**«Особенности содержания модуля «Основы православной культуры»: «Таинство Причастия»». Педагогическая мастерская**

***Методические комментарии.***

Тема «Таинство Причастия» в курсе «Основы православной культуры» является самой проблемной для учителя, так как не имеет опоры не только в социокультурном опыте большинства учеников, но часто и в социокультурном опыте самого педагога. Поэтому существует опасность схоластического подхода к данной теме, а такой подход к главному Таинству Православия с точки зрения православной традиции граничит с кощунством.

В связи с этим возникает необходимость погружения педагогов в данную проблематику и приближение их (насколько это возможно при социокультурном подходе) к сакральному смыслу Таинства Причастия.

Мастерская предназначена в первую очередь для учителей, преподающих модуль «Основы православной культуры» в рамках курса ОРКСЭ и предмет «Православная культура» по учебно-методическим комплексам Л.Л. Шевченко и С.Т. Погорелова, Н.А. Погореловой, но может быть полезна для всех педагогов, заинтересованных в совершенствовании своих профессиональных компетенций в сфере духовно-нравственного развития и воспитания.

***Цель мастерской:*** приближение педагогов к сакральному смыслу Таинства Причастия и осознанию меры своей ответственности в преподавании данной темы в курсе «Основы православной культуры».

***Организация пространства аудитории:*** столы и стулья расставлены для групповой работы. Количество участников в группе – 3-5 человек. Количество групп – не более 6.

***Необходимое оборудование:***

- мультимедийный комплекс;

- бумага для записей (на каждого участника);

- флипчарт или доска с магнитами;

- бумага для флипчарта – по 2 листа на каждую группу и 1 лист для модератора;

- маркер для бумаги – по 1 на каждую группу и 1 для модератора.

***Ход проведения мастерской:***

 ***Вводное слово модератора.***

Педагогическая мастерская - необычная форма работы: не лекция, не семинар, и даже не просто учебное занятие. Это будет совместное пространство размышления и переживания, поэтому важно понимать, что в этом пространстве не может быть правильных или неправильных ответов, - размышления и переживания (а не просто знания) каждого обогащают всех.

Мы будем совместно погружаться в содержание курса «Основы православной культуры», а со-держание – это то, что мы можем «держать вместе». Необходимо понимать, что готовых и единственно правильных ответов на те вопросы, которые мы будем обсуждать, просто не существует, поэтому важно все накапливать, чтобы потом был материал для размышления и выводов. Причем эти выводы могут быть сделаны каждым позже, уже после нашей работы, которая лишь подготовит для них почву.

Для более продуктивной работы нам будет важно:

- стараться выражать свою точку зрения четко и лаконично;

- слушать и слышать другого, уважать мнение каждого, избегать оценочных суждений и следить за своей интонацией;

- соблюдать правило «одного голоса».

***1. Индуктор.*** Ассоциации к слову «счастье».

*1)Индивидуальное задание:* написать свои ассоциации к слову «счастье»*.*

*2) Работа в группах:* обобщение ассоциаций.

Принцип обобщения не задается модератором, выбирается участниками произвольно. Это может быть общий список, схема, таблица, кластер в виде какого-либо графического образа.

***2. Социализация.***

*Презентация групповой работы, обсуждение, обобщение.*

В ходе обсуждения необходимо выделить разные составляющие счастья в представлениях участников:

- обладание какими-либо благами, как материальными (физическое здоровье, материальный достаток, карьера), так и душевными (семья, понимание и поддержка близких, друзья, любовь как потребность и т.д.);

- стремление отдавать блага другим, т.е. выход за пределы собственного «я» (стремление быть нужным и полезным, любовь как желание отдавать, и.т.д.);

- состояние душевного покоя, гармонии, мира с самим собой, то есть состояние чистой совести.

Следует отметить, что в ассоциациях педагогов, имеющих личный религиозный опыт, присутствует стремление к Богу как необходимая составляющая счастья.

***3. Конструктор. Работа с текстами над этимологическим значением слова «счастье».***

*На каждую группу выдается одинаковый кейс из 4 текстов (см. Приложение).*

*Работа в группах:* Прочитать и проанализировать тексты. На основе осмысленного материала составить свое определение понятия «счастье».

