

Религиозная организация -  
духовная образовательная организация высшего образования  
"Воронежская духовная семинария  
Воронежской Епархии Русской Православной Церкви"

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор  
Воронежской духовной семинарии  
иерей Роман Ткачев  
"20" июня 2025 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Ссылка на сертификате ЭП  
Сертификат: 06 96 fa b8 00 c5 ad 4d 90 4f a2 6e cc 31 4d b5 99  
Владелец: Ткачев Роман Павлович  
Срок действия с 18.02.2025 по 18.05.2026

Рабочая программа дисциплины  
**Православная аскетика**

Направление подготовки **48.03.01 ТЕОЛОГИЯ**  
Профиль **Православная теология.**  
Квалификация **бакалавр**  
Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72  
в том числе:  
аудиторные занятия 36  
самостоятельная работа 36

Виды контроля в семестрах:  
зачеты с оценкой 7

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Неделя	17 1/6			
Лекции	18	18	18	18
Практические	18	18	18	18
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36	36	36	36
Сам. работа	36	36	36	36
Итого	72	72	72	72

Воронеж  
2025

Программу составил(и):

*Ст. преп., Гребенкин Олег Александрович, прот.*

Рецензент(ы):

*кб, Ст. преп., Попов Игорь Николаевич*

Рабочая программа дисциплины

**Православная аскетика**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология (приказ Минобрнауки России от 25.08.2020 г. № 1110)

составлена на основании учебного плана:

48.03.01 Теология

утвержденного учёным советом вуза от 08.02.25 протокол № 90.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Кафедра библейских и богословских дисциплин**

Протокол от 07.02.2025 г. № 4

Зав. кафедрой Прасолов Михаил Алексеевич

### 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель курса: сформировать у студентов целостное представление о православной аскетике, пути спасения христианина, его борьбы с грехом, согласно Евангельским Заповедям, предназначении человека для Богообщения.

Задачи курса:

- дать студентам представление о православной аскетике
- дать элементарные сведения об аскетических нормах, содержащихся в Священных книгах Ветхого и Нового Завета;
- познакомить студентов с аскетическими воззрениями святых отцов;
- сформировать у студентов общее представление о нехристианской аскетике;

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.06
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Догматическое богословие
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Священное Писание Ветхого Завета и Священное Писание Нового Завета, Философия, Патрология, История нехристианских религий, Нравственное богословие.
2.2.2	

### 3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

**УК-6: Способен к самосовершенствованию на основе традиционной нравственности в течение всей жизни**

**УК-6.2: Умеет применять полученные знания при самосовершенствовании.**

**Знать:**

- |           |                                       |
|-----------|---------------------------------------|
| Уровень 1 | - библейское аскетическое учение;     |
| Уровень 2 | - святоотеческое аскетическое учение; |
| Уровень 3 | - христианскую этику;                 |

**Уметь:**

- |           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | - бороться с греховными страстями;                           |
| Уровень 2 | - следовать по пути христианской добродетели;                |
| Уровень 3 | - правильно использовать традиционные аскетические практики; |

**Владеть:**

- |           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | - навыками принятия правильных нравственных решений;     |
| Уровень 2 | - навыком экспликации нравственного содержания ситуации; |
| Уровень 3 | - молитвенным навыком;                                   |

**УК-6.3: Имеет представление о возможностях дальнейшего профессионального развития на основе полученных знаний.**

**Знать:**

- |           |   |
|-----------|---|
| Уровень 1 | - основные понятия христианской этики;    |
| Уровень 2 | - основные понятия православной аскетики; |
| Уровень 3 | - основные аскетические практики;         |

**Уметь:**

- |           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | - грамотно применять христианскую этическую терминологию;  |
| Уровень 2 | - грамотно применять аскетическую терминологию;  |
| Уровень 3 | - безвредно для здоровья и с духовной пользой приобщаться к аскетическим православным практикам; |

**Владеть:**

- |           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | - навыком обоснования необходимости практического применения в жизни аскетического наследия                            |
| Уровень 2 | - навыком использования полученных знаний, как исходной точки для анализа и оценки конкретных явлений церковной жизни; |
| Уровень 3 | - навыком приобретения, использования и обновления аскетических знаний;  |

**ОПК-4: Способен применять базовые знания практико-ориентированных теологических дисциплин при решении теологических задач**

**ОПК-4.2: Знает основы нравственно-аскетического учения Православной Церкви и умеет соотнести с ними жизненные ситуации.**

