

3

ПРИХОДСКИЕ НОВОСТИ

12

ВСТРЕЧА С ЦЕРКОВНЫМ ПРЕДАНИЕМ

Святые о терпении

13

АКТУАЛЬНО

Главная добродетель Великого поста

15

АКТУАЛЬНО

Андрей Ткачев. Терпение

17

ПРОПОВЕДЬ

Патриарх Кирилл. О добродетели терпения

18

АКТУАЛЬНО

О терпении скорбей

19

ЛИЧНАЯ ВСТРЕЧА

Сорок молодых и сильных парней сутки простояли в ледяной воде

20

ИСТОРИЯ ПРАЗДНИКА

Изначальный смысл Прошеного воскресенья, о котором многие забывают

21

СВЯТЫНИ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

Путешествие в Шилу

22

ПРАВОСЛАВНОЕ ВОСПИТАНИЕ

Как научить ребенка прощать

25

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЧКА

26

ВОПРОС-ОТВЕТ

28

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

29

КУЛИНАРНАЯ СТРАНИЧКА

30

РАСПИСАНИЕ

31

АНОНС

В Красноярске состоялся первый сбор трех отрядов юных разведчиков

26 января произошло историческое событие – первая встреча трех отрядов юных разведчиков дружины ОРЮР «Красноярск» в составе 55 отряда им. Андрея Дубенского, 30 отряда им. Архиепископа Михаила и 38 отряда «Покров» им. св. Василия Мангазейского г. Сосновоборск. На встрече было торжественное построение, знакомство ребят, игры. С приветственной речью выступили начальник дружины дьякон Сергий Смоляков, настоятель храма Архангела Михаила и чуда его в Хонех протоиерей Александр Садовьюк, духовник дружины протоиерей Павел Богинский.



Также на встрече присутствовал первый основатель 55 отряда Виктор Альбертович Погудин. Виктор Альбертович передал нашей дружине весь архив и печатные материалы, рассказал, как зарождалось разведчество на Красноярской земле и, конечно же пожелал удачи ребятам и руководителям.



В СКЦ «Введенский» состоялся педагогический совет

2 февраля в социально-культурном центре «Введенский» состоялся педагогический совет.

Обсудили варианты сотрудничества с учреждениями города, а также составили план работы на полугодие. В рамках взаимодействия было принято решение продолжить тесное сотрудничество с Детской школой искусств г. Сосновоборска, а также возобновить совместную работу с ветеранскими организациями города. Также обсудили ближайшие мероприятия, посвященные годовщине клуба «Встреча» и празднованию 23 февраля.



В Сосновоборске прошла встреча с историком, биографом святого Луки Войно-Ясенецкого Семёном Кожевниковым



8 февраля в Гимназии Сосновоборска прошла встреча Семёна Кожевникова, историка, биографа святого Луки Войно-Ясенецкого с учащимися старших классов.

Семён долгое время изучал жизнь великого врача, который в годы Великой Отечественной войны находился в Сибири. В своей книге «Красноярский период (1941-1944) жизни и деятельности святителя Луки» Кожевников рассказал уникальные подробности биографии профессора и развенчал некоторые факты, указанные авторами других книг.

О подвигах святого Луки узнали и учащиеся Гимназии. Оказывается, Валентин Феликович Войно-Ясенецкий в 1937 году был отправлен в ссылку в Сибирь в поселок Большая Мурта. Там он работал в районной больнице хирургом и, по сути, был единственным специалистом. Профессор проводил уникальные операции с минимальным набором инструментов, практически без ассистентов, в полевых условиях. При этом продолжал трудиться над научной работой «Очерки гнойной хирургии».

Когда началась Великая Отечественная война, врач отправил телеграмму Калинину:

«Я, епископ Лука, профессор Войно-Ясенецкий, отбываю ссылку в посёлке Большая Мурта Красноярского края.

именем врача. Святитель провёл в этом здании сотни операций раненых, эвакуированных с полей сражений.

Семён Кожевников, историк, биограф св. Луки Войно-Ясенецкого:

«Войно-Ясенецкий оставлял конечности раненым и больным целиком. Он удалял какую-то часть, чтобы человек мог ходить на своей же бывшей больной ноге, чтобы мог работать руками, которые при таких болезнях другой хирург бы удалил. Он говорил, что при обходе палат чувствовал излучение света любви от раненых и больных, им излеченных. Он их называл страдальцами за Родину».

