

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

Принято
ученым советом СФИ
протокол от 21.09.2020 № 6
(в ред., принятой ученым советом,
протокол от 25.08.2025 № 4)

Утверждено
приказом ректора
от 29.10.2020 № 52/1-20 од
(в ред., утвержденной приказом ректора
от 26.08.2025 № 42-25 од)

Аскетика

Рабочая программа дисциплины

Направление подготовки: 48.03.01 Теология
Уровень: Бакалавриат
Теория и история православной теологии
Квалификация: Бакалавр
Форма обучения: Очная, очно-заочная, заочная
Год начала подготовки: 2026

Общая нагрузка 2 з. е., 72 ак. ч.						
Форма обучения	Очная		Очно-заочная		Заочная	
	2 / 4	Итого	3 / 6	Итого	3 / 6	Итого
Контактная работа, в том числе:	36	36	24	24	6	6
Лекции	26	26	16	16	2	2
Семинары	10	10	8	8	4	4
Самостоятельная работа	36	36	48	48	66	66
ИТОГО	72	72	72	72	72	72
В том числе в форме практической подготовки	0	0	0	0	0	0
Форма промежуточной аттестации	Зачет с оценкой		Зачет с оценкой		Зачет с оценкой	

Рабочая программа дисциплины

Аскетика

Разработана в соответствии с:

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

Разработчик(и):

С. Ф. Штадгауз

Рецензент(ы):

Ю. В. Балакшина, д. филол. н., доцент

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры:

Кафедра богословия

Протокол от 21.08.2025 № 1

1. Цели и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины «Аскетика» является формирование у обучающихся универсальной компетенции УК-6 и общепрофессиональной компетенции ОПК-4 через формирование у студентов целостного представления об аскетической стороне христианской жизни, для чего предполагается изучение православного аскетического наследия в богословском, историческом и практическом аспектах. Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся убежденности в необходимости соблюдения христианином аскетических принципов и правил в повседневной жизни и деятельности.

Для достижения этой цели предполагаются следующие задачи:

- 1) дать представление о сущности и специфике христианской аскетики;
- 2) закрепить знания о базовых понятиях христианской аскетики и их взаимосвязи;
- 3) раскрыть основные тенденции формирования и развития аскетического богословия и практики в истории церкви.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Место дисциплины в программе

Б1.О.05.06.02 - Обязательная часть.

Требования к предварительной подготовке обучающегося

Дисциплина базируется на знаниях, умениях и навыках, приобретённых в ходе получения образования предыдущего уровня.

Дисциплины и практики, для которых изучение дисциплины необходимо как предшествующее

Нет.

3. Требования к результатам обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции (УК - универсальные, ОПК - общепрофессиональные, ПК - профессиональные)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен к самосовершенствованию на основе традиционной нравственности в течение всей жизни.	ИУК-6.1 Знает основы православного нравственно-аскетического учения, православной антропологии, литургического богословия.	Знать: - базовые понятия и характерные особенности христианской аскетики; - основные разновидности аскетических практик. Уметь: - давать аргументированные, обоснованные ответы на поставленные вопросы; - давать самостоятельную оценку изученного материала, опираясь на материалы курса и знания основных разделов теологии, сделать собственные выводы, выразить свое мнение, привести иллюстрирующие примеры; - анализировать содержание конкретной аскетической практики и выявлять ее особенности. Владеть: - навыками работы с источниками и

Код и наименование компетенции (УК - универсальные, ОПК - общепрофессиональные, ПК - профессиональные)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
		исследованиями по тематике курса, опираясь на имеющиеся знания учебных дисциплин; - специфическим терминологическим аппаратом по данной тематике.
ОПК-4 Способен применять базовые знания практико-ориентированных теологических дисциплин при решении теологических задач.	ИОПК-4.2 Знает основы нравственно-аскетического учения Православной Церкви и умеет соотнести с ними жизненные ситуации.	Знать: - содержание личностного и церковного аспектов аскетического делания. Уметь: - отличать подлинные цели и задачи христианской аскезы от подмен и искажений; - обосновывать различия аскетических практик исходя из церковно-исторического контекста их происхождения и развития; - пользоваться научной литературой, каталогами, электронными библиотечными системами. Владеть: - навыками различения личностного и церковного аспектов аскетического делания на практике; - навыками выстраивания личного аскетического делания в соответствии с усвоенными понятиями.

4. Содержание и структура дисциплины

4.1. Содержание дисциплины

Введение в аскетику

Предмет аскетики, цели и задачи, место и назначение аскетики в духовной жизни христианина. Мистериальный аспект христианской аскезы. Основной принцип, два главных направления аскетического делания. Границы аскетики. Что действительно нового в аскетике Нового Завета? Личностный и церковный аспекты аскетического делания.