<b>Знать:</b>	
Уровень 1	- основные положения нравственного учения Церкви;
Уровень 2	- заповеди богооткровенного нравственного закона и их толкование святыми отцами;
Уровень 3	- основные положения православной аскетики;
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	- отличать аскетические представления Православной Церкви от аскетики других конфессий;
Уровень 2	- отличать аскетические представления Православной Церкви от аскетики других религиозных традиций;
Уровень 3	- отличать аскетические представления Православной Церкви от секулярной аскетики;
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	- способностью соотносить нравственно-аскетическое учение Церкви с реалиями современной жизни;
Уровень 2	- использовать знание православной аскетики в социальном служении;
Уровень 3	- использовать знание православной аскетики в духовнической практике;

**ПК-1: Способен использовать теологические знания в решении задач церковно- практической деятельности.**

**ПК-1.4: Знает историю формирования церковного богослужения, сложения нравственно-аскетического учения и церковно-правовой системы.**

<b>Знать:</b>	
Уровень 1	- историю развития православно-аскетического учения;
Уровень 2	- связь догматического и аскетического богословия;
Уровень 3	- связь нравственного и аскетического богословия;
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	- общаться с церковной аудиторией, ясно и систематически излагая аскетические знания в устной форме;
Уровень 2	- общаться с нецерковной аудиторией, ясно и систематически излагая аскетические знания в устной форме;
Уровень 3	- общаться с церковной аудиторией, ясно и систематически излагая аскетические знания в письменной форме;
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	- использовать знание православной аскетики в катехизаторской деятельности;
Уровень 2	- использовать знание православной аскетики в проповеднической деятельности;
Уровень 3	- использовать знание православной аскетики в миссионерской деятельности;

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы
	<b>Раздел 1. Теоретические основы православной аскетики.</b>				
1.1	Теоретические основы православной аскетики. /Лек/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.3 Э1 Э2 Э3 Э4
1.2	Теоретические основы православной аскетики. /Пр/	7	4	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
1.3	Теоретические основы православной аскетики. /Ср/	7	6	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.5 Э1 Э2 Э3 Э4
	<b>Раздел 2. Православная аскетика как основа христианской нравственности.</b>				
2.1	Православная аскетика как основа христианской нравственности. /Лек/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4
2.2	Православная аскетика как основа христианской нравственности. /Пр/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4
2.3	Православная аскетика как основа христианской нравственности. /Ср/	7	6	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4
	<b>Раздел 3. Грех.</b>				

3.1	Грех. /Лек/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4
3.2	Грех. /Пр/	7	4	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4
3.3	Грех. /Ср/	7	6	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4
<b>Раздел 4. Добродетель.</b>					
4.1	Добродетель. /Лек/	7	4	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4
4.2	Добродетель. /Пр/	7	4	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4
4.3	Добродетель. /Ср/	7	6	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4
<b>Раздел 5. Молитва.</b>					
5.1	Молитва. /Лек/	7	4	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4
5.2	Молитва. /Лек/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4
5.3	Молитва. /Ср/	7	6	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4
<b>Раздел 6. Монашество.</b>					
6.1	Монашество. /Лек/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4
6.2	Монашество. /Пр/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4
6.3	Монашество. /Ср/	7	6	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4
6.4	Зачёт /Пр/	7	2	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-4.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Православная аскетика как учебный предмет.
2. Обзор святоотеческой и богословской литературы по вопросам этики и аскетики.
3. Аскетика как основа нравственной жизни.
4. Христианская и нехристианская аскетика
5. Христианское понимание греха. Виды греха. Привычка, страсть, порок.
6. Святоотеческое учение о страстях и борьбе с ними. Учение святых отцов о помыслах.
7. Страсти чревоугодия и блуда.
8. Страсти сребролюбия и гнева.
9. Страсти печали и уныния.
10. Страсти тщеславия и гордости.
11. Христианское понимание добродетели.
12. Вера. Грехи против веры.
13. Надежда. Грехи против надежды.
14. Любовь. Грехи против любви.
15. Добродетели в современном мире.
16. Христианская добродетель и грехи человека.
17. Добродетели воздержания и целомудрия.
18. Добродетели нестяжания и кротости.

19. Добродетели блаженного плача и трезвения.
20. Добродетели смирения и любви.
21. Молитва. Виды молитвы. Содержание молитвы. Молитва в Священном Писании и писаниях святых отцов.
22. Виды молитв.
23. Умно-сердечная молитва.
24. Монашество.

