

Как подготовиться к исповеди и Причастию

ТРИ ШАГА

1. **Исповедь** — вечером накануне или утром до литургии, когда исповедуют в вашем храме.
2. **Пост и правило** — обычно три дня без мяса, молочного и яиц и без развлечений; накануне — молитвы ко Причастию и каноны.
3. **Утро Причастия** — с полуночи ни еды, ни воды; на литургию — к началу службы.

СКОЛЬКО ПОСТИТЬСЯ

- Причащаетесь несколько раз в году — обычно три дня.
- Каждую неделю или несколько раз в месяц и держите посты — один день или вечер накануне, с благословения священника.
- На Светлой неделе, после Пасхи, если держали Великий пост, от Рождества до Богоявления — только не едят после полуночи.
- Больным, беременным и кормящим пост сокращают или отменяют — скажите священнику.

ЧТО ЧИТАЮТ НАКАНУНЕ

- Молитвы ко святому Причащению — канон, то есть большое молитвенное песнопение, и молитвы.
- Обычно ещё каноны Спасителю, Божией Матери и Ангелу Хранителю.
- Накануне — вечерняя служба в храме.

НА ИСПОВЕДИ

- Своими словами и коротко: в чём согрешили, без оправданий и чужих имён.
- Если впервые — так и скажите: «Я первый раз».
- Что-то из подготовки не вышло — скажите об этом; священник решит, подходить ли к Чаше.

УТРОМ

1. С полуночи не ешьте и не пейте.
2. Придите к началу литургии.
3. К Чаше подходят после священнослужителей.
4. После литургии — благодарственные молитвы.