

Автономная некоммерческая образовательная организация высшего образования
«СВЯТО-ФИЛАРЕТОВСКИЙ ИНСТИТУТ»
(СФИ)

Принято
ученым советом СФИ
протокол от 27.04.2026 № 2

Утверждено
приказом ректора
от 28.04.2026 № 20-26 БК

Аскетика

Рабочая программа дисциплины

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная
общеразвивающая программа для взрослых «Аскетика»

Форма обучения: заочная

Год начала подготовки: 2026

Общая нагрузка 50 ак. ч.		
Форма обучения	Заочная	
Курс / Семестр		Итого
Контактная работа, в том числе:	4	4
Семинары	4	4
Самостоятельная работа	46	46
ИТОГО	50	50
Форма промежуточной аттестации	Зачет с оценкой	

Рабочая программа дисциплины
Аскетика

Разработчик(и):
С. Ф. Штадгауз

Рецензент(ы):
Д. М. Гзгзян, к. филол. н.

1. Цели и задачи дисциплины

Целью изучения программы является формирование целостного представления о цели христианского аскетического делания и путей её достижения.

Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи:

- 1) Познакомить обучающихся с историей формирования аскетической традиции, в том числе показать преемственность святоотеческой традиции библейской;
- 2) Научить обучающихся различению аскетических цели и средств, к чему апеллирует основной принцип аскезы;
- 3) Ввести обучающихся в основную аскетическую проблематику;
- 4) Помочь обучающимся распознавать подлинный опыт и духовные подмены («темные двойники») в аскетическом делании;
- 5) Познакомить обучающихся со святоотеческой литературой – классикой христианской аскетической письменности;
- 6) Актуализировать церковный (соборный) аспект аскезы.

2. Требования к результатам обучения по дисциплине

В процессе освоения дисциплины обучающиеся должны будут:

- знать определение понятия «аскетика» и его компонентов; историю святоотеческой аскетической традиции, рассматриваемой в рамках данного курса, а также основные этапы её формирования;
- приобрести базовые навыки, связанные с работой с источниками и литературой, сбором и анализом информации, получаемой как на лекциях, так и во время работы с документами;
- развить способность различать подлинный опыт и духовные подмены («темные двойники») в аскетическом делании; владеть нормой христианского аскетического делания, в том числе церковным (соборным) аспектом аскезы.

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Содержание дисциплины

Основные разделы

Понятие аскезы, её границы

Введение в аскезу. Предмет аскезы (в т.ч. цели и задачи); место и назначение аскезы в духовной жизни христианина. Основной принцип аскезы. Два главных направления аскетического делания. Мистериальный аспект христианской аскезы. Что действительно нового в аскезе Нового Завета? Личностный и церковный аспекты аскетического делания. Границы аскезы.

Страсти и пути их искоренения

Восточно-аскетическая традиция 8 главных страстей по авве Евагрию Понтийскому. Что такое страсть. Природа и характер страстей. Чем отличается грех от страсти. Анализ главных этапов развития страсти в сердце человека: приращение (или прилог), сдвиг (или сочетание), сосложение (или соизволение), борьба, навык, пленение, страсть. Как избежать развития страсти через помыслы. Противостояние страстям. «Плотские» и «душевные» страсти. Восточная аскетическая схема восьми главных пороков (по Евагрию Понтийскому).

Страсти: чревоугодие, блуд

Страсть чревоугодия, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти. Страсть блуда, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти.

Страсти: сребролюбие, гнев

Страсть сребролюбия, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти. Страсть гнева, её признаки, причины

развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти.

Страсти: печаль, уныние, гордость, тщеславие

Страсть печали, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти. Страсть уныния, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти. Страсть гордости, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти. Страсть тщеславия, её признаки, причины развития и последствия, её «праведное ядро», пути преодоления и преображения страсти.

Бесстрастие. Борьба со страстями

Бесстрастие как цель аскетического делания, положительное содержание бесстрастия. Борьба со страстями их преображение. Плоды бесстрастия. Обожение. Церковный (общинно-братский) аспект борьбы со страстями. Духовное плодоношение.

Пост. Молитва. Непрестанная молитва

Св. Писание и свв. отцы о посте как времени покаяния и примирения с Богом и ближним. Принцип воздержания. Вхождение в пост и его завершение, ступени поста, необходимость личных и общинных духовных заданий на пост. Пост как время обновления крещальных обетов и вдохновенного миссионерского служения. Церковный (соборный) аспект поста. Пост как «десятина времени», каритативное служение и диакония во время поста. Молитва как «беседа ума с Богом» (диалог и общение, стремление к единству). Различные «виды» молитвы (в соответствии с их основным содержанием). Церковный аспект молитвы. Непрестанная молитва. Молитвенное правило. Чистая молитва и умная молитва (в т.ч. Иисусова молитва как одна из ее разновидностей). Доброделание.