***5. Социализация.***

 *Презентация групповой работы, обсуждение, обобщение.*

Назвать наиболее употребляемые в русском языке определения и устойчивые обороты речи, связанные со словом «счастье»: «в погоне за счастьем», «призрачное счастье», «счастье улыбнулось» и т.д.. Обратить внимание на неустойчивость данного состояния в связи с тем, что обладание определенным благом, как правило, влечет за собой желание обладать еще большим благом.

*Вывод:* Онтологический смысл счастья - человек может быть счастлив, только являясь частью чего-то большего.

*Проблемный вопрос:* Может ли человек быть счастливым вне зависимости от обстоятельств его жизни?

*Обсуждение.* Выход на понятие «блаженства» как некого константного счастья, не зависящего от внешних обстоятельств и обусловленного присутствием Бога в жизни человека.

***6. Мозговой штурм.***

*Вопрос:* Для чего православные христиане ходят в храм?

Участники называют различные мотивы человека для посещения храма, модератор записывает их на доске.

*Примерный список:*

* Общение с Богом
* Молитва
* Праздник
* Поминовение усопших
* Исповедь
* Причастие
* Крещение
* Любопытство
* Поиск ответов на важные жизненные вопросы
* Эстетическое удовольствие (посмотреть на иконы и убранство храма, послушать хор)
* Общение друг с другом
* Успокоение

***7. Выделение главного мотива: индивидуальное голосование*** *- каждый участник ставит пометку напротив выбранного им мотива.*

Чаще всего в аудитории как главный мотив выбирается не Причастие, а «общение с Богом». Этот факт диагностирует некоторую оторванность современных педагогов от православной традиции.

Модератору необходимо пояснить: самое главное, что происходит в православной церкви – это Таинство Причастия. Христианин может быть счастлив, только будучи причастным ко Христу.

***Демонстрация фотографий, иллюстрирующих Таинство Причастия и репродукций икон*** *(см. электронное приложение).*

*Вопрос:*  Какие впечатления возникли?

***8. Работа с текстом статьи игумена Петра (Мещеринова) «Спасение от нелюбви»*** *(см. Приложение)* ***.***

*Модератор предлагает вопрос:*Что же такое Таинство Причастия и зачем оно нужно?

Уже само звучание слов «Таинство причащения» говорит об их смысле — в этом Таинстве христиане становятся причастны чему-то. Но чему? Частью чего они отныне являются?

*Участникам мастерской предлагаются отрывки из статьи игумена Петра (Мещеринова) «Спасение от нелюбви» и дается задание:* Прочитать тексты и выразить письменно свое главное впечатление, оставшееся после прочтения.

***Социализация.***

*Записи участников вывешиваются на доску для общего прочтения.*

***9. Обсуждение проблемного вопроса:*** Почему автор учебного пособия протодиакон Андрей Кураев не хотел вносить эту тему в свое учебное пособие? Чего он опасался?

Выход на проблему невоцерковленного учителя: как рассказать детям о Тайне, Которой сам не причастен? Какая основополагающая идея должна лежать в основе этого урока?

*Вывод:* Создать у ребенка представление о том, что в Православии есть самая главная Тайна, которую человек может постигать только самостоятельно опытным путем.

***10. Подведение итогов. Рефлексия.***

*Работа в группах.* *Прием «Круги по воде»:* слова «счастье» и «Причастие» записываются на большом листе в столбик, участникам предлагается подобрать ассоциации к этим словам на каждую букву.

***Литература:***

1.   Татаркевич В*.*О счастье и совершенстве человека, пер. А.В.Коноваловой. М., 1981.

