

Самая скорая помощь — Господь!

## Вы цените своё здоровье?!

В небольшом городке всего один детский сад. Утром модная мама ведет своего сына Алешу в подготовительную группу. Мама впервые надела на себя брючки, причем, — самая первая из женщин поселения, ведь произошло это в 70-е годы прошедшего века. Сын капризничает, не хочет идти в детсад. Мама нервничая, пытается выяснить, что с ним происходит. И сынишка, не раздумывая, выпаливает: «Зачем ты надела брючки?! Сними их скорее, ведь это — папина одежда. Мне стыдно идти с тобой!!!»

**Комментарии к данной иллюстрации совсем не излишни. Их предлагает вам врач и прихожанка Васильевского храма С.В. Гладарева:**

Поговорим о вреде нынешней «нагой» моды! Сразу замечу: вплоть до XX века в христианских странах господствовало резко отрицательное отношение к женщинам в мужской одежде. У нас, в России, лишь в 70-е годы XX-го века, под влиянием французской моды, когда открылись шлюзы западного влияния, произошло постепенное, но массовое переодевание женщин в брюки.

Теперь в мужской одежде ходят не только девочки и женщины, но маленькие дети и даже старушки. К ношению брюк наших девочек приучают уже все игры и игрушки. Об ответственности женщин так сказал иеромонах Порфирий (Левашов): «Обыкновенно первые начатки воспитания детей возвращаются в недрах семейств; по свойству матерей раскрываются в детях добрые или худые стороны; матери для них служат первообразом». Но за поведение и вид замужних женщин перед Богом отвечают также и их мужья.

Многие женщины аргументируют ношение брюк необходимостью защиты от холода и удобством. Характерно, что о нравственной стороне проблемы защитницы брюк не вспоминают. Зря полагают некоторые, что одежда и духовное состояние личности не связаны друг с другом. Одежда, с одной стороны, отражает внутренний мир человека, а с другой — воздействует на него.

Брюки меняют стиль поведения женщин в худшую сторону, делают их манеры угловатыми, самих агрессивными. Надевать на себя одежду противоположного пола — непристойно. Брюки — исключительно мужская одежда. Хорошо, когда женщина носит юбку не только в храме. Не все при выборе одежды внимательны, но именно одежда часто вредит нашему здоровью.

Раньше — во все времена женщины носили юбки. В Ветхом Завете даны четкие указания: «На женщине не должно быть мужской одежды, и мужчина не должен одеваться в женское платье, ибо мерзок пред Господом Богом твоим всякий делающий сие» (Втор. 22-5). Не соблюдать эти указания, значит, вступать в явное богоборчество.

Многие современные женщины и девушки, следуя модным тенденциям, приобретают для себя очень тесную одежду. А такая подчеркивает все недостатки телосложения, лишние сантиметры на талии и на бедрах. Но это еще не самая серьезная проблема. Узкие брюки медики считают опасными для здоровья.

Нынешняя «нагая» мода, укоротив куртки и свитера, и основательно опустив на джинсах линию талии, предписывает оголять пупок, поясницу, крестец... При этом возникает переохладение внутренних органов, это может привести к пиелонефриту, радикулиту, воспалению придатков, — это путь к бесплодию! Некоторые специалисты даже утверждают, что моду на короткие кофточки и брюки с заниженной талией ввели в Китае, — как раз с

целью контроля над рождаемостью.

С эстетической точки зрения очень неприятно смотреть на девушек и женщин, входящих и выходящих из марш-руток, оголяющих свои тела донельзя! Узкие брюки, которые носят и в «пир и в мир», могут пережимать нервы, нарушается лимфодренаж нижней части тела, возникают пищеварительные проблемы. Данный предмет гардероба способен привести и к серьезным заболеваниям ног, так как происходит нарушение кровообращения в ногах, возникает заболевание — варикоз. Очень часто в последнее время отмечают дрожжевые инфекции у женщин. Плотное давление на живот увеличивает внутрибрюшное давление, возникает изжога, замедляется процесс пищеварения и как следствие — возникают запоры.

В связи с ношением брюк, обтягивающих брюшину у женщин, чаще стал встречаться загиб матки, от этого заболевания часто возникает бесплодие, а с возрастом необходимость удаления матки.

Особенно вредно носить джинсы в подростковом возрасте, так как это время формирования фигуры. Тесная одежда ведет к развитию узкого таза у девушек и мстит проблемы, связанные с будущей беременностью. К тому же многие девушки носят трусики-стринги, которые искривляют копчик. Старые костоправы считают его важной частью, контролирующей работу многих других органов, особенно в тазовой части.

На зависимость многих заболеваний от неправильно подобранной одежды,

обращает внимание современная медицина. Существует мнение, что брюки с заниженной талией могут приводить к набору лишних килограммов. Это объясняется тем, что организм, защищаясь от переохлаждения, накапливает подкожные жиры.

Узкие брюки и для мужчин имеют неприятные последствия: грозят тепловой кастрацией. Дело в том, что сперматогенез идет нормально при температуре на несколько градусов ниже температуры тела, и если происходит нарушение теплового обмена, это также приводит к бесплодию.

Вывод прост — от правильного выбора одежды зависит наше здоровье и жизнь потомства. Хорошо бы вовремя понять несложную истину — развратная одежда, рано или поздно, столкнет нас с острыми проблемами. А скромная и удобная — поможет сохранить здоровье. Не случайно же наши предки, православные и благочестивые люди, столь редко болели. Хотя бы ради здоровья попробуем подражать им, а не раздваивающей нас все больше и дальше — моде западного образца! Дай Бог всем мудрости, благоразумия и здравия духовного с телесным!

