



№4 Август  
2013 год

# Приходская газета Свято Никольского храма

По благословению - настоятеля Свято Никольского храма протоиерея Василия ЧУПКНИЧ п.Горшечное Щигровская и Мантуровская Епархия Курской Митрополии МП Горшеченское благочиние

В этом мире каждый как путник пользуется землей, как гостиницей единственное его богатство это благочестие и добродетель, которое он возьмет с собой. (Св. Иоанн Златоуст)

## Преображение Господне

В этот день вспоминается явление Иисуса Христа в божественной славе (еще во время земной жизни) трем избранным ученикам. Иисус Христос взял "Петра, Иакова и Иоанна, брата его, и возвел их на гору высокую одних. И преобразился перед ними: и просияло лицо Его, как солнце, одежды же его сделались белыми, как свет" (Мф. 17:12). "И вот два мужа беседовали с Ним, которые были Моисей и Илия. Явившись во славе, они говорили об исходе Его, который ему надлежало совершить в Иерусалиме" (Лк. 9:30–31). "И явилось облако, осеняющее их, и из облака исшел глас, глаголющий: Сей есть Сын Мой возлюбленный; Его слушайте" (Мк. 9:7).

В праздник Преображения раскрывается мистическое богословие Христианской Церкви.

Преображение — это визуальное явление царства Божьего на земле. Иисус Христос незадолго перед Крестными страданиями, взяв с Собой трех учеников -Иоанна, Иакова и Петра, вышел из Капернаума и направился на север к горе Фавор, возвышающейся, как крепость, над холмами Галилеи. Ученики безмолвствовали, предчувствуя, что им откроется тайна. Тайна совершается в безмолвии. Человеческое слово относится к тайне, как волна к глубине океана.

На Фаворе апостолы увидели Божественное Преображение Христа, явление Его величия и славы.



Лицо Спасителя стало подобным свету молнии, одежды — белыми, как снег. Он стоял, окруженный сиянием, как солнце лучами. Спасителю явились два пророка: Моисей и Илия и беседовали с Ним. Экзегеты (толкователи священного Писания) говорят, что это была беседа о Голгофской жертве, о предстоящих Христу страданиях, о том, что грехи человеческие будут искуплены кровью Сына Божьего и Спасителя.

Три апостола пережили явление Божественного света, как ни с чем не сравнимую великую радость. Казалось, само время остановилось в созерцании Божественного света. Изумленные апостолы пали на землю. Видение кончилось. Вместе с Иисусом Христом они спустились с горы и к утру вернулись в Капернаум.

Тропарь Преображения Господня  
глас 7

Преобразился еси на горе, Христе Боже,/  
показавый учеником Твоим славу Твою,/  
якоже можаху,/  
да возсияет и нам, грешным,/  
Свет Твой



В следующем номере:  
Воздвижение Креста  
Господня





## Преображение Господа Иисуса Христа: вольный путь от Фавора на Голгофу

19 августа Православная церковь празднует Преображение Господа Иисуса Христа.



В Евангелии рассказывается, что уже в конце земного пути, незадолго до Голгофы, Христос взял трех своих учеников Петра, Иакова и Иоанна и привел их на гору. По преданию, это была гора Фавор.

Сейчас туда организовано поднимаются группы христианских паломников: за сорок минут они достигают вершины, следуя теми же тропами, которыми некогда прошли Христос и Его ученики...

Можно представить себе, как утреннее солнце уже припекало их плечи, в сандалии забивались мелкие камни, а трое апостолов неспешно поднимались все выше и выше, за своим Равви (евр. Учитель). «Зачем Он поднял нас в такую рань, — думалось им, — позвал с Собой, двинулся, не проронив по пути больше ни слова. Что он задумал?»

И зачем было оставлять всех внизу и карабкаться по этим тропинкам? Ну вот наконец-то и дошли, Куда ты, Равунни? Опять молчит, наверное не слышит... молится...» Апостолы устали и расположились в тени покоренной маслины: Иоанн с братом — на плащах, а Петр сел на камень, веки его отяжелели и он, опершись на посох, задремал... Вдруг послушался шум листвы, залепетавшей от порыва ветра, это заставило апостолов встрепенуться и они, встревоженные, стали озираться вокруг...

Иисус предстал пред ними: «и просияло лицо Его, как солнце, одежды Его сделались белыми как свет... явились им Моисей и Илия, с Ним беседующие» (Мф.17:2).

«Господи! Хорошо нам здесь быть», — воскликнул Петр, сердце его забилось радостно, он вдруг увидел Христа в неопишущей красоте, в каком-то неземном свете. «Если хочешь, Господи, волнуясь воскликнул Петр, — сделаем здесь три кущи (то есть три шалаша из древесных ветвей): Тебе одну, и Моисею одну, и одну Илию».

И пока он это произносил, светлое облако осенило всех, и они услышали голос: «Сей есть сын Мой возлюбленный, в Котором Мое благоволение; Его слушайте». Ученики в ужасе пали на землю, пытаясь закрыться руками, как будто защититься от некоей невидимой Силы.

Вдруг все стихло, Иисус медленно произнес: «Встаньте и не бойтесь, — открыв глаза, они увидели только своего Равви, такого же, как и прежде, — никому не рассказывайте о сем видении, доколе Сын Человеческий не воскреснет из мертвых».

Ученики молча переглянулись и опустили головы. Было время возвращаться назад и путники двинулись по тропе.

Христос готовит учеников к своей смерти. Ученики должны увидеть Его в славе, чтобы не поколебаться в час испытаний. Но полное понимание того, что видели они на горе Фавор не когониного, но Бога в славе Его, придет к ним значительно позже, после Воскресения, когда в день Пятидесятницы Дух Святой научит их полноте божественной истины. Пока для апостолов Дух Святой — это светящееся облако, которое покрыло их и, вместе с тем, позволило созерцать Божию Славу и слышать его голос.

Своим Преображением Спаситель позволил людям воочию лицезреть Преображение, которое ожидает человека в Царствии Божием. Этот свет преобразенного человеческого естества изображается на иконах святых не иначе как нимбами. Слова апостола Иоанна о том, что «Бог есть свет», вовсе не удачная метафора, а знание, опытно приобретенное на горе Фавор.



Бывают в духовной жизни мгновения, которые так прекрасны, так дивны, говорит митрополит Антоний Сурожский, — что хотелось бы, чтобы время, жизнь, вечность на них остановились и

никогда ничего другого не случилось бы... Но мы должны помнить, что это переживание нам дано для того, чтобы принести в темный, скорбный, холодный мир сияние Преображения». В праздничном тропаре (коротком церковном песнопении, посвященном каждому христианскому празднику, дню памяти) есть такие слова: «да возсияет и нам грешным, Свет твой неприступный». Они выражают стремление верующих к стяжанию Духа Святого, к тому чтобы стать причастниками Божественного света и поделиться этой радостью с ближним.

Ради Праздника Преображения Господня церковный устав ослабляет строгость поста и допускает на трапезе рыбу.

Гидрометеорологи обещают еще теплую погоду столице, но в музыке гроз слышатся уже осенние раскаты: близится время урожайных сборов. В этот день совершается освящение плодов. В России, в тех местах, где виноград не растет или не поспекает к этому времени, освящаются яблоки, груши, сливы.

Древний обычай освещать плоды восходит к VIII веку. Колосья и виноград приносили в храм в благодарность Богу за Его любовь, за дарование щедрого урожая. Но таинственно-символическое значение этой традиции состоит еще и в том, что природа, искаженная после грехопадения человека, нуждается в обновлении не меньше самого человека. Освещение плодов — символ будущего преобразования природы, символ преобразования человека, пошедшего за Христом, символ Праздника Преображения Господня

## Успение Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии.



Иисус, увидев Матерь и ученика, тут стоящего, которого любил, говорит Матери Своей: «Жено! се, сын Твой. Потом говорит ученику: се, Матерь твоя! И с этого времени ученик сей взял Ее к себе» (Ин. 19, 26—27).

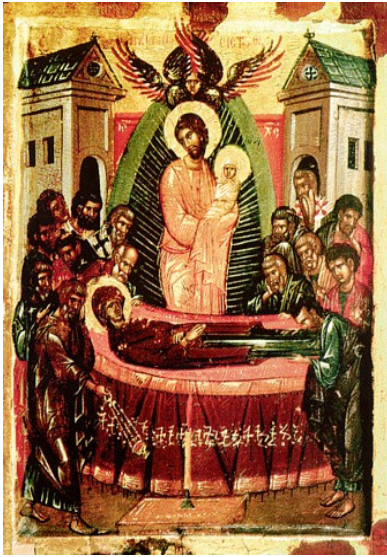
Евангелие от Иоанна повествует о том, что Иисус, претерпевая Крестные страдания, поручает свою Мать заботам любимого ученика Иоанна. Пресвятая Богородица поселилась в доме Иоанна Богослова недалеко от Елеонской горы. Она была с теми, кто поддерживал и утверждал молодую христианскую Церковь. Уверовавшие во Христа приходили в Иерусалим из дальних стран, чтобы увидеть и услышать Богородицу. Апостолы записали все, что Она рассказывала о Своей жизни и о земной жизни Своего Сына. Церковный историк Никифор Каллист подробно изложил предание, которое передает обстоятельства Успения Божией Матери. Предание основано на свидетельстве священномученика Дионисия Ареопагита и сочинении епископа Сардийского Мелитона, составленного во II в. Никифор Каллист писал о том, что многие из тех, кто не верил в учение Христа, покушались на жизнь Матери Божией. Из дома Она выходила только в церковь и всегда в сопровождении близких. Нередко Она приходила к Святому Гробу Господню на Голгофу и там молилась. В одно из таких посещений Ей явился Архангел Гавриил и поведал о скором Ее переселении из этого мира в мир небесный, вручив Ей в залог пальмовую ветвь. Пресвятая Богородица рассказала об этом Иосифу из Аримафеи как о благой вести, потому что скоро Она должна была увидеть Своего Сына. По молитве Божией Матери сделалось так, что ко времени Успения в Иерусалим из дальних стран стали собираться Апостолы. Св. Иоанн Дамаскин говорил, что они слетелись, подобно облакам и орлам, чтобы послужить Матери Божией. Она сообщила им, что скоро покинет их.

Во время беседы с Апостолами пред Ней чудным образом предстал Апостол Павел со своими учениками. Наступил час, когда должно было свершиться Успение Божией Матери. Апостолы окружили ложе, на котором пребывала Дева Мария. Внезапный свет затмил пламя горевших свечей, и сошел сам Христос, окруженный Ангелами и Архангелами.



Видевших это охватил священный трепет. Божия Матерь произнесла: «Величит душа Моя Господа и возрадовался дух Мой о Бозе Спасе Моем, яко призре на смирение рабы Своея». Без страдания, как бы во сне, душа Пресвятой Девы покинула этот мир и отошла к Вечной жизни.

Святые Апостолы Петр, Павел, Иаков и другие понесли одр, на котором лежало тело Пресвятой Богородицы, через весь Иерусалим в Гефсиманию.



Над процессией появилось облако света и послышались звуки небесной музыки. О погребальном шествии донесли призыванием. Послали стражу, чтобы разогнать процессию, но облако спустилось к земле и закрыло ее от нападавших. Были слышны шаги и пение, но никого не было видно. Первосвященник Афония попытался опрокинуть одр, но его руки были отсечены невидимой силой. Афония ужаснулся и раскаялся, он получил исцеление и стал исповедовать учение Христа. К вечеру святые Апостолы положили тело Пресвятой Богородицы во гроб и закрыли вход в пещеру большим камнем. По Божию промыслу Апостол Фома не присутствовал при погребении Богородицы. Он пришел в Иерусалим по прошествии двух дней на третий и стал плакать возле гроба. Апостолы сжалились над ним и отвалили камень от гроба, чтобы Апостол Фома мог приложиться к святому телу Приснодевы. Но тело Ее исчезло, и в пещере лежали только погребальные пелены. Пречистая Богородица была взята на небо. Вечером того же дня за трапезой им явилась Матерь Божия и произнесла: «Радуйтесь! Я с Вами во все дни». В ответ Апостолы воскликнули при преломлении хлеба: «Пресвятая Богородица, помогай нам».

Праздник Успения Пресвятой Богородицы торжественно совершается в Гефсимании, на месте Ее погребения. Здесь возведен храм, в котором хранятся погребальные пелены Богородицы. В IV в. священный покров был перенесен во Влахернский храм. В 866 г. русский флот подошел к Константинополю, и город был осажден язычниками. Император и Патриарх Константинопольский молились всю ночь во Влахернском храме, а затем погрузили погребальную ризу Богоматери в море. Внезапно поднялась буря и разметала русские корабли в разные стороны. Русь потерпела поражение, которое знаменовало победу христианства.