На одном дыхании прошла встреча писателя с учащимися. Такое количество фактов о жизни профессора, в честь которого был построен Красноярский государственный медицинский университет, можно было прочесть только в книге Семёна Кожевникова. В конце мероприятия ребята сфотографировались с писателем в память о приятном и интересном знакомстве. Директор образовательной организации Ольга Тоцкая вручила Семёну Кожевникову благодарственное письмо за проведенное мероприятие и выразила глубокую признательность за участие в воспитании подрастающего поколения.

Являясь специалистом по гнойной хирургии, могу оказать помощь воинам в условиях фронта или тыла, там, где будет мне доверено. Прошу ссылку мою прервать и направить в госпиталь. По окончании войны готов вернуться в ссылку».

Валентин Феликович был назначен ведущим хирургом самого большого эвакогоспитала, который находился в Красноярске в здании школы №10 на улице Ленина. Сегодня здесь находится музей, в котором собраны фотографии, документы, предметы, связанные с



Уроки пожарной безопасности в воскресной школе



8 февраля в воскресной школе нашего прихода прошли занятия по пожарной безопасности, на которых отметили День рождения маленького помощника пожарных – огнетушителя.

Знают взрослые и дети, что огонь издавна был другом человека. Но если с огнем обращаться неосторожно, то огонь может стать врагом.

Старшим воспитанникам показали учебный фильм о том, как себя вести, если пожар возник в квартире, подъезде, в школе, на улице. Затем с ними поиграли в игру: «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?», ребята отвечали на вопросы очень активно. Поэтому в конце занятия все получили медаль: «Я знаю правила

пожарной безопасности» и памятки. А еще педагоги рассказали о профессии пожарного. Пожарные – люди, побеждающие огонь, спасают людей, попавших в беду. Они бесстрашны, сильны, самоотверженны. Аня Филатова поделилась рассказом о своем папе, который очень гордится – он пожарный.

Ну и какой же День рождения без сладостей – все с удовольствием попили чай.

Благодарим всех, кто помогал в организации мероприятия: родителей, выпускников воскресной школы и воспитанников за активное участие.

Настоятель Введенского храма получил благодарственное письмо

Настоятель Введенского храма г. Сосновоборска иерей Николай Чихчин получил благодарность от содружества «Анонимные Алкоголики».

Содружество АА действует в г. Сосновоборске с 2021 года. Ранее группа собиралась в помещении православного клуба «Встреча» по адресу 9-й Пятилетки, 5. В связи с ковидными ограничениями занятия группы АА были временно приостановлены и возобновились уже в новом здании СКЦ «Введенский» в помещении библиотеки.

Собрания группы АА проходят по субботам в 17:00. Приглашаются все желающие. Вход свободный.





Архиерейская служба в праздник Сретения Господня

Русская православная церковь 15 февраля отмечает великий двунадесятый праздник – Сретение Господне. Верующие часто говорят: в этот день произошла встреча Ветхого и Нового Заветов. В переводе со старославянского слово «сретение» означает «встреча». Праздник был установлен в память о встрече, которая подробно описана в Евангелии от Луки. Произошла она на 40-й день после рождения Христа: Дева Мария и праведный Иосиф Обручник принесли младенца в Иерусалимский храм, чтобы совершить благодарственную жертву Богу.



В этот день митрополит Красноярский и Ачинский Пантелеимон совершил Божественную литургию в Введенском храме города Сосновоборска. За Литургией пел хор Введенского храма (регент – Светлана Галицкая). По окончании богослужения правящий архиерей обратился к собравшимся архипастырским словом.

— Дорогие братья и сестры!

Праздник Сретения Господня, как мы слышали из послания Святейшего Патриарха Кирилла – это один из древнейших и главнейших праздников Святой Церкви. Этот праздник – встреча рода человеческого со Своим Спасителем. Человечество из древних времён ожидало явления в мир Божественного Пришествия, потому что этот мир погибал в грехах и не имел возможности обновления, очищения. Этот был мир, который был охвачен ложью диавола и грехом, мир, который искал Бога. И только тогда Господь открылся, когда пришло время и когда род человеческий был на грани в пути этого поиска, когда приходило отчаяние.