**P.S.** От редакции, вместо иллюстрации. В Свято-Троице-Сергиевой лавре к игумену Герману подошли две женщины (как раз в узких брючках) и обратились с вопросом: «Батюшка, что делать, дети наши сильно болеют?!» Монах бросил выразительный взгляд на их одежду и строго припечатал: «Посмотрите, во что вы одеты! Так чего же вы хотите от Бога?!» Действительно, а чего мы хотим от Бога, если сами, хоть не с усами, но в мужском облике?! И стоит ли после этого удивляться, что наши дети не только болеют, но и живут безнравственно. Ведь яблочко то от яблони ...

Припоминается и как один лаврский старец забавно ласково обличил болящую паломницу, подбевашую к нему: «Батюшка, благословите!» — «Благословляю поменять брючки на юбочку!» Не к нам ли этот наказ?!

Чудеса Божией милости

## Гремячий ключ

Некоторые монахи из Троице-Сергиевой лавры считают, что болезни позвоночника с грешниками от непомерной гордыни приключаются. У Марии же поводов для гордыни — видимо-невидимо! Только Маша о том, как эта змеюка вредит здоровью, долгие годы не догадывалась. Ведь вдолбили еще в советской школе, что «человек — это звучит гордо»...

Машино воцерковление лишь после тридцати годков черепашьим шагом ползлось! А страдала она от радикулитов лет 20! Боль смолоду в ее спине угнездилась. Как полоснет-поддаст жару, так и взвоят Маша по-звериному, все мысли из головы зараз вылетают... Как ни жалела себя Мария, как ни берегла, но два-три раза в год приступы непрошено навещали и жалили ее. Не насмерть, конечно, но обязательно до полного изнеможения! Иной раз недели по три боль не отступала.

Вдруг Марию духовник пригласил в Малинники прокапаться к святому ручью с группой знакомых и незнакомых для нее лиц. Среди них и губернатор один был. В

Малинниках еще ни разу она не бывала, хоть в Сергиевом Посаде и давненько жила. Согласилась Маша с радостью.

**Ох, и непросто тот ручеек святой — с высокого известнякового склона несется лавиной, по разным направлениям разбегается, в ледяные мощные струи превращается, а потом в тихую речушку смиренно прячется... — сверху буйный, внизу укрошенный. Святой источник еще в 14-м веке на том месте образовался, по молитвам преподобного Сергия Радонежского ... Сильные потоки воды стекают по выдолбленным из цельного дерева желобам. Каждому потоку народные мудрецы приписывают раз-**

**ные целебные свойства: правая — «от сердца», средняя — «от головы», левая — «от женских болезней»...**

Необычный источник, даже имя у него грозное — Гремячий ключ!

Вот под эти ледяные струи паломники и норовят залезть, чтобы тело освятить да грязь духовную смыть. В этих струях и монахи лаврские каждый год на Крещение купаются. Только добираться в Малинники не просто, дорогу туда, словно нарочно, всю перекорежило. На танках, да на вертолетах разве?! Не всякий отважится на лимузинах пригорки-западни штурмовать. У губернатора — машина, что тебе вездеход, везде проходит! Машу пригласили, она и рада-радехонька.

Только как увидела впервые те струи-бомбометы, каждая в обхвате с ладонь широкую, Марья не на шутку струсила: «Дай, — думает — похожу, погляжу, что люди будут тут делать, может никто вовсе под холодный душ-то не и полезет! Чего зазря с ума сходить?»

Глянь, а из правой кабинки губернатор в одних плавках выходит, мокрехонек, полотенцем растирается. Губы у

него посинели, дрожат, но улыбается приветливо:

— Хороша водичка! А Вы что ж не купаетесь?!

Что-то невразумительное пробурчала Мария в ответ. В сторонку отошла, от греха подальше. А тут как раз духовник ее с Виринеей переговаривается:

— Батюшка, благословите мне 12 раз под струю встать!?

— Благословляю! — батюшка широко перекрестил наклоненную голову женщины. Та бесстрашно нырнула в кабинку.

Виринея тоже батюшкино чадо. Вроде, такая ж как Маша, молодая, а ни капельки не боится. В Маше тотчас гордыня-то заездила: «Как же так? Я, выходит, трусиха?! Все могут, а я хуже всех?!» И туда же:

— Батюшка, благословите и мне 12 раз под струю!?

Хоть бы по робости разочка три попросила, так нет же — давай сразу 12! И не меньше! Ну, никак не может она выглядеть хуже губернатора и Вириней! А ведь был то самый первый опыт ее купания в святых источниках. Батюшка и Машу со смирением благосло-

вил, разве такой упрямец откажешь?! Тут уж деваться некуда, гордыня — вторая натура, хоть поджилки дрожат, а — лезь! Дождалась, как Виринея из купели выйдет, и прыг с разбегу под струи те страшные! Как по голове да по спине мутузили-барабанили-долбали ее, не струи, а, прямо, водопады дикие, чуть с ног не сбили. Из-под тяжелых ледяных струй вырвалась Мария, словно ошпаренная.

Сразу и не поняла, оглушенная Гремячим, что с ней чудо настоящее приключилось. Побила же ее по хребту благодать Божия! А чудо в том, что от того дня Машу больше никогда никакие радикулиты не мучили! Ни год, ни два ... Прошло уже лет 15 с тех пор. Так неожиданно гордыня ей не вред, а пользу принесла. Ох, простите, неправильное словечко молвила: ей смиренная молитва духовного отца помогла. И ключ Гремячий гордячке спину выпрямил! Правда, гордыню-то ее до сих пор еще Господь укрощает! Дай Бог, наконец, Марии понять, что сама она просто дырка от бублика в Божьем Промысле, а все доброе с ней по чьим-то молитвам происходит!

Мария Попова