В Русской Православной Церкви праздник Успения Божией Матери почитается особо, равно как и чудотворные иконы Успения: Киево-Печерские, две иконы Московского Успенского собора, Псковско-Печерская и другие.

## Происхождение (изнесение) честных древ Животворящего Креста Господня Начало Успенского поста.



В греческом часослове 1897 года так объясняется происхождение этого праздника: "По причине болезни, весьма часто бывавших в августе, издревле утвердился в Константинополе обычай износить Честное Древо Креста на дороги и улицы для освящения мест и в отвращение болезней. Накануне (31 июля), износя его из царской сокровищницы, полагали на святой трапезе Великой церкви (в честь Святой Софии - Премудрости Божией). С настоящего дня и далее до Успения Пресвятой Богородицы, творя литии по всему городу, предлагали его потом народу для поклонения. Это и есть предисхождение Честного Креста".

В Русской Церкви это празднество соединилось с воспоминанием Крещения Руси 1 августа 988 года. В "Сказании действительных чинов святых соборных и апостольских великия церкви Успения", составленном в 1627 году по повелению Патриарха Московского и всея Руси Филарета, дается такое объяснение праздника 1 августа: "А на происхождение в день Честного Креста бывает ход освящения ради водного и просвещения ради людского, по всем градам и весем".

Известие о дне Крещения Руси сохранилось в хронографах XVI века: "Крестися князь великий Владимир Киевский и вся Русь августа 1".

По принятому ныне в Русской Церкви чину малое освящение воды 1 августа совершается до или после литургии. Вместе с освящением воды совершается освящение меда (т. н. первый медовый Спас: "Спас на воде", "Мокрый Спас"). С этого дня благословляется вкушение его нового сбора.

## Как был установлен Успенский пост.

Успенский пост наступает через месяц после Петрова поста. Этот пост установлен перед великими праздниками Преображения Господня и Успения Божией Матери и продолжается две недели от 1 до 15 августа (все даты приводятся по старому стилю).

Успенский пост дошел до нас с древних времен христианства. В беседе Льва Великого, произнесенной им около 450 года, мы находим ясное указание на Успенский пост: "Церковные посты расположены в году так, что для каждого времени предписан свой особый закон воздержания. Так для весны весенний пост — в

Четыредесятницу, для лета летний — в Пятидесятницу (Петров пост — ред.), для осени осенний — в седьмом месяце (Успенский — ред.), для зимы — зимний (Рождественский — ред.)".

Св. Симеон Солунский пишет, что "Пост в августе (Успенский) учрежден в честь Матери Божия Слова, Которая, узнавши Свое преставление, как всегда подвизалась и постилась за нас, хотя, будучи святой и непорочной, и не имела нужды в посте; так особенно Она молилась о нас, когда намеревалась перейти от здешней жизни к будущей, и когда Ее блаженная душа имела чрез Божественного духа соединиться с Ее сыном. А потому и мы должны поститься и воспевать Ее, подражая житию Ее и пробуждая Ее тем к молитве за нас. Некоторые, впрочем, говорят, что этот пост учрежден по случаю двух праздников, то есть Преображения и Успения. И я также считаю необходимым воспоминания этих двух праздников, одного — как подающего нам освящение, а другого — умилоствление и ходатайство за нас".

Окончательное установление Успенского поста произошло на Константинопольском Соборе 1166 года, проходившем под председательством патриарха Луки. Здесь было подтверждено, что все православные христиане согласно с древними уставами должны соблюдать Богородичный пост с 1 по 15 августа. Вальсамон об этом Соборе пишет: "Тогда сомневались некоторые о количестве дней поста Успенского и Рождественского. Поэтому сам святейший патриарх подтвердил, что хотя дни этих постов письменно нигде не обозначены, понуждаемся, однако, последовать неписаному церковному преданию и должны поститься от первого дня августа и от четырнадцатого дня ноября".

## Почему кончину Божией Матери Церковь называет Успением

Слово "успение" означает погружение в сон, мирную кончину, подобную сну. Кончину Божией Матери Церковь называет Успением, потому что Она "как бы сном на малое время уснула и, как от сна, воспрянула". Дивна была жизнь Пречистой Девы, дивно и Успение Ее, как воспевают Святая Церковь: "Бог вселенной показывает на Тебе, Царица, чудеса, превышающие законы природы. И во время Рождения Он сохранил Твое девство, и во гробе соблюл от истления тело Твое" (канон 1, песнь 6, тропарь 1). В Пресвятой Деве побеждены законы природы: смерть, возвращающая в землю тело из земли, такая смерть не коснулась Ее тела; в рождении сохранила Она девство, в Успении соединила жизнь.

По рождении Она пребывает Девою, и после смерти пребывает живой. Она уснула, чтобы пробудиться для жизни вечного блаженства. Она преставилась к Животу, к Источнику жизни, чтобы избавлять от смерти души Своими молитвами. Праздник Успения называется великим, двенадцатым, потому что в этот день "Спаситель всех во всей славе Своей сретил и вселил Матерь Свою с Собою".



## КАК ХРИСТИАНИН ДОЛЖЕН ОТНОСИТЬСЯ К СНОВИДЕНИЯМ?

Свящ. Григорий Дьяченко

Еще языческие мудрецы различно судили о снах. Один языческий мудрец (Протагор) говорил: "Каждый сон имеет свое значение, свой смысл, и для человеческой жизни полезно обращать на сны внимание". Другой же языческий мудрец (Ксенофан) объяснял, что все сны пусты и обманчивы и что заблуждается тот, кто обращает на них внимание и устрояет по ним свои дела. Истины нужно искать в середине; т.е. во-первых, не на все сны надобно обращать внимание, но, во-вторых, не все сны надобно презирать, считать их пустыми. Во-первых — говорим — не на все сны надобно обращать внимание. Сам Бог увещевает людей чрез Моисея "не гадать по снам" (Лев. 19:26). "Безрассудные люди, — говорит Сирах, — обманывают самих себя пустыми и ложными надеждами: кто верит снам, тот подобен обнимающему тень или гонящемуся за ветром; сновидения совершенно то же, что отображение лица в зеркале" (34, 1-3). Большая часть снов суть только естественное следствие возбужденного воображения человека. О чем человек днем думает, чем он сильно заинтересован, чего он страстно желает или не желает, это и снится ему. Св. Григорий рассказывает об одном человеке, который безрассудно верил снам и которому во сне обещалась долгая жизнь. Он собрал много денег, чтобы иметь чем благополучно прожить долгую жизнь свою, но вдруг заболел и вскоре умер — и таким образом не мог сделать никакого употребления из своего богатства, и в то же время не мог взять с собою в вечность никаких добрых дел. Следовательно, есть много снов пустых и обманчивых, которые ничего не значат и на которые не надо обращать внимания. Но, во-вторых, есть и такие сны, которые имеют значение для нас и на которые надо обращать внимание. Укажем для примера на сон Иосифа, одного из двенадцати сыновей патриарха Иакова. Иосифу снилось, что он с отцом и братьями жнет в поле пшеницу: сноп Иосифа стоял прямо, а снопы отца и братьев окружили его и поклонились ему. Этот сон точно исполнился: по истечении некоторого времени Иосиф, проданный братьями в Египет, сделался правителем Египта, и приехавшие в Египет отец и братья его должны были кланяться ему и почитать его. Точно так же сбылся пророческий сон фараона, царя египетского. Если бы фараон не обратил внимания на этот сон и не сделал больших запасов хлеба в урожайные годы для годов неурожайных, то он горько раскаивался бы: жители Египта, а также отец и братья Иосифовы, умерли бы голодной смертью.

В следующем номере мы расскажем:

Как относится православие к абортам?



## Основы православия

И многие из людей, а может быть, и из находящихся среди нас, имеют причину раскаиваться в том, что не обратили внимания на некоторые сны свои. Вот для примера один рассказ. Один беспутный юноша, не слушавший увещаний своих лучших друзей, направлявших его на другую, лучшую дорогу, увидел однажды во сне своего отца, который строго повелевал ему оставить беспутную и безбожную жизнь и жить лучше; но, согласно изречению Иисуса Христа: "Если не слушают закона, то не послушают и того, кто бы воскрес из мертвых", юноша не обратил никакого внимания на свой сон. Тогда он снова видит такой же сон: ему снова снится отец, который заявляет сыну, что если он не переменит своей жизни, то в такой-то день его застигнет смерть, и он предстанет на суд Божий. Юноша рассказал шуточно о сне своем подобным же ему товарищам и не только не думал об исправлении жизни, но даже как бы хотел посмеяться над угрозою, полученною во сне. Именно: на тот день, в который во сне отец угрожал сыну смертью, он назначил большую пирушку с товарищами. И что же? Среди винопития сына поражает внезапно апоплексический удар, и он чрез несколько минут умирает! Из приведенных здесь рассказов "мы видим, что не все сны обманчивы и пусты: есть сны, которые действительно исполняются в жизни."

### Несколько советов о том, как нужно относиться к сновидениям

1) Если сны побуждают нас к добру и удерживают от зла, то считайте эти сны перстом Божиим, указывающим вам на небо и отклоняющим вас от дороги к аду.

"Бог говорит однажды, и, если того не заметят, в другой раз: во сне, в ночном видении, когда сон находит на людей, во время дремоты на ложе. Тогда Он открывает у человека ухо и запечатлевает Свое наставление, чтобы отвести человека от какого-либо предприятия и удалить от него гордость, чтобы отвести душу его от пропасти и жизнь его от поражения мечом" (Иов. 33:14-18).

"Когда увидишь во сне образ креста, учит преп. Варсануфий, знай, что этот сон истинен и от Бога; но постарайся от святых получить истолкование значения его и не верь своему помыслу" ("Руковод. к дух. жизни" Варсануфия и Иоанна, стр. 368).

2) Если же вы не уверены или не имеете разумной причины думать, что сон происходит от Бога, в особенности если сон касается не важных, безразличных предметов, тогда нет надобности обращать внимание на сны и устроить по ним свои действия; будьте осторожны, дабы, обращая внимание на каждый сон, не сделаться суеверными и не подпасть опасности согрешить.

3) Если, наконец, сон соблазняет человека на грех, то он есть следствие нашего испорченного, расстроенного воображения, нашей фантазии, или же он происходит от того, от кого да сохранит нас Бог Своею благодатию, т.е. от диавола.

## РАССКАЗЫ О ЯВНОМ ОТКРОВЕНИИ ВОЛИ БОЖИЕЙ ЧРЕЗ СНОВИДЕНИЯ

В заключение приведем рассказы об явном откровении воли Божией чрез сновидения. Преподобный Пахомий видел сон, будто роса сошла с неба в его правую руку и сделалась как мед, и в то же время слышал голос, что это означает благодать, которая будет ниспослана на него (Чет.-Мин. 15 мая). И действительно, благодать Божия так обильно излилась на него, что он и чудеса творил, и назван церковью Великим. Св. Царь Константин Великий пред войною с Максентием видел наяву знамение креста на небе, слившийся из света, и с надписью "Сим побеждай!", а потом в следующую ночь увидел во сне Самого Спасителя, Который явился ему с тем же знамением креста и сказал, что этим знамением он победит врага. И действительно, император Константин, соорудив знамя, украшенное крестом, окончательно поразил своего врага — Максентия.

Прп. Марфа, когда еще жила в миру, видела во сне св. Иоанна Предтечу, который предсказал ей, что от нее родится сын Симеон, что он будет великий и святой человек. И от нее действительно родился св. Симеон, известный под именем Дивногорца (Чет.-Мин. 24 мая).

У благочестивых жителей города Едесса, Симеона и Марии, была только одна дочь, а им хотелось иметь и сына; вот, они начали молиться о том Богу, и в одну ночь оба видят во сне, будто они в какой-то церкви, будто сюда же являются св. ап. Павел и св. великомученик Феодор Тирон; св. Феодор будто говорит апостолу: "Вот они просят себе сына, будь их ходатаем". Апостол после того будто бы положил им на рука младенца мужского пола, а св. великомученику Феодор сказал: "Пусть будет имя ему Феодор". И это сбылось: от них родился сын Феодор, который впоследствии был св. епископ Едесский (Чет.-Мин. 9 июля).

