

Религиозная организация –
духовная образовательная организация высшего образования
«МОСКОВСКАЯ ДУХОВНАЯ АКАДЕМИЯ
РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ»

УТВЕРЖДАЮ
проректор по учебной работе
иерей Павел Лизгунов
пер. П. Лизгунов
«20» июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины

«Православная аскетика»

**основной образовательной программы высшего образования по
направлению «Подготовка служителей и религиозного персонала
религиозных организаций»,
профиль «Практическая теология Православия»
(уровень бакалавриата)**

закреплена за кафедрой: Богословия
форма обучения: очная

г. Сергиев Посад, 2020

Рабочую программу дисциплины составили:

игумен Дионисий (Шленов А.В.), кандидат богословия, доцент

(Ф.И.О. разработчика программы полностью, ученая степень, ученое звание)

Рабочая программа дисциплины Православная аскетика разработана в соответствии с Церковным образовательным стандартом высшего духовного образования.

Дисциплина установлена учебным планом основной образовательной программы высшего образования по направлению «Подготовка служителей и религиозного персонала религиозных организаций», утвержденным Ученым советом Московской духовной академии от «6» июля 2020 г. № 5

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры Богословия протокол от «18» мая 2020 г. № 11

Заведующий кафедрой


Личная подпись

прот. Павел Иванович Великанов
(сан, ФИО)

СОГЛАСОВАНО

Начальник Учебно-методического отдела  Л.В. Прохоренко

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Изучение дисциплины «Православная аскетика» преследует цель ознакомления обучающихся бакалавриата МДА с основными принципами и понятиями об аскезе человека: ее предназначением, характером и особенностями. Цель курса соотносится с требованиями ФГОС Теология, который предполагает изучение основополагающих духовных ценностей, теоретически оформленных в Православии и осмысляемых в систематическом единстве и исторической реализации (ФГОС Теология п. 4.1). Для этого, в частности, необходимо понимание места аскезы в жизни православного человека.

Задачи

Теоретическое освоение курса «Православная аскетика» предполагает решение следующих задач:

- познакомить обучающихся с происхождением практики православной аскезы;
- сформировать понимание основных принципов православной аскезы в жизни каждого человека;
- обозначить важность аскетической практики для духовного становления православного христианина.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

ЗНАНИЕ И ПОНИМАНИЕ
Знать:
1 уровень - особенности возникновения аскетической практики и понятия аскезы;
2 уровень - особенности применения основных принципов аскезы в жизни человека;
3 уровень - основные критерии аскетической практики для духовного становления православного христианина.
Уметь:
1 уровень - применять знания об истории возникновения аскетической практики и понятия аскезы;
2 уровень - применять знания основных принципов аскезы в жизни каждого человека;
3 уровень - применять знания необходимости аскетической практики для духовного становления православного христианина.
Владеть:

1 уровень - способностью применять знания об истории возникновения аскетической практики и понятия аскезы;
2 уровень - способностью применять знания основных принципов аскезы в жизни каждого человека;
3 уровень - способностью применять знания необходимости аскетической практики для духовного становления православного христианина.

КОМПЕТЕНЦИИ
Наименование компетенции: ДПК-2 готовностью к несению церковно-приходского послушания
Знать:
1 уровень - особенности возникновения аскетической практики и понятия аскезы;
2 уровень - основные принципы православной аскезы;
3 уровень - потенциал исторического опыта православной аскетики и пути его применения в процессе духовно-нравственного развития; в практике несения церковно-приходского послушания.
Уметь:
1 уровень - различать исторические этапы развития православной аскетики;
2 уровень - различать основные принципы православной аскезы;
3 уровень - грамотно оценивать потенциал исторического опыта православной аскетики и пути его применения в процессе духовно-нравственного развития; в практике несения церковно-приходского послушания.
Владеть:
1 уровень - способами различения исторических этапов развития православной аскетики;
2 уровень - способами различения основных принципов православной аскезы;
3 уровень - способами грамотной оценки потенциала исторического опыта православной аскетики и путей его применения в процессе духовно-нравственного развития; в практике несения церковно-приходского послушания.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Православная аскетика» входит в вариативную часть Блока «Факультативы».

3.1. Требования к предварительной подготовке обучающихся.

Предварительная подготовка заключается в наличии навыка регулярного осмысленного чтения Священного Писания и произведений святоотеческой письменности.

3.2. Дисциплины, для которых освоение данной дисциплины полезно как предшествующее.

- «Догматическое богословие» (2-6 семестры),
- «Научно-исследовательская практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности».