2. royallib.ru/book/uells\_**gerbert**/dver\_v\_stene.html‎

3. <http://min-li.livejournal.com/97544.html>

4. <http://ledyclass.ru/?p=597>

5. <http://iph.ras.ru/elib/2909.html>

6. <http://www.psi.lib.ru/filosof/briling/schaste1.ht>

**Приложение**

**Кейс для работы над этимологическим значением слова «счастье»**

1. Что такое счастье? Русское слово «счастье» имеет тот же корень, что и слово «часть». Счастье - это выпавшая человеку хорошая доля, часть, благоприятный жребий. В славянской мифологии воплощением счастья выступала Доля. Иногда в фольклоре упоминается и Недоля, которая, наоборот, лишает человека удачи. А что же значит приставка с? На этот вопрос помогает ответить древнеиндийский язык санскрит, который, как и русский, произошел от индоевропейского праязыка. В санскрите есть приставка su - «хороший». Если kavi - «поэт», то su-kavi - «хороший поэт», pati - «супруг», а su-pati - «хороший супруг». В славянских языках санскритскому u соответствовал краткий гласный, который потом исчез, и su превратилось в с. Так что структура слова «счастье» отражает его значение. Интересно, что другое русское слово, сохранившее эту редкую приставку - это «смерть» (сравните с прилагательным «мертвый», где приставки нет). Смертью (su-mert) первоначально называлась только "хорошая", то есть естественная смерть.

По-немецки счастье - Glueck (глюк). Это слово родственно более знакомому нам английскому luck - «счастливый случай, шанс; везение, удача, успех». Оно появилось в английском в XV веке, придя из средненидерландского gheluc (сокращенно luc) - «счастье, удача». Первоначально в английском это слово употреблялось только относительно везения в азартных играх, например, при игре в кости. Это первый встретившийся нам пример весьма распространенного перехода значения от «удачливый» к «счастливый».

Самое частое обозначение счастья в английском - happiness от прилагательного happy - «счастливый». Оно происходит от устаревшего слова hap - «случай, шанс».

В латыни было два основных обозначения счастья. Первое - fortuna - «судьба, счастье, удача» - происходит от слова fors - «случайность, неожиданность, непредвиденный случай». Имя Fortuna носила римская богиня счастья. Второе слово felicitas имело первоначальное значение «плодородие», от него образовано прилагательное felix, означавшее и «плодородный», и «счастливый».

Древнегреческое слово tyche «судьба, участь», так же как и латинское fortuna, приобрело значение «счастье, удача». И греческую коллегу римской богини Фортуны звали Tyche. От этого корня есть другое обозначение счастья eytychia - буквально «хорошая судьба». Греческое счастье это также и eydaimonia, то есть благое расположение к человеку божеств, которых часто обозначали словом daimon. Слово makaria тоже означало «счастье, блаженство». В античную эпоху этим словом также иронично называли кушанье из заваренной кипятком ячневой крупы или муки. Именно в этом значении греческое слово makaria дало в итальянское maccaroni, а потом и русское макароны. Но это не все превращения слова makaria. Производное от него прилагательное makarios означало «счастливый, блаженный», «спокойный, безмятежный». Ну а кто может быть самым спокойным? Конечно же, покойник (обратите внимание на корень русского слова)! Вот и греческое makarios стало обозначать покойника.

2. «*Человек создан для счастья, как птица для полёта…*», — известный афоризм из очерка    В.Г. Короленко «Парадокс». Почему эта фраза получила популярность? Каково лексическое значение слова «счастье»? Какова его этимология, то есть какой смысл предположительно вкладывали в него наши предки?

В различных словарях слову «счастье» даются разные толкования, которые в свою очередь можно свести к следующим основным значениям:

- чувство высшей удовлетворённости жизнью, полного довольства и благополучия;

- неожиданная удача, успех, везение;

- участь, судьба, рок (*всякому своё счастье*);

- обладание высшими благами.

В медицине есть своё понимание счастья как биохимического процесса: «гормоны счастья» *эндорфин, серотонин и дофамин* вырабатываются в организме при определённых эмоциональных состояниях человека, а их синтез нарушается в случае заболеваний (или наоборот - человек заболевает вследствие недостатка гормонов счастья?).

У экономистов есть такой (на мой взгляд, смешной) показатель, как *валовое национальное счастье (ВНС) — Gross National Happiness(GNH)*. С помощью него выявлено, что чаще счастливыми себя чувствуют женщины, а ещё люди старше 70 лет.

По Фасмеру, слово счастье образовано от древнеиндийского  слова  \*čęstь – «часть» и приставки su – «хороший» (хороший удел).