Одной благочестивой девице, жившей в городе Казани, явилась во сне Царица Небесная и сказала: "В таком-то месте, в земле, зарыта Моя икона, объяви об этом: пусть отрокут ее и вынут". Она рассказала, и ей не поверили. Но тот же сон повторился еще, и когда та девица стала рыть в указанном месте землю, то, действительно, нашла там икону Божией Матери. Эта икона известна у нас под именем Казанской (Чет.-Мин. 8 июля).

Преподобный Даниил видел раз во сне высокий столп, на котором будто бы стоял и спасался св. Симеон Столпник с двумя Ангелами; Ангелы будто бы звали его к себе, и когда Даниил сказал, что он не может туда подняться, Ангелы сами будто бы подняли его на столп, а св. Симеон принял его и обнял. Так и случилось: впоследствии Даниил, подобно Симеону, тоже стал спасаться на столпе (Чет.-Мин. 11 декабря).

## Русская православная кухня

*«Он взял пять хлебов и две рыбы, возрев на небо, благословил и преломил и дал ученикам...»  
(Мк. 6,41).*

Каждый день христианин принимает пищу. Принятие пищи христианином — это принятие из рук Господа даров, поддерживающих нашу жизнь.

Отсюда к вкушению пищи должно быть благоговейное отношение. Перед чудесным насыщением Господь велел народу возлечь на траву, т. е. приготовиться к принятию пищи. Перед трапезой Он вначале благодарил Бога, а затем уже преломлял хлеб (Ин. 6,10-11).

Преп. Варсонуй Великий и Иоанн дают по этому такое указание: «Хорошо и мирским людям, приступая к пище, благословлять Бога, ибо памятью о Боге освящается пища... употреблению пищи, питья и сна да предшествует благодарение».

Такой же совет дает и о. Иоанн: «Не садись за стол с возмущением какой-либо страстью твоего духа, чтобы враг не обратил тебе во вред пищу и питье — в болезнь, а не во здравие: ибо враг через все коварствует и ищет повредить человеку».

Садись всегда за трапезу с миром, благодаря Господа, и пища с питьем будут во благо и во здравие: потому что благословение Божие почит и на пище, и на тебе самом».

Отец Валентин Амфитеатров рекомендовал своим духовным детям «хорошо все перекрестить, что начинаешь кушать, но при народе это делать не надо — мысленно можно перекрестить».

У первых христиан вкушение пищи (так называемые «агапы» — вечера любви) следовало непосредственно за богослужением и совершалось в притворе храма. Агапы не только начинались и кончались молитвословиями, но и сопровождались пением псалмов. Московский старец о. Алексей так заповедывал своим духовным детям:

«Во время обеда представляй Отца Небесного, отверзающего руку Свою, чтобы напитать тебя... и что Иисус обедает с тобою... Во время ужина вспоминай о последней вечере Иисуса Христа, моля Его, чтобы Он сподобил тебя вечери Небесной».

Как известно, в монастырях трапеза соединяется с духовным чтением, чаще всего из Жития Святых. Здесь прием телесной пищи сопровождается приемом пищи духовной.

По тому, как человек относится к пище и как ее принимает, можно судить о степени духовности христианина.

Можно «пищу с благоговением вкушать», можно небрежно «есть», но можно с жадностью ее «жрать».

Обвиняя современную ему атеистическую русскую интеллигенцию, свящ. Павел Флоренский так говорил про ее отношение к пище: «Ни есть, ни тем более вкушать интеллигент не умеет, не знает даже, что значит «вкушать», что значит священная еда: не «вкушают» дар Божий, не даже едят пищу, а «лопают» химические вещества. Совершается лишь животная, голая «физиологическая функция»,

мучительно-стыдная; и функцией этой брезгуют, ее стыдятся. Стыдятся и делают; вот почему интеллигент цинично ест, с вызовом, с оскорблением стыдливости своей и чужой».

Нет на свете спокойствия и мира, а есть смятение и тяжесть: первый признак безблагодатной души, неблагодатной к жизни, отвергающей бесценный дар Божий, горделиво желающей все бытие перестраивать по-своему».

Благоговейное отношение у христианина должно быть и к самой пище (точнее, и к самой материи пищи). Когда Господь накормил чудесным образом 5-ю хлебами пять тысяч человек, Он велел собрать все остатки пищи, «чтобы ничего не пропало» (Ин. 6,12).

Поэтому не следует оставлять на своих тарелках объедки пищи, корки или крошки хлеба. Поэтому при избытке предлагаемой пищи надо до начала еды отказаться от этого избытка и убавить количество предложенной пищи.

Преп. Савва Освященный увидел, что инок, приготавливая пищу для обители, выкидывал в поток остатки бобов, не съеденных братией.

Преподобный собрал из потока бобы, приготовил из них кушанье и пригласил к себе инока, выкидывавшего бобы. Радушно приняв его, он стал угощать его бобами и спросил — нравится ли ему приготовленное блюдо. Инок похвалил его. Тогда преподобный сказал ему:

«Поверь, брат, это те самые бобы, которые ты выкинул в поток» — и дал наставление смущенному иноку, как надо относиться к пище.

Вероятно, многие недостаточно отчетливо сознают значение пищи в жизни христианина. А оно велико не только для тела, но и для души человеческой.

Мудрый пастырь о. Иоанн пишет:

« На принятие пищи обратите самое строгое и деятельное внимание, ибо от пищи и питья, от качества и количества их зависит весьма много ваша духовная, общественная и семейная деятельность...»

С голоду сильно не налегай на пищу — обрешь сердце, и тело. Без жадности, тихо кушай с размышлением во славу Божию, помня о Боге Питателе. Дьявол через плоть нашу и вообще через вещественность действует на нас ко вреду нашему. Так, через вино, чай, кофе, через лакомства, вообще через деньги, одежду и прочее разжигает наши страсти».

Надо также знать, что неровная и беспорядочная диета заметно отражается на организме, который всегда болезненно реагирует против изменений привычной диеты. Это относится и к неумеренности в еде после периода воздержания в пище. При этом не всегда можно брать пример с других и из литературы. Надо учитывать, что при различных условиях жизни, здоровья, возраста, труда, климата и особенностей организма будет различаться и потребность в питании.

По наблюдениям св. отцов, на количество потребной пищи влияет в сильной степени и расходование нашей нервной энергии.

Так, один старец говорил,

что в уединении он может принимать пищи в несколько раз менее, чем в те дни, когда он проводил в людях.

Во всех случаях духовные отцы считали необходимым принимать пищу и питье мерою, чтобы ограничить себя от излишества и приучить свой организм довольствоваться установленной нормой.

«Вместе с телесным постом должен быть и душевный. При телесном посте чрево постится, при душевном посте душа воздерживается от злых помыслов, дел и слов. Настоящий постник воздерживается от гнева, ярости, злобы и лицемерия. Настоящий постник воздерживает язык от празднословия, сквернословия, пустословия, клеветы, осуждения, лести, лжи, всякого злоречия.

Видишь, христианин, каков пост душевный?» (Св. Василий Великий.)

«Пища излишняя делает тело чрезмерно нагруженным кораблем, который при малом движении волн идет ко дну». (Св. Леонтий.)

«Положите законом выходить из-за стола немного голодным. Злая раба — плоть будет чувствовать, что над нею есть властная рука. И вина не пить. Это самое лучшее пособие к тому, чтобы было тело всегда бодро, трезво и свежо. Великое есть сие дело!» (Св. Феофан Затворник.)

«Мы не в пище только должны соблюдать меру, но удерживаться от всякого другого греха, чтобы, как постимся чревом, поститься нам и языком, удерживаясь от клеветы, от лжи, от празднословия, от уничижения, от гнева, т. е. от всякого греха, совершаемого языком. Также должно поститься и глазами, т. е. не смотреть на суетные вещи, не смотреть бесстыдно и бесстрашно. И руки удерживать от злого дела». (Авва Дорофей.)

«С чего начать нам, никогда не занимавшимся исследованием сердец наших? Будем стучаться молитвою и постом, как и Господь повелел: «Стучите — и откроется вам». (Св. Макарий Великий.)

### Рецепт от греха

Составила в 20-е годы монахиня Шамардинского монастыря, а рукопись сохранила схимонахиня Серафима.

Некий старец зашел в лечебницу и спросил у врача:

— «Есть ли у вас лекарство от греха?»

— «Есть, — отвечал врач, — вот он:

1. Нарой корней послушания.
2. Собери цветов душевной чистоты.
3. Нарви листьев терпения.
4. Собери плоды нелицемерия.
5. Не упивайся вином прелюбодеяния.
6. Все это иссуши постом воздержания.
7. Вложи в сосуд добрых дел.
8. Добавь воды слез покаяния.
9. Посоли солью братолюбия.
10. Добавь щедрот милостыни.
11. Да положи порошок смирения
12. и коленопреклонения.
13. Принимай по три ложки в день страха Божия.
14. Одевайся в одежду праведности
15. И не ходи в пустословие, а то простудишься и опять заболеешь грехом».



# Празднование Иконы Божией Матери Август

## «Всех скорбящих Радость» икона Божией Матери(с грошиками)

5 августа (23 июля по старому стилю)



Икона Божией Матери «Всех скорбящих Радость» впервые прославилась икона Богородицы в 1688 году, в царствование царей Иоанна и Петра Алексеевичей. Родная сестра Патриарха Иоакима, Евфимия, долго страдавшая неизлечимой болезнью, однажды утром во время молитвы услышала голос, призывавший ее пойти помолиться перед образом Пресвятой Богородицы «Всех скорбящих Радость» в храме Преображения Господня на Ордынке и заказать

совершение молебна с водосвятием. Евфимия исполнила сказанное, и после совершения водосвятного молебна перед иконой получила исцеление. С тех пор многие болящие и скорбящие, молитвенно обращаясь к Богородице через Ее чудотворный образ, стали получать исцеление и избавление от бед.

В 1711 году, когда царскую резиденцию положено было перенести из Москвы в Санкт-Петербург, родная сестра императора Петра I царевна Наталья Алексеевна, исполненная особенным благоговением к чудотворной иконе «Всех скорбящих Радость», сделала с нее список (копию) и перевезла в числе прочих святынь в Санкт-Петербург. По другим сведениям, в Москве осталась копия, а царевна забрала с собой истинный образ. На месте храма Преображения Господня в XVIII веке был выстроен храм в честь иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радость», где и по сей день находится чудотворная икона Богородицы.



Пред иконой Пресвятой Богородицы «Всех скорбящих Радость» молятся все обиженные, угнетенные, страждущие, в отчаянии, скорби, в поисках утешения и защиты, при неизлечимых болезнях, о покровительстве сирот и убогих, страждущие припадками, расслаблением рук, болезнью горла, туберкулезом.

## Молитва Пресвятой Богородице пред ея иконою "Всех скорбящих радость"

Царице моя преблагая, надеждо моя, Богородице, приятелище сирых, и странных предстательнице, скорбящих радосте, обидимых покровительнице! Зриши мою беду, зриши мою скорбь; помози ми яко немощну, окорми мя яко странна. Обиду мою веси, разреши ту, яко волиши; яко не имам инья помощи, разве Тебе, ни инья предстательницы, ни благия утешительницы, токмо Тебе, о Богомати, яко да сохраниши мя и покроеши во веки веков. Аминь.

## Смоленская икона Божией Матери, именуемая "Одигитрия"

10 августа (28 июля по старому стилю)

По преданию, Смоленская икона написана святым евангелистом Лукой. Существуют две версии появления этой чудотворной иконы в России.



По одной из них византийский император Константин Порфирородный благословил этой иконой свою дочь царевну Анну, выдавая её замуж за черниговского князя Всеволода Ярославича. Святой образ сопровождал царевну в нелёгком пути из Царьграда в далёкую Русь, отсюда и название иконы – «ОДИГИТРИЯ», то есть «Путеводительница».

По другой версии икона «Одигитрия» была благословением на путь в Россию царевны Анны –

будущей супруги святого равноапостольного князя Владимира.

Помимо вышеприведенного объяснения происхождения наименования иконы существует и иное. Предполагается, что Смоленская икона является списком с ВЛАХЕРНСКОЙ иконы, получившей своё название «Одигитрия» («Путеводительница») после того, как Богоматерь привела двух слепцов к Своему образу во Влахернском храме, где они исцелились. Так или иначе, но Пресвятая Богородица является для всех православных Путеводительницей к вечному спасению. После того, как князь Владимир Всеволодович Мономах перенёс икону «Одигитрия» в Смоленск и поставил в соборном храме Успения Богородицы, икона стала называться ещё и Смоленской. Впервые Смоленская чудотворная икона Божией Матери Сявила заступничество жителям города Смоленска во время его осады полчищами Батые в 1238 году.