### 5.2. Темы письменных работ

1. Православное учение о смерти по творениям свт. Игнатия (Брянчанинова)
2. Православное учение о молитве по письмам прп. Амвросия Оптинского.
3. Христианское учение о богообщении в сочинениях прп. Симеона Нового Богослова.
4. Добродетель любви по творениям прп. Максима Исповедника.
5. Основы православной аскетики по трудам прп. Исаака Сирина.
6. Учение о помыслах в православно-христианской аскетике.
7. Прелесть как духовное состояние по учению свт. Игнатия (Брянчанинова).
8. Учение о любви прп. Силуана Афонского.

### 5.3. Фонд оценочных средств

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Тест

- 1) Как переводится глагол, от которого происходит слово аскетика?  
А) упражняться. Б) поститься. В) трудиться. Г) молиться.
- 2) Какое определение греха приведено неверно?  
А) нарушение заповеди Божией.  
Б) зло, порожденное свободной волей разумного существа.  
В) попытка твари отвернуться от Творца.  
Г) преступление против принятых этических норм.
- 3) Выберите святоотеческое определение страсти.  
А) сильное чувство между мужчиной и женщиной. Б) движение души.  
В) бурно переживаемая эмоция. Г) психологическая привязанность.
- 4) Какая стадия развития страсти, по прп. Иоанну Лествичнику, самая ранняя?  
А) пленение. Б) сочетание. В) прилог. Г) сложение.
- 5) Какая из данных страстей всегда является укоризненной, греховной?  
А) радость. Б) печаль. В) уныние. Г) удивление.
- 6) Какая из данных греховных страстей не относится к восьми основным?  
А) чревоугодие. Б) сребролюбие. В) тщеславие. Г) лень.
- 7) Какая из данных греховных страстей относится к восьми основным?  
А) дерзость. Б) гордость. В) сквернословие. Г) кощунство.
- 8) Выберите определение добродетели, соответствующее православной аскетике.  
А) наилучший навык разумной души, благодаря которому она становится несклонной к пороку.  
Б) положительное нравственное свойство характера.  
В) способность поступать наилучшим образом во всем, что касается удовольствий и страданий.  
Г) наивысшее блаженство, движущим стимулом к достижению которого является «энтузиазм» человека.
- 9) Какая из данных добродетелей не относится к восьми основным?  
А) смирение. Б) скромность. В) целомудрие. Г) кротость.
- 10) Какая из данных добродетелей относится к восьми основным?  
А) терпение. Б) безмолвие. В) любовь. Г) незлобие.
- 11) Какой вид молитвы не признается в православии?  
А) благодарственная. Б) просительная. В) славословная. Г) медитативная.
- 12) Какая конкретная молитва совершалась отцами-исихастами в их духовном делании?  
А) «Отче наш». Б) Иисусова молитва. В) «Символ веры». Г) «Достойно есть».
- 13) Что такое, согласно святым отцам, прелесть?  
А) гибельное духовное состояние, обманчивая святость.  
Б) нечто обаятельное. В) очень грубая лесть.  
Г) глубокая привлекательность чего-либо

14) Что дословно означает греческое слово *μετάνοια* (метанойя), которое обычно переводят как «покаяние»?  
 А) сожаление о содеянном. Б) плач о грехах.  
 В) изменение ума. Г) просьба о прощении.

15) В чем суть поста?  
 А) в невкушении мяса живых существ. Б) в истязании плоти.  
 В) в освобождении от уз тела. Г) в самоограничении человека.

16) Для чего в исихастской практике использовались приемы, связанные с положением тела, дыханием и т.д.?  
 А) для лучшего способа видения фаворского света.  
 Б) для психологической разгрузки.  
 В) для сосредоточения внимания.  
 Г) для циркуляции духовной энергии.

17) Выберите подходящее определение молитвы.  
 А) возвышенное духовное состояние.  
 Б) общение с Богом, или святыми.  
 В) психическое упражнение.  
 Г) слова, обращенные к Богу.

18) Какая из данных форм молитвы, наиболее высокая с точки зрения святых отцов?  
 А) словесная. Б) умная. В) умно-сердечная. Г) непрестанная.

19) Какая форма аскезы не была свойственна православному монашеству?  
 А) отшельничество. Б) флагелланство. В) столпничество. Г) затворничество.