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную (аудиторную) работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

Вид работы	Трудоемкость (в акад. часах)
Общая трудоемкость	72
Контактные часы (аудиторная работа)	58
Занятия лекционного типа	28
Занятия в практической форме	30
Самостоятельная работа обучающихся	14
Промежуточная аттестация (экзамен)	-

5. Содержание дисциплины

5. 1. Тематический план

Наименование разделов и тем	Се ме стр	Количество часов (в акад. часах)					Формы текущего контроля успеваемости
		Занятия лекционного типа	Практ. занятия	Сам. работа	Всего часов по теме	Компетенции	
Тема 1	3	4	4	2	8	конспек	

Предмет аскетике: аскеза. Аскеза в раю. Универсальный смысл аскезы. Грех и его последствия.						ОК-10	т, опрос
Тема 2 Страдательный характер аскезы в реалиях падшего мира. Страсти и добродетели. Генеалогия страстей как суррогат призваний Божиих человеку.	3	6	4	2	12	ОК-10	конспект, опрос
Тема 3 Виды христианского подвига и его цель. Путь развития и исправления греха в человеке. Покаянный настрой аскезы.	3	4	6	2	10	ОК-10	конспект, опрос
Дифференцированный зачёт	4		2	2	6	ОК-10	конспект, опрос, тест
Итого во I семестре		14	14	8	36		
Тема 4 Духовное руководство. Молитва. Пост.	4	4	4	1	8	ОК-10	конспект, опрос
Тема 5 Ступени аскезы. Благодатный опыт и богооставленность в аскезе. Опасности на пути аскезы. Прелесть.	4	6	6	1	12	ОК-10	конспект, опрос
Тема 6 Аскеза и таинства. Аскеза и свобода. Окончание аскезы.	4	4	4	2	10	ОК-10	конспект, опрос
Дифференцированный зачёт	4		2	2	6	ОК-10	конспект, опрос, тест
Итого во II семестре		14	16	6	36		
Всего по дисциплине:		28	30	14	72		

5.2.

Развернутый тематический план занятий лекционного типа, семинарских
и практических занятий

1 семестр

**Тема 1. Предмет аскетики: аскеза. Аскеза в раю. Универсальный смысл
аскезы. Грех и его последствия.**

Форма проведения занятия

- Лекция
- Практическое занятие

Формируемые компетенции

ОК-10 (способность использовать основы теологических знаний в процессе духовно-нравственного развития).

Краткое содержание, раскрывающее тему.

1. Занятие лекционное. Предмет аскетики: аскеза. Аскеза в раю.
2. Занятие лекционное. Универсальный смысл аскезы. Грех и его последствия.
3. Занятие практическое. Предмет аскетики: аскеза. Аскеза в раю.
4. Занятие практическое. Универсальный смысл аскезы. Грех и его последствия.

Литература

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
	основная
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), священник Михаил Легеев ; С.-Петербург. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбПДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.
	дополнительная
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексей II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М, 2007. - С. 557-581

Тема 2. Страдательный характер аскезы в реалиях падшего мира. Страсти и добродетели. Генеалогия страстей как суррогат призваний Божиих человеку.

Форма проведения занятия

- Лекция
- Практическое занятие

Формируемые компетенции

ОК-10 (способность использовать основы теологических знаний в процессе духовно-нравственного развития).

Краткое содержание, раскрывающее тему.

1. Занятие лекционное. Страдательный характер аскезы в реалиях падшего мира.
2. Занятие лекционное. Страсти и добродетели.
3. Занятие лекционное. Генеалогия страстей как суррогат призваний Божиих человеку.
4. Занятие практическое. Страдательный характер аскезы в реалиях падшего мира.
5. Занятие практическое. Страсти и добродетели. Генеалогия страстей как суррогат призваний Божиих человеку.

Литература

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
	основная
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), свящ. Михаил Легеев ; С.-Петербург. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбПДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.
	дополнительная
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексий II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М, 2007. - С. 557-581

Тема 3. Виды христианского подвига и его цель. Путь развития и исправления греха в человеке. Покаянный настрой аскезы.

Форма проведения занятия

- Лекция
- Практическое занятие

Формируемые компетенции

ОК-10 (способность использовать основы теологических знаний в процессе духовно-нравственного развития).

Краткое содержание, раскрывающее тему.

1. Занятие лекционное. Виды христианского подвига и его цель.
2. Занятие лекционное. Путь развития и исправления греха в человеке.
3. Занятие практическое. Покаянный настрой аскезы.
4. Занятие практическое. Виды христианского подвига и его цель.
5. Занятие практическое. Путь развития и исправления греха в человеке. Покаянный настрой аскезы.

Литература

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
	основная
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), свящ. Михаил Легеев ; С.-Петерб. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбПДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.
	дополнительная
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексей II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 557-581

2 семестр

Тема 4. Духовное руководство. Молитва. Пост.

Форма проведения занятия

• Лекция

•Практическое занятие

Формируемые компетенции

ОК-10 (способность использовать основы теологических знаний в процессе духовно-нравственного развития).