Целомудрие, нестяжание и послушание

Духовный смысл целомудрия и нестяжания, как обретения целостности личности, отсутствия сосредоточенности на себе и своем, преодоления духовного потребительства. Послушание в Церкви (Богу, старшим, друг другу). Цели и задачи послушания, связь с покаянием. Границы послушания по отношению к Богу и человеку, а также по отношению к работе и служению. Практика послушания в церковной традиции. Церковный (соборный) аспект послушания. Искажения и подмены в послушании (послушание, непослушание, антипослушание). Инициатива в послушании. Плоды подлинного послушания, приготовление к целожизненному служению.

3.2. Структура дисциплины

Для заочной формы обучения

Тема	Вид учебной деятельности	Объём, ак. ч.
Контактная работа		4
Установочный семинар.	Семинар	2
Итоговый семинар.	Семинар	2
Самостоятельная работа		46
Промежуточная аттестация – зачет с оценкой		

4. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине

4.1. Текущий контроль успеваемости

Форма

Учет посещаемости занятий.

Периодичность

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра.

Порядок проведения

Преподаватель ведет учет посещаемости обучающихся. В случае отсутствия обучающегося в журнале текущего контроля посещаемости ставится отметка «Н» (не был).

4.2.Промежуточная аттестация

Форма

Зачет с оценкой.

Порядок проведения

Обучающийся на собеседовании с преподавателем отвечает на вопросы (два вопроса в билете), которые соответствуют изученным темам дисциплины.

Список вопросов к зачёту с оценкой

- 1) В чем заключается цель христианской аскезы, почему человек стремится к обожению?
- 2) Как можно определить основной принцип христианской аскетики?
- 3) Какие существуют два основных направления аскетического делания?
- 4) Что является действительно новым для аскезы Нового Завета?
- 5) Есть ли у аскетики границы?
- 6) Анализ главных моментов развития страсти в сердце человека, как бороться со страстями.
- 7) Восточно-аскетическая схема главных восьми пороков по Евагрию Понтийскому (краткое рассмотрение, с выделением «праведного ядра» страстей, как бороться с конкретными страстями).
- 8) Бесстрастие как цель аскетического делания, положительное содержание бесстрастия.
- 9) Пост как аскетическое средство: цель поста, его границы и т.п.
- 10) Молитва как «беседа ума с Богом». Для чего нужно молитвенное правило, и каким оно должно быть?
- 11) Заповедь о непрестанной молитве, возможно ли ее осуществление при обычном образе жизни (в миру)?
- 12) Какая молитва в церковной традиции называется «умной молитвой»?
- 13) Послушание - его дух и смысл, тесная связь с покаянием, цели и задачи послушания.
- 14) Границы послушания по отношению к Богу и человеку, а также по отношению к работе и служению.
- 15) Что понимается в аскетической традиции под «отсечением своей воли»?

Критерии оценивания

Оценка *«отлично»* выставляется обучающемуся, если он свободно и корректно отвечает на вопрос в билете, а также на дополнительные вопросы преподавателя. В своем ответе обучающийся демонстрирует углубленное знание определения понятия «аскетика» и его компонентов; истории святоотеческой аскетической традиции, рассматриваемой в рамках данного курса, а также основных этапов её формирования; углубленное знание основной аскетической проблематики; развитое умение различать подлинный опыт и духовные подмены («темные двойники») в аскетическом делании; развитое умение применять знания по истории формирования аскетической традиции православной церкви, а также знания в области аскетической проблематики в целях духовно-нравственного развития для различных аудиторий в процессе межличностного и межрелигиозного взаимодействия; свободное владение понятийным аппаратом дисциплины; свободное владение нормой христианского аскетического делания, в том числе церковным (соборным) аспектом аскезы.

Оценка *«хорошо»* выставляется, если обучающийся корректно и уверенно отвечает на вопрос в билете, но не вполне уверенно отвечает на дополнительные вопросы

