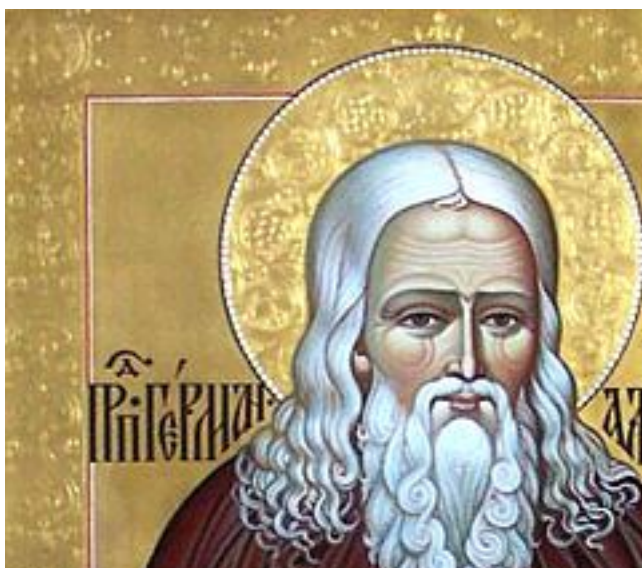


# Правило Суточное

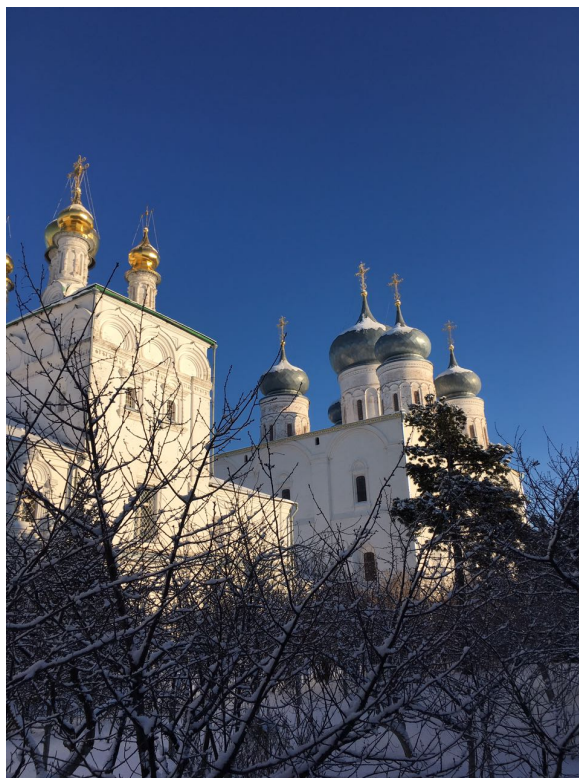
2020



*Устав суточного круга Русской Православной Церкви от XIX  
века и ранее; от наших предков своим потомкам....*

*Для жаждущих затвора и уединения пустынного.*

# ДЛЯ НАЧАЛЬНЫХ



От древности сутки делятся на две половины:

Ночь – с 18 часов вечера до 6 утра.

День – с 6 утра до 18 часов вечера.

Но для удобства приводим ниже современное счисление времени (хотя в богослужебных книгах время дается как в древности).

Существует два варианта суточного Устава: книжное и правило Иисусовой молитвы. Книжное: кто ведет службу по богослужебным книгам: *Часослов, Октоих (2 тома), Цветная Триодь, Постная Триодь, Минеи, Псалтырь.*

## **1) Вечерня:**

*творится в 16-18 часов*

Миряне творят начало со слов: *Молитвами святых отец наш, Господи Иисусе Христе Боже наш, помилуй нас! Аминь!*

И далее: по Часослову: псалом 103, соответствующая Кафизма данного дня; Господи воззвах...Свете Тихий...Прокимны дня...Сподоби Господи...Стихиры тиховны... Ныне отпущаеши...Трисвятое...Тропарь праздника или дня или святого...Буди имя Господне...(трижды) и псалом 33...Отпуст: Молитвами святых отец наш...

Если не ведаем книжной грамоты, то вменяется за вечерню следующее молитвословие, которое подчас называется просто – одна Молитва:

*Молитвами святых отец наш, Господи Иисусе Христе Боже наш, помилуй нас! Аминь!*

*Царю Небесный... (во время праздника Святой Пасхи – Христос воскрес!..трижды)...Трисвятое...12 раз Господи помилуй! Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь...*

*Приидите, поклонимся Цареве нашему Богу!*

*Приидите, поклонимся и припадем Христу Цареве нашему Богу!*

*Приидите, поклонимся и припадем Самому Христу, Цареве и Богу нашему!..*

*50 псалом...*

**25 земных поклонов и 100 Иисусовых молитв** (которые можно сопровождать поясными поклонами).

Затем:

*Достойно есть...(во время праздника Святой Пасхи – Ангел вопияше Благодатней... Молитвами святых отец наш, Господи Иисусе Христе Боже наш, помилуй нас! Аминь!*

От Святой Пасхи до праздника Пятидесятницы вместо земных делаем поясные поклоны.

