

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Вступительное слово</b> .....	3
<b>Как пересмотреть свою жизнь, готовясь к исповеди?</b> .....	5
<b>Как читать эту книгу?</b> .....	15

### ЧАСТЬ I

#### **Кому и как готовиться к генеральной исповеди?**

Исповедь и осознание .....	18
Зачем нужно готовиться к исповеди за всю жизнь? .....	35
Что делать, если по причине многолюдства нет возможности говорить о своих грехах подробно? Ежедневное испытание совести .....	39
Что делать, если припоминание грехов дается тяжело? .....	43
О Таинстве Елеосвящения (Соборования), в котором прощаются забытые грехи и испрашивается благодать, «исцеляющая душевные и телесные болезни» .....	47

Несколько слов бывшим советскими, а также тем, кто обращался к ним за помощью .....	51
Несколько слов тем, кто приходит к Православию от различных мировоззренческих систем или иных религий .....	71
Что думать насчет воспоминаний о прошлой жизни? .....	80
Несколько слов о выходе из-под власти прошлого .....	95
Дополнительные вопросы к разговору о подготовке к исповеди за всю жизнь .....	100
«Не найти священника». Что делать, если нет священника, которому открылось бы сердце? .....	107
«Стыдно говорить». Тем, кто скрывает на исповеди свои грехи, стыдясь говорить о них .....	111
Заклучение к первой части.	
Исповедь инока Михаила .....	116

## **ЧАСТЬ II**

### **Для чего нужна исповедь?**

#### **Исповедь и душевные травмы человека**

Человек не может самостоятельно, без исповеди, освободиться от психологических последствий греха .....	120
--	-----

Психологические последствия совершения насильственного преступления .....	124
---	-----

Освобождение от психологических последствий греха .....	126
Несколько слов о военнослужащих и их душевных травмах .....	130
О камне, который падает с плеч .....	140
Полную исповедь стоит пройти каждому человеку .....	141
В Таинстве Исповеди действует благодать, которая освобождает «от всего плохого опыта жизни, от ран, душевных травм и вины» .....	142
Примеры освобождения от душевных заболеваний и нездоровых состояний. Причины их возникновения .....	146
Несколько слов об аборте, а также о его связи с состоянием депрессии и желанием закончить жизнь самоубийством .....	150
Что делать, если во время исповеди не имеешь чувства раскаяния? .....	151
О связи между грехом и физической болезнью. Несколько слов о раке .....	163
Родственникам умершего от рака человека .....	166
Колдовство и одержимость. Причины попадания под демоническое влияние .....	172
Как молиться и на что обратить внимание человеку, испытывавшему демоническое воздействие .....	174

Демоны могут спровоцировать появление различных заболеваний. Несколько слов о гинекологических заболеваниях .....	178
Алкоголь, наркотики, блудные грехи делают человека открытым для демонического воздействия .....	182

## **ЧАСТЬ III**

### **Покаяние и изменение жизни**

Можно ли откладывать покаяние «на потом» или «разбойничать» в надежде, что потом покаешься? .....	186
Что такое прощение: «списание долгов со счета» или «нравственный переворот в душе»? .....	190
Как объяснить то, что жизнь зависимого не всегда меняется после исповеди? .....	195
После исповеди и причащения у некоторых без «ломки» исчезает тяга к курению и алкоголю, тяга к наркотикам .....	196
Как относиться к тому, что человек не наблюдает улучшения в своей жизни после исповеди и причащения? .....	198
Чтобы изменить свою жизнь, нужно начать бороться со своим внутренним хаосом, а не с окружающим миром .....	203

«Почему не исцеляюсь?» Слышит ли Бог молитвы человека об исцелении? .....	207
На что следует обратить особенное внимание при душевной болезни? .....	208
Цель болезни – «вразумить и спасти» .....	210
Нравственный смысл страданий .....	214

## ЭПИЛОГ

### **Автобиография бывшего рецидивиста.**

**«Я понял: я сам – носитель этого смрада, от которого исходит хаос в моей жизни. И с этого осознания началось изменение моей жизни»**

Крушение жизни .....	220
Осознание .....	222
Период испытаний .....	223
Духовная жизнь в колонии .....	225
Ощущение того, что Господь помогал. Соприкосновение с настоящим чудом .....	228
На свободе .....	230

## ПРИЛОЖЕНИЯ

О том, как блаженная Феодора проходила воздушные мытарства .....	234
Чин отречения от занятий оккультизмом. Исповедь обратившихся к услугам оккультистов .....	256

Вопросы к отречению от сект, оккультных и философско-религиозных систем восточной ориентации (индуизма, буддизма, вишнуизма, кришнаизма, йоги, джайнизма, ламаизма, даосизма, дзен и др., а также теософии, учения Рерихов и фрагментов учения Нью-Эйдж, сект «Рейки», «Универсальная энергия» и подобных) .....	262
Приложение к вопросам отречения от сект, оккультных и философско-религиозных систем восточной ориентации .....	294
Девушке, испытавшей потрясение после смерти друга .....	310