преподавателя. В целом обучающийся демонстрирует основательное знание определения понятия «аскетика» и его компонентов; истории святоотеческой аскетической традиции, рассматриваемой в рамках данного курса, а также основных этапов её формирования; основательное знание основной аскетической проблематики; сформированное умение различать подлинный опыт и духовные подмены («темные двойники») в аскетическом делании; сформированное умение применять знания по истории формирования аскетической традиции православной церкви, а также знания в области аскетической проблематики в целях духовно-нравственного развития для различных аудиторий в процессе межличностного и межрелигиозного взаимодействия; уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины; уверенное владение нормой христианского аскетического делания, в том числе церковным (соборным) аспектом аскезы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если обучающийся неточно отвечает на вопрос в билете, дополнительные вопросы преподавателя вызывают затруднения. В целом ответ обучающегося указывает на начальное знание определения понятия «аскетика» и его компонентов; истории святоотеческой аскетической традиции, рассматриваемой в рамках данного курса, а также основных этапов её формирования; начальное знание основной аскетической проблематики; первичное умение различать подлинный опыт и духовные подмены («темные двойники») в аскетическом делании; первичное умение применять знания по истории формирования аскетической традиции православной церкви, а также знания в области аскетической проблематики в целях духовно-нравственного развития для различных аудиторий в процессе межличностного и межрелигиозного взаимодействия; свободное владение понятийным аппаратом дисциплины; начальное владение нормой христианского аскетического делания, в том числе церковным (соборным) аспектом аскезы.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если на зачёте обучающийся не в состоянии ответить ни на один вопрос и самостоятельно продемонстрировать знание определения понятия «аскетика» и его компонентов; истории святоотеческой аскетической традиции, рассматриваемой в рамках данного курса, а также основных этапов её формирования; знание основной аскетической проблематики; первичное умение различать подлинный опыт и духовные подмены («темные двойники») в аскетическом делании; не умеет применять знания по истории формирования аскетической традиции православной церкви, а также знания в области аскетической проблематики в целях духовно-нравственного развития для различных аудиторий в процессе межличностного и межрелигиозного взаимодействия; не владеет понятийным аппаратом дисциплины; начальное владение нормой христианского аскетического делания, в том числе церковным (соборным) аспектом аскезы.

5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины

5.1. Печатные и электронные издания

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
Антоний Сурожский, митрополит	Школа молитвы / Антоний Сурожский, митрополит	Клин : Фонд "Христианская жизнь", 2000; 2001	493	
	Добротолубие в русском переводе, дополненное [Текст]. Том первый.	[Paris] : [YMCA-PRESS], 1905	640	
Дорофей	Поучения, послания, вопросы и ответы	Москва : Актис, 1991	306	
	Древний патерик или достопамятные сказания о подвижничестве святых и	Москва : Благовест, 2002	336	

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
	блаженных отцов			
Зарин С.М.	Аскетизм по православно-христианскому учению: Этико-богословское исследование	Киев : Издательство им. свт. Льва, папы Римского, 2006	693	
Мария (Скобцова), мон.	Типы религиозной жизни / Мария (Скобцова), мон.	Москва : Свято-Филаретовский православно-христианский институт, 2009	68	Режим доступа: по подписке. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/280111 (дата обращения: 28.04.2026) – Текст : электронный.
Штадгауз С. Ф.	Страсти и пути их искоренения согласно церковной аскетической традиции : учебное пособие по дисциплине "Аскетика" для студентов высших учебных заведений	Москва : Свято-Филаретовский православно-христианский институт, 2016	56	Режим доступа: по подписке. – URL: https://lib.rucont.ru/efd/587136 (дата обращения: 28.04.2026) – Текст : электронный.

5.2. Электронные образовательные ресурсы

Название	Ссылка
Официальный сайт Свято-Филаретовского института	https://sfi.ru

5.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Название	Ссылка
БОГОСЛОВ RU : Научный богословский портал	bogoslov.ru
Православная энциклопедия / под редакцией Патриарха Московского и всея Руси Кирилла	pravenc.ru

5.4. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Название	Описание
Windows 8, Windows 10	Операционная система корпорации Microsoft, ориентированная на управление компьютером и прикладными программами с помощью графического интерфейса.
Office Standard 2013 Russian: Word 2013, Excel 2013, PowerPoint 2013, OneNote 2013, Outlook 2013, Publisher 2013	Пакет программ для работы с документами, электронной почтой и подготовки презентаций.
VLC, ver. 3.0.8	Медиапроигрыватель.
Adobe Acrobat Reader DC	Бесплатная программа для просмотра и печати документов PDF.
ИБИС64+ в составе четырех АРМ «Администратор», «Каталогизатор», «Книговыдача», модуля Web ИБИС64+	Библиотечная программа.
Программа TrueConf, тариф на 21 пользователя и 10 одновременных соединений	Отечественная программа конференцсвязи с использованием облачной среды
NonVisual Desktop Access (NVDA)	Бесплатная программа экранного доступа для операционных систем семейства Windows, позволяющая незрячим и слабовидящим пользователям работать на компьютере.
Яндекс-Телемост	Отечественный сервис для видеовстреч.

5.5. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- парты, стулья для обучающихся;
- стол, стул для преподавателя;
- флипчарт и / или ЖК панель;
- настольный микрофон;
- акустическая система;
- компьютер для преподавателя с видеокамерой;
- возможность подключения к сети Интернет (в том числе по каналу Wi-Fi) и обеспечения доступа к ЭИОС для преподавателя и обучающихся.

6. Методические указания для обучающихся

Для освоения дисциплины следует ознакомиться с содержанием данной рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее тематическим планом, с рекомендованной литературой (электронные и печатные издания) и др. В самостоятельной работе необходимо соблюдать рекомендации преподавателя. Для прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации необходимо ознакомиться с типовыми контрольными заданиями и материалами, содержащимися в разделе 4.