

СИНОДАЛЬНАЯ  
БИБЛЕЙСКО-БОГОСЛОВСКАЯ  
КОМИССИЯ

ОСНОВЫ

---

ПРАВОСЛАВНОГО  
НРАВСТВЕННОГО  
УЧЕНИЯ

Под общей редакцией  
митрополита Волоколамского Илариона



ПОЗНАНИЕ

Москва • 2020

УДК 281.93:238.1  
ББК 86.372.24-4  
О75

РЕКОМЕНДОВАНО К ПУБЛИКАЦИИ ИЗДАТЕЛЬСКИМ СОВЕТОМ  
РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ  
ИС Р19-915-0594

О75 Основы православного нравственного учения: учебное пособие / под общей редакцией митрополита Волоколамского Илариона. — М.: Издательский дом «Познание», 2020. — 168 с.

ISBN 978-5-906960-93-1

В книге кратко изложено православное нравственное учение: рассматриваются основы христианской нравственности — заповеди, которые даны человеку Богом сначала в Ветхом Завете (Декалог, или Десятисловие), а затем в Нагорной проповеди Господа Иисуса Христа (заповеди блаженств); объясняется соотношение ветхозаветного Закона, естественного нравственного закона и Закона Христова; разбирается понятие греха — как в его сущности, так и в конкретных проявлениях; рассматриваются основы православной аскетики — учение о путях противостояния греху и достижения духовного состояния, согласного с волей Бога о человеке, молитва.

Книга «Основы православного нравственного учения» вместе с двумя другими — «Основы канонического устройства и литургической жизни Православной Церкви» и «Основы православного вероучения» — предназначена для использования в качестве учебного пособия в системе дополнительного религиозного образования, в процессе катехизации, а также для просветительской деятельности на приходах и за пределами церковной ограды.

12+

УДК 281.93:238.1  
ББК 86.372.24-4

ISBN 978-5-906960-93-1

© Синодальная библейско-  
богословская комиссия  
Русской Православной Церкви, 2020  
© Издательский дом «Познание», 2020

# СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	5
ВСТУПЛЕНИЕ. ЖИЗНЬ ВО ХРИСТЕ .....	7
ГЛАВА 1. ЗАКОН И БЛАГОДАТЬ .....	13
§ 1. Заповеди Божии и естественный нравственный закон .....	13
§ 2. Ветхозаветный закон и Закон Христов .....	18
§ 3. Десять заповедей Ветхого Завета .....	22
§ 4. Евангельские заповеди .....	35
ГЛАВА 2. ГРЕХ .....	65
§ 1. Сущность греха .....	65
§ 2. Грехи против Бога .....	75
§ 3. Грехи против ближних .....	77
§ 4. Грехи человека против себя самого .....	81
ГЛАВА 3. АСКЕТИЧЕСКОЕ ПРЕДАНИЕ ЦЕРКВИ И ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ ХРИСТИАНИНА .....	91
§ 1. Жизнь христианина – путь ко спасению .....	91
§ 2. Борьба с грехом .....	96
§ 3. Воздержание и пост .....	107
§ 4. Жизнь во Христе – жизнь в Церкви .....	117

ГЛАВА 4. МОЛИТВА .....	123
§ 1. Молитва — общение с Богом .....	123
§ 2. Совершение молитвы .....	138
§ 3. Личная и общецерковная молитва .....	152
УКАЗАТЕЛЬ .....	158

# ПРЕДИСЛОВИЕ

В настоящей книге, издаваемой по решению Архиерейского Собора Русской Православной Церкви 2017 года, представлено краткое изложение православного нравственного учения. В работе над книгой принимали участие ведущие богословы Московского Патриархата. Текст книги был одобрен Синодальной библейско-богословской комиссией по получении отзывов от архиереев и от духовных школ.

Первая глава посвящена рассмотрению основ христианской нравственности — заповедям, которые даны человеку Богом сначала в Ветхом Завете (Декалог, или Десятисловие), а затем в Нагорной проповеди Господа Иисуса Христа (заповеди блаженств). Здесь также объясняется соотношение ветхозаветного Закона, естественного нравственного закона и Закона Христова.

Во второй главе разбирается понятие греха — как в его сущности, так и в конкретных проявлениях (грехи против Бога, ближних и самого себя). Грех есть нравственное нарушение данного Богом закона, и каждому виду греха противопоставлена определенная добродетель, соотносимая с соответствующими заповедями, о которых речь шла в первой главе.

Третья глава посвящена основам православной аске-тики — учению о путях противостояния греху и дости-жения духовного состояния, согласного с волей Бога о человеке. Здесь рассматриваются не только конкрет-ные формы аскетических усилий (пост, воздержание, доброделание), но и общий контекст жизни христиани-на — жизнь в Церкви, вне которой нет ни нравственного преобразования, ни вечного спасения.

В заключительной главе говорится о важнейшем духовном делании христианина — молитве. Здесь речь идет о самом существе молитвы, а также о ее различ-ных формах, в том числе индивидуальной и общецер-ковной.

В настоящем издании излагаются лишь основы пра-вославного нравственно-аскетического учения. Для бо-лее подробного знакомства как с нравственным богосло-вием, так и с аскетическим преданием Церкви следует обращаться к обширной литературе, посвященной ду-ховной жизни христианина в различных ее аспектах.