20) Выберите монашеский обет, который дают не все монахи.  
 А) обет послушания. Б) обет молчания.  
 В) обет нестяжания. Г) обет целомудрия.

Тематическое содержание занятий лекционного типа, семинарских и практических занятий

Тема 1. Теоретические основы православной аскетики.

Понятие аскетики. Происхождение слова «аскетика».

Православная аскетика как учебный предмет. Источники. Связь с нравственным богословием. История науки. Аскетика и догматика. Актуальность христианской этики и аскетики. Христианские и нехристианские представления о человеке. Христианская и нехристианская аскетика.

Вопросы к семинару

1. Христианская и нехристианская аскетика.
2. Предмет и источники Православной аскетики.
3. Феномен безрелигиозной аскетики.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению.

СПб., 1907. – URL:

[http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)

2. Минин, П.М. Мистицизм и его природа / П.М. Минин. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 43 с. - ISBN 978-5-4475-3182-9 ;

То же

[Электронный ресурс]. -

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=273691>

Тема 2. Православная аскетика как основа христианской нравственности.

Христианская антропология. Образ и подобие Божие в человеке.

Цель и смысл жизни человека в Священном Писании и трудах святых отцов.

Соотношение этики и аскетики. Аскетика как основа нравственной жизни.

Вопросы к семинару

1. Нравственная сторона образа Божия в человеке.
2. Святоотеческое понимание смысла жизни христианина.
3. Сущность православной аскетики.

Литература 1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению.

СПб., 1907. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)

2. Симеон Новый Богослов (прп.), Творения и Гимны /

Симеон Новый Богослов (прп.). - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 1056 с. - ISBN 978-5-4475-3407-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274951>

Тема 3. Грех.

Христианское понимание греха. Священное писание о грехе. Святые отцы о сущности греха. Грех и свобода человека

Виды греха. Привычка, страсть, порок. Учение святых отцов о помыслах. Святоотеческое учение о страстях и борьбе с ними.

Схема 8 главных страстей. Западная специфика в понимании греха. Учение о 7 смертных грехах.

Понятие греха.

Вопросы к семинару

1. Потеря духовной свободы и грех.
2. Взгляд на грех в Св. Писании.
3. Грех как ошибка в духовном самоопределении человека.
4. Грех как повреждение природы.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению. СПб., 1907. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)
2. Симеон Новый Богослов (прп.), Творения и Гимны / Симеон Новый Богослов (прп.). - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 1056 с. - ISBN 978-5-4475-3407-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274951>

Развитие греха.

Вопросы к семинару

1. Причины греха.
2. Нечистые помыслы и степени их развития.
3. Последствия греха.
4. Грех как ошибка в духовном самоопределении человека.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению. СПб., 1907. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)
2. Творения древних отцов-подвижников: св. Аммон, св. Серапион Тмуитский, преп. Макарий Египетский, св. Григорий Нисский, Стефан Фиваидский, блж. Иперехий / А.И. Сидоров ; вступ. ст. А.И. Сидоров ; коммент. А.И. Сидоров. - 2-е изд. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2012. - 736 с. - ISBN 978-5-91362-489-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=440393>

Схема 8 главных страстей.

Вопросы к семинару

1. Сущность и виды чревоугодия.
2. Борьба с блудной страстью.
3. Сребролюбие.
4. Гнев и его виды.
5. Печаль.
6. Уныние.
6. Тщеславие.
7. Гордость как основа всех страстей.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению. СПб., 1907. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)
2. Творения древних отцов-подвижников: св. Аммон, св. Серапион Тмуитский, преп. Макарий Египетский, св. Григорий Нисский, Стефан Фиваидский, блж. Иперехий / А.И. Сидоров ; вступ. ст. А.И. Сидоров ; коммент. А.И. Сидоров. - 2-е изд. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2012. - 736 с. - ISBN 978-5-91362-489-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=440393>

Тема 4. Добродетель.

Христианское понимание добродетели. Вера, надежда и любовь. Восемь добродетелей, противоположных страстям. Добродетели в современном мире.

Понятие добродетели.

Вопросы к семинару

1. Место добродетели в природе человека.
2. Добродетель в Священном Писании.
3. Сущность добродетели, согласно античной философии.
4. Святоотеческое понимание добродетели.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению. СПб., 1907. – URL:

[http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)

2. Минин, П.М. Мистицизм и его природа / П.М. Минин. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 43 с. - ISBN 978-5-4475-3182-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=273691>

Схема 8 добродетелей.