Когда Пречистая Дева Мария со старцем Иосифом вознесли младенца

Иисуса Христа в храм, им встретился великий праведник Божий, Симеон, которому было открыто о том, как начнётся Спасение мира. Поэтому ожидая и своего отшествия ко Господу, он прославил Его гимном: «Ныне отпускающи раба Твоего, Владыко» (Лк.2:29). Ныне отпускает Господь те грехи, которые связывают род человеческий и ведут к погибели, а не к Спасению. Спасение даруется Иисусом Христом через наше покаяние, через нашу любовь к Богу, к Церкви, через наши молитвы и, конечно же, через наши добрые дела, которые заповедал нам творить Господь Иисус Христос. Но в этот же день прозвучало и великое пророчество Пречистой Девы Марии, матери Божией – Ей открыл старец Симеон о том, что

Ей Самой пройдёт оружие душу: как Мать, Она будет терзаться у Голгофы, как Мать, Она будет погребать Господа и, как Пречистая Дева, Она будет видеть Его Воскресение и Сама войдёт в жизнь вечную, чтобы быть Помощницей каждому верующему.

Поэтому этот день Сретения Господня является днём наших надежд на Спасение в жизнь вечную и Царство Божие. В этот день мы празднуем и День православной молодёжи, и всей молодёжи, ибо с молодостью приходит укрепление жизни и процветание её. Да благословит Господь наших детей! Да благословит Господь всех нас и да дарует нам чистосердечное покаяние и радость Спасения и жизни вечной.

Аминь!



Фотограф Роза Можайская и Пресс-служба Красноярской епархии

В СКЦ «Введенский» состоялась пятая интеллектуальная игра «Что? Где? Когда?»

В социально-культурном центре Введенский 16 февраля прошли пятые зимние игры православного клуба «Встреча» – «Что? Где? Когда?». В этом году в интеллектуальном состязании приняли участие две команды, каждая из которых состояла из шести человек. В зале собралось множество зрителей, поддерживающих участников.

Все прошло так же, как в настоящей телевизионной версии популярной игры: был волчок, распорядитель зала, конверты с вопросами от «тезерителей» из различных уголков России, а также музыкальные паузы и загадочный черный ящик. Вопросы охватывали широкий спектр тем. Знатоки демонстрировали знания Священного Писания, общий кругозор и навыки логического мышления.

Обе игры проходили довольно напряженно. Счёт постоянно менялся то в пользу телезрителей, то в пользу знатоков. Однако эрудиция участников игры позволила одержать победу обеим командам. Золотую сову пришлось разыгрывать между капитанами: Александром Филатовым и Инной Баталовой. На первый вопрос дали неправильный



ответ оба капитана. А на второй вопрос: «Назовите профессию человека, который использует молоток, которым не строит, кисть, которой не пишет, и иглу, которой не шьёт», более точно ответила Инна Баталова. Её правильный ответ: «врач-невропатолог» – привёл команду к абсолютной победе.



Инна Баталова, капитан первой команды:

«Исполнилась моя мечта детства! Мы с семьей часто смотрели передачу «Что? Где? Когда?» по телевизору, обсуждали вопросы, пытались угадать ответы. А теперь я сама оказалась в роли знатока!

Когда я увидела волчок, услышала голос ведущего и уви-дела первый конверт с вопросом, сердце забилось быстрее. Было немного страшно, но одновременно невероятно уве-дательно. Вопросы оказались разнообразными и сложными. Они требовали концентрации и умения быстро анализиро-вать информацию.

Конечно, я волновалась, ведь на кону стояла победа нашей команды. Но атмосфера в зале была настолько дружелюбная и поддерживающая, что страх постепенно ушел. Я рада нашей победе! С удовольствием приду на сле-дующую игру».