В XIV веке Смоленск находился во владении Литовских князей. Дочь князя Витовта София была выдана замуж за великого князя Московского Василия Димитриевича (1398-1425 г.г.) В 1398 году она привезла с собой в Москву Смоленскую икону Божией Матери. Святой образ установили в Благовещенском соборе Кремля, по правую сторону от царских врат. В 1456 году, по просьбе жителей Смоленска во главе с епископом Мисаилом, икона была торжественно с крестным ходом возвращена в Смоленск, а в Москве остались два её списка (копии). Один был поставлен в Благовещенском соборе, другой – в 1524 году в Новодевичьем монастыре, основанном в память возвращения Смоленска России. Через год, в 1525 году, в память возвращения Смоленска было установлено 28 июля празднование в честь Смоленского чудотворного образа.

В 1602 году с Смоленской чудотворной иконы Богородицы был написан точный список, который поместили в башне Смоленской крепостной стены, над Днепровскими воротами, под специально устроенным шатром. Новый список воспринял благодатную силу древнего образа, и, когда русские войска 5 августа 1812 года оставляли Смоленск, икону взяли с собой для охранения от неприятеля. Накануне Бородинской битвы этот образ носили по лагерю, чтобы укрепить и ободрить воинов к великому подвигу. Древний образ Смоленской «Одигитрии» в день Бородинской битвы вместе с Иверской и Владимирской иконами Божией Матери обносили вокруг Белого города, Китай-города и кремлёвских стен, а затем отправили к больным и раненым в Лефортовский дворец. Перед оставлением Москвы икона была взята в Ярославль. После победы над французами икона Одигитрии вместе с прославленным списком была возвращена в Смоленск, где пребывала в Успенском соборе до 1941 года. Дальнейшая судьба древнего образа неизвестна. Смоленская «Одигитрия» – одна из наиболее почитаемых икон этого типа на Руси. Только чудотворных, особо чтимых списков с неё насчитывается более тридцати. Иконографический образ Смоленской иконы очень схож с ИВЕРСКОЙ иконой Божией Матери, но отличается строгостью расположения фигур и выражения лиц Богородицы и Богомладенца. На Смоленской иконе Богородица смотрит прямо, нет характерного для Иверской иконы поворота головы Божией Матери в сторону Богомладенца.



## Молитвы к Пресвятой Богородице перед Ея иконой, именуемой «Смоленская»

О Пречудная и Превышшая всех тварей Царице Богородице, Небеснаго Царя Христа Бога нашего Мати, Пречистая Одигитрие Марие! Услыши нас грешных и недостойных в час сей молящихся и припадающих к Твоему Пречистому Образу со слезами и умиленно глаголющих: изведи нас от рова страстей, Владычице Преблагая, избави нас от всякия скорби и печали, огради от всякия напасти и злыя клеветы, и от неправеднаго и лютаго навета вражия. Можеша бо, о Благодатная Мати наша от всякаго зла сохранити люди Твоя и всяким благодеянием снабдити и спасти; разве Тебе иныя Предстательницы в бедах и обстояниях, и теплыя Ходатаицы о нас, грешных, не имаюмы. Умоли, Госпоже Пресвятая, Сына Твоего Христа Бога нашего, да удостоит нас Царствия Небеснаго; сего ради всегда славим Тя, яко Виновницу спасения нашего, и превозносим святое и великолепное имя Отца и Сына и Святаго Духа, в Троице славимого и поклоняемаго Бога, во веки веков. Аминь.

## Икона Божьей Матери «ФЕОДОРОВСКАЯ» 27 марта (14 марта по старому стилю) и 29 (16) августа

По преданию, Феодоровская икона Божией Матери написана святым



евангелистом Лукой. Кем и когда она принесена в Россию – неизвестно, но уже в XII веке икона находилась в часовне недалеко от города Городца и считалась

чудотворною. В 1164 году псковским князем Георгием Всеволодовичем на месте часовни был устроен монастырь, названный Городецким. В нашествие Батыея обитель сгорела. Все думали, что в огне погибла и икона.

В 1239 году, 16 августа, в день праздника Нерукотворенного Образа Господа Иисуса Христа костромской князь Василий Юрьевич во время охоты увидел на сосне икону. Когда он попытался взять её в руки, икона поднялась в воздух. Поражённый этим чудом, князь пригласил духовенство и народ. После всеобщей молитвы икону сняли с дерева и отнесли в главный собор Костромы.

А накануне жители города видели, как по городу с иконой в руках прошёл какой-то воин в богатой одежде, очень схожий со святым великомучеником Феодором Стратилатом, в честь которого в Костроме был построен собор. Поэтому явленную икону Божьей Матери и назвали Феодоровской. Среди людей, пришедших поклониться обретенной иконе Богородицы Феодоровская, были и люди из опустошённого татарами

Городца, которые тотчас признали, что обретенная икона и есть та, которая несколько лет стояла в городецкой часовне.

С Феодоровской иконой Божией Матери связано избрание на царство Михаила Феодоровича Романова в 1613 году. Костромское духовенство с Феодоровским образом вышло встречать московское посольство, шедшее просить молодого Михаила Романова на царство, и все вместе они отправились в Ипатьевский монастырь, где юный Михаил жил с матерью – старицей Марфой. Старица вручила сына покровительству Божией Матери перед Феодоровской Её иконой.

С тех пор Феодоровская икона Пресвятой Богородицы стала особо почитаться императорским Домом Романовых, а все иностранные принцессы, которых брали в жёны русские императоры и великие князья, получали после крещения отчество Феодоровна.

Дважды Костромской собор пережил пожар, и оба раза икона оказывалась невредимой. После этих пожаров князь Василий решил построить для иконы Богоматери Феодоровская особый храм – Успенский собор с приделом во имя великомученика Феодора Стратилата. Алтарём он был обращён не на восток, а на север – к месту обретения иконы. Феодоровская икона пребывала в этом соборе, ставшем в 1835 году кафедральным, до 1929 года. После всевозможных перемещений из храма в храм, связанных с «историческими изменениями» в стране, 18 августа 1991 года икона была перенесена в кафедральный Богоявленский собор Костромской епархии, где и пребывает до настоящего времени.

## Молитва к Пресвятой Богородице перед Ея иконой, именуемой «Феодоровская»

О Премилосердая Госпоже, Царице, Богородице, прими смиренное моление наше, и не отрини нас, заступление и прибежище наше, и не возгнушайся нас, недостойных, но, яко Милосердая, не престани молящи, Егоже родила еси, да дарует нам прощение многих согрешений наших, да спасет нас, имиже вестъ судьбами. Помилуй нас, Владычице, помилуй нас, несмы бо нам спасение от дел. Темже верно вопием Ти: помилуй рабы Твоя и неплодное сердце наше покажи плодоносно благих дел. Призри на нас, недостойных, Ты бо упование и покров наш, жизнь и свет сердцу нашему. Яко Невечерний Свет от чрева Твоего воздвигшая, озари душу нашу, Чистая, и отжени всяку мглу сердца нашего. Даруй нам умиление, покаяние и сокрушение сердечное. Сподоби нас по вся дни живота нашего творити волю Сына Твоего и Бога нашего и во всем благоугождати Ему Единому. О Богомати, не престани молящи Рождагояся от Тебе за вся, притекающия с верою к сему чудотворному образу Твоему, и подавай им скорую помощь и утешение в скорбех и напастех и злостраданиих, избави их от клеветы и злобы человеческия, от враг видимых и невидимых и всякия нужды и печали.

Спаси отечество наше, град сей и вся грады и страны от всяких бед и нужд и сотвори милостива нам быти Бога нашего, отврати всякий гнев Его, на ны движимый, и избави ны от належащаго и праведнаго Его прещения. О Боголюбивая Владычице, Ангелов украшение, мучеников славо и всех святых радости, с ними моли Господа, да сподобит нас в покаянии скончати живота нашего течение. В смерти же час, Пресвятая Дево, избави нас от власти бесовския и осуждения, и ответа, и страшнаго испытания, и мытарств горьких, и огня вечнаго, да, сподобьшися славнаго Царствия Божия, величаем Тя и славим воплощгояся от Тебе Христа, Бога нашего, Емуже слава со Отцем и Святым Духом, ныне, и присно, и во веки веков. Аминь.

## Икона Божией Матери «ГРЕБНЕВСКАЯ» 10 августа (28 июля по старому стилю)



Во время возвращения великого князя Дмитрия Донского с Куликовой битвы жители городка Гребени, расположенного на притоке Дона реке Чири, подарили ему местночтимую

чудотворную икону, названную по месту своего нахождения Гребневской. По прибытии в Москву великий князь велел поставить икону Божией Матери в Успенский собор, в котором она пребывала около ста лет.

В 1471 году внук Дмитрия Донского великий князь Иоанн Васильевич III взял с собой Гребневскую икону в поход на покорение новгородских земель. После одержанной победы князь во исполнение данного им обета построил на Лубянке храм в честь Успения Пресвятой Богородицы и перенёс туда чудотворную икону. Из многих чудес, прославивших икону Божией Матери, особо известен случай, происшедший во время пожара в церкви в 1617 году. Пламя так быстро охватило здание церкви, что вынести икону Божьей Матери не успели. Но вдруг присутствующие на пожаре люди увидели стоящую в воздухе Гребневскую икону Божией Матери. После окончания пожара выяснилось, что в церкви всё было истреблено огнём, но чудотворная икона Божией Матери осталась совершенно неповреждённой.

Пред иконой Пресвятой Богородицы «Гребневская» молятся об избавлении от иноплемённых и сохранении Российской державы, об исцелении от недугов телесных, о защите жилища от воров и нападения врагов, при пожаре.

## Молитва к Пресвятой Богородице перед Ея иконой, именуемой «Гребневская»

О Пречудная и Превышшая всех тварей Царице Богородице, Небеснаго Царя Христа Бога нашего Мати, Пречистая Одигитрие Марие!



Услыши нас грешных и недостойных в час сей молящихся и припадающих к Твоему Пречистому Образу со слезами и умиленно глаголющих: изведи нас от рова страстей, Владычице Преблагая, избави нас от всякия скорби и печали, огради от всякия напасти и злыя клеветы, и от неправеднаго и лютаго навета вражия. Можеш бо, о Благодатная Мати наша от всякаго зла сохранить люди Твоя и всяким благодеянием снабдити и спасти; разве Тебе иныя Предстательницы в бедах и обстояниях, и теплыя Ходатаицы о нас, грешных, не имамы. Умоли, Госпоже Пресвятая, Сына Твоего Христа Бога нашего, да удостоит нас Царствия Небеснаго; сего ради всегда славим Тя, яко Виновницу спасения нашего, и превозносим святое и великолепное имя Отца и Сына и Святаго Духа, в Троице славимого и поклоняемаго Бога, во веки веков. Аминь.

**Алексей Фадеев**  
автор-исполнитель

## Богородица о нас

Богородица усердно,  
Молится о нас Христу.  
О спасении всех грешных  
И о чем ее прошу.

Но о себе порою,  
Богородицу просить.  
За грехи наши с тобою,  
Все же стыдно говорить.

На иконе вижу разной  
Каждый день она глядит,  
То серьезна, то печальным  
Взглядом будто говорит:

«За всю жизнь свою земную  
Испытала столько я...  
Сына на крест прибывали,  
Я держалась, как могла...»

Видев все страданья эти  
Думала, что не стерплю,  
Сердце билось, больно билось,  
Но молилась я Ему.

Так и ты терпи мой милый,  
Вы все дети для меня,  
Помогать не перестану,  
Милость дам тебе и Я.

За Христа держитесь крепче,  
Сохранит вас для добра,  
Рай готов для вас и грешных,  
Кайся и не делай зла.»

Богородица Мария,  
Ты молись о всех о нас,  
Чтобы все грехи мы смыли  
И прошли мытарства в раз!

2009 г.

## Великомученик и целитель Пантелеимон 9 августа



При жизни святой Пантелеймон лечил тела людей, а в смерти спас множество душ, открыв им истинного Бога. После кончины он остался навсегда целителем и помогает всем больным. Великомученик Пантелеймон — один из самых почитаемых на Русской земле святых. Икона его известна как чудотворная. К ней обращаются не только православные, но и католики, мусульмане, все, кто верит в ее целительную силу. Молитва Пантелеймону-Целителю о здоровье

помогает вылечиться от болезней и избавиться болей. Святой Целитель избавляет от страданий - как физических, так и моральных, душевных невыносимых переживаний.