Получается, что счастье (*с + часть*)  – это совокупность каких-то жизненно важных для человека частей. Человек не может иметь абсолютно всё, так устроена жизнь. Он может обладать только какими-то частями земных благ, и эти части могут быть больше или меньше, чем у других. Это могут быть прожитые годы, здоровье,[любовь,](http://ledyclass.ru/?p=84) семья, близкие, друзья, различные материальные ценности и так далее. Причём иногда люди чувствуют себя *несчастными*, имея многое из того, чего у других меньше или совсем нет. Такое может случиться от перенасыщения, подтверждением тому в языке служит поговорка: *с жиру бесится*.

Выходит, пока у человека есть хоть какая-то часть чего-то, он счастлив, хотя часто не понимает этого.  Только потеряв что-то из того, что у него было, он убеждается в этом. Недаром в народе говорят: *что имеет – не хранит, потерявши – плачет*.

Многие люди, наверное, подсознательно боятся приобретать что-то новое просто из страха это потерять, потому что, если они лишатся какой-то вновь приобретённой части, они автоматически станут *несчастными*. Здесь приходит на память известная песня [«Если у вас нету тёти…»](http://ledyclass.ru/?goto=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DrZ37O-Al1DI) **А ведь если подумать, всё выходит по факту как раз наоборот: чем больше человек приобретёт, тем больше у него останется после потери какой-либо части.**К тому же природа не терпит пустоты: на месте утерянного останутся память и опыт.

Получается, что человек счастлив, даже иногда не осознавая того,  до тех пор, пока ему есть, что терять, то есть до самой смерти (а может и после?).

3. СЧАСТЬЕ - По Далю: 1. хорошая судьба, лучшая часть и хорошая участь, хорошая доля. 2. Благоденствие, благополучие, земное блаженство, желанная насущная жизнь, без горя, смут, тревоги; покой и довольство; вообще, все желанное, все то, что покоит и доводит человека, по убежденьям, вкусам и привычкам его. Жить в счастии, во времени, благоденствовать. "Счастье в нас, а не вкруг да около". "Домашнее счастье - совет да любовь". "Лады, в семье, большое счастье!" "Даст Бог здоровья, даст и счастья". Счастливый человек:  удатный, удачливый.

Я склонен этимологически разделить на две версии:

 - Материальная: С хорошей ЧАСТЬЮ чего-либо. (Наследства, дара, выгоды, прибыли)

- Духовная: С ЧАСТЬЮ другого человека, любимого человека, любимой "половинки". С УЧАСТИЕМ в его жизни, в жизни всего мира вообще. СЧАСТЬЕ - это СОУЧАСТИЕ.

  4. Проследив этимологию слова "счастье", можно заметить закономерность. Древнегреческое слово "Eudaimonia" (= истинное счастье) составлялось из двух слов - eu (добро) и daimon (божество), т.е. дословно означало, что судьба человека находится под покровительством богов.

В Риме слово "счастье" означало имя богини - Фортуна. Само слово "Fortuna" имело еще два значения - удача и судьба. Богиня изображалась с рогом изобилия, колесом и рулевым веслом. То есть, она олицетворяла божественную милость, которая может быть дана только достойному. Поэтому восприятие счастья как категории в Римской империи было чисто практическим. Это было благосостояние, возможность выполнения желаний и т.д.

Для более низких слоев общества часто счастье обозначало эсктатическое единение с богами, которые могут даровать более достойную жизнь. Позднее подобное отношение к счастью нашло отражение в христианском учении.

В русском языке слово **"счастье"** также имеет **несколько значений:**
     1) **рок, судьба, участь, доля;** т.е. быть счастливым поначалу понималось как "находиться под милостью высших сил",
     2) **случайность, желанная неожиданность, успех в делах,** т.е. быть счастливым, может означать и то, что человек может быть как бы со-участником своей судьбы.

Но есть еще и **третий вариант: счастье - благоденствие, благополучие, покой и довольство; жизнь без горя и забот** - это уже более приземленный вариант, что-то похожее на "счастье для бедных".

"Удача" в русском языке имеет также несколько значений - это успех, желанный случай, неожиданно успешный исход дела, а также внезапное счастье, хотя ранним значением этого слова была покорность, уступчивость судьбе. То есть, в русском языке слова "удача" и "счастье" с течением времени стали синонимами и означают примерно то же, что и ранее - нахождение под покровительством неких высших сил.