Страсти и пути их преодоления

Страсти как следствие глубокой поврежденности человеческой природы после грехопадения. Анализ главных этапов развития страсти в душе человека. «Телесные» и «душевные» страсти.

Восточная аскетическая схема восьми главных пороков (по Евагрию Понтийскому). Преображение «праведного ядра» страсти. Бесстрастие как цель аскетического делания, положительное содержание бесстрастия.

Древние иноческие уставы

Семинар № 1

Знакомство с древнейшим памятником церковной аскетической письменности, проработка пройденного материала части курса и подготовка к освоению последующих тем.

На основании сборника «Древние иноческие уставы» выступление студентов с сообщениями по темам: Прием в общину; Внутренняя жизнь: созидание духа истиною; Молитва (молитвословие); Чтение Св. писания; Евхаристия; Послушание (старшим и друг другу); Труд, служения; Трапеза; Братская любовь и взаимное друг друга исправление, взаимоотношения в братстве; Епитимья и исправление жизни; Законы внутренней духовной жизни; Смирение; Нестяжание; Целомудрие; Безмолвие.

Пост как аскетическое средство

Св. Писание и свв. отцы о посте как времени покаяния и примирения с Богом и ближним. Пост как время обновления крещальных обетов. Значение телесной аскезы (в том числе физического труда). Принцип воздержания.

Молитва как «беседа ума с Богом»

Св. Писание и свв. отцы о посте как времени покаяния и примирения с Богом и ближним. Пост как время обновления крещальных обетов. Значение телесной аскезы (в том числе физического труда). Принцип воздержания.

Молитвенное правило в церковной традиции

Семинар № 2

Сообщения студентов и обсуждение вопросов:

Почему понимание молитвы как диалога (и общения) не исключает молитвенного правила?

Каким должно быть молитвенное правило? Как оно складывалось в церковной традиции?

Послушание в аскетической традиции

Цели и задачи послушания, границы послушания; рождение практики послушания в церковной традиции «от жизни». Послушание духовному отцу (т.е. духовно старшему) и друг другу. Личностный и соборный (церковный) аспекты послушания. Искажения и подмены в послушании. Послушание, непослушание, антипослушание. Инициатива в послушании, совместимо ли послушание с творчеством? Плоды подлинного послушания.

Смирение и смиренномудрие

Смирение и смиренномудрие. Их сущность и значение на пути духовного возрастания личности. Смирение как внутреннее сокровенное духовное состояние, основанное на любви и свободе. «Упадочное» смирение (по Н. А. Бердяеву) как подмена истинного смирения внешним.

Итоговый семинар

«Что такое постоянное пребывание в сердце и трезвение? Достижимо ли это современному человеку?» Сообщения студентов и их совместное обсуждение. Темы сообщений: 1) Сердце в Ветхом и Новом завете; 2) Понимание сердца в др. религиях (индуизм, буддизм, атеизм); 3) «Сердце» как главный объект «аскетического делания» с положительной и отрицательной стороны; 4) «Пребывание в сердце» (или трезвение) и его основные моменты: внимание, рассудительность, хранение сердца; 5) Что понимается под «чистотой сердца» в аскетической традиции и как ее обрести современному человеку? Возможно ли для него постоянное внутри-пребывание?

4.2. Структура дисциплины

Для очной формы обучения

Тема	Вид учебной деятельности	Объём, ак. ч.	В том числе в форме практической подготовки
Контактная работа		36	
Введение в аскетику.	Лекция	4	
Страсти и пути их преодоления.	Лекции	8	
Древние иноческие уставы.	Семинар	4	
Пост как аскетическое средство.	Лекция	3	
Молитва как «беседа ума с Богом».	Лекция	3	
Молитвенное правило в церковной традиции.	Семинар	2	
Послушание в аскетической традиции.	Лекция	4	
Смирение и смиренномудрие.	Лекция	4	
Итоговый семинар.	Семинар	4	
Самостоятельная работа		36	
Промежуточная аттестация – зачет с оценкой			

Для очно-заочной формы обучения

Тема	Вид учебной деятельности	Объём, ак. ч.	В том числе в форме практической подготовки
6 семестр			
Контактная работа		24	
Введение в аскетику.	Лекция	4	
Страсти и пути их преодоления.	Лекции	8	
Древние иноческие уставы.	Семинар	4	
Послушание в аскетической традиции.	Лекция	4	
Итоговый семинар.	Семинар	4	
Самостоятельная работа		48	
Промежуточная аттестация – зачет с оценкой			

Для заочной формы обучения

Тема	Вид учебной деятельности	Объём, ак. ч.	В том числе в форме практической подготовки
Контактная работа		6	
Установочная лекция.	Лекция	2	
Итоговый семинар.	Семинар	4	
Самостоятельная работа		66	
Промежуточная аттестация – зачет с оценкой			

5. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине

5.1. Текущий контроль успеваемости

Форма

Учет посещаемости занятий.