Святой великомученик и целитель Пантелеймон является главным покровителем всех врачей и больных. Если Вас мучает какая-либо болячка либо недуг, просто помолитесь святому Пантелеймону, прочтите ему молитву, купите икону Пантелеймона, обязательно освященную в церкви, и поставьте ее дома на видное место. Пантелеймон обязательно поможет больному, страдающему от боли человеку — если не полностью излечит болезнь, то хотя бы уменьшит боль и мучения, страдания человека.

Молитва святому Пантелеймону-целителю — это главная молитва за больных людей. Также молитву Пантелеймона можно читать не только ради излечения болезни, но и как молитву о здоровье взрослого человека и детей в, так сказать, профилактических целях. Жизнь Святого Пантелеймона была очень тяжелой — он исцелял людей, а его за это наказывали, а позже и вовсе казнили. Но даже после своей смерти святой помогает больным и мучающимся болью людей, исцеляет их болезни и возвращает здоровье «безнадежным» больным.

### Молитва святому великомученику и целителю Пантелеимону

О великий Христов угодниче и преславный целебниче, великомучениче Пантелеимоне! Душею на Небеси Престолу Божию предстоиши и Триипостасныя Его славы наслаждаешься, телом же и ликом святым на земли в Божественных храмах почиваешь и данною ти свыше благодатию различные чудеса источаешь. Призри милостивым твоим оком на предстоящих люди и честнейшей иконе умиленно молящихся и просящих от тебя целебных помощи и заступления. Прости ко Господу Богу нашему теплые молитвы свои и испроси душам нашим оставление согрешений наших. С верою призываем имя твое, святой праведный Пантелеимоне. Яко ты приял еси благодать от Господа Бога - недуги отгоняти и страсти исцеляти. Тебя убо просим: не презри нас, недостойных, молящихся тебе и твоея помощи требующих. Буди нам в печалех утешитель, в недугех лютых страждущих врач. Напаствующим - скорый покровитель. Очам недугующим - прозрения датель. В скорбях пребывающим - готовейший предстатель и исцелитель. Исходатайствуй всем вся, яже ко спасению полезная. Яко да твоими ко Господу Богу молитвами получивше благодать и милость, прославим всех благих Источника и Дароподателя, Бога Единого, в Троице Святой славимого, Отца и Сына, и Святаго Духа, ныне и присно, и во веки веков. Аминь.

*В королевском монастыре Воплощения Господня в Мадриде хранится одна из самых известных и почитаемых святынь христианского мира: кровь святого великомученика и целителя Пантелеимона, которая каждый год 27 июля (9 августа) вновь принимает жидкое состояние.*



## БЕСЕДА С НОВОНАЧАЛЬНЫМ ХРИСТИАНИНОМ

### Часть II. О смысле скорбей, страхе Божиим и страхе человеческом



- Батюшка, в жизни каждого случаются печальные события, горести, неприятные встречи. Как научиться реагировать на скорби по-христиански?

- Понять эту истину получится не сразу. Иногда какое-то обстоятельство мы правильно воспринимаем спустя десять, двадцать, может быть тридцать лет. Но первое

условие, которое нужно выполнять — это благодарность Богу. Что бы с нами горестного не происходило: предательства, расставания, потери, смерть и болезнь наших близких людей, личные неприятности, но первое чувство, которое должно нас посещать в таких сложных обстоятельствах — это благодарность Богу. «Слава Богу, за всё!» Если человек будет упражняться в этой благодарности, то в самое ближайшее время он узнает причину, почему это с ним произошло. Если не узнает в ближайшее время, то Господь откроет позже. Но это обязательно будет человеком понято.

- В чём заключается смысл скорбей для человека?

- Скорби закаляют душу человека. Она у нас расслаблена через страсти, а страсти у нас от грехов. Наша воля, поражённая грехом, нуждается в тренировке. Поэтому, когда Бог посылает нам всевозможные горести и скорби, Он хочет, чтобы мы внутренне мобилизовались, перестали роптать и обижаться на Бога и людей, чтобы мы использовали себе во благо тот духовный ресурс, который нам дан через Церковь: благодать молитвы и Таинств, Священное Писание, совет духовника. Опыт показывает, что миллионы людей воспользовались этой помощью Божией и победили в себе слабости, лень, уныние, нашли силы для новой жизни. Повторим, что смысл скорбей может быть понят только христианином. Человек, который живет без веры в Бога, часто впадает в уныние, ожесточение и озлобление сердца, когда его посещают скорби. Вместо смягчающего действия скорбь его сердце наоборот ожесточает. В Новом Завете сказано, что скорбь — признак любви Божией к человеку: «Господь, кого любит, того наказывает; бьёт же всякого сына, которого принимает» (См. Евр. 12, 6). Так и в любой семье, если дети совершили какой-то плохой поступок и провинились, то родители по любви к ним обязательно примут воспитательные меры, вплоть до наказания. Если родители махнули рукой на своих детей и уже не хотят их воспитывать и учить добру, наказывать за дурные дела, значит подлинной любви у родителей к детям нет. То же самое происходит и в наших отношениях с Богом. Поэтому в моменты скорбей и горестей никогда нельзя думать и говорить, что Бог меня забыл и не любит. Наоборот, Он очень сильно тебя любит, давая возможность твоей душе через скорбь пробудиться. Любить Бога нужно не только в радостях и земном благополучии. Любить Бога нужно всегда, и сугубо наша любовь к Нему проявляется именно в скорбях и страданиях, когда мы терпим за Христа то, что нам попускается Его промыслом. — Почему мы часто испытываем различные страхи — перед внешними обстоятельствами, трудностями?

- Страх перед трудностями есть признак маловерия. Многие люди, которые приобретают веру, скоро этот страх теряют.

Они успокаиваются в своей душе, потому что, узнав Бога, оперевшись на Него, буквально взявшись за Него, человек, понимает, что ему нечего бояться. Бог правит всем миром — и духовным, и земным, и ангельскими силами, и падшими духами; во власти Божией находится всё добро и зло, которое есть на земле. Зло имеет на человека ровно такое воздействие, какое будет попущено Богом. Когда мы стремимся познавать Бога и жить по Его заповедям, то начинаем твёрдо верить в то, что Бог не попустит нам непосильных трудностей, не позволит злу воздействовать на нас, если мы не готовы этого выдержать. У христианина не может быть никакого страха перед внешними обстоятельствами жизни. Природа страха у христиан совершенно другая: во-первых, это страх совершить грех, а во-вторых, страх перед Богом. Страх Божий — это состояние нашей души, без которого нет христианства. От состояния страха Божия мы должны под действием Его благодати перерасти в состояние любви к Нему. Страх Божий и любовь Божия — вот те точки отсчёта, в которых заключено всё христианство. Поэтому, если человек подвержен животному страху — это означает, что он оторван от Церкви и от Бога. Страх — это состояние падших духов, которые пребывают в вечном страхе грядущего суда и вечных мучений. Когда человек не пытается жить по-христиански, не стремится стяжать благодать Божию в своём сердце, то естественно, в его душу приходят злые силы. Вот эти падшие демоны, придя к человеку, не материально, а духовно, и наполняют его жизнь, ум и сердце этими страхами, сомнениями, верой в приметы и всевозможные знаки, в судьбу и т.д. Такой человек начинает напоминать листок, трепещущий от малейшего дуновения ветра. А христианин — это тот, кто встал на твёрдый фундамент, твёрдый камень, который есть Христос. Повторим, что плод правильного воцерковления и веры в Христа — это внутреннее спокойствие, нерушимый мир ума, сердца и воли.

- Человек, наполненный благодатью Божией, совсем не имеет никаких страхов и комплексов?

- Так нельзя сказать, потому что всегда пребывать в благодати, т.е. жить в Духе Святом, удавалось единицам из миллионов. Этого состояния достигали великие подвижники и святые, скорее всего, на склоне своих дней, перед смертью — за труды и подвиги, а главное, за смирение. Господь сподоблял этих духовных дарований. Мы пребываем всё время в изменчивом состоянии. Иногда благодать Божия наполняет наше сердце, мы её ощущаем, радуемся, нам очень хорошо с ней, но проходит время, и мы вновь оказываемся обманутыми грехом, поддаёмся на соблазны. Плоть требует служения себе, и мы часто ей уступаем, приоткрывая дверь для мирского духа, который сразу заполняет наше сердце. Через эту щёлочку благодать Божия уходит из нашего сердца. Поэтому христианство заключается в том, чтобы человек не только пытался стяжать благодать Божию, но и всеми силами её удерживать. Наполнить сосуд драгоценным миром — это важно, но главное, неся его до краёв наполненным, не расплескать и не потерять содержимое, а сберечь. Вот это сбережение духа Божия в нашем уме и сердце и есть самое главное, к чему нужно стремиться, и к чему направляется весь христианский подвиг.

(Продолжение беседы в следующем номере...)

### Преподобный Ефрем Сирийский

Все от Бога — и благое, и скорбное. Но одно по благоволению, а другое по домостроительству и попущению. По благоволению — когда живём добродетельно, потому что угодно Богу, чтобы живущие добродетельно украшались венцами терпения; по домостроительству — когда согрешая, бываем вразумляемы; по попущению же — когда и вразумляемые не обращаемся. Бог промыслительно наказывает нас, согрешающих, чтобы мы не были осуждены с миром, как говорит апостол: «Судимы от Господа, наказываемся, да не с миром осудимся» (1Кор. 11:32).



## «Постимся постом приятным...» ПО ТВОРЕНИЯМ СВТ. ИГНАТИЯ БРЯНЧАНИНОВА

Зачем православному христианину нужен пост? Какова его роль в деле нашего спасения? И почему пост — это особое, благодатное время для борьбы со всевозможными страстями и изменения нашей духовной жизни? В чем заключается подвиг поста? С чего следует начинать пост и каких крайностей остерегаться? Как постились в древние времена? Подобные вопросы волнуют многих, особенно сейчас, в период Великого Поста.

Протоиерей Андрей Овчинников делится в своей духовной беседе размышлениями на тему поста, отвечает на эти и многие другие вопросы, опираясь на поучения Святителя Игнатия Брянчанинова и многовековой опыт Церкви.

- Отец Андрей, пост занимает в жизни православного человека особое место. При этом, далеко не каждый сегодня может объяснить, для чего он постится. Расскажите, когда возник пост, и в чём заключается его истинная цель? Почему нам важно хранить традицию святого поста?

- Святитель Игнатий Брянчанинов учит: «Глава добродетелей — молитва, а их основание — пост». Каждый из нас страдает гордостью и очень высоко думает о себе. И все же нужно смириться с тем, что наш ум, который занимает царское значение в нашей жизни, этот светильник всех поступков человека, в прямом смысле зависит от желудка. Всё, что человек вкушает, очень сильно влияет на его мысли, желания, чувства. Поэтому пост — это время, когда каждому из нас необходимо с помощью этого благодатного средства и духовного упражнения навести порядок в своей душе. Закон Поста, будучи по внешнему правилу законом для нашей плоти, является, в сущности, законом для нашего ума. Цель поста заключается в изменении нашей внутренней жизни. Очень важно, чтобы за пост изменились к лучшему наши мысли и желания. Те люди, которые постятся, замечают, что со временем, ум приобретает особую прозрачность, становится каким-то бодрым и светлым. Тогда он, действительно, занимает господствующее положение в жизни человека.

Если мы обратимся к древней истории, когда был создан первый человек Адам, то заметим, что Господь дал ему только одну заповедь — не вкушать от древа познания добра и зла. Святые Отцы говорят, что первой заповедью была заповедь о посте. Если бы Адам сохранил ее, он бы остался жить в раю, тогда бы и для нас с вами рай стал местом нашего вечного пребывания. Закон поста касается не только качества пищи, но и является правилом, относящимся к ее количеству. Если человек внимательно посмотрит за своей жизнью, он согласится, что этот закон действует. Сколько человек съедает, и что он вкушает — все это влияет на его внутреннее состояние. Еще раз повторим, что ум зависит от желудка.