Краткое содержание, раскрывающее тему.

1. Занятие лекционное. Значение духовного руководства в жизни христианина.
2. Занятие лекционное. Значение молитвы и поста для человека.
3. Занятие практическое. Значение духовного руководства в жизни христианина.
4. Занятие практическое. Значение молитвы и поста для человека. Значение молитвы и поста для человека.

Литература

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
основная	
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), свящ. Михаил Легеев ; С.-Петерб. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбПДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.
дополнительная	
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексей II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 557-581

Тема 5. Ступени аскезы. Благодатный опыт и богооставленность в аскезе. Опасности на пути аскезы. Прелесть.

Форма проведения занятия

- Лекция
- Практическое занятие

Формируемые компетенции

ОК-10 (способность использовать основы теологических знаний в процессе

духовно-нравственного развития).

Краткое содержание, раскрывающее тему.

1. Занятие лекционное. Ступени аскезы.
2. Занятие лекционное. Благодатный опыт и богооставленность в аскезе.
3. Занятие лекционное. Опасности на пути аскезы. Прелесть.
4. Занятие практическое. Ступени аскезы.
5. Занятие практическое. Благодатный опыт и богооставленность в аскезе.
6. Занятие практическое. Опасности на пути аскезы. Прелесть.

Литература

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
	основная
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), свящ. Михаил Легеев ; С.-Петербург. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбПДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.
	дополнительная
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексей II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 557-581

Тема 6. Аскеза и таинства. Аскеза и свобода. Окончание аскезы.

Форма проведения занятия

- Лекция
- Практическое занятие

Формируемые компетенции

ОК-10 (способность использовать основы теологических знаний в процессе духовно-нравственного развития).

Краткое содержание, раскрывающее тему.

1. Занятие лекционное. Взаимоотношение аскезы и таинств.
2. Занятие лекционное. Взаимоотношение аскезы и свободы. Окончание аскезы.

3. Занятие практическое. Взаимоотношение аскезы и таинств.
4. Занятие практическое. Взаимоотношение аскезы и свободы. Окончание аскезы.

Литература

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
основная	
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), свящ. Михаил Легеев ; С.-Петербург. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.
дополнительная	
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексей II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 557-581

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1. Виды самостоятельной внеаудиторной работы

Самостоятельная работа обучающихся включает повторение материала практических занятий, чтение основной и дополнительной литературы по темам занятий.

6.2. Содержание и объём самостоятельной внеаудиторной работы

Темы для самостоятельного изучения	семестр	Сам. работа	Всего часов по теме	Виды и содержание самостоятельной работы	Форма отчетности
Тема 1	1	2	8	Подготовка	конспект

Предмет аскетике: аскеза. Аскеза в раю. Универсальный смысл аскезы. Грех и его последствия.				конспекта. Проработка учебного материала.	, опрос
Тема 2 Страдательный характер аскезы в реалиях падшего мира. Страсти и добродетели. Генеалогия страстей как суррогат призваний Божиих человеку.	1	2	12	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала.	конспект , опрос
Тема 3 Виды христианского подвига и его цель. Путь развития и исправления греха в человеке. Покаянный настрой аскезы.	1	2	10	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала.	конспект , опрос
Дифференцированный зачёт	1	2	6	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала.	конспект , опрос
Итого во I семестре	1	8	36		
Тема 4 Духовное руководство. Молитва. Пост.	2	1	8	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала.	конспект , опрос
Тема 5 Ступени аскезы. Благодатный опыт и богооставленность в аскезе. Опасности на пути аскезы. Прелесть.	2	1	12	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала	конспект , опрос
Тема 6 Аскеза и таинства. Аскеза и свобода. Окончание аскезы.	2	2	10	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала	конспект , опрос
Дифференцированный зачёт	2	2	6	Подготовка конспекта. Проработка учебного материала	конспект , опрос, тест
Итого во II семестре		6	36		
Всего по дисциплине:		14	72		

6.3. Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

1. уровень освоения учебного материала;
2. умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
3. полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа;
4. обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос;
5. оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

**7.Фонд оценочных средств
для проведения промежуточной аттестации обучающихся
(перечень вопросов к зачёту)**

1 семестр

Вопросы по теме 1

1. Аскетика. Определение понятия. Цели задачи.
2. Аскеза. Определение понятия. Цель. Особенности христианской аскезы.
3. Понятия «самоотречение», «подвижник». Мироутверждающая и мироотрицающая аскеза.
4. Причины и особенности райской аскезы.
5. Особенности труда до и после грехопадения. Что изменилось, а что осталось прежним?
6. Аналогии отношений между человеком и Богом из примеров земной жизни.
7. Грех. Определение понятия. Последствия его совершения.
8. Первородный грех. Причины и повод его совершения. Отношение первородного греха к каждому человеку.