Периодичность

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра.

Порядок проведения

Преподаватель ведет учет посещаемости студентов. В случае отсутствия студента в журнале текущего контроля успеваемости и посещаемости ставится отметка «Н» (не был).

5.2. Промежуточная аттестация

Форма

Зачет с оценкой.

Периодичность

По завершении изучения дисциплины в конце семестра.

Порядок проведения

На итоговом семинаре студенты выступают небольшими группами (по 2-3 чел.) с подготовленными сообщениями на конкретную тему.

Список тем к зачёту с оценкой

1. Анализ главных этапов развития страсти в сердце человека через помыслы; как бороться со страстями.
2. Восточно-аскетическая схема главных восьми пороков (страстей) по Евагрию Понтийскому, перечислить составляющие ее страсти, выделяя «праведное ядро» и противостоящую страсти добродетель.
3. Плотские страсти (краткое рассмотрение с выделением «праведного ядра», как бороться с этими страстями).
4. Страсть сребролюбия (краткое рассмотрение с выделением «праведного ядра», как бороться с этой страстью).
5. Страсть гнева (краткое рассмотрение с выделением «праведного ядра», как бороться с этой страстью).
6. Страсти печали и уныния (краткое рассмотрение с выделением «праведного ядра», как бороться с этими страстями).
7. Страсть тщеславия (краткое рассмотрение с выделением «праведного ядра», как бороться с этой страстью).
8. Страсть гордости (краткое рассмотрение с выделением «праведного ядра», как бороться с этой страстью).
9. Бесстрастие как цель аскетического делания, положительное содержание бесстрастия.
10. Заповедь о непрестанной молитве.
11. Послушание: цели и задачи послушания, церковный аспект послушания.
12. Инициатива в послушании, совместимо ли послушание с творчеством?
13. Границы послушания по отношению к Богу и человеку, а также по отношению к работе, доброму делу и служению.
14. Искажения и подмены в послушании, плоды подлинного послушания.
15. Смирение и смиренномудрие — их сущность, смысл, значение на пути духовного возрастания личности и общины.
16. Цель христианской аскезы.
17. Основной принцип христианской аскезы.

18. Что является действительно новым для аскезы Нового Завета.
19. Два основных направления аскетического делания.
20. Практика Иисусовой молитвы в церковной традиции.
21. Послушание, непослушание, антипослушание.
22. Что понимается в аскетической традиции под «отсечением своей воли»?
23. Что такое «упадочное» смирение в терминологии Н. Бердяева?
24. Пост как аскетическое средство, духовные цели и задачи поста.
25. Сердце как главный объект аскетического делания.
26. Границы аскетики.
27. Воздержание и его границы.
28. Что понимается в церковной традиции под устной, умной, умо-сердечной молитвой?
29. «Пребывание в сердце» и его основные моменты: трезвение, бодрость, внимание, рассудительность, хранение сердца. Чистота сердца.

Критерии оценивания

Оценка *«отлично»* выставляется студенту, если сообщение исчерпывающе представляет тему, укладывается в регламент, ответы на дополнительные вопросы по теме сообщения правильные; студент продемонстрировал отличное знание базовых понятий и характерных особенностей христианской аскетики. Уверенное умение давать ответы на поставленные вопросы, давать самостоятельную оценку изученного материала, делать выводы, аргументированно выражать свое мнение, опираясь на материалы курса и знания из основных разделов теологии, подробно анализировать содержание конкретной аскетической практики и выявлять ее особенности.

Оценка *«хорошо»* выставляется студенту, если сообщение достаточно полно представляет тему, укладывается в регламент, ответы на дополнительные вопросы по теме сообщения правильные, однако допущены несущественные ошибки. При этом студент продемонстрировал твердое знание базовых понятий и характерных особенностей христианской аскетики, умение давать ответы на поставленные вопросы, давать самостоятельную оценку изученного материала, делать выводы, выражать свое мнение, опираясь на материалы курса и знания из основных разделов теологии, анализировать содержание конкретной аскетической практики и выявлять ее особенности.