**Отрывки из статьи игумена Петра (Мещеринова) «Спасение от нелюбви»**

**1. Прививка от смерти**

 В советские годы полагалось считать, что никакой «души» у человека не существует — есть только тело и какие-то психологические процессы в нем, и если их основательно изучить, то научный материализм окончательно восторжествует. Но подавляющее большинство населения планеты все-таки далеки от подобных теорий и прекрасно знают, что человек состоит не только из тела, но и из духа, души. Вот и христиане верят, что мы существуем только в совокупности этих составляющих — ведь невозможно назвать живым человеком ни холодный труп, ни лишившуюся тела душу умершего. Смерть, как всем очевидно, убивает нас, лишает целостности, и трагедия смертности тем более страшит людей, что в глубине души у каждого есть живое чувство — мы были созданы, чтобы никогда не умирать. Ведь если бы смерть была заложена в нашей природе, мысли о предстоящем уходе не тяготили бы нас, и смерть была бы естественным окончанием нашей жизни.

 Но даже пока человек живет, его нередко отделяют от других людей и от Бога масса препятствий, в основе которых — отсутствие любви, нежелание общения с миром. Можно спорить о том, возможно ли при жизни спрятаться от смерти и ненависти, можно просто закрыть на проблему глаза — но вот о том, что будет с нами после смерти, спорить уже бесполезно: оттуда никто не возвращался. Христиане верят, что после смерти состояние человека будет определяться тем, как он прожил земную жизнь, — и, размышляя о возможном блаженстве после смерти, кто-то из мудрых сказал, что в рай нельзя войти поодиночке. Иными словами, если человек живет эгоистично и при этом надеется узнать, что такое любовь к Богу и к людям, — то у него, скорее всего, ничего не получится.

 Спасением христиане называют преодоление пропасти между человеком и Богом, возвращение человека к тому состоянию, для которого он был задуман — к вечному счастью, которое дает только любовь, или, как еще говорят — к вечной жизни. А поскольку Источник всякой жизни в мире — это наш Творец и больше никто, то спастись человек может, только приобщившись этому Источнику, соединившись с Ним. Вот что означает причащение — в этом Таинстве человек соединяется с Богом. Без такой «прививки» жизнью шансов на выздоровление от смерти у человечества не было бы. Но как это возможно?

**2. Memento mori**

Богослужение, во время которого совершается Таинство Евхаристии, Таинство святого причащения, называется Божественная Литургия. Само слово «Литургия» в переводе с греческого значит «общее дело» — что уже указывает на то, что это богослужение, в отличие от других, может совершаться христианами только сообща, причем в единомыслии и мире друг с другом.

 Смерть и ненависть разделяют людей, грех и время убивают нас поодиночке. Христос делает обратное: Он как раз соединяет людей, причем не механическим образом, как в какой-то казарме, а соединяет их в Своем Теле, где каждый на своем месте и каждый орган нужен. Церковь как собрание христиан и есть это Тело Христово.

 Но что именно делает тело телом? Ведь тело — это не случайный набор разрозненных членов, а органичное их единство. Христиане получают это единство друг с другом и с Богом именно в причащении Христу. Как это происходит — тайна; человеческий разум не в силах понять ее, поэтому причащение логично называется Таинством.

 И стало причащение возможным именно потому, что Творец зримо вошел в сотворенную Им же реальность — как если бы художник вошел в картину, которую сам же и написал. Бог стал человеком для того, чтобы человек стал богом, — эта мысль встречается у многих отцов Церкви и как нельзя лучше выражает саму суть христианства. Если же воспринимать Христа как простого учителя нравственности, то христианство полностью теряет свой смысл и превращается в пусть и высокое, но бесполезное для избавления от смерти морализаторство. То есть чтобы не только слова, но и дела Иисуса из Назарета стали для нас путем ко спасению, необходимо признать Христа — Богом, Который пострадал и был распят за нас.