Вопросы к семинару

1. Пост или воздержание.
2. Целомудрие как нравственная проблема.
3. Нестяжание.
4. Кротость.
5. Плач о грехах.
6. Трезвение.
7. Смирение.
8. Любовь как основа духовной жизни.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению.

СПб., 1907. – URL:

[http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)

2. Творения древних отцов-подвижников: св. Аммон, св. Серапион Тмуитский, преп. Макарий Египетский, св. Григорий Нисский, Стефан Фиваидский, блж. Иперехий / А.И. Сидоров ; вступ. ст.

А.И. Сидоров ; коммент. А.И. Сидоров. - 2-е изд. - Москва : Издательство Сибирская Благовозвонница, 2012. - 736 с. - ISBN 978-5-91362-489-5 ; То же [Электронный ресурс]. -

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=440393>

Тема 5. Молитва.

Молитва. Виды молитвы. Содержание молитвы. Молитва в Священном Писании и писаниях святых отцов. Значение молитвы в нравственном совершенствовании.

Молитва Иисусова. Исихия. Понятие об умно-сердечной молитве. Основные свойства ее. Телесные приемы для средоточения в исихазме.

Исихастское учение об «умном чувстве». «Мистика ума» и «мистика сердца». Молитва как средство богопознания.

«Духовная молитва» и

«молчание разума».

Понятие о молитве.

Вопросы к семинару

1. Что такое молитва?
2. Виды молитвы.
  - А. Хвалебная.
  - Б. Просительная.
  - В. Покаянная.
  - Г. Благодарственная.
3. Молитва ходатайственная.
4. Условия молитвы.

Литература

1. Зарин С.М. Аскетизм по православно-христианскому учению.

СПб., 1907. – URL:

[http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=140002&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=140002&sr=1)

2. Иларион (Алфеев), еп., Духовный мир преподобного Исаака Сирина / Иларион (Алфеев), еп. - Санкт-Петербург : Алетей,

2005. - 288 с. - (Византийская библиотека). - ISBN 5-89329-479-3 ;

То же [Электронный ресурс]. -

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=75022>

Исихазм.

Вопросы к семинару

1. Что такое «умное чувство»?
2. Умно-сердечная молитва.
3. «Молчание разума» как высшее духовное состояние. Литература
  1. Византийские исихастские тексты / сост. А.Г. Дунаев. - Москва : Издательство Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2012. - 560 с. - (Творения святых отцов и учителей Церкви). - ISBN 978-5-88017-273-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429536>
  3. Иларион (Алфеев), еп., Духовный мир преподобного Исаака Сирина / Иларион (Алфеев), еп. - Санкт-Петербург : Алетей, 2005. - 288 с. - (Византийская библиотека). - ISBN 5-89329-479-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?>

page=book&id=75022

4. Мар Исхак Ниневийский (преп. Исаак Сириин), Книга о восхождении инока: Первое собрание (трактаты I—VI) / Мар Исхак Ниневийский (преп. Исаак Сириин) ; общ. ред. и пер. с сир., араб., греч. А.В. Муравьев. - Москва : Издательский дом «ЯСК», 2016. - 585 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9908330-2-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=473305>

Тема 6. Монашество.

Монашество как воплощение аскезы. Аскетический идеал православного монашества. Значение монашеских обетов. Виды монашества.

Вопросы к семинару

1. Монашество как уход от мира.
2. Значение обета послушания.
3. Значение обета нестяжания.
4. Значение обета целомудрия.

Литература

1. Минин, П.М. Мистицизм и его природа / П.М. Минин. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 43 с. - ISBN 978-5-4475-3182-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=273691>
2. Творения древних отцов-подвижников: св. Аммон, св. Серапион Тмуитский, преп. Макарий Египетский, св. Григорий Нисский, Стефан Фиваидский, блж. Иперехий / А.И. Сидоров ; вступ. ст. А.И. Сидоров ; коммент. А.И. Сидоров. - 2-е изд. - Москва : Издательство Сибирская Благовонница, 2012. - 736 с. - ISBN 978-5-91362-489-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=440393> Фонд оценочных средств дисциплины представлен в отдельном документе.