## **2) Повечерие:**

*творим в 19-20 часов.*

Как малое, так и великое повечерие (в Великий пост) творим строго по Часослову с прибавлением канонов Божией Матери (по соответствующему гласу Октоиха) и седмичный.

Или же делаем только:

**12 земных поклонов и 50 Иисусовых молитв.** За канон седмичный канон **5 земных поклонов и 50 молитв**; за Богородичен канон – **12 земных поклонов и 50 Иисусовых молитв.**

*Итого за все повечерие (как и за вечерню):*

**29 земных поклонов и 150 Иисусовых молитв.**

### **3) Полунощница:**

*в период от 23 до 1 часу ночи (лучше: в полночь).*

В Часослове имеются службы вседневные и субботние. Воскресная также, но канон Пресвятой Троицы строго по гласу *Октоиха*.

Или же творим (подобно за вечерню):

**25 земных поклонов и 100 Иисусовых молитв.**

### **4) Утренняя:**

**начинаем от 4 до 6 утра**

Начинать Утреню следует с *двупсалмия*, затем *Шестопсалмие*; две или три соответствующих дню *кафизмы*; *50 Псалом*; канон Пресвятой Троицы (соответствующего гласа), канон святого или праздника или дня; окончание Утрени по Часослову. Окончание – отпуст, как на вечерне. Службу творим по *Октоиху*, *Триодям* и *Минеям*.

Или Не для книжных (подобно за вечерню):

Творим **50 земных поклонов и 300 Иисусовых молитв.**

### **5) Первый Час:**

совершается по Часослову в 7 утра.

Или (подобно за вечерню):

**7 земных поклонов и 50 Иисусовых молитв.**

### **6) Третий Час:**

совершается по Часослову в 9 утра.

Или (подобно за вечерню):

**7 земных поклонов и 50 Иисусовых молитв.**

### **7) Изобразительные:**

Совершаем по Часослову после Первого или Третьего часа.

Или (подобно за вечерню):

**25 земных поклонов и 100 Иисусовых молитв.**

**8) Шестый Час:**

совершается по *Часослову* в **12 часов дня (в полдень)**.

Или (подобно за вечерню):

**7 земных поклонов и 50 Иисусовых молитв.**

**9) Девятый Час:**

совершается по *Часослову* в **15 часов**.

Или (подобно за вечерню):

**7 земных поклонов и 50 Иисусовых молитв.**

**Во всю Светлую седмицу Святой Пасхи** творим *Пасхальные Часы каждый час!* Правило Суточное обыденное опускается. Начинаем обычное Правило с недели Антипасхи или Фоминой.

# Для совершенных

После освоения Суточного Правила можно приступать к следующему образу молитвенной жизни. Ибо всякий христианин стремится к постоянной молитве. Высшим правилом уединенной жизни можно назвать **правило святого прп. отца нашего Пахомия Великаго** (см. *Канонникъ*. Киево-Печерская Лавра. 1868 г. лист 139):

*Ночью:* 12 Молитв.

*Днем:* 12 Молитв.

Каждая молитва начинается с *Трисвятаго* и *50 Псалма*, затем: 100 *Иисусовых молитв*, и заканчивается *Достойно есть...* и отпуст (подобно за вечерню).

Но это Правило уже можно назвать так: *для совершенных...*



## О кафисмах во все лето. (Глава 17 Типикона).

[Гл̄а̄ з̄и] Ѡ ст̄ихологіахъ,

ка́къ до́лжно ѣ́сть глаго́лати во вѣ́ лето. Ѡ́ недѣ́ли а́нтіпа́схи, ѣ́же ѣ́сть дѡмни́а, ѡ́ до ѡ́дани́а воздвѣ́женіа ч̄тн́агѡ ѡ́ жнвотворѣ́щагѡ кр̄ст̄а г̄дн̄а. начи́наемъ ст̄ихологіа́ти ѱалтѣ́рь е́ще:

Въ ѡбѣ́отѣ́ свѣ́тлыа недѣ́ли вѣ́чера, глаго́лемъ а́н ка́дѣ́мѣ, б̄л̄же́нъ м̄ѡжъ: Въ недѣ́лю на о́утрени, ка́дѣ́ма б̄\_а, г̄\_а: а́ з̄и ка́дѣ́мы въ е́ю недѣ́лю не глаго́лемъ, за́неже по́етъ полвѣ́лей. Въ про́чыа же во́скр̄сныа дн̄и, е́гда не по́етъ полвѣ́лей, на о́утрени глаго́лемъ ка́дѣ́мѣ з̄и съ тропар̄и е́а. [зр̄и] Я́ще же прилѡ́читъ въ недѣ́лю пра́здникъ г̄д̄к̄ӣн, ѡ́лн̄ вѣ́цы, ѡ́лн̄ пра́зднѣ́магѡ е́та́гѡ, по двѣ́ ка́дѣ́махъ, полвѣ́лей, ѡ́ по велича́нїи, не пѣ́вше с̄ла́ва, ѡ́ ны́нѣ, ѡ́ а́ллилу́їа, поёмъ тропар̄и, Я́ггльск̄ӣн собо́ръ: ѡ́ по е́ктенїи, е́дѡльны пра́здника, ѡ́лн̄ е́та́гѡ. Въ недѣ́лю вѣ́чера, во вѣ́ годъ ни́когда́же глаго́летъ ѱалтѣ́рь. Я́ще же прилѡ́читъ пра́зднество́, то́гда поёмъ: б̄л̄же́нъ м̄ѡжъ, пѣ́рвыи а́нтіфѡ́нъ.

Въ поне́дѣльни́къ на о́утрени, ка́дѣ́ма д̄\_а, е́\_а. На вѣ́черни, ка́дѣ́ма э́\_а.

Во вто́рни́къ на о́утрени, ка́дѣ́ма з̄\_а, ѡ́\_а. На вѣ́черни, ка́дѣ́ма д̄\_а.

Въ сре́дѣ́ на о́утрени, ка́дѣ́ма г̄\_а, а́\_а. На вѣ́черни, ка́дѣ́ма б̄и.

Въ четве́рто́къ на о́утрени, ка́дѣ́ма г̄и, д̄и. На вѣ́черни, ка́дѣ́ма е́и.

Въ пѡто́къ на о́утрени, ка́дѣ́ма д̄и\_а, к̄\_а. На вѣ́черни ка́дѣ́ма ѡ́и.

Въ ѡбѣ́отѣ́ на о́утрени, ка́дѣ́ма э́и, з̄и.

На полѣнощницѣ же въ понедѣльникъ, во вторникъ, въ сре́дѣ, въ четверто́къ, въ пѣто́къ, во вѣсь годъ глаго́лемъ ка́дѣмъ ѿ: Бл́женн непоро́чнн: Въ ѿбѣвѣтѣ же на полѣнощницѣ, ввсгд̀ глаго́лемъ ка́дѣмъ ѿ: Тебѣ подова́етъ:

По ѿдѣнн же воздвѣженн чети́нагѡ крѣта̀, ѿ кѣ днѣ мѣсѣца септѣмвріа, до кѣ днѣ мѣсѣца декѣмвріа, начина́емъ ѿалтѣръ глаго́лати снце:

Въ ѿбѣвѣтѣ на вечернн, ка́дѣма ѿла, бл́женъ мѡжъ:

Въ недѣлю на оутрени, ка́дѣма бла, гла: Прилагѣемъ же н полѣленъ, снрѣчь многомлѣтнво: ѿаломъ рѣд: Хвалите ѿмла гдне: н рѣе: Неповѣдайтея гдѣвн: Н ѡвѣ тропарн, ѡггльскн соборъ: Н ѡпакон глаго. ѡще ли бѣдетъ гдѣкн прѣздникъ, нлн вѣцы, нлн нѣкн стѣн прѣзднѣемн въ недѣлю, тогда по ѿалмѣхъ, Хвалите ѿмла гдне: н Неповѣдайтея гдѣвн: Прѣздника велчѣаннѣ, н ѿаломъ нзѣраннн, н тропарн, ѡггльскн соборъ: н сѣдальны прѣздника.

Въ понедѣльникъ по воздвѣженн на оутрени, ка́дѣма ѿла, ѿла, ѿла, ѡ на вечернн во вѣсѣ седмнцѣ глаго́лемъ ка́дѣмъ, нн.

Во вторникъ на оутрени, ка́дѣма ѿла, нла, ѿла.

Въ сре́дѣ на оутрени, ка́дѣма гла, ѡн, бн.

Въ четверто́къ на оутрени, ка́дѣма гн, дн, ѿн.

Въ пѣто́къ на оутрени ка́дѣма ѿн, кла.

Въ ѿбѣвѣтѣ на оутрени, ка́дѣма ѿн, ѿн.