Вопросы по теме 2

1. Страсти. Определение понятия. Причины возникновения. Аналогии. Соотношение греха и страсти.
2. Соотношение страдания и аскезы.
3. «Требования» греха в человеке. Потворство и сопротивление греху.
4. Путь аскезы, пройденный Христом. Начало, середина и конец.
5. Синергия греха. Определение понятия. Причины ее возникновения.
6. Добродетель. Определение понятия. Примеры. Аналогии из жизни.
7. Благодатная радость и греховное удовольствие. Сходства и различия.
8. Толкование слов апостола Иоанна: «Все, что в мире: похоть плоти, похоть очей и гордость житейская» (1 Ин. 2:16), - в отношении духовной жизни человека.
9. Восемь коренных страстей и их соотношение с прочими страстями.

10. Печаль и уныние, тщеславие и гордость. Сходства и различия этих страстей.

Вопросы по теме 4

1. Многообразие форм духовной жизни. Критерии для выбора жизненного пути.
2. Монашество и брак. Сравнение спасительности этих путей для человека.
3. Особенности аскезы в монашестве и в браке.

8. Вопросы по теме 5

1. Краткая характеристика стадий развития греха в человеке.
2. Пути возникновения и укоренения в человеке греховных страстей.
3. Борьба плоти и духа. Смысл этого выражения. Цели борьбы. Силы сторон в этой борьбе.

9. Вопросы по теме 6

1. Покаяние. Определение понятия. Этапы.
2. Состав человека. Место духа в природе человека. Роль духа в покаянии.
3. Соотношение покаяния и аскезы.

Зачет.

Тесты

Тема 1 (Темы 1-3)

1. Буквальное значение слова «аскеза»:
А) созерцание;
Б) умозрение;
В) упражнение; (правильный ответ)
Г) увлечение.
2. Путь аскезы - это
А) путь каждого христианина; (правильный ответ)
Б) путь только монахов;
В) путь всей земли;
Г) путь только для мирян.
3. Труд, совершаемый ради другого человека
А) заставляет последнего задуматься о смысле аскезы;
Б) позволяет почувствовать себя нужным;
В) укрепляет отношения между людьми;
Г) направляет к Богу самого трудящегося. (правильный ответ)
4. Аскеза невозможна без
А) саморазрушения;
Б) самовнушения;
В) самоотречения; (правильный ответ)
Г) самовозвышения.
5. Цель аскетического подвига христиан
А) достижение физического совершенства;
Б) достижение духовного совершенства; (правильный ответ)
В) достижение материального благополучия;
Г) достижение вершин профессионального мастерства.

6. Если бы человек в раю не согрешил, то
 - А) человек не вошел бы для жизни в мир;
 - Б) мир не познал бы благодати Творца;
 - В) жизнь не достигла бы своего совершенства;
 - Г) грех не вошел бы в человека. (правильный ответ)
7. Аскеза в раю
 - А) укрепляла связь человека с Богом; (правильный ответ)
 - Б) очищала человека от греха;
 - В) подавала человеку вечную жизнь;
 - Г) подчиняла человеку диких животных.
8. Путь райской аскезы после грехопадения человека
 - А) утратил свое значение;
 - Б) будет открыт для человека после Воскресения мертвых;
 - В) остается тем же, хотя внешне изменился; (правильный ответ)
 - Г) предназначен только для ангелов.
9. Делание, созерцание, обожение – это
 - А) три пути для достижения разных совершенств;
 - Б) три главных добродетели;
 - В) три вида духовной деятельности;
 - Г) три названия одного и того же пути. (правильный ответ)
10. В раю у человека
 - А) труд отсутствовал;
 - Б) труд был тягостным;
 - В) труд был радостным; (правильный ответ)
 - Г) труд был неосознанным.
11. Буквальное значение слова «грех» - это
 - А) вздох;
 - Б) промах; (правильный ответ)
 - В) упрек;
 - Г) намек.
12. Продолжите Евангельскую цитату (1Ин. 1:8): «Если говорим, что не имеем греха –
 - А) обманываем ближнего;
 - Б) достигли святости;
 - В) обманываем самих себя; (правильный ответ)
 - Г) достигли Царства Небесного.
13. После грехопадения человек
 - А) остался полностью свободен от греха;
 - Б) остался свободен выбирать путь добра; (правильный ответ)
 - В) остался свободен от совершения необдуманных действий;
 - Г) остался свободен от необходимости нравственного выбора.
14. Потомки получили в наследство от Адама и Евы
 - А) свободу от Бога и зависимость от греха;
 - Б) тяготение к Богу и свободу от греха;

- В) тяготение к Богу и зависимость от греха; (правильный ответ)
- Г) свободу от Бога и свободу от греха.