*Председатель Синодальной  
библейско-богословской комиссии  
митрополит Волоколамский Иларион*

Вступление

## ЖИЗНЬ ВО ХРИСТЕ

**Жизнь во Христе — это путь ко спасению, который христианин совершает на протяжении всей земной жизни. Проходя этот путь, христианин стремится к преобразению своей жизни по образу Спасителя.**

Всякий человек, принявший Крещение, облачается во Христа, по слову апостола Павла: «Все вы, во Христа крестившиеся, во Христа облеклись» (Гал. 3:27).

Сам Господь сказал: «Я есмь путь и истина и жизнь» (Ин. 14:6). Он возвестил истину о вечной жизни с Богом, к которой призван каждый человек, ибо «угодно Спасителю нашему Богу, Который хочет, чтобы все люди спаслись и достигли познания истины» (1 Тим. 2:3–4). Познание истины происходит через веру во Христа и следование Его учению: «Сказал Иисус к уверовавшим в Него Иудеям: если пребудете в слове Моём, то вы истинно Мои ученики, и познаете истину, и истина сделает вас свободными» (Ин. 8:31–32).

Господь Иисус Христос учредил на земле Церковь ради того, чтобы верующие в Него могли усвоить плоды совершенного Им искупления человеческого рода.

Жизнь верующего протекает в Церкви и вместе со всей Церковью, которая содержит в своем Предании все необходимое для спасения человека.

**Жизнь во Христе — это свободное следование за Христом и соединение с Ним.**

Бог Творец наделил человека свободой, которая является одной из черт образа Божия в человеке. Свобода есть способность самостоятельно принимать жизненные решения, за которые человек несет личную ответственность.

Первый человек Адам, нарушив заповедь Бога Творца, злоупотребил свободой и стал рабом греха. Однако, несмотря на рабство греху, в человеке сохранилась свобода следовать воле Божией. В Ветхом Завете Бог призывал человека отвращаться от греха и исполнять Его заповеди. В Новом Завете Христос, искупив человека из рабства греху, открыл всякому верующему в Него путь к примирению с Богом через веру и богообщение.

Господь ожидает от Своих последователей не рабского исполнения божественных предписаний, но свободного и сознательного следования спасительной воле Божией: «Я уже не называю вас рабами, ибо раб не знает, что делает господин его; но Я назвал вас друзьями, потому что сказал вам все, что слышал от Отца Моего» (Ин. 15:15).

По слову священномученика Иринея Лионского, «Бог в Своем увещании всегда соблюдал свободу и самовластие в человеке, дабы по справедливости неповинующиеся Ему были наказаны за то, что не повинно-

вались, а послушные и верующие Ему были почтены нетлением»<sup>1</sup>.

**Жизнь во Христе требует от человека постоянных духовных усилий, направленных на исполнение воли Божией и на борьбу с греховными страстями.**

По слову Господа Иисуса Христа, «Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф. 11:12). В этой борьбе христианин уповает на спасительную благодать Божию, которая подается в ответ на личную и церковную молитву, через участие в таинствах Церкви, через исполнение заповедей и совершение добрых дел.

Спасения невозможно достичь без духовного труда, и одна только вера не преображает человека. Апостол говорит: «Ты веруешь, что Бог един: хорошо делаешь; и бесы веруют и трепещут. Но хочешь ли знать, неосновательный человек, что вера без дел мертва?» (Иак. 2:19–20). Истинная вера ведет христианина к такому образу жизни, который соответствует изначальному замыслу Бога о человеке.

Царствие Небесное превосходит земное существование, а потому, по слову блаженного Иеронима Стридонского, это «великое усилие обнаруживается в том, что мы рождены на земле, а стремимся к месту на небе и овладеваем через подвиги добродетели тем, чего не получили от природы»<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> *Ириней Лионский, свт.* Против ересей. XV. 2.

<sup>2</sup> *Иероним Стридонский, блж.* Толкование на Евангелие от Матфея.

---

Глава 1

# ЗАКОН И БЛАГОДАТЬ



# ЗАКОН И БЛАГОДАТЬ

## § 1. ЗАПОВЕДИ БОЖИИ И ЕСТЕСТВЕННЫЙ ПРАВСТВЕННЫЙ ЗАКОН

**Воля Божия, следование которой необходимо для вечного спасения, выражена в божественных заповедях, содержащихся в Священном Писании.**

Религиозно-нравственные заповеди Ветхого Завета — это божественное откровение о нормах жизни человека, соответствующих его должному внутреннему устройству.

Заповеди Нового Завета подтверждают ветхозаветные религиозно-нравственные предписания, а также уточняют и углубляют их. В этих заповедях Господь Иисус Христос указывает человеку путь к внутреннему духовному преобразению по тому образу, который Он явил в Своем Лице как Богочеловек. Преобразование человека совершается в Церкви — силою благодати посланного Христом Святого Духа, Который наставляет христиан «на всякую истину» (Ин. 16:13).

**Целью христианина является не просто высоко-нравственное поведение, но, прежде всего, жизнь**