Ѿгда же прилѣчнтелъ въ тѣ днн прѣзднѣетѡ, въ ннхже глаго́летъ на оутрени по г ка́дѣмы, н тогда глаго́лемъ на оутрени двѣ ка́дѣмы, ѡ гн рѣдовѡю на вечернн. Гѡкѡ во вѣемъ ѡбщемъ оутѣвѣ, ѡ кѣгѡ днѣ септѣмвріа мѣсѣца, повелѣва́етъ начина́ти на оутрени трн ка́дѣмы: здѣ же ѡ недѣлн, ѡже по воздвѣженн, ѿже н мннть мн гла н попрнлѣжнѣнше, ѡкѡ да ѡ недѣлн нача́ло взѣмлетъ ѿалтѣръ. ѡще ли оутѣвѣ прѣжде кгѡ, нлн по кмъ днн бѣдетъ недѣла, всѡкѡ н ввсгд̀ ѡ понедѣльнннн начина́емъ г ка́дѣмы.





[Зрѣ] ѿгда же слѣдуетъ праздникъ бѣговѣщеніа пророка въцѣ въ четвертокъ елѣ ѣ недѣли, и тогда великій канонъ предлагаетъ на вторникъ. ѿлтиръ же глаголетъ еще:

Въ понедѣльникъ на утрени, каѣма д̄, е̄, ѡ̄. На а̄мъ чарѣ, каѣма з̄. На чарѣхъ каѣма н̄, д̄, і̄. На вечерни, каѣма а̄.

Во вторникъ на утрени, каѣма б̄. На чарѣхъ каѣма г̄, д̄, е̄. На вечерни каѣма ѡ̄.

Въ среѣдѣ на утрени, каѣма ф̄, к̄, а̄. На а̄мъ чарѣ каѣма б̄. На чарѣхъ каѣма г̄, д̄, е̄.

Въ четвертокъ на утрени, каѣма ѡ̄, з̄, н̄. На а̄мъ чарѣ каѣма д̄. На чарѣхъ каѣма і̄, а̄, б̄.

Въ пятокъ на утрени, каѣма г̄, д̄, е̄. На чарѣхъ каѣма ф̄, к̄. На вечерни каѣма н̄.

Въ субѡтѣ на утрени, каѣма ѡ̄, з̄. И такъ исполнитъ оуставъ ѿлтиръ.

[Зрѣ] Подобаетъ бѣдати, какъ глаголати ѿлтиръ во стѣхъ великѣхъ седмицѣхъ строгихъ недѣли. Извѣстно же да бѣдетъ, какъ во стѣхъ великѣхъ седмицѣхъ иже единою совершаема ѿлтиръ въ цркви. Стѣхологиюетъ же еще:

Въ субѡтѣ лѣзаревѣ на вечерни, каѣма а̄.

Въ недѣлю цвѣтнѣхъ на утрени, каѣма б̄, г̄.

Въ понедѣльникъ на утрени, каѣма д̄, е̄, ѡ̄. На а̄мъ чарѣ каѣмы нѣсть. На чарѣхъ каѣма з̄, н̄. На д̄мъ чарѣ каѣмы нѣсть. На вечерни каѣма н̄.

Во вторникъ на утрени, каѣма д̄, і̄, а̄. На а̄мъ чарѣ каѣмы нѣсть. На чарѣхъ каѣма б̄, г̄. На д̄мъ чарѣ каѣмы нѣсть. На вечерни каѣма н̄.

Въ среѣдѣ великѣхъ на утрени, каѣма д̄, е̄, ѡ̄. На а̄мъ чарѣ каѣмы нѣсть. На чарѣхъ, каѣма ф̄, к̄. Въ тѣже среѣдѣ на вечерни, каѣма н̄, безъ поклѡнвѣ. И такъ ѡлагаетъ ѿлтиръ до

ЅБЕЎТЫ ДАМННЫ. ТОКМА ПОЁМЪ БЪ ЅБЕЎТЪ БЕЛІКЪЮ НА ОЎТРЕННІ КЛАДЦЬМЪ ЗІ-Ю, СЪ ПРИП'ЬБЫ НА ТРИ  
СТАТІН, ПІІАНО БЪ ТРІЎДН.



# О пище и питии в течение года.

*Типикон (Типик): в главе 35 записано «разсуждение о ястии и питии».*

В неделю и в Господские праздники (двунадесятые) подобает на обед иметь три ядения (три блюда, по-нашему: первое, второе и третье). А вечером – только два .

В прочие дни седмицы: вторник, четверток и суббота: обед – из двух блюд; вечером – одно.

Вино должно подаваться только в неделю (воскресение) и в Господские праздники, или другие дни ради утешения. *Черпати* тогда потребно по одной или по две чаши, максимум – три. Но по Уставу – только одна! В остальных случаях ради нужды (по болезни, немощи, погоды ради). Чаша – красовуля (200 гр. вместимостью; у некоторых – 300 гр.).

Великий же Симеон чудотворец говорил: *Похвала монаху не пить вина вообще. Если и пьет ради немощи тела своего, совсем мало да испивает!*

Подаваться должны и масло, и яйца, и сыр. Сыр – по три онгии, т.е. унции (а унция – 34 гр.). Масло вливается в варение (вареную пищу).