15. Причиной грехопадения человека стало

- А) желание стать как ангелы;
- Б) желание стать как демоны;
- В) желание стать как звери;
- Г) желание стать как боги. (правильный ответ)

Тема 2 (Темы 4-6)

1. После грехопадения

- А) аскеза изменилась; (правильный ответ)
- Б) аскеза упразднилась;
- В) аскеза сбалансировалась;
- Г) аскеза ослабилась.

2. Путь аскезы для падшего человека связан с

- А) радостью;
- Б) страданием; (правильный ответ)
- В) успокоением;
- Г) разрушением.

3. Начало аскезы Христовой это

- А) дела помощи страдающему человеку; (правильный ответ)
- Б) слова о будущих судьбах мира;
- В) мысли о предстоящих страданиях;
- Г) чувства радости о раскаявшихся грешниках.

4. После грехопадения аскеза приобрела характер

- А) революции;
- Б) борьбы; (правильный ответ)
- В) реформы;
- Г) эволюции.

5. Первым прошел весь путь аскезы

- А) Адам;
- Б) Авраам;
- В) Антоний Великий;
- Г) Христос. (правильный ответ)

6. С ростом страсти в человеке

- А) страдание ослабевает, удовольствие усиливается;
- Б) страдание и удовольствие ослабевают;
- В) страдание усиливается, удовольствие ослабевает; (правильный ответ)
- Г) страдание и удовольствие усиливаются.

7. Синергия греха – это

- А) сочетание греховной воли человека с греховными энергиями падших ангелов; (правильный ответ)
- Б) противоборство греховной воли человека с греховными энергиями падших ангелов;

- В) разобщение греховной воли человека с греховными энергиями падших ангелов;
Г) подавление греховной волей человека греховных энергий падших ангелов.
8. С ростом страсти в человеке
А) зависимость от греха уменьшается;
Б) зависимость от греха сохраняется;
В) зависимость от греха увеличивается; (правильный ответ)
Г) зависимость от греха отсутствует.
9. Войдя в природу человека, грех
А) развил силы его души;
Б) поразил силы его души; (правильный ответ)
В) истребил силы его души;
Г) отстранил силы от его души.
10. Путь аскезы предполагает
А) уничтожение человеческой природы;
Б) отсечение человеческой природы;
В) преобразование человеческой природы; (правильный ответ)
Г) сохранение неизменности человеческой природы.
11. Страсти, связанные с душой, называются
А) «похоть плоти»;
Б) «похоть очей»; (правильный ответ)
В) «похоть души»;
Г) «похоть духа».
12. Существование множества названий добродетелей обусловлено
А) сложностью человеческой природы;
Б) разнообразием творений Божиих;
В) множеством смыслов существования человека;
Г) множеством имен Божиих совершенств. (правильный ответ)
13. Многообразие страстей обусловлено
А) сложностью и разнообразием в себе природы человека; (правильный ответ)
Б) множеством отпавших от Бога ангелов;
В) разнообразием и сложностью сотворенного мира;
Г) множеством добродетелей, для которых страсти являются противоположностями.
14. Добродетель смирения является противницей страстей
А) «похоти плоти»;
Б) «похоти очей»;
В) «гордости житейской»; (правильный ответ)
Г) «прихоти властей».
15. Победой страсти чревоугодия является
А) послушание;
Б) нестяжание;

- В) прилежание;
- Г) воздержание. (правильный ответ)

Тема 3 (Темы 7-9)

1. Условие, делающее аскетический подвиг каждого человека индивидуальным путем.
 - А) Благость Творца ко всем людям.
 - Б) Особенности в характере человека. (правильный ответ)
 - В) Общее устройство человеческой природы.
 - Г) Причастность человека к тварному миру.
2. Семья – яркий образ
 - А) отношений между Лицами Святой Троицы; (правильный ответ)
 - Б) отношений между человеком и природой;
 - В) отношений между начальниками и подчиненными;
 - Г) отношений между правителями и судьями.
3. Важнейшая задача аскезы в браке состоит в
 - А) воздержании от супружеских отношений;
 - Б) воспитании благочестивых детей;
 - В) создании полноценной ячейки общества;
 - Г) пути к Богу через заботу друг о друге. (правильный ответ)
4. Аскеза в монашестве по сравнению с аскезой в браке
 - А) более проста по форме и содержанию, но более сложна для исполнения;
 - Б) более проста по форме и содержанию, и более легка для исполнения;
 - В) более сложна по форме и содержанию, и более легка для исполнения; (правильный ответ)
 - Г) более сложна по форме и содержанию, и более сложна для исполнения.
5. Жизненный путь человека избирает
 - А) Бог;
 - Б) Церковь;
 - В) духовник;
 - Г) сам человек. (правильный ответ)
6. Влагается в разум человека от диавола
 - А) прилог; (правильный ответ)
 - Б) пленение;
 - В) сосложение;
 - Г) страсть.
7. Количество стадий развития греха
 - А) 4;
 - Б) 5;
 - В) 6; (правильный ответ)
 - Г) 7.
8. Правильная последовательность развития греха в человеке

