждый грех*,*  перечисленный выше и совершенный после последней исповеди (в том числе совершенный только мысленно)*,* а также никогда ранее не исповеданный или забытый*,* но вспомнившийся теперь*,* необходимо выписать и на исповеди прочитать самостоятельно или отдать прочитать записи священнику (в этом случае нужно писать разборчиво).**