#### **5.4. Перечень видов оценочных средств**

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умения и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

4.1. Текущий контроль осуществляется в ходе учебного процесса и индивидуальной работы со студентами, по результатам работы на практических занятиях. Основными формами текущего контроля знаний являются:

- проверка качества усвоения проблемных вопросов изучаемого материала в ходе плановых занятий;
- подготовка докладов и сообщений для обсуждения на практических занятиях, их оценивание;
- проведение практических работ для оценки и закрепления навыков;
- написание письменных работ, контрольных работ, тестов и т.д.

4.2. При проведении текущего контроля предлагаются следующие критерии:

Критерии оценки работы студентов на семинарах

Оценка «отлично»:

- глубокое и прочное усвоение материала темы или раздела;
- полные, последовательные, грамотные, логически излагаемые аргументированные ответы;
- демонстрация обучающимся знаний в объеме пройденной программы и дополнительно рекомендованной литературы;
- воспроизведение учебного материала с требуемой степенью точности.

Оценка «хорошо»:

- наличие несущественных ошибок, не достаточно аргументированные ответы на вопросы;
- демонстрация обучающимся знаний в объеме пройденной программы;
- четкое изложение учебного материала.

Оценка «удовлетворительно»:

- наличие несущественных ошибок в ответе, отсутствие аргументации, но достаточно грамотное и логичное изложение;
- демонстрация обучающимся недостаточно полных знаний по пройденной программе, отсутствие аргументации;
- не структурированное, не грамотное и не логичное изложение учебного материала при ответе.

Оценка «неудовлетворительно»:

- незнание материала темы или раздела;
- серьезные ошибки при ответе.

Критерии оценки докладов:

Оценка «отлично»:

- наличие четкого плана доклада;
- раскрытие в докладе сути проблемы;
- самостоятельность в подборе фактического материала и аналитического его осмысления;
- свободное изложение материала и четкие ответы на поставленные вопросы.

Оценка «хорошо»:

- умение изложить сжато основные положения доклада;
- раскрытие в докладе сути проблемы;
- самостоятельность в подборе фактического материала и аналитического его осмысления;
- свободное изложение материала и ответы на поставленные вопросы с несущественными, но быстро исправляемыми докладчиком ошибками.

Оценка «удовлетворительно»:

- содержательное выступление, но докладчик затрудняется сжато изложить основные положения доклада;
- демонстрация обучающимся недостаточно полных знаний по теме доклада, отсутствие аргументации;

- не структурированное изложение материала доклада, при ответе на вопросы допускает ошибки.

Оценка «неудовлетворительно»:

- доклад не подготовлен.

4.3. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета или экзамена.

При проведении промежуточного контроля предлагаются следующие критерии:

Уровень освоения учебных дисциплин обучающимися в рамках промежуточной аттестации определяется следующими оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Оценки «отлично» заслуживает обучающийся, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умение свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, усвоивший основную литературу и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой.

Оценки «хорошо» заслуживает обучающийся, обнаруживший полное знание учебного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе практические задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе.

Оценка «хорошо» выставляется обучающимся, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, обнаруживший знания основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением практических заданий, предусмотренных программой, знакомых с основной литературой, рекомендованной программой.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательного учреждения без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

В зависимости от количества вопросов, включенных в экзаменационные билеты, общая оценка выставляется.

При двух вопросах:

«отлично», если обе оценки «отлично»;

«хорошо», если обе оценки «хорошо» или одна из оценок «отлично», а вторая «хорошо» или «удовлетворительно»;

«удовлетворительно», если обе оценки «удовлетворительно» или одна из оценок «удовлетворительно», а вторая «хорошо»;

«неудовлетворительно», если хотя бы одна из оценок «неудовлетворительно».

При трех вопросах:

«отлично», если все оценки «отлично» или одна из них «хорошо»;

«хорошо», если не более одной оценки «удовлетворительно»;

«удовлетворительно», если две и более оценок «удовлетворительно»;

«неудовлетворительно», если одна оценка «неудовлетворительно», а остальные не выше чем «удовлетворительно» или две оценки «неудовлетворительно». Вопросы для промежуточной аттестации, темы письменных работ, задания для текущего контроля.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

Индекс	Авторы, составители	Заглавие	Город: изд-во, год	ЭБС	Кол-во
Л1.1	Зарин С.М.	Аскетизм по православно-христианскому учению.	СПб., 1907.	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=140002&amp;sr=1">http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=140002&amp;sr=1</a>	0
Л1.2	Амвросий (Ермаков), архиеп.; Легеев М., свящ.	Введение в аскетику : Учебник.	Санкт-Петербург : СПбПДА, 2017.		16