После того, как людьми была нарушена заповедь поста, Богом было определено и наказание человека — им стала вечная смерть. В современной жизни это грозное Божие вразумление распространяется на тех людей, которые не хранят святой пост. Нельзя думать, что вечная смерть поражает человека только после окончания земной жизни. Апостол Иаков говорит, что всякий совершенный грех рождает смерть (См. Иак. 1, 15). Люди, которые не соблюдают постов, чаще всего не могут хранить и собственного целомудрия, оскверняют свое девство, не обуздывают гнева, раздражительности, зависти, и тщеславия. Самое страшное — они становятся вместилищем пагубной гордости, которая вводит человека в плотское состояние — признак духовной смерти. Люди, которые любят вкусно и много поесть, чаще всего ведут образ жизни, который в Евангелии назван греховным и плотским. Апостол Павел о таких сказал: «Живущие по плоти Богу угодить не могут» (Рим. 8, 8). Заповедь о посте — очень древняя. Она установлена Богом в раю, но Евангелие подтверждает необходимость поста и для православных христиан — «Внемлите себе, да не когда не отягчают сердца ваши объедением и пьянством» (Лук. 21, 34). Эти слова Господь наш Иисус Христос произнес в Новом Завете. Что происходит с человеком, который страдает объедением и пьянством? Святые Отцы определили очень точное состояние, имя которому дебелость. Она поражает не только плоть, наш ум и сердце. Дебелость вводит человека в плотское состояние, в котором он не способен к Богоугодной жизни. Когда человек упражняется в подвиге поста, он из дебелого и плотского переходит в состояние духовное. Каждый, кто начинал поститься, замечал, что со временем в душе происходят какие-то особые изменения — приобретает благоразумное молчание, человек больше уединяется, его мысли успокаиваются, приобретает целомудрие, смирение духа. Также святые отцы говорят о какой-то тонкости в отношении к чувствам ума и сердца. Приобретается легкость в нашем теле, и самое главное — мы становимся способными к духовным переживаниям и умозрению. Одним словом, правильно постящийся человек

способен к принятию божественной благодати. А это значит, что достигается главная цель поста.

- Отец Андрей, Вы сказали, что заповедь о посте была дана самим Богом еще первому человеку. А в Новом Завете Господь наш Иисус Христос предостерегал человека от объедения и пьянства, объясняя, что это отягчает жизнь нашего сердца, и Сам показывал нам пример подвига поста. Что это за страсти — объедение и пьянство? Как они рождаются в нашей жизни?

- Наше естество поражено грехом. Человек утратил меру во всём, в том числе и в употреблении пищи. Каждому христианину с помощью совета духовника и собственного рассуждения нужно определить тот срединный, «золотой» путь, по которому следует идти. Эта золотая середина касается всех проявлений: вкушения пищи, употребления вина, ночного отдыха, физических трудов и т.д. Страсть чревоугодия основывается на том, что человек употребляет пищи и питья гораздо больше необходимого. Человек желает не просто большого количества еды, но он становится очень разборчивым в ее качестве, и страдает не только чревоугодием, но и страстью сластолюбия. Для христианского подвижника, особенно во время Великого Поста, необходимо довольствоваться простой, но сытной пищей, чтобы воздерживаться от пресыщения и наслаждения. Этим мы принесём Богу соответствующую жертву. Когда человек не борется со своими плотскими потребностями, то естественное желание укреплять пищей телесные силы превращается в какую-то болезненную страсть, и человек становится рабом собственного желудка. Он постоянно ищет наслаждений и пресыщений и всегда ощущает, что его страсть не может удовлетвориться.

Согласимся, что качество пищи влияет на нашу внутреннюю жизнь. В раю Господь разрешил Адаму вкушать от всех деревьев, но воспрепятствовал прикасаться к плодам Древа познания добра и зла. Вкусив запретный плод, Адам согрешил перед Богом, через что лишился райского блаженства. И сегодня пища продолжает действовать на мысли и желания человека.

Самым ярким примером является алкоголь. Когда человек употребляет вино, то в его кровь попадают особые вещества, которые омрачают рассудок и чувства, делают человека неспособным к духовным трудам. Поэтому в Великий Пост, да и в любое другое время, необходимо быть бдительным и по слову Апостола Павла «Не упиваться вином» (Еф. 5, 18). Пьянство, действительно, является матерью и родоначальницей всякого порока.

Почему опасно увлекаться страстью пьянства? Вино в чрезмерном употреблении «гасит» светильник нашего ума. Мы говорили, что разум является в нашей жизни главным путеводителем. Господь дал уму некое царственное достоинство, и он управляет всей нашей жизнью. Когда человек страдает винопитием, то он уже не способен принимать правильные решения, трезво оценивать ситуацию. Пьяный человек не может читать, молиться, размышлять. Таким образом, через винопитие дьявол погружает христианина и всякого человека в какую-то мглу и темень, что всегда является очень опасным состоянием. Господь даёт человеку Свой Божественный свет и Свою благодать, при которой жизнь освещена ярким потоком света. Видны многие опасности, ловушки и искушения. В состоянии же опьянения человек полностью дезориентирован. Он оказывается ослеплённым, его духовные очи смыкаются и, находясь во мраке, он не может избирать правильное направление для движения к цели. Поэтому пост — время воздержания от винопития. (Продолжение на следующей странице)

Преподобный Пимен Великий говорил, что монашествующим вообще запрещено употребление вина. Добавим, что каждому православному христианину необходимо придерживаться этой доброй и древней христианской традиции. Святые отцы, которые дали эти заповеди, сами практически исполнили то, что говорили. Они учили тому, что действительно приносило большую духовную пользу. Одним словом, в пост следует стремиться к простоте жизни, в том числе и в отношении питания. - Какие еще опасные грехи подстерегают человека, который не ведёт борьбы со своими страстями, угождает плоти?

- В отличие от духовного состояния, плотской человек всецело погружен в греховные занятия и ощущения. В нашей жизни мы видим, что большинство людей практически полностью растворились в таком образе жизни. Сладострастие передается и телу, и сердцу, и уму. Естественно, такой человек не способен к восприятию духовных истин и благодатных переживаний. Особо следует сказать о блудном грехе, под который сейчас подпали миллионы людей. Совершение блуда есть разорение дома нашей внутренней духовной жизни. Блуд по своим последствиям и разрушительным действиям сопоставим с какой-нибудь катастрофой. До основания рушится то здание, которое созидалось кропотливым трудом на протяжении длительного периода времени — иногда с пролитием пота и даже крови.



## «Постимся постом приятным...»

Поэтому обращаюсь с призывом всецело беречь ум, сердце, и свое тело от страшного блудного греха. Человек, лишенный благодати Божией, не способен к духовной жизни и становится заложником вечной смерти.

«Горе вам пресыщенные ныне ибо взалчете» (Лк. 6, 25), – вот с такими словами Евангелие обращается к людям, которые всецело устремились к плотским наслаждениям. В нашей жизни мы видим, сколько соблазнов строится вокруг страсти чревоугодия и сребролюбия. Мы видим, что современному человеку предлагается на выбор огромное количество всевозможных напитков, еды, приправ, естественно, он в этом не нуждается, но через это возбуждаются наши страсти. Очень важно спросить себя, чем человек будет питаться в вечности, когда его тело останется в могиле, а душа выйдет в духовный мир. Если человек всецело увлекался только внешним насыщением, если он любил всевозможные увеселения, пирования, вечеринки, вкусные трапезы, если он не мог без этого жить, то что с ним будет, когда душа выйдет из тела? Как душа может угодить страсти чревоугодия, если с ней не будет тела? Неудовлетворенная страсть приносит человеку страдания, если здесь сладострастному грешнику, который подвержен страсти чревоугодия бывает трудно обуздать свой аппетит, отказаться от вкусных яств и всевозможных напитков, он без них страдает, но все равно имеет возможность найти утешение для своей страсти, то, естественно, после смерти такого утешения у него не будет, поэтому его душа будет вечно томиться и страдать. Поэтому в дни поста будем чаще обращаться к самим себе с вопросом, а какой же пищей я буду питаться в вечности? Готов ли я к тому, что моя душа выйдет из тела, и там она будет жить без него? Уже в этой земной жизни необходимо приобщаться к пище вечной, духовной, которой Господь уготовил любящим Его. – Какая пища является для христианина вечной? Чем мы должны в первую очередь насыщать свою душу, свое сердце и даже тело?

- Насущный хлеб для христианина – это Христос. Вот чем мы должны насыщаться постоянно, вот что не является грехом, когда мы стремимся к этому блаженному духовному наслаждению, к этому пресыщению Божественному, к которому приглашаются все христиане. Христос сокрыт в Евангелии, поэтому во время Великого Поста очень важно как можно больше читать Священное Писание. Слово Божие – это наш насущный хлеб. Очень важно не только читать Евангелие, но вдумываться в него, пропускать прочитанное через собственное сердце, что-то запоминать и, самое главное, исполнять Евангелие в жизни. Евангельские заповеди определяют нашу духовную жизнь.

- С чего начать духовную жизнь тому, кто еще находится во власти своих плотских страстей? Сейчас идет Великий Пост, что Вы посоветуете тем, кто хотел бы попробовать разобраться в состоянии собственной души и начать борьбу со страстями?

- В период Святой Четыредесятницы каждому из нас нужно потрудиться для Бога. Для этого подвига необходимо в основание наших трудов положить пост. Здесь требуется решимость. Многие боятся только потому, что никогда не постились. Важно понять, что подвиг поста совершается не только нашими трудами и усилием воли, но и всемогущей помощью Божией. Поэтому вступая в пост, необходимо проявить твердость ума и желаний и не бояться того, что наше тело будет реагировать на собственное утеснение. Если мы дадим пищу для нашего духа, то плоть замолчит.

Великий наставник древнего монашества преподобный Макарий Египетский ответил так на этот вопрос: «Стоя вне врат Царства Божия, будем стучаться молитвой и постом, как Господь повелел. Стучите и отверзется вам». Вот такой подвиг предлагает нам великий Отец Православной Церкви, который сам исполнил сказанное. О необходимости поста говорят многие изречения из Священного Писания и практически все духовные наставления святых отцов. Подвиг поста был причиной того, что он подготовил для проповеди среди язычников Апостолов Павла и Варнаву. Они отправились в это нелегкое миссионерское путешествие укрепленные постом. И поэтому сегодня очень важно говорить не только о посте, о воздержании, об отказе от какой-то пищи, но и о том, что пост необходимо соединить с молитвой. Итак, Святая Церковь нам предлагает соединить пост и молитву. Молитва бессильна, если она не основана на посте, а пост бесплоден, если на нем не создана молитва. Вот так можно обобщить изречения многих Святых Отцов, которые говорят о необходимости поста и молитвы. В Евангелии есть эпизод, когда Господь исцеляет бесноватого отрока, которого не могли излечить

Апостолы Христовы. На вопрос, почему они не смогли это сделать, Спаситель отвечает: «Сей же род изгоняется только молитвою и постом» (Мф. 17, 21). Вступая в подвиг Святой Четыредесятницы, мы, тем самым, бросаем вызов злым падшим духам. Каждый из нас вступает в некое противоборство, в напряженное духовное сражение с духами злобы поднебесной, поэтому необходимо взять в руки самые главные орудия – это пост и молитву. Святитель Игнатий Брянчанинов говорит, что пост очищает человека от плотских страстей, а молитва борется главным образом со страстями душевными. После победы над душевными немощами, молитва проникает в наше естество, освящает весь состав человека. И вот такой очищенный человек способен стать жилищем Божиим, способен стать вместилищем божественной благодати. Если человек занимается земледелием, он знает, что, не обработав земли, нельзя в нее сеять различные семена, потому что находящиеся сорняки и тернии погубят хорошие плоды. Поэтому в нашей жизни мы должны четко ориентироваться в важных духовных законах. Сначала необходимо уклониться от зла, а потом сотворить благо. Когда человек подвизается в молитве и умножает свои духовные подвиги, он должен понимать, что не искоренив греха в своём естестве, он может сеять на камни или бросать зерна в сорняки. Пост является благодатным средством утончения нашей плоти, очищения её от тех греховных проявлений, которые она постоянно показывает, сопротивляясь духовным трудам. Если мы будем трудиться в молитве, не истончив плоти, то вместо правды Божией мы можем принести грех. Это очень серьёзное предупреждение, о котором писал Святитель Игнатий Брянчанинов.

- Батюшка, какие еще труды необходимо добавить к подвигу поста?

- Все мы знаем, как наша молитва часто оскверняется различными помыслами, мечтаниями, воображениями. Эти оскверняющие действия преподносит нашему уму необузданная постом плоть. Именно в ней созревают многие греховные желания, иногда самые скверные перед Богом, которые и мешают нашей молитве. Если наша плоть произошла от земли, то она, подобно земле, должна возделываться для принесения плода. Когда человек, обработав землю, оставляет ее незасеянной, то на ней с особой силой всходят прежде выполотые сорняки, с которыми люди так много борются. Поэтому очень важно ограничивать себя в еде, во сне, смирять нашу плоть трудом – то есть обрабатывать ее подобно земле. Очень важно в этот момент давать пищу для души в виде изучения Священного Писания, чтения Святых Отцов, совершения Иисусовой молитвы, посещения церковных богослужений, участия в таинствах. Всё это так необходимо нашему духу. Утончение плоти и смирение её постом даёт духу ту самую свободу, которая по-настоящему возвышает человека и приближает нас к Богу.