- А) прилог – сочетание – сосложение – пленение – исполнение – страсть; (правильный ответ)
- Б) прилог – сочетание – пленение – сосложение – исполнение – страсть;
- В) прилог – пленение – сочетание – сосложение – страсть;
- Г) прилог – сосложение – сочетание – пленение – исполнение – страсть.
9. Если прилог принят человеком, то наступает
- А) исполнение;
- Б) сосложение;
- В) поражение;
- Г) сочетание. (правильный ответ)
10. Слово «кеносис» имеет буквальное значение
- А) изменение;
- Б) умаление; (правильный ответ)
- В) просвещение;
- Г) созидание.
11. Покаяние – это
- А) изменение ума; (правильный ответ)
- Б) просвещение духа;
- В) укрепление сердца;
- Г) умерщвление чувства.
12. Покаяние есть там, где
- А) человек рассчитывает только на свои силы;
- Б) человек не выдвигает собственных условий; (правильный ответ)
- В) человек почитает себя выше других;
- Г) человек навязывает Богу своё видение.
13. Основой молитвенного обращения человека к Богу является
- А) совершение добрых дел;
- Б) обширные богословские познания;
- В) изучение Священного Писания;
- Г) покаянный настрой аскезы. (правильный ответ)
14. В природе человека дух должен занимать
- А) главенствующее положение; (правильный ответ)
- Б) центральное положение;
- В) нейтральное положение;
- Г) подчиненное положение.
15. Для покаянного настроения человека характерно
- А) видение несовершенства мира;
- Б) видение слабостей других;
- В) видение своей греховности; (правильный ответ)
- Г) видение своего превосходства.

Тема 4 (Темы 10-12)

1. Если человек имеет духовного руководителя, то он

- А) должен отвергать добрые советы других;
 - Б) может принимать добрые советы других; (правильный ответ)
 - В) должен давать добрые советы другим;
 - Г) не должен давать добрые советы другим.
2. Первым духовным наставником людей
- А) был Господь Бог; (правильный ответ)
 - Б) были небесные светила;
 - В) были ангелы;
 - Г) были силы природы.
3. Особую опасность для движения по пути аскезы представляет
- А) самоукорение;
 - Б) самопринуждение;
 - В) самоуглубленность;
 - Г) самонадеянность. (правильный ответ)
4. Духовное руководство (окормление) человека как правило осуществляется
- А) никем;
 - Б) одним человеком; (правильный ответ)
 - В) несколькими руководителями;
 - Г) собором епископов.
5. На пути аскезы необходима опора на
- А) Предание Церкви;
 - Б) личный жизненный опыт;
 - В) опыт духовника;
 - Г) все предыдущие ответы верны. (правильный ответ)
6. Настоящая молитва должна быть
- А) тихой;
 - Б) медленной;
 - В) трудной;
 - Г) искренней. (правильный ответ)
7. Начальная ступень молитвенного подвига
- А) непрестанная молитва;
 - Б) словесная молитва; (правильный ответ)
 - В) умная молитва;
 - Г) сердечная молитва.
8. Высшая ступень молитвенного делания
- А) умно-сердечная молитва;
 - Б) словесная молитва;
 - В) непрестанная молитва; (правильный ответ)
 - Г) умная молитва.
9. В молитве человека должно участвовать
- А) только устами;
 - Б) устами и умом;
 - В) устами, умом и сердцем;

- Г) всею своею природою вместе с телом. (правильный ответ)
10. Общая молитва за богослужением
- А) ослабляет личную молитву;
 - Б) всегда приносит радость молящемуся;
 - В) объединяет человека с Церковью; (правильный ответ)
 - Г) заставляет человека всегда молиться по установленным правилам.
11. Пост для человека в раю
- А) был неисполним;
 - Б) был исполним со страданием;
 - В) был легко исполним; (правильный ответ)
 - Г) отсутствовал.
12. Пост
- А) учит человека терпению; (правильный ответ)
 - Б) приносит расстройство здоровья;
 - В) развивает непослушание;
 - Г) повергает человека в скорбь.
13. Исихия – это
- А) бодрствование;
 - Б) молчание; (правильный ответ)
 - В) стремление;
 - Г) расслабление.
14. Ограничения поста прежде всего распространяются на
- А) действия духа человека;
 - Б) на движения души человека;
 - В) на действия тела человека; (правильный ответ)
 - Г) все предыдущие ответы верны.