#### 6.1.2. Дополнительная литература

Индекс	Авторы, составители	Заглавие	Город: изд-во, год	ЭБС	Кол-во
Л2.1	Минин, П.М.	Мистицизм и его природа.	Москва : Директ-Медиа, 2014.	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=273691">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=273691</a>	0
Л2.2	Иларион (Алфеев), еп.	Духовный мир преподобного Исаака Сирина.	Санкт-Петербург : Алетейя, 2005.	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=75022">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=75022</a>	0

Индекс	Авторы, составители	Заглавие	Город: изд-во, год	ЭБС	Кол-во
Л2.3	Мар Исхак Ниневийский (преп. Исаак Сири),	Книга о восхождении инока: Первое собрание (трактаты I—VI).	Москва : Издательский дом «ЯСК», 2016.	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=473305">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=473305</a>	0
Л2.4	Симеон Новый Богослов (прп.),	Творения и Гимны.	Москва : Директ-Медиа, , 2014.		5
Л2.5	Феофан Затворник, еп.	Путь ко спасению.	М., 2014	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=256188">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=256188</a>	0

### 6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	<a href="https://azbyka.ru/otechnik/">https://azbyka.ru/otechnik/</a> - Библиотека святых отцов и церковных писателей.
Э2	<a href="http://www.pravenc.ru/">http://www.pravenc.ru/</a> - Православная Энциклопедия.
Э3	<a href="http://biblioclub.ru/">http://biblioclub.ru/</a> – ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»
Э4	<a href="http://www.portal-slovo.ru/">http://www.portal-slovo.ru/</a> - Образовательный портал «Слово».

### 6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

операционная система Windows 10Home
офис Microsoft Office 2016
браузер Google Chrome

### 6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. <a href="http://ek.vpds.ru:3128">http://ek.vpds.ru:3128</a> – информационная справочная библиографическая система «Электронный библиотечных каталог Воронежской духовной семинарии».
2. <a href="https://www.elibrary.ru/defaultx.asp">https://www.elibrary.ru/defaultx.asp</a> – современная национальная профессиональная база данных (научных публикаций) Российский индекс научного цитирования.

## 7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

учебные столы 9 шт.
стулья 16шт.
учебная доска 1 шт.
компьютер (Системный блок ATX/Intel Celeron G3930/ 2.90GHz/GA-H110M-H/4GB) 1 шт.
интерактивная доска (Smart SBM685) 1 шт.
мультимедийный проектор (SMART V12 с креплением DSM-14Kw) 1 шт.

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Важным фактором успешного обучения студентов в Воронежской духовной семинарии, 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. Учитывая, что в ВДС количество аудиторных часов составляет до 60% от общего количества учебной нагрузки, необходима организация самостоятельной работы студентов и выработка системы контроля их знаний.

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

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 предлагаемой литературой.

Помимо советов методического характера, в пособии даны темы рефератов и сообщений по каждой теме.

По согласованию с преподавателем студент может также выбрать такую тему реферата (сообщения), которая не указана в рекомендуемом перечне.

Цель самостоятельной работы по изучению дисциплины «Православная аскетика» – научить ориентироваться в литературе по предмету, выработать навыки отбирать нужную информацию, формировать собственное мнение в оценке явлений нравственной жизни, основанное на православной традиции.

По курсу «Православная аскетика» учебной программой предусмотрены лекции и семинарские занятия. Проведение последних не только позволяет выявить степень усвоения студентами получаемых знаний, но и способствует углубленному

изучению ими тем, затронутых преподавателем в лекциях.

К вопросам каждого семинара и по темам рефератов и сообщений дан список литературы.

При самостоятельной подготовке студентов к семинарскому занятию рекомендуется следующая последовательность работы: ознакомление с рекомендуемой литературой, составление конспектов, подбор дополнительных материалов с использованием периодической, электронной литературы и составление кратких заметок, изучение конспектов лекций.

Практически к каждому семинарскому занятию предусматривается выполнение студентами учебно-исследовательских заданий. Выполняя эти задания, студент должен:

1. изучить соответствующую литературу;
2. выделить круг вопросов, входящих в данную проблему;
3. отобрать конкретный фактический материал и теоретические положения по данной проблеме;
4. выступить с сообщением на семинарском занятии.