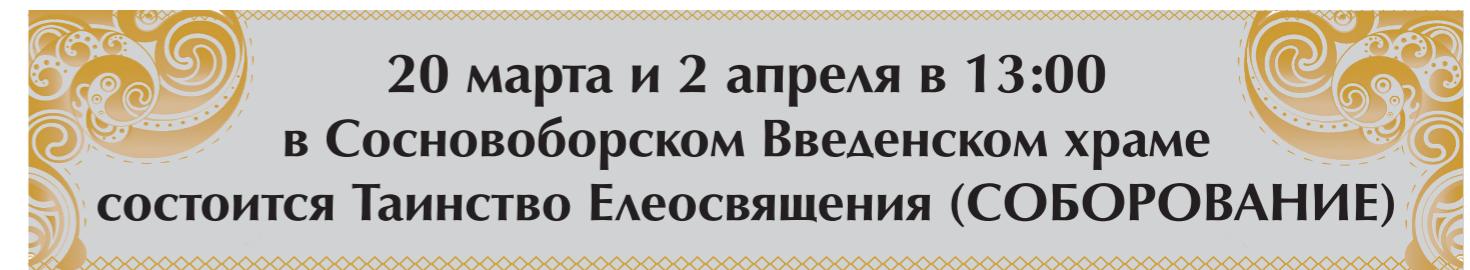
Защищал интересы знатоков Сергей Усов. Лучшими игроками зимней игры были выбраны отец Андрей Ермоляев, представитель команды Инны Баталовой, и Татьяна Торопова из команды Александра Филатова. Вопросы из зала (секто-ра 13) задали отец Николай Чихчин, настоятель Введенско-го храма, и Андрей Першин, пономарь и староста прихода. Между играми для всех присутствующих были организова-ны небольшие перерывы, во время которых зрители смогли услышать творческий номер юных гитаристов, попить кофе и чай, пообщаться друг с другом, поделиться впечатлениями и обсудить ответы на вопросы. Атмосфера была теплой и дружеской, несмотря на соревновательный дух мероприятия.

Игры завершились торжественным награждением побе-

дителей. Все участники получили памятные подарки в виде сов-копилок. Команда-победитель получила переходящий кубок в виде золотой совы и сладкий приз от прихожанки Введенского храма Клавдии Алексеевны. Участники меро-приятия выразили надежду, что подобные встречи станут доброй традицией и будут проходить ежегодно, привлекая все больше любителей интеллектуальной игры.

Главным организатором, идеинм вдохновителем, осно-вателем традиции проведения игр является Александр Руси-нов, человек за кулисами, благодаря которому уже в пятый раз на приходе происходит такое яркое событие.

Фотограф Роза Можайская





Праздник, посвященный Дню Защитника Отечества



22 февраля в социально-культурном центре «Введенский» прошел праздник, посвященный Дню Защитника Отечества. Подготовили мероприятие педагоги и воспитанники Воскресной школы. В конференц-зале центра собрались папы и дедушки, для которых в этот день выступали юные артисты.

Торжество началось с показа небольшого патриотического ролика, рассказывающего о подвигах героев прошлого и настоящего. Зрители прониклись уважением и гордостью за тех, кто защищал и защищает нашу страну. Вспомнили недавно погибшего на СВО доброго друга и прихожанина Введенского храма воина Романа Фоминых. «Нет больше той любви, аще кто положит душу за други своя» (Ин.15,13)

После просмотра фильма учащиеся Воскресной школы выступили с небольшими концертными номерами, демонстрируя свои таланты и способности.

Вторая часть праздника была спортивно-развлекательной: весёлые игры и эстафеты, подготовленные организаторами праздника, вызвали бурю позитивных эмоций. Ребята и взрослые активно участвовали в конкурсах, проявляя командный дух и дружеское соперничество. Особенно запомнилась участникам мероприятия эстафета «Меткие стрелки», где важно было показать свою ловкость и меткость. Эти же качества необходимо было проявить в игре «Попади в цель», где игроки пытались попасть мячами в небольшие емкости.

Закончилось мероприятие уютным чаепитием с вкуснейшими тортами, приготовленными специально для этого случая. Все гости получили заряд положительных эмоций и остались довольны проведённым временем в кругу друзей и родных.

Этот праздник стал отличным примером того, как важно сохранять традиции и передавать их подрастающему поколению, объединяя семьи и укрепляя связи между поколениями.



Фотограф Роза Можайская



Российские бойцы поблагодарили волонтеров Сосновоборска за активную помощь

Будни волонтеров Введенского храма наполнены разными делами. Жизнь в группах социальных сетей кипит:

- Кому капусту привезти на сушку?
- Кто развозёт фрукты?
- Где взять ключи от трапезной?

Ежедневно решаются десятки самых разных вопросов. Всё большее количество людей присоединяется к добровольческому движению. Но самые приятные моменты в жизни волонтеров – это получать весточки из зоны спецоперации. Бойцы благодарят Сосновоборск за помощь и наполняют наше сердце надеждой: "Победа будет за нами!"

ВОЛОНТЕРЫ ВВЕДЕНСКОГО ХРАМА ПРИГЛАШАЮТ ВСЕХ СОСНОВОБОРЦЕВ, ЖЕЛАЮЩИХ ПОМОГАТЬ РОССИЙСКИМ БОЙЦАМ, ПРИСОЕДИНЯТЬСЯ К ОБЩЕМУ ДЕЛУ ПОБЕДЫ:

c СУПЫ НА ФРОНТ ✉ 1197 сообщений

ш ШВЕИ НА СВО ✉ 136 сообщений

МАСКСЕТИ. Сосновоборск ✉ 2928 сообщений

c СУПЫ НА ФРОНТ ✉ 1197 сообщений

ш ШВЕИ НА СВО ✉ 136 сообщений

МАСКСЕТИ. Сосновоборск ✉ 2928 сообщений

c СУПЫ НА ФРОНТ ✉ 1197 сообщений

ш ШВЕИ НА СВО ✉ 136 сообщений

МАСКСЕТИ. Сосновоборск ✉ 2928 сообщений

c СУПЫ НА ФРОНТ ✉ 1197 сообщений

ш ШВЕИ НА СВО ✉ 136 сообщений

МАСКСЕТИ. Сосновоборск ✉ 2928 сообщений

c СУПЫ НА ФРОНТ ✉ 1197 сообщений

ш ШВЕИ НА СВО ✉ 136 сообщений

МАСКСЕТИ. Сосновоборск ✉ 2928 сообщений

c СУПЫ НА ФРОНТ ✉ 1197 сообщений

■ ПЛЕСТИ СЕТИ: «Мечта» вт, чт с 14:00;
«Дом пионеров» ул.9-й Пятилетки, 5, пн-пт 17:00-20:00.

■ ШИТЬ ОДЕЖДУ: Новоселов, 4, будние дни,
тел.: 8-950-996-73-67.

■ ШИТЬ ОДЕЯЛА: Школа №5, тел.: 8-913-509-47-98.

■ ИЗГОТАВЛИВАТЬ ПЕРЕВЯЗКИ, ДУШИ:
«Дом пионеров» ул.9-й Пятилетки, 5, пн-пт 17:00-20:00

■ ФАСОВАТЬ СУХИЕ СУПЫ И КАШИ:
ул. Солнечная, 13-51, вт, ср, чт с 17:00.

**НАМ ОЧЕНЬ НУЖНА И ФИНАНСОВАЯ ПОДДЕРЖКА.
СБОР ПОЖЕРТВОВАНИЙ:**

- НА КАРТУ ВОЛОНТЕРЯ – 4276310026277196
(Арина Николаевна Ф.)
- В СВЕЧНОЙ ЛАВКЕ НАШЕГО ХРАМА.

Говорим огромное спасибо деткам, родителям и всему педагогическому коллективу детского сада 7 за фрукты для СВО. Все пересушим и приготовим витаминный цитрусовый напиток.

11

Святые о терпении

«Терпение – это корень всех благ, мать благочестия, отприск веселия, плод неувядающий, башня непреоборимая, гавань, не тревожимая бурями».

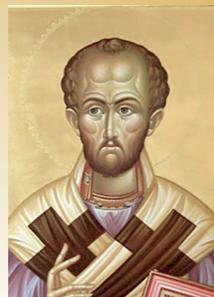
«Ты хочешь получить блаженство там? Потери здесь ради Христа; ничто не может сравняться с этим блаженством».

«Жизнь праведных светоносна, но как она делается светоносной, если не через терпение? Приобрести и возлюби его, ибо это мать мужества».

«Христос повелел не только благодушно и с кротостью перенести обиду, надо идти дальше в мудрости: быть готовым терпеть больше, чем хочется обидчику, силой терпения победить его дерзкую наглость, чтобы он удивился твоей необычайной кротости и с тем отошел прочь».

«Удостоиться претерпеть что-либо ради Христа – величайшая благодать, совершенный венец и награда, не меньше будущего воздаяния. Это знают те, которые умеют искренне и пламенно любить Христа».

СВТ. ИОАНН ЗЛАТОУСТ



«Если христианин забудет о благодати и подумает, что сам своею силою вынес бремя испытания и терпения, а не силою благодати Божией, то теряет благодать и остается обнаженным от нее, и дьявол, находя его обнаженным от Божественной благодати, помыкает им, куда хочет и как хочет».

«Верующий без ропота переносит всякое искушение, будучи уверен, что за такое терпение получит венец нетленный».

ПРП. СИМЕОН НОВЫЙ БОГОСЛОВ



«В ком нет терпения, тот подвергается многим потерям и не в состоянии стать добродетельным. Ибо терпением идем на предлежащий нам подвиг, говорит Апостол (Евр. 12:1). В ком нет терпения, тот чужд всякого упования. Поэтому всякого умоляю приобрести терпение, чтобы спастись».

ПРП. ЕФРЕМ СИРИН



«От одного отвержения имений и вещей ничего не приобретешь, если не претерпишь до конца искушения и скорби ради Бога».

«С креста своего славословье Господа, отвергая всякий помысл жалобы и ропота как преступление и богохульство».

«Терпение скорбей с благодарением Богу, с признанием себя достойным скорби, с признанием попущенной скорби именно тем спасительным врачевством, в котором нуждаемся для исцеления, есть знамение истинного покаяния».

«Опытный землемеделец не предается унынию и малодушию, когда увидит, что поле его покрывается сорняками, – с терпением и трудом он выдергивает их».

«Благодушное терпение скорбей есть деятельное, живое сознание своей греховности! Благодушное терпение скорбей есть деятельное, живое познание и исповедание Искупителя! Благодушное терпение скорбей есть последование Господу нашему Иисусу Христу».

СВТ. ИГНАТИЙ БРЯНЧАНИНОВ



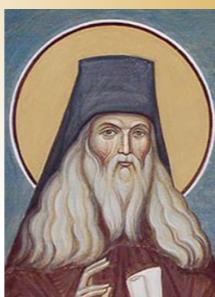
«Терпеть или не терпеть и роптать в страдании, но не миновать того, что нам определил суд Божий, а нeterпением уничтожается награда. Терпением облегчается страдание. Посмотри на тех, кто находится в долговременной болезни: они так притерпелись к этой болезни, что как бы не чувствуют ее; напротив, нeterпением умножается болезнь».

СВТ. ТИХОН ЗАДОНСКИЙ



«Мы хотя с тобой и из немощнейших, но должны мало-помалу обучать себя с помощью Божией во всех приключениях к терпению, поскольку Самим Господом во святом Евангелии заповедано: «Терпением вашим спасайте души ваши» (Лк. 21:19), и «претерпевший до конца спасется» (Мф. 10:22)».

ПРП. ЛЕВ ОПТИНСКИЙ (НАГОЛКИН)



Великим постом мы читаем всем известную молитву преподобного Ефрема Сирина, в которой

просим, помимо прочего, «духа терпения». Что обычно испрашивает у Бога человек?

То, чего не хватает. Дефицит терпения преследует нас вообще всегда, но в великостное время он обостряется. Постящему немало приходится потерпеть. Он терпит голод и некоторую

физическую слабость, терпит разные запахи, проходя мимо ларьков с курицей гриль;

терпит коллегу на работе, жующего бутерброд с колбасой. Терпит других постящихся, которые

от голода могут стать злые, как осы. Терпит самого себя, когда живущие в нем страсти начнут

ПОДНИМАТЬ СВОИ ГОЛОВЫ.

Действительно, терпение – едва ли не самая ценная великостная добродетель. Поэтому сегодня Церковь и предлагает апостольское чтение о терпении. Апостол Павел призывает нас подражать долготерпению Авраама, ждавшего исполнения Божьих обетований десяти лет: «Бог, давая обетование Аврааму, как не мог никем высшим клясться, клялся Самим Собою, говоря: истинно благословляя благословлю тебя и размножая размножу тебя. И так Авраам, долготерпев, получил обещанное» (Евр. 6:13-15).

Интересно, что Павел приводит лишь часть обетования Божьего Аврааму. Полноту оно звучит так: «Благословляя благословлю тебя и умножая размножу семя твое, как звезды небесные и как песок на берегу моря; и овладеет семя твое городами врагов своих; и благословятся в семени твоем все народы земли» (Быт. 22:17-18). Итак, обетование имеет три уровня. Первый – размножение потомства до числа, подобного числу песка морского. Дождался ли Авраам исполнения этого обетования? Нет. Авраам только увидел рождение единственного сына от Сарры – Исаака. Умножения семени своего, как звезды небесные и как песок на берегу моря, он созергал уже с неба. Вот терпение, которое простирается даже до небес!

Второй уровень – «и овладеет семя твое городами врагов своих». Это про-

рочество о завоевании евреями Палестины. Опять же, исполнение этого обетования Авраам увидел уже из мира иного. А вот третий пункт пророчества: «и благословятся в семени твоем все народы земли» – до конца не исполнился и сейчас. Здесь имеется в виду закашивание евангельским учением всей земли. Христос пророчествовал, что до конца мира «во всех народах прежде должно быть проповедано Евангелие» (Мк. 13:10). От каждого народа должен быть принесен некий начаток веры, какие-то христианские души. Этот процесс давно начался, но не закончился. И сегодня еще есть народы, в которых не проповедано Евангелие. Удивительно, но Авраам даже и теперь ждет исполнения данного обетования. Долготерпение Авраама воистину беспредельно – он ждал при земной жизни, после земной жизни, продолжает ждать сейчас и будет ждать даже до конца мира. Вот какое терпение ставится нам в пример!

Но оставим Авраама и поговорим о нас. Почему мы просим терпения, братья и сестры? Может быть, нужно просто его проявить? Мы просим о нем, так как это дар Божий. Причем в молитве Ефрема Сирина мы просим именно «духа терпения», потому что терпение и есть плод Духа Святого. Вспомним Послание к галатам: «Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение...» (Гал. 5:22). Христианское терпение не

от человека, но от Бога, и его нужно просить. Порой Творец дает человеку такое терпение, какому удивляются Ангелы. Не только в житиях святых встречаются подобные примеры – и сегодня в жизни Церкви можно найти образцы великого терпения и веры.

Один знакомый священник некоторое время ездил причащать пожилых супругов, больных раком. Муж еще мог вставать, жена уже была прикована к постели. Она испытывала страшные боли. Священник, молодой и здоровый, однажды робко посоветовал читать ей «Богородице, Дево» по двенадцать молитв несколько раз в день. «Вам будет легче», – пообещал он. Больная посмотрела на него, устало улыбнулась и ответила: «На третьей тысяче мне обычно становится легче...» И священник тот понял на всю жизнь, что христианское терпение – это лестница в небо.

В Послании апостола Иакова есть место, из которого видно, что терпение настолько мощное средство духовного совершенства, что Бог буквально требует его от человека и для этого попускает те или иные искушения. «С великою радостью принимайте, братья мои, когда впадаете в различные искушения, – пишет Иаков, – зная, что испытание вашей веры производит терпение; терпение же должно иметь совершенное действие, чтобы вы были совершены во всей полноте, без всякого недостат-

Сергей Комаров

Главная добродетель Великого поста



ка» (Иак. 1:2-4). Как мы видим, разного рода трудности житейской и духовной жизни нужны нам – они как точильный камень, оттачивающий наше терпение. Острым лезвием терпения мы можем сражаться со всеми нашими духовными врагами, особенно приступающими к нам Великим постом. Это и уныние, и самосожаление, и малодушие, и прочие другие страсти, немоющие и грехи. Все они побеждаются молитвой и терпением.

Поэтому-то и говорит нам Спаситель: «Терпением вашим спасайте души ваши» (Лк. 21:19), «претерпевший же до конца спасется» (Мф. 10:22). Но какое здесь терпение имеется в виду, вот вопрос. Пассивное терпение тех проблем, которые ты сам и нажил? Например, я регулярно пью спиртное большими дозами