Тема 5 (Темы 13-15)

1. Вершина пути аскезы – это
 - А) созерцание;
 - Б) исступление;
 - В) обожение; (правильный ответ)
 - Г) воцерковление.
2. Количество ступеней аскезы по Иоанну Синайскому
 - А) 10;
 - Б) 20;
 - В) 30; (правильный ответ)
 - Г) 33.
3. Доверие человека своим духовным наставникам имеет особенно важное значение на этапе
 - А) обожения;
 - Б) созерцания;
 - В) делания; (правильный ответ)
 - Г) ни на одном из этапов.
4. При движении к Богу

- А) человек в какой-то момент оставляет делание;
 Б) человек постепенно лишается созерцания;
 В) человек стремится выйти за рамки обожения;
 Г) человек многократно повторяет трехступенчатый путь восхождения.
 (правильный ответ)
5. Продвижение по пути аскезы вызывает в человеке ощущение
 А) «умножения святости» и уменьшения страстей;
 Б) «умножения святости» и увеличения страстей;
 В) «уменьшения святости» и увеличения страстей; (правильный ответ)
 Г) «уменьшения святости» и уменьшения страстей.
6. У истинного подвижника со временем
 А) увеличивается чувство пропасти между ним и Христом;
 (правильный ответ)
 Б) увеличивается пропасть между ним и Христом;
 В) уменьшается чувство пропасти между ним и Христом;
 Г) уменьшается надежда на возможность соединиться с Христом.
7. Прямой смысл слова «искушение»
 А) прегрешение;
 Б) пленение;
 В) отступление;
 Г) испытание. (правильный ответ)
8. Если человек сходит с пути аскезы, то это прежде всего свидетельство
 А) его духовного заблуждения;
 Б) его духовной слабости; (правильный ответ)
 В) его духовного поиска;
 Г) его духовного успеха.
9. В прелести пребывает человек,
 А) отчаявшийся в своем спасении;
 Б) не желающий совершать аскетических подвигов;
 В) упорствующий в своем заблуждении; (правильный ответ)
 Г) ищущий выхода из духовно опасного состояния.
10. Мнение как вид прелести человека проявляется в
 А) стремлении к благодатным ощущениям;
 Б) представлении о богоугодности его трудов; (правильный ответ)
 В) ощущении неправильности своих поступков;
 Г) оставлении аскетических подвигов.
- Тема 6 (Темы 16-18)
1. Соотношение значения аскезы и таинств
 А) аскеза и таинства дополняют друг друга; (правильный ответ)
 Б) аскеза имеет преимущества перед таинствами;
 В) таинства самодостаточны без аскезы;
 Г) аскеза и таинства противоположны друг другу.
2. Отрицали необходимость таинств для жизни во Христе, ограничиваясь одной аскезой

- А) гностики;
 - Б) ессеи;
 - В) мессалиане; (правильный ответ)
 - Г) евномииане.
3. Предельная самоотверженная любовь к Богу святыми отцами называется
- А) очищение сердца;
 - Б) безмолвие разума;
 - В) умное делание;
 - Г) выход за пределы собственной природы. (правильный ответ)
4. В таинстве Евхаристии достигает предельной полноты
- А) единство всех христиан Земли;
 - Б) синергия Бога, Церкви и человека; (правильный ответ)
 - В) знание людей о Боге;
 - Г) учение Церкви о Спасении.
5. Условием евхаристического соединения со Христом является
- А) совершение положенного молитвенного правила;
 - Б) строгое соблюдение постов;
 - В) обязательная исповедь накануне причастия;
 - Г) вся аскеза человека. (правильный ответ)
6. В человеке должны сочетаться
- А) одинаковая требовательность к себе и другим;
 - Б) требовательность к себе и терпимость к другим; (правильный ответ)
 - В) требовательность к другим и терпимость к себе;
 - Г) одинаковая терпимость к себе и другим.
7. Желая исполнения Воли Божией, человек
- А) теряет свою свободу;
 - Б) ограничивает свою свободу;
 - В) укрепляет свою свободу; (правильный ответ)
 - Г) ставит свою свободу выше всех.
8. Настойчивость человека по отношению к Богу должна носить
- А) просительный характер; (правильный ответ)
 - Б) юридический характер;
 - В) запелляционный характер;
 - Г) мистический характер.
9. Уважение к свободе ближнего проявляет себя наиболее в добродетели
- А) трудолюбия;
 - Б) терпения; (правильный ответ)
 - В) молчания;
 - Г) любви к молитве.
10. Конец аскетических трудов человека А) наступает при наступлении святости; Б) наступает в зрелом возрасте; В) наступает со смертью человека; (правильный ответ)

Г) не наступает.