Свт. Игнатий Брянчанинов говорит, что если душа не возделывается молитвой, смиренномудрием, чтением Божественных Писаний, тогда пост для неё делается источником многочисленных страстей, уже более опасных, чем страсти плотские. В этом мнении Святые Отцы согласны между собой. Всякая страсть мерзка и противна Богу. Но если плотские страсти, такие как гнев, пьянство, чревоугодие, раздражительность, очевидны для человека и делают его несносным в обществе, часто сам человек ненавидит себя за это и желает изменить свою жизнь, то страсти душевные – более скрытые, они невидимы для окружающих и поражают не только плоть, но, самое главное, наш ум. Ко второй группе страстей нужно отнести все виды осуждения, высокоумие, тщеславие, самомнение, тонкую гордость и прочие пороки души, с которыми нужно усиленно бороться всегда, но особенно, во время Великого Поста. – Как постились христиане в древнее время?

- Скажем пару слов об уставе поста, который был установлен с апостольских времен и особым образом развивался в монашеской жизни. Святые Отцы наилучшим постом признают тот, когда христианский подвижник употребляет пищу однажды в день. Еще раз повторю, что мы не призываем современного христианина поститься по этому правилу. Мы говорим о традиции древней Церкви, о той культуре Духа, которая вырабатывалась веками, особенно в монашеской среде. Когда человек вкушает пищу один раз, то он, с одной стороны, поддерживает собственные телесные силы, что очень важно, а с другой стороны, не впадает в тщеславие и мнение о себе. Ему нечем гордиться, потому что он вкушает пищу, как немощный и грешный человек, и, тем самым, смиряется перед Богом. Устав поста снисходит к тем людям, которые заняты телесными трудами или слабы телом, и по их немощам разрешается вкушение пищи дважды в день. Но когда мы касаемся этих вопросов, нужно помнить главное правило: «Не человек для поста, но пост для человека».



## «Постимся постом приятным...»

Поэтому употребляя пищу, часто или редко, мы должны помнить о том, что важно не пресыщаться ею. Пост должен поддерживать наши силы, которые необходимы для совершения духовных подвигов. Если человек страдает пресыщением, то ему не захочется молиться, читать Священное Писание, терпеть обиды, прощать, молчать, помогать другому человеку, служить ближним. И самое страшное, что неумеренное вкушение пищи отверзает дверь для вхождения в душу самых страшных плотских страстей.

- Многие люди, обратившись к вере и Церкви, слишком ревностно начали свой христианский путь. Некоторые из них возлагают на себя разные подвиги по примеру древних христианских подвижников, часто не согласованные с духовным отцом. О чём важно помнить человеку, который самовольно решил строго поститься? - Скажу несколько слов про неумеренность поста, когда христианин слишком сильно увлекается внешним подвигом. И в наше время есть такие православные, которые слишком строго постятся. Отцы древности и духовники последних времён, такие, как игумен Никон (Воробьев), архимандрит Иоанн (Крестьянкин), схиигумен Иоанн (Алексеев) и многие другие подвижники XX века говорили о том, что современному человеку уже не дана физическая крепость и телесное здоровье чтобы совершать подвиги древних христианских подвижников. Самое опасное состояние то, когда от строгости в посте у человека рождается внутреннее превозношение, оно называется мнением о своих духовных трудах. Такой человек способен осуждать другого, который держит пост не так строго, и этим оскверняет весь свой подвиг.

Неумеренный пост не одобряется Святыми Отцами. Как осуждается невоздержание и пресыщение, также не полезно и крайнее воздержание. Оно ввергает человека в телесное изнеможение, делает его неспособным к духовным подвигам и служению ближним. Мы должны учитывать, что рядом с нами есть наши родственники и прочие люди, которым требуется наша помощь. Для помощи другим нужны силы, особенно если в доме есть старики, больные, малые дети.

Нужно остерегаться двух крайностей: первая — это пресыщение в пище, о которой мы уже говорили; вторая — излишнее воздержание, от которого слабеют силы, необходимые для служения. Мету поста нужно определить с помощью собственного рассуждения, совета духовника и тех обстоятельств, в которых проходит наша жизнь.

- Батюшка, Вы сказали в начале, что для христианского подвижника важно вкушать простую пищу. Об этом много написано у Святых Отцов. Какая это пища?

- При создании человека Господь дал Адаму всевозможные плоды, которые росли в раю. Значит Господь благословил, чтобы человек питался растительной пищей. Эта пища была самой естественной и здоровой, она была назначена человеку его Создателем. Для православного подвижника растительная пища является тоже самой полезной. Она менее всего разгорячает нашу кровь, не возбуждает наши страсти, особенно плотские, и, самое главное, придаёт нашему сердцу и уму особую лёгкость и чистоту. Вот эта лёгкость для ума необходима главным образом при молитвенном подвиге. Каждый из нас замечал, как трудно молиться, когда мы в обед или на ужин вкушаем калорийную, мясную пищу, особенно, если употребляем вино. После сытного обеда уже не до молитвы и размышлений. Быстрее бы дойти до кровати и заснуть крепким сном. Повторим, что православный христианин должен всё время блюсти свой ум и своё сердце. Это те силы, которые особым образом руководят нашей жизнью. Если человек не может вкушать только растительную пищу, то даже в пост ему позволяется по немощи употреблять блюда, которые приготовлены из рыбы. Здесь очень важно идти по пути правильного послабления. Самые крепкие и ревностные подвижники постятся одним сухоядением. Потом идёт разряд людей, которые едят варёную пищу. Далее — христиане, которые постятся с маслом, за ними те, которые не могут выдержать и такой устав — поэтому вкушают рыбу. После таких постников — разряд людей больных, пожилых, кормящих женщин, детей, то есть всех тех, кому требуется пища всякого рода — и молочная, и мясная. Здесь мы не будем касаться этой темы. Это проблема, которая решается с духовным отцом.

Правильно ли поступают те новоначальные христиане, которые вообще отказываются от мясной пищи?

- Скажем несколько слов о вкушении мяса. Все мы живём в миру, поэтому нам необходимо знать, как действует

употребление сытой, калорийной пищи на нашу жизнь. Святитель Игнатий Брянчанинов говорил, что мясная пища крайне утучняет плоть, доставляет ей особенную дебелисть, горячит кровь. В монашеской жизни мяса не вкушают. Такова духовная традиция. Мы никого не принуждаем отказываться от мясной пищи, а просто излагаем христианское учение, опыт Церкви, наставление Святых Отцов по этому вопросу. Святые Отцы никогда не осуждали мирян, которые вкушали мясо, но монахам советовали его не употреблять. Мясная пища — принадлежность людей, которые живут в миру и всегда заняты усиленными телесными трудами. Постоянное употребление мяса для человека всё-таки вредно, поэтому пост нужно рассматривать как благодатное время для оздоровления нашего тела. В пост мы переходим на пищу растительную, поэтому не будем увлекаться никакими диетами, вегетарианскими системами, а будем держаться традиций Православной Церкви! Период мясоядения всегда чередуется со временем воздержания от скоромной пищи. Здесь самый мудрый опыт, и его нужно придерживаться. В наше время люди много работают, тратят силы на дорогу (для нас сейчас актуально говорить об автомобильных пробках, о загрязнении атмосферы, о стрессах). Всем нужны силы. Поэтому когда нет поста, нужно питаться полноценно для поддержания работоспособности. А вот в пост требуется подвиг воздержания. Важно правильно рассудить о своей жизни. Церковь не состоит только из одних пенсионеров, домохозяйек или инвалидов. Многие в каком-то помрачении думают, что монахи — это какие-то бездельники, которые только молятся и спят. Достаточно приехать в любую обитель и убедиться, что она представляет собой цветущий оазис, где виден огромный труд насельников монастыря. Иноки трудятся в разных мастерских, занимаются обработкой земли, иногда содержат бездомных детей, помогают старикам. Каждый монастырь — это огромное хозяйство, где трудятся сотни паломников и рабочих. Монахи — это самые ревностные труженики. Они встают до восхода солнца и после молитвы в Церкви отправляются на послушания. Работы иногда очень тяжёлые, связанные со строительством и реставрацией храмов, обработкой земли, обслуживанием гостей и паломников монастыря. Апостол Павел говорит: «Всё мне позволительно, но не всё полезно» (1 Кор. 6, 12). Уклонение от вкушения мясной пищи происходит не от того, что мы ею гнушаемся или считаем её нечистой, но потому что она производит в нашей христианской жизни состояние дебелисти, то есть неспособности человека к духовным подвигам. Не нужно бояться поста, важно включиться в него, отказавшись от употребления скоромной пищи. Тогда мы почувствуем, что пост производит в нас очень большую духовную пользу.

Растительная пища во время поста является самой лучшей для употребления. Многие подвижники монашества постились постоянно. Вспомним жизнь преподобного Серафима Саровского, который питался одною травой сныть и лишь иногда вкушал какие-то овощи. Он вёл особую жизнь, где был виден постоянный пост, который дал преподобному Серафиму Саровскому возможность достичь духовной высоты, сделав его вместилищем благодати Божией. - Отец Андрей, большое Вам спасибо за важные духовные наставления и очень интересный и исчерпывающий разговор на тему поста. Вы коснулись всех важнейших вопросов, которые часто возникают у людей, которые уже совершают подвиг поста или только готовятся вступить на этот путь. Могли бы Вы подвести главные итоги нашей беседы?

- Заканчивая беседу о посте, мы должны сделать очень важный вывод: пост установлен Церковью как необходимое духовное упражнение. Церковные каноны довольно строго говорят о тех, которые уклоняются от подвига Великого Поста. Для того, чтобы осознать необходимость постных трудов, нужно прислушиваться к Церкви, как к голосу любящей матери. Всё, что Церковь нам благословляет делать, является неким синтезом того тысячелетнего опыта, из которого рождались христианские подвижники и святые.

Пост есть способ грешному, падшему человеку вновь соединиться с Отцом Небесным, вновь, ещё живя на земле, достичь райского блаженного состояния, если не в полноте, то во многих проявлениях. Каждому нужно руководствоваться собственной совестью. Во время поста нужно постараться встретиться со своим духовным наставником и поговорить о правильном проведении Великого Поста. Ещё раз скажем: «Пост для человека, а не человек для поста». Пищей, данной для поддержания тела, не должно разрушать его. Приведём изречение святителя Василия Великого: «Если удержишь чрево, то взойдешь в рай, если же не удержишь, то будешь жертвою смерти». Вот для чего мы постимся: чтобы достичь блаженного райского состояния, чтобы принести Богу жертву умиловления, чтобы в конце поста каждый мог преподнести Богу некий духовный плод, который, главным образом, будет состоять в изменении собственного ума и сердца.





**Добро пожаловать!**



## "РАВНОДУШИЕ"

протоиерей Николай Агафонов

Жила-была одна семья. И жил в этой семье чайник. Пузатый такой, эмалированный. Чайник в семье занимал особое положение, так как все любили пить чай. Чайник понимал свое значение, но не важничал, и не гордился перед другой кухонной посудой. Он был радушным, добрым трудягой. Большая хрустальная салатница, которая любила красоваться на столе исключительно только по большим праздникам, всегда посмеивалась над чайником, называя его трудоголиком.

А чайник действительно был великим тружеником. Папа утром встает на работу и первым делом сразу наливает в чайник воду и ставит на газ. Дети встают в школу и тоже ставят чайник на газ. Мама, перед тем как проводить в садик младшего сынишку, тоже без чайника не обходится. Но вот все ушли: кто на работу, кто в школу, кто в детский сад, и тут чайник без дела не остается. Бабушка приберет за всеми посуду и сидит, чай с бубликами гоняет. Вечером собирается вся семья за чайком — беседуют.