Оценка *«удовлетворительно»* выставляется обучающемуся, если сообщение раскрывает тему, однако отсутствуют иллюстрирующие примеры, присутствуют неточности. Однако студент продемонстрировал в общем виде знание базовых понятий и характерных особенностей христианской аскетики, умение в целом давать ответы на поставленные вопросы, давать самостоятельную оценку изученного материала, делать выводы, выражать свое мнение, опираясь на материалы курса и знания из основных разделов теологии, анализировать содержание конкретной аскетической практики и выявлять ее особенности; владение основными навыками работы с источниками и исследованиями по тематике курса.

Оценка *«неудовлетворительно»* выставляется обучающемуся, если сообщение не раскрывает заявленную тему, отсутствуют иллюстрирующие примеры, присутствуют грубые ошибки. Студент не смог продемонстрировать знания в общем виде базовых понятий и характерных особенностей христианской аскетики, умение давать ответы на поставленные вопросы, давать самостоятельную оценку изученного материала, делать выводы, выражать свое мнение, опираясь на материалы курса и знания из основных разделов теологии, анализировать содержание конкретной аскетической практики и выявлять ее особенности; владение основными навыками работы с источниками и исследованиями по тематике курса.

6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины

6.1. Печатные и электронные издания

Авторы	Заглавие	Изд-во, год	Стр.	Эл. адрес для эл. изданий
	Аскетика : сборник. Т. 1 / Авва Дорофей, прп. Иоанн Лествичник, прп. Исаак Сирий [и др.]	Москва : Сибирская Благовозвонница, 2008	1135	Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=441412 (дата обращения: 21.08.2025) – Текст : электронный.
Зарин С. М.	Аскетизм по православно-христианскому учению. Опыт систематического раскрытия вопроса. Т. 1, Кн. 2. Основоположительный.	Санкт-Петербург : Типография В. Ф. Киришбаума, 1907	717	Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=140002 (дата обращения: 21.08.2025) – Текст : электронный.
Феофан Затворник, свт.	Путь ко спасению / Феофан Затворник, свт.	Москва : Директ-Медиа, 2014	240	Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256188 (дата обращения: 21.08.2025) – 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: 21.08.2025) – Текст : электронный.

6.2. Электронные образовательные ресурсы

Название	Ссылка
Официальный сайт Свято-Филаретовского института	https://sfi.ru
Личный кабинет обучающегося	http://eios.sfi.ru/WebApp/#/
Электронная библиотека СФИ / Свято-Филаретовский институт	http://biblio.sfi.ru
Университетская библиотека онлайн : Электронная библиотечная система	biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub
РУКОНТ : национальный цифровой ресурс : межотраслевая электронная библиотека	https://rucont.ru
eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека	https://elibrary.ru
Библиотека Святоотеческой литературы : Православная Гимназия во имя Преподобного Сергия Радонежского : Новосибирск, Академгородок	orthlib.ru
Русская Православная Церковь : официальный сайт Московского патриархата	patriarchia.ru/
Электронная Библиотека Одинцовского благочиния	odinblago.ru/
Семинарская и святоотеческая православные библиотеки	otechnik.narod.ru/

6.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

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

Название	Ссылка
всея Руси Кирилла	

6.4. 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.
Программа по поиску плагиата и оценке уникальности текстов от ЕТХТ	Российская программа обнаружения текстовых заимствований.
ИРБИС64+ в составе четырех АРМ «Администратор», «Каталогизатор», «Книговыдача», модуля Web ИРБИС64+	Библиотечная программа.
ABBYY FineReader 11	Программа для перевода изображения документов в электронные редактируемые форматы.
Программа TrueConf, тариф на 21 пользователя и 10 одновременных соединений	Отечественная программа видеоконференцсвязи 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.

6.5. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- парты, стулья для студентов;
- стол, стул для преподавателя;
- интерактивная доска или маркерная доска, или ЖК панель;
- проектор;
- 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.

7. Методические указания для обучающихся

Для освоения дисциплины следует ознакомиться с содержанием данной рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее тематическим планом, связями с другими дисциплинами образовательной программы, с рекомендованной литературой (электронные и печатные издания) и др. В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. При подготовке к очередным лекциям целесообразно кратко повторить пройденное, обращаясь к конспекту и учебной литературе с особым вниманием к проблемному полю той или иной темы. К занятиям семинарского типа нужно самостоятельно готовиться, используя вопросы, задания, приведенные в п. 4.1. 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 5.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены условия полноценного освоения материала данной программы на основе применения комбинированного обучения в инклюзивных группах, индивидуальных занятий, дистанционного обучения. При необходимости для каждого студента данной категории составляется индивидуальный учебный график, учитывающий, в том числе, рекомендации медико-социальной экспертизы, отраженные в индивидуальной программе реабилитации инвалида.