Контрольные вопросы

1. Охарактеризовать формы личных отношений между духовником и духовным чадом.
2. Формы духовного руководства для монашествующих и мирян.
3. Аскеза без духовного руководителя. Характеристика. Опасности последствия.
4. Место молитвы в жизни христианина.
5. Многообразие форм молитвы. Обязательные признаки подлинной молитвы.
6. Стадии молитвенного делания.
7. Отличие поста от молитвы.
8. Виды воздержания. Навыки, приобретаемые через пост.
9. Правила поста. Традиция. Личный пост.
10. Ступени пути аскезы. Традиция. Иоанн Лествичник. Причины различия количества.
11. Характеристика этапа делания на пути аскезы.
12. Характеристика этапа созерцания на пути аскезы.
13. Характеристика этапа обожения на пути аскезы.
14. Соотношения успехов аскетического делания и ощущения святости и греховности.
15. Богооставленность. Определение. Смысл. Причины.
16. Роды духовных опасностей на пути аскезы.
17. Духовная расслабленность. Определение. Опасность пребывания в ней.
18. Прелесть. Определение. Характеристика. Виды.
19. Охарактеризовать связь меры евхаристического Причастия Телу Христову с мерой аскетических трудов.
20. Охарактеризовать Таинство покаяния, и его связь с силой человеческой природы.
21. Пути очищения сердца.
22. Охарактеризовать понятие «духовное благородство».
23. Требовательность. Характеристика. Проявления.
24. Допустимый характер настойчивости человека к Богу.
25. Святость. Определение. Характеристика. Виды.
26. Время наступления конца аскезы.
27. Духовная мера человека, ее способность к изменению.

8. Перечень основной и рекомендуемой учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

8.1. Основная литература:

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-
---	---

методической литературы	
1	Амвросий (Ермаков), архиеп. Введение в аскетику [Текст] : учебник / архиеп. Амвросий (Ермаков), свящ. Михаил Легеев ; С.-Петербург. духов. акад. - СПб. : Изд-во СПбПДА, 2017
2	Ларше Ж. К. Исцеление духовных болезней. Введение в аскетическую традицию Православной Церкви. Сергиев Посад, 2018.

8.2. Дополнительная литература:

№	Автор, название, место издания, год издания учебной и учебно-методической литературы
1	Аскетика: сборник. Т. 1 [Текст]. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2008. - 1135 с. - ISBN 978-5-91362-011-8
2	Петр (Екатериновский), еп. Указание пути ко спасению : опыт аскетики (в сокращении) [Текст] / Петр (Екатериновский), еп.- Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-91362-349-2
3	Литвинова Л.В. Девство // Православная энциклопедия / ред. Алексей II, Патриарх Московский и всея Руси. - Т. 14. М., 2007. - С. 284-293
4	Дионисий (Шленов), игумен. Иоанн Лествичник // Православная энциклопедия. Т. 24. - М., 2010. - С. 404-431
5	Дионисий (Шленов), игумен. Дорофей Газский // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 32-43
6	Дунаев А.Г. Евагрий Понтийский / А.Г. Дунаев, А.Р. Фокин // Православная энциклопедия. Т. 16. - М., 2007. - С. 557-581

9. Перечень

**ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»,
необходимых для освоения дисциплины**

1	www.pravenc.ru — официальный сайт Православной энциклопедии
---	---

10. Перечень образовательных технологий, используемых при реализации дисциплины

При реализации дисциплины преподаватель с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности (служения) выпускников и потребностей работодателей использует образовательные технологии обеспечивающие развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств: интерактивные лекции, интерактивные занятия семинарского типа, групповые дискуссии, тренинги, анализ ситуация и имитационных моделей и т.д.

11. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Важным фактором успешного обучения студентов в академии, как и в любом высшем учебном заведении, является способность самостоятельно приобретать знания. Самостоятельная работа студента — это планируемая познавательная деятельность, организационно и методически направляемая преподавателем без видимой помощи для достижения конкретного результата.

Изучение факультативного курса «Православная аскетика» способствует сознательному и самостоятельному овладению новыми знаниями, их закреплению, расширению и углублению, повышению качества их усвоения; выработке самостоятельного творческого мышления и подготовке к самообразовательной и научно-исследовательской работе.

Цели изложенных в пособии методических рекомендаций студентам следующие:

1. Формирование умения логично и аргументировано излагать выводы после изучения той или иной темы или периода.

2. Привитие навыков самостоятельной работы с предлагаемыми источниками.

По факультативному курсу «Православная аскетика» учебной программой предусмотрены лекции, практические занятия. Проведение последних не только позволяет выявить степень усвоения студентами получаемых знаний, но и способствует углубленному изучению ими тем, затронутых преподавателем в лекциях.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

1	лекционная аудитория и аудитория для проведения практических семинарских занятий;
2	учебная мебель;
3	видеопроектор.

Лицензионное программное обеспечение при реализации дисциплины не требуется.