Все бы хорошо, да одно плохо: чайник-то всем нужен, а вот к нему должного внимания в семье нет. Нередко бывает так: поставят его на газ, а вовремя отключить забывают. Так и стоит чайник, кипит от возмущения, а крышка на нем трясется от пара в негодовании. Воды становится все меньше и меньше. Чайник переживает, что вот-вот вода закончится и тогда страшно подумать, что может случиться. Наконец кто-нибудь войдет нечаянно на кухню, или так, вдруг вспомнит о чайнике и отключат. Чайник вздохнет облегченно: «на этот раз вроде пронесло». Но один раз забыли про чайник, и на кухню никто случайно не зашел, и случилась беда. Вся вода выкипела и чайник стал коржиться от огня, но не мог никого позвать на помощь, голоса-то он не имел. Так молча и погубил. Посуда в ужасе наблюдала гибель старого трудяги, но что она могла поделать? Хрустальная салатница, хотя и относилась к чайнику свысока, но тут и она не могла остаться равнодушной. «Я готова грохнуться на пол, и разлететься на тысячи мелких хрустальных осколков, лишь бы спасти этого беднягу!» — кричала она в благородном негодовании. Когда уже гарь проникла в комнату, так что даже папа, дремавший у телевизора с газетой в руках проснулся, все кинулись на кухню, но было поздно. Семья погоревала, погоревала о такой потере, да делать нечего, снесли чайник в мусорный контейнер. А на следующий день папа торжественно принес в дом новый, блестящий, никелированный чайник со свистком. Все были просто в восторге от этого чайника. На него не могли налюбоваться. Когда чайник закипал и начинал весело посвистывать, буквально вся семья бежала чтобы отключить его. Но скоро к новому чайнику привыкли. И теперь, когда чайник призывает свистел, к нему уже не спешили. Бывало папа крикнет детям: «Вы что, не слышите, чайник свистит? Идите кто-нибудь и отключите». «Ладно, — отвечали дети, — сейчас досмотрим мультяк, пусть пока немного посвистит». Бывали дни когда чайнику приходилось свистеть так долго, что он начинал беспокоиться, как бы не осип от горячего пара его голос. Хрустальная ваза недовольно ворчала: «Рассвистелся тут, голова уже от твоего свиста болит. Дедушка наш, труженик великий, тот никого не тревожил. Все трудился, трудился молча, так и сгорел на работе, бедняга». «Потому и свищу, — оправдывался чайник, — что не хочу сгореть». И продолжал отчаянно свистеть, пока кто-нибудь не приходил и не отключал его. Опасения чайника подтвердились, вскоре он действительно лишился своего голоса, свисток вышел из строя. Этого даже никто в семье не заметил, и никелированного красавца постигла ужасная участь его собрата. Он так же молча сгорал, не уронив при этом ни одной слезинки, ибо все, что могло в нем плакать испарилось горячим паром через его надорванное горло. А расстроенная салатница всхлипывала, причитая: «Да, что ж это творится у нас в доме. Так и знайте, если подобное произойдет в третий раз, я просто не выдержу такой трагедии». Третьего раза не случилось, потому что после гибели поющего чайника на кухню прибыл электрический иностранец. Из белого пластика, с горделиво задранными носиком, наподобие птичьего клюва, он очень важничал. И было от чего. Чайник, едва закипев, сразу же мог отключить самого себя, без всякой посторонней помощи.

Хрустальная ваза в восторге шептала своей подруге фарфоровой конфетнице: «Ты посмотри только, дорогая, каков красавец. А какой умный, какой обходительный, сразу видно — заграничное воспитание».



## ПОЧЕМУ ЧИПСЫ ВРЕДНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?

Чипсы вместе с газировкой занимают первое место в списке самых вредных продуктов. Чипсы — это не что иное как смесь углеводов и жира с добавлением соли, красителей и заменителей разных вкусов. Особенно вредны чипсы, сделанные не из цельной картошки, а из картофельной муки.

И хотя картофель сам по себе — полезный продукт, в процессе мощной переработки, которой картошка подвергается при производстве чипсов, она теряет все свои полезные свойства, а взамен приобретает вредные.

Из-за высокого содержания углеводов (крахмала) и жира чипсы очень калорийны. 100 г чипсов содержат 510 килокалорий, а это почти половина дневной нормы для ребенка. Вот почему чипсы способствуют ожирению.

Чипсы очень соленые, а избыток соли мешает нормальному росту костей, нарушает обмен веществ и может вызвать отеки и проблемы с сердцем. Гипертоникам чипсы есть вообще противопоказано: похрустев чипсами, гипертоник может получить скачок артериального давления. Дело в том, что основной компонент соли — натрий — имеет свойство удерживать воду: одну его молекулу окружает сразу 400 молекул воды! А когда сердцу надо перекачать по сосудам большее количество жидкости, чем обычно, давление у человека повышается.

Красители и ароматизаторы, которые придают чипсам вкус ветчинки, сметанки с укропом или креветок, могут вызвать аллергию.

А жиры, содержащиеся в чипсах, крайне опасны для здоровья, так как обладают канцерогенным действием, то есть способностью вызывать рак. Жиры, содержащиеся в чипсах, — это так называемые гидрогенизированные жиры. Таким жиром является, например, маргарин. Ведь чипсы жарят не на полезном растительном масле, а на техническом жире. Такие жиры способствуют увеличению уровня холестерина в крови и повышают опасность возникновения атеросклероза, инфаркта и инсультов даже в юном возрасте, хотя раньше эти болезни считались исключительно возрастными.

Витаминов и минеральных веществ (не говоря уже о полезной клетчатке) в чипсах нет вообще.

И при этом, как выяснили ученые, чипсы могут вызывать привыкание! Вот почему, однажды попробовав тоненькие кусочки жареной картошки, детишки жаждут вновь и вновь похрустеть ими.

Теперь вы понимаете, почему чипсы недавно запретили продавать в школьных буфетах нашей страны? Не поддавайтесь призывам рекламы и не покупайте чипсы — здоровее будете!



# Разговор со священником.

Вопрос:

Надо ли тем, кто приносит младенца к причастию, целовать за него край чаши?



Отвечает Иеромонах Иов (Гумеров):

В традиции нашей Православной Церкви принято после причастия благоговейно целовать нижний край святой чаши. Человек, принявший величайшую святыню, символически лобзает словно прободенное копьем ребро Спасителя. Младенец пока этого не понимает. Поэтому не нужно ни подносить его голову к чаше, ни целовать за него.

Вопрос:

Апостол Павел сказал: «Ибо мудрость мира сего есть безумие пред Богом, как написано: уловляет мудрых в лукавстве их» (1 Кор. 3: 19). Как это понимать?

Отвечает Иеромонах Иов (Гумеров):

Коринфяне, к которым обращено послание, были эллинами. В греческой культуре выше всего ценилась мудрость, но она была лишена благодати Святого Духа и имела своим источником только ограниченный человеческий разум. Такая горделивая мудрость ничтожна в очах Божиих. Святой апостол в рассматриваемом стихе цитирует книгу Иова: «Он [Бог] уловляет мудрецов их же лукавством, и совет хитрых становится тщетным» (Иов 5: 13). По словам псалмопевца, «Господь знает мысли человеческие, что они суетны» (Пс. 93: 11). Именно это имел в виду апостол Павел, говоря, что «мудрость мира сего есть безумие пред Богом». Христиане противопоставляют ей подлинную мудрость, которая не только просвещает ум, но преобразует всего человека: «мудрость, сходящая свыше, во-первых, чиста, потом мирна, скромна, послушлива, полна милосердия и добрых плодов, беспристрастна и нелицемерна» (Иак. 3: 17).

Вопрос:

Как понимать и рассматривать слова: «Отцы, не раздражайте детей ваших, дабы они не унывали» (Кол. 3: 21)?

Отвечает Иеромонах Иов (Гумеров):

Апостол Павел дает советы воспитания. Родители не должны баловать детей. Но строгость должна основываться на любви, а не на злобе, которая часто проявляется во вспышках гнева, когда дети поступают по своему волю. Неразумная строгость, вспыльчивость, оскорбление словами, наказание, превышающее меру проступка, подавляют детей. Они впадают в уныние, которое ведет к отчаянию и апатии. Такое воспитание не только бесплодно. Постепенно между родителями и детьми возникает глубокое отчуждение, которое проявится полной непокорностью, когда ребенок станет подростком. «Мы должны быть максимально осторожными, пытаюсь влиять на духовную жизнь других людей, особенно детей. Насилие может принести непоправимый вред. Лучшее, что мы можем сделать, чтобы развить духовную жизнь других, — это дать им атмосферу любви и чистоты... Есть дома, где постоянно ярко горит лампада, где постоянно говорят слова любви ко Христу, где детей с ранних лет учат тому, что Бог их любит, где они учатся молиться, едва начав лепетать. И спустя долгие годы память об этих священных мгновениях будет жить, освещая темноту лучом света, вдохновляя в период разочарования, открывая секрет победы в трудной битве; и ангел Божий поможет преодолеть жестокие искушения и не впасть в грех» (Александра Феодоровна, святая царица. Сад сердца: Духовный дневник).

Вопрос:

В чем заключается смысл повторения молитвы «Господи, помилуй» 3 раза, 12 и 40 раз?

Отвечает Иеромонах Иов (Гумеров):

«Господи, помилуй!» (греч. «Kyrie eleison») — древнейшая молитва. Чтобы усилить нашу покаянную молитвенную настроенность, мы повторяем ее 3, 12 и 40 раз. Все эти три числа в святой Библии символизируют полноту. Митрополит Вениамин (Федченков) приводит слова праведного Иоанна Кронштадтского, которые были сказаны ему во время беседы: «Почему часто поем: "Господи, помилуй?" Потому что мы — существа падшие, непрестанно согрешающие и прогневающие своего Господа, и потому достойны всякого осуждения и наказания во всякое время. И все блага, которые имеем и которых просим, имеем по милости Божией, а не по делам и заслугам нашим; и просим как милости Божией, а не как должного, или принадлежащего нам по праву. Таким образом эта краткая молитва учит непрестанному самоосуждению, покаянию, смирению, исправлению, упованию на милость Божию, милосердию к ближним, памятованию о праведном суде Божиим и мздовоздаяния по делам каждого из нас» (Небо на земле. 12. Нужные молитвы).

После радостного восклицания «Аллилуиа» (евр. «Хвалите Господа»), которое присутствует во всех хвалебных псалмах, «Господи, помилуй» является кратчайшей молитвой. Одновременно она — самая краткая исповедь, даже более краткая, чем покаяние мытаря, сказавшего из глубины сокрушенного сердца пять слов. Многократное повторение «Господи, помилуй» также напоминает нам о том, что грехопадения наши по нашей духовной немощи постоянны, но мы не коснем в грехе, а постоянно взываем о помиловании. По словам праведного Иоанна Кронштадтского, эта молитва «бьет в нашу гордость и вызывает в размышляющих чувство смирения, которое есть основание христианских добродетелей. Эта краткая молитва есть самая нужная для всякого грешника, как пища и питье его, как врачество его. Она дыхание души его... Кто часто и от сердца говорит: "Господи, помилуй!" — тот, значит, жив и здрав духом. А кто не говорит или стыдится говорить эту краткую молитву, тот мертв или смертельно болен».

Молитва «Господи, помилуй!» — духовное наследие богооткровенной ветхозаветной религии. Звучала она не реже, чем за нашим богослужением. Особенно часто она встречается в псалмах: 4: 2; 6: 3; 9: 14; 26: 7; 30: 10; 40: 5, 11; 85: 3; 122: 3. В нашем богослужении 40 раз (число полноты) «Господи, помилуй» чаще всего поется или произносится перед молитвой при совершении литии, полунощницы, на 3-м, 6-м и 9-м часах.

Хорошо, когда «Господи, помилуй!» хор поет или кто-то произносит с духовной силой, бодро, но не поспешно. Недопустимо, чтобы многократное повторение этой молитвы было формальным, небрежным.

«Милость Божия не другое что есть, как благодать Святого Духа, которую должны испрашивать у Бога мы, грешные, непрестанно вопия к Нему: "Помилуймя!" Яви милость Свою, Господи мой, ко мне, грешному, в жалком состоянии, в каком я нахожусь, и прими меня опять во благодать Твою. Дай мне дух силы, чтобы он укрепил меня в противостоянии искушениям диавола и худым навыкам моим греховным. Дай мне дух совета, чтобы я уцеломудрился, пришел в чувство и исправился. Дай мне дух страха, чтобы я боялся Тебя оскорблять, и исполнял заповеди Твои. Дай мне дух любви, чтобы я любил Тебя и не удалялся более от близ Тебя. Дай мне дух мира, да соблюду мирной душу мою, соберу все помышления мои и пребуду безмолвен и не мучим мыслями. Дай мне дух чистоты, да хранит он меня чистым от всякого осквернения. Дай мне дух кротости, да буду тихонравен в обращении с братьями моими христианами и воздержан от гнева. Дай мне дух смирения, да не помышляю о себе высокая и да не буду горд» (Добротолубие. Т. 5. Истолкование молитвы «Господи, помилуй»).

Издание: Храм Святителя Николая п. Горшечное Щигровская и Мантуровская Епархия Курской Митрополии МП Горшеченское благочиние