*По окончании Пятидесятницы*, от *Всех святых* Петрова поста до апостольского праздника полагается вкушать пищу следующим образом:

В 9-й час (в 15 часов по-нашему) во вторник и четверток одно варение без масла; и еще – сухоядение.

В понедельник, среду и пяток – сухоядение: литра хлеба (340 гр.) и с ним подобные (ягоды, фрукты, овощи).

В субботу и неделю – два ядения; если есть рыба – вкушаем рыбу. Подается варение с елеем.

*От праздника святых апостолов Петра и Павла до поста Успения Божией Матери* кушаем по вторникам и четвергам дважды в день по два ядения; в среду и пяток – однажды в день в 9 часов (в 15; естественно постный стол).

Кстати, в *Житии* прп. Пахомия Великого глаголет ангел ему: *в общежительных монастырях дабы монахи вкушали не ранее 9 часа...*

В свои келлии монахам брать что-либо с кухни или трапезной не полагается!

Блюда монашеских кушаний должны состоять из: бобов, соевицы, гороха (по полной миске каждому).

В сухоядение должны входить стафиды винограда сушеного (т.е. изюм), маслицы (маслины) и ягоды винные сухие (иной вид изюма; или и сам виноград). На каждый день: маслин полная чашица и изюма; 6 орехов; смокв 8 средних (или малых и больших соответственно). Овощи вкушаем и сырые, и вареные и сухие. Зелень также, в том числе и квашеную капусту. Вкушаем и фаву (фаво) – каша из гороха и бобов, репу с уксусом и подобные им продукты, применяемые в постные дни.

Сокоядение и сухоядение – всему и каждому надо знать меру, как и потребление вина.

В субботы подобает ставить трапезу в 5 час (11 утра) с двумя блюдами или еще что-либо, если Бог пошлет.

В неделю же вкушаем в 3-й час (в 9 утра) два варения, если что пошлет Христос – вкушаем и это. В 9 утра – потому что к этому времени заканчивается всенощная служба воскресного дня (как это наблюдаем в некоторых православных монастырях Востока).

Вечером вкушать в субботы не следует, разве (в виде исключения), потому что монахи вкушают хлеб, вино и елей на вечере после литии...

В средние праздники обедаем в 6-й час (в полдень) и вечером. Если день постный – то и постная еда, можно и сухо *ясти*; будет варение – вкушаем вареную пищу.

В малые же праздники подобает *ясти* в 9-й час (в 15). Если не среда и пяток – варения с елеем; а иначе – постная же пища.

### **От правил святых апостолов о 40-це.**

*В первую, Чистую, седмицу* стараемся поститься, не вкушая ничего, до среды, а кто может: до пятка. На Святой Горе всегда был строгий пост в Чистый Понедельник, а во вторник,

среду, четверток и пяток – по литру хлеба и воду (можно с солью). Литр – 340 гр. Пьем и сок с медом.

**В пяток** по канону св. вмч. Феодору Тирону на трапезе вкушаем и вино и елей ради святого. Так было принято в Лавре св. Саввы Освященного; в иных монастырях: едим варение без елея, иные вкушают сухоядение.

На трапезе в субботу читаем похвальное слово св. вмч. Феодору Тирону, написанное свт. Григорием Нисским. Вкушаем бобы обваренные с маслинами белыми и черными, варение с елеем. Вина испиваем по красовуле ради святого великомученика. (так поступали в Лавре св. Саввы).

Следует помнить, что **в Великий пост рыбу едим только дважды**: в праздник Благовещения и Цветоносную (Вербное воскресенье).

**В неделю** на трапезе едим варение с елеем; аще же прилучится: пьем вино в славу Божию, по две чаши, так же и вечером – еще две.

Никаких особых указаний, что и как вкушать в будние дни иных седмиц в Типиконе не сказано. В настоящее время издается множество различных календарей, где рекомендуется сухоядение только по средам и пяткам. В остальные дни – варения (некоторые допускают даже вкушение елея). На самом деле: если у нас так называемые *Аллилуйные службы*, то положено **только сухоядение или варения без елея**. При чем вкушение пищи – не ранее 9-го часа (после 15 часов вечера); единожды.

**На Великий канон в четверток пятой седмицы (стояние прп. Марии Египетской)** разрешается варение с елеем и испивается две чаши вина (красовули).

**В субботу Акафиста Пресвятой Богородицы** на трапезе едим два варения с елеем и пьем вино, благодаряще Пресвятую Владычицу нашу Богородицу о бывшем от *Нея чудеси*.

То же творим и **на праздник Благовещения**, вкушая рыбу.