 Как и во время Тайной Вечери, когда Спаситель установил Таинство причащения, так и в наши дни во всех православных храмах специальным образом подготовленные и освященные Хлеб и Вино благословляются и предлагаются Богу с просьбой, чтобы Дух Святой, как и прежде, сошел на эти святые Дары и соделал Хлеб — Телом Христа, а Вино — Его Кровью. Именно под видом Хлеба и Вина христиане причащаются Телу и Крови Христа, и это не «термины» и не какие-то высокопарные слова; это то же самое Тело, которое распяли на Кресте, и та же самая Кровь, которую пролил за нас Господь на Голгофе. Другого пути полностью, реально соединиться с Богом для нас, состоящих из плоти и крови, не существует и не может существовать. Молитва, добрые дела, исполнение заповедей, желание совершенствоваться в добре — это лишь путь к причащению, необходимое условие, но еще не самоцель. Целью, смыслом христианства является Сам Христос, причастность Ему.

 Кстати, не случайно Тайная Вечеря совершена Христом непосредственно перед Крестными страданиями — одно с другим очень тесно связано. Богослужение, во время которого происходит Таинство, содержит в себе не только воспоминание всей жизни Христа, но и непосредственную связь с Его распятием. Христиане верят, что хотя Жертва на Голгофе принесена один раз, ее плодами пользуется каждый человек, который причащается Христу. Это не значит, что Жертва повторяется, — ведь она уже однажды совершена, Христос уже был распят. Но богослужение как раз и вносит в земной план нашего существования вневременность, вечность, оно проецирует эту Жертву на каждый миг нашего бытия.

 Важно то, что приобщение человека Богу в Таинстве причащения совершается вовсе не «в индивидуальном порядке»: в Таинстве причащения все христиане соединяются с Одним и Тем же Христом — а значит, становятся едиными и друг с другом, даже ближе, чем братьями и сестрами. А еще именно так люди объединяются с Церковью Небесной, то есть со всеми уже умершими христианами, вкушающими плоды победы Христа над смертью.

 Во время совершения Таинства совершенно теряет значение преграда между землей и небом— ведь этой границы нет во Христе. Это и есть глубочайшая духовная реальность, самая сердцевина церковной жизни. Все остальное — молитва, исполнение заповедей, добрые дела — лишь путь, а причащение — это итог пути.

**3. Право, а не обязанность**

 Но ни в коем случае Таинство причащения не может и не должно пониматься магически — как «прививка» ребенку от болезней, как некий обязательный обряд или как муторная и тяжелая «обязанность» христианина. Возможность причащения Христу — это великий и бесценный дар, и если кто-то пока не готов принять его с благоговением, страхом и верой, то лучше не торопиться, а подождать и получше подготовиться. Апостол Павел даже сказал: Посему, кто будет есть хлеб сей или пить чашу Господню недостойно, виновен будет против Тела и Крови Господней. Да испытывает же себя человек, и таким образом пусть ест от хлеба сего и пьет из чаши сей. Ибо, кто ест и пьет недостойно, тот ест и пьет осуждение себе, не рассуждая о Теле Господнем. Оттого многие из вас немощны и больны и немало умирает (1 Кор 11:27-30). Очень опасно подходить к причастию без должного рассуждения и испытания своей совести — так можно достичь не жизни со Христом, а совсем противоположного эффекта. Точнее даже будет сказать, что те, кто искренне причащаются ради жизни со Христом, эту жизнь от Него и получают. А о тех, кто не очень ко Христу стремится, пожалуй, только Сам Господь знает, чего они таким образом вообще могут достичь.

**Есть ли у благодарности границы**

Таинство причащения иначе называется Таинством Евхаристии. «Евхаристия» по-гречески — «благодарение». Это указывает на то, что совершение Таинства предполагает любовь человека к Богу и благодарность Ему за все Его дары, врученные человеку, — и в первую очередь, за то, что Он подарил нам Самого Себя, всего, без остатка. Естественно, такая благодарность немыслима без причащения Святым Дарам — Телу и Крови Христовым, поэтому выражения «Таинство причащения» и «Таинство Евхаристии» почти всегда являются взаимозаменяемыми.