*В Лазареву субботу* вкушаем варение с елеем, пьем вино и, если есть икра рыба, то каждому брату подается ее по три онгрии (унции) – почти по 100 гр.

*В неделю ваий* бывает Литургия Златоуста. На трапезе едим рыбу и вино пьем, *благодаряще* Бога.

*На Страстной седмице* в Великий Понедельник, во Вторник и в Среду подобает поститься (то есть не вкушаем никакой пищи).

*В Великий Четверток* едим варение с елеем, пьем вино и вкушаем сухоядение. Типик Студийской обители повелевает есть одно варение, сочиво, отварные бобы и пить вино; Типик(он) Святой Горы повелевает два варения с елеем и вина по три чаши. Впрочем, как рассудит настоятель, зря свою о Христе братию к душеспасительной пользе.

*В Великий Пяток* подобает поститься.

*В Великую субботу* в трапезной едим пол-литры хлеба, по шесть смокв или фиников, и по единой чаше вина. Где же нет вина испивает братия квас от меда или от жита (пиво).

Святые апостолы и отцы наши святые заповедали до *куроглашения* говеть верным (т.е. до тех пор как не отойдет Пасхальная служба). 6-й Собор до полунощи повелевает не вкушать ничего после трапезной, если только немного хлеба, овощей и вина.

**P.S.**

Сии требования Устава, как мы видим, относятся сугубо к монашеской жизни. Поэтому естественно, что вкушение пищи и питья строго привязано к той или иной церковной службе. Молясь в храме и келлиях, куда сподручнее и даже легче переносить тяготы того же Великого поста. Устава говения и пощения мирян в нашей Церкви нет. Поэтому и происходит такая разногласия в издаваемых календарях на тот или иной год.

Мирянам в наше время приходится трудиться на своих рабочих местах в течение всего поста; ни государство, ни хозяева предприятий, заведений практически не признают Устава Церкви Христовой, хотя сами же говорят, что они якобы православные... Таким образом, ни

Страстная, ни даже дни Пасхальные не являются днями отпускными. Поэтому мирянину практически не понести трудов монашествующих.

Но Господь устрояет все премудро. Было бы наше желание и дерзновение как можно полнее послужить Самому Богу! Потому что – напомним! – уложения о Великом посте и иных постах идет от времен апостольских, когда и о монашестве еще не было слышно! Так заповедано, таким образом, от времен начала Новозаветной Церкви Христовой.

Кто же может понести тяготы Великого поста, ужели лишь монашествующие?! Не надеющийся на себя...

Но всякий, исполняющий волю Божию!

Ибо

Великий пост – истинно время рыданий, покаяния, усвоение своей немощи и умоление Бога за себя и ближних! Каждый – на своем месте. И если кто-то или что-то мешает нам идти путем спасения, к Царствию Небесному, то следует изменить и условия своей жизни: не прилепленными быть к земному, а стремиться к единому на потребу: к своему спасению и Царствию Божию!

Все, что мешает мне в этом – должно быть отринуто, как чуждое.

«37 Кто любит отца или мать более, нежели Меня, не достоин Меня; и кто любит сына или дочь более, нежели Меня, не достоин Меня; 38 и кто не берет креста своего и следует за Мною, тот не достоин Меня. 39 Сберегший душу свою потеряет ее; а потерявший душу свою ради Меня сбережет ее» (Мф.10:37-39).



## В години тяжких испытаний...



Все эпидемии – попущение и наказание Божие за наши с вами грехи. Поэтому самое главное лекарство – покаяние.

В последние декады много написано и сказано по ситуации в мире. Основная мысль: соблюдать гигиену, не ходить на скопища человеческие.

Согласен полностью с этим: тем паче идет Великий пост.

Но помимо того, чтобы мыть руки с мылом и проветривания помещений нам, православным, следует помнить еще и о следующем.

У нас у всех есть *святые уголки*, где у нас висят, стоят иконы, кресты, даже мощи святых. Следует помнить, что перед ними должна быть возожжена лампадка с оливковым маслом (не все масло следует применять, но только *холодного отжима* – Extra virgin, с начальной ценой от 500 рублей за бутылочку или баночку; желательно: оригинальные, т.е. по месту производства, а не разливные). При этом над лампадкой устанавливаем *треножку*, в которую утром и вечером на своем правиле вкладываем ладан для воскурения. Возжигаем и свечу. Можно использовать и так называемые *кадилльные свечи*. Маслом из лампадки помазываем: лоб, щеки, ноздри, губы, грудь и руки утром и вечером. Пока не вкусили постную пищу пьем святую воду регулярно (когда хочется пить).



При вкушении пищи не забываем по-прежнему молиться и благословлять свою еду крестным знаменем. Благодарим Бога и после вкушения. Продукты питания, закупленные в магазинах и базарах, следует кропить святой водой: во имя Отца и Сына и Святаго Духа!

Во время хождений и езды по городу, селу и т.д. – продолжаем творить в себе молитву Иисусову, Богородичну песнь... постоянно.

Следует призвать в дома и квартиры своих бабушек, дабы они совершили на дому водосвятный молебен и окропили жилье и хозяйственные постройки. Этой же водой потом и сами кропим регулярно жилье свое. И пьем эту воду.

Таким образом и себя обережем от злых поветрий, и другим помощь принесем, чтобы зараза отошла.

Но при этом помним также: молитвенное правило во времена трудные всегда усугубляем, больше читаем Псалтырь, творим поклоны. Не забываем и дома творить молитву Ефрема Сирина (утром, днем и вечером – обязательно во время Великого поста!).

# О молениях.

Сколько раз в день и когда мы должны молиться? Конечно, мы можем все ответы найти в Типиконе (в том числе и о питании), но покажем и на примере Священного Писания; тем более, что речь в данной работе идет о личном правиле каждого из нас (во всяком случае к чему стремиться!).

Вот о чем сказано в Библии:

10 Даниил же, узнав, что подписан такой указ, пошел в дом свой; окна же в горнице его были открыты против Иерусалима, и он три раза в день преклонял колени, и молился своему Богу, и славословил Его, как это делал он и прежде того.

11 Тогда эти люди подсмотрели и нашли Даниила молящегося и просящего милости пред Богом своим,

12 потом пришли и сказали царю о царском повелении: не ты ли подписал указ, чтобы всякого человека, который в течение тридцати дней будет просить какого-либо бога или человека, кроме тебя, царь, бросать в львиный ров? Царь отвечал и сказал: это слово твердо, как закон Мидян и Персов, не допускающий изменения.

13 Тогда отвечали они и сказали царю, что Даниил, который из пленных сынов Иудеи, не обращает внимания ни на тебя, царь, ни на указ, тобою подписанный, но три раза в день молится своими молитвами.

(Дан.6:10-13)

17 Вечер и заутра, и полудне повем, и возвещу, и услышит глас мой.

(Пс.54).

3 Помилуй меня, Господи, ибо к Тебе взываю каждый день.

(Пс.85:3)

9 На другой день, когда они шли и приближались к городу, Петр около шестого часа взошел на верх дома помолиться.

(Деян.10:9)

30 Корнилий сказал: четвертого дня я постился до теперешнего часа, и в девятом часу молился в своем доме, и вот, стал предо мною муж в светлой одежде, (Деян.10:30)

Иными словами, видим традицию молиться трижды днем: в 3-й, 6-й и 9-й часы (соответственно: по нашему времени: 9 утра, полдень и 15 часов).

Но была еще и ночная молитва (и не только в тяжкие годы Израиля Ветхого и Нового):

29 Да будут очи Твои отверсты на храм сей день и ночь, на сие место, о котором Ты сказал: `Мое имя будет там'; услышь молитву, которою будет молиться раб Твой на месте сем.

(3Цар.8:29)

6 Да будут уши Твои внимательны и очи Твои отверсты, чтобы слышать молитву раба Твоего, которою я теперь день и ночь молюсь пред Тобою о сынах Израилевых, рабах Твоих, и исповедуюсь во грехах сынов Израилевых, которыми согрешили мы пред Тобою, согрешили - и я и дом отца моего.

(Неем.1:6)

7 Утомлен я воздыханиями моими: каждую ночь омываю ложе мое, слезами моими омочаю постель мою.

(Пс.6:7)

62 В полночь вставал славословить Тебя за праведные суды Твои.

(Пс.118:62)

6 Ты же, когда молишься, войди в комнату твою и, затворив дверь твою, помолись Отцу твоему, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно.

7 А молясь, не говорите лишнего, как язычники, ибо они думают, что в многословии своем будут услышаны;

8 не уподобляйтесь им, ибо знает Отец ваш, в чем вы имеете нужду, прежде вашего прошения у Него.

(Мф.6:6-8)

1 Тогда подобно будет Царство Небесное десяти девам, которые, взяв светильники свои, вышли навстречу жениху.

2 Из них пять было мудрых и пять неразумных.

3 Неразумные, взяв светильники свои, не взяли с собою масла.

4 Мудрые же, вместе со светильниками своими, взяли масла в сосудах своих.

5 И как жених замедлил, то задремали все и уснули.

6 Но в полночь раздался крик: вот, жених идет, выходите навстречу ему.

(Матф.25:1-6)

35 А утром, встав весьма рано, вышел и удалился в пустынное место, и там молился.

(Мк.1:35)

1 Сказал также им притчу о том, что должно всегда молиться и не унывать,

(Лк.18:1)

18 Всякою молитвою и прошением молитесь во всякое время духом, и старайтесь о сем самом со всяким постоянством и молением о всех святых

(Еф.6:18)

А вот Господь наш Иисус Христос, около которого ежедневно собиралась по несколько тысяч человек недужных и жаждущих Слова Божия, молился преимущественно вечерами и ночами:

23 И, отпустив народ, Он взошел на гору помолиться наедине; и вечером оставался там один.

(Мф.14:23)

25 В четвертую же стражу ночи пошел к ним Иисус, идя по морю.

(Мф.14:25)

34 Иисус сказал ему: истинно говорю тебе, что в эту ночь, прежде нежели пропоет петух, трижды отречешься от Меня.

(Мф.26:34)

30 И, воспев, пошли на гору Елеонскую.

31 Тогда говорит им Иисус: все вы соблазнитесь о Мне в эту ночь, ибо написано: поражу пастыря, и рассеются овцы стада;

32 по воскресении же Моем предварю вас в Галилее.

(Мф.26:30-32)

39 И, отойдя немного, пал на лице Свое, молился и говорил: Отче Мой! если возможно, да минует Меня чаша сия; впрочем не как Я хочу, но как Ты.

40 И приходит к ученикам и находит их спящими, и говорит Петру: так ли не могли вы один час бодрствовать со Мною?

41 бодрствуйте и молитесь, чтобы не впасть в искушение: дух бодр, плоть же немощна.

42 Еще, отойдя в другой раз, молился, говоря: Отче Мой! если не может чаша сия миновать Меня, чтобы Мне не пить ее, да будет воля Твоя.

43 И, придя, находит их опять спящими, ибо у них глаза отяжелели.

44 И, оставив их, отошел опять и помолился в третий раз, сказав то же слово.

45 Тогда приходит к ученикам Своим и говорит им: вы все еще спите и поживаете? вот, приблизился час, и Сын Человеческий предается в руки грешников;

46 встаньте, пойдем: вот, приблизился предающий Меня.

(Мф.26:39-46)

46 И, отпустив их, пошел на гору помолиться.

47 Вечером лодка была посреди моря, а Он один на земле.

(Мк.6:46,47)

12 В те дни взошел Он на гору помолиться и пребыл всю ночь в молитве к Богу.

(Лк.6:12)

Кстати, последнюю земную ночь Господь провел со Своими избранными учениками в Гефсимании. Как долго они находились там? Вечером они собрались в горнице на Сионе, ночью ушли оливковые сады.

30 И говорит ему Иисус: истинно говорю тебе, что ты ныне, в эту ночь, прежде нежели дважды пропоет петух, трижды отречешься от Меня.

(Мк.14:30)

По петухам и на Руси исчисляли время. И в Израиле в древние времена:

35 Итак бодрствуйте, ибо не знаете, когда придет хозяин дома: вечером, или в полночь, или в пение петухов, или поутру;

36 чтобы, придя внезапно, не нашел вас спящими.

(Мк.13:35,36)

Как же различалось время?

По всей вероятности так же, как на Руси в старые времена:

Первые петухи - час ночи. Вторые петухи: до зари. Третьи - на заре.

Таким образом, говоря о вторых петухах, подразумевалось именно до утренней зари; ибо когда грелись люди во дворе первосвященника было еще и темно: не сразу угадывались лица...

И получается, что Господь наш Иисус Христос творил три молитвы в течение именно всей ночи! Взят был в полон незадолго до рассвета...

Так же молитвы творили по числу страж: военные стражи несли службу днем и ночью, по три часа. Следует только помнить, что ночь у Ветхозаветной Церкви была с 18 часов до 6 утра. А день – с 6 утра – до 18 часов. По тем же петухам определялась и сама ночь, рассвет и утро...

В наше время мы молимся, соблюдая древнейшую традицию молений: 1 - вечерня, 2 - повечерие, 3 - полунощница, 4 - утреня, 5 - первый час, 6 - третий час (с Изобразительными), 7 - шестый час, 8 - девятый час...

Если часы и полунощница - строго по времени. То вечерня и повечерие зависят от захода солнца. Вечерня - перед заходом, повечерие - после захода солнца. Утреня же должна начинаться так, чтобы рассвет приходился на возглашение "Слава Тебе, показавшему нам Свет!" (то есть тоже с учетом уже восхода солнца). Но памятуя древние традиции: вечерню потому следует творить с 16 по 18 час, повечерие – после 18 часов, но не позднее 21 часа. Полунощница – посреди ночи от 23 до 1 часа ночи. А утреня в промежутке 4 и 6 часов. Изобразительные и Божественная Литургия – с 3 часа (по-нашему: с 9 утра).

+

Брошюру

Підготував

Протоіерей Владимир Щанов

Лысково – частица Первого Удела Божией Матери

Святая Пасха, 2020

+