**4. Естественное чудо**

Чаще всего на практике христианство понимается так: человек живет повседневной жизнью, «как все», а в какой-то день планирует посещение церкви. Перед этим он начинает напряженно от чего-то воздерживаться, готовится, молится, потом приходит на исповедь, сбрасывает с себя груз мирской жизни, приобщается к высокому, выходит из храма... и процесс опять начинается заново. Но такая христианская жизнь будто бы делится на две части: жизнь храмовая и жизнь внехрамовая. Жизнь храмовую обычно считают высшей, считают себя обязанными к ней готовиться, а жизнь профанная, мирская — она просто есть, от нее никуда не деться; как говорится, «жизнь берет свое». Это совершенно неправильно. Святитель Феофан Затворник пишет, что норма жизни для христианина такова: каков ты во время Таинства, таков ты должен быть и в повседневной жизни. Конечно, если эти слова поместить в описанную выше идеологию «хождения в церковь», можно просто испугаться — ведь это, казалось бы, значит постоянно жить в каком-то таком страшном психологическом напряжении? А так — есть хотя бы какая-то «синусоида», напряжение-расслабление, сродни неким спортивным упражнениям… Человек напрягается — делает прыжок — отдыхает, и так постоянно.

Но на самом деле христианская жизнь должна течь ровно. Ни в коем случае это не означает, что нужно принизить участие в Таинстве причащения — наоборот, надо жизнь возвысить до него.

Иногда стараются это делать дисциплинарным путем — невкушением каких-то продуктов, усиленным чтением молитвослова и прочее, но главным образом надо действовать по-другому, ведь суть другая — Христос дает нам дар жизни, который мы должны нести в мир. К примеру, для того, чтобы участвовать в языческих культах, нужна была какая-то особая сакральная подготовка. А Христос все, словно бы, ставит с ног на голову: никакой такой специальной подготовки не требует — только Хлеб и Вино, элементарные, естественнейшие вещи, ешь и пей. Не нужно прыгать через костер, не нужно совершать над собой какие-то экстраординарные «разовые» обряды. Нужно всего лишь проголодаться, возжаждать Бога, а ведь это — одна из самых естественных вещей на свете. Причащение становится именно в ряд повседневных дел, но не сводится к ним — наоборот, тем самым сама повседневность возвышается до неба.

**5. Возвращение домой**

 Но что же происходит с человеком после того, как он причащается Христу? Нужно ли, можно ли ожидать каких-то заметных мгновенных последствий?

 С каждым все происходит по-своему, и, конечно, очень лично (даже интимно). Но обычно, если человек добросовестно готовится — то есть не только все молитвы «вычитает», но и желает встречи со Христом, — конечно, Господь дает ему почувствовать, что Встреча состоялась. И это словами уже не объяснить никак…

 Но бывает, что человек и совершенно ничего не чувствует — может, именно потому, что он специально хотел что-то чувствовать. Господь как бы говорит: «Ты хотел не только Меня, а еще и каких-то религиозных переживаний? Не надо, это лишнее». Так что не следует ожидать экстаза или какого-то «вознесения духом», лучше больше думать о том, как не утратить тот дар, который уже вручен.

 Но тогда что же, в сущности, происходит с человеком в сам момент причащения и после? Господь говорит в Евангелии: без Меня не можете делать ничего (Ин 15:5). Что это значит? Землю копать, к примеру, или каким-то другим образом трудиться мы вполне можем, конечно. Но вот исполнять заповеди Христа мы без Него Самого не можем. Сотворчество Бога и человека осуществляется через то, что мы принимаем в себя Христа, и вместе с Ним начинаем творить заповеди, жить ими. Совместно с Богом мы начинаем творить в себе смирение, любовь, милосердие, мы становимся живыми в полном смысле этого слова.

 Причащение — это еще и единственное подлинное воспитательное средство. Когда христианин чувствует, что Бог от него уходит, — для него это все равно, что потерять самого близкого человека, все равно, если из двух влюбленных один теряет другого. Это трагедия, и ничего другого в такой момент просто не существует — все мысли лишь о том, как возвратить ушедшую любовь. Так и тут: если общение с Богом пресекается — человек только и ищет, как вернуть Бога в свое сердце. Для этого Церковь и предлагает аскетические средства — пост, молитва, размышления над Писанием. Суровые подвиги монахов-отшельников были такими именно потому, что их мера богообщения была настолько высока, что малейшее отступление Бога от их сердца понуждало их нести глубочайшее покаяние.

 А на нашем уровне лучшее средство вернуться домой, к любящему Отцу — это, конечно же, для начала не просто порядочная или честная, но еще и деятельная нравственная жизнь по Евангелию. И уже как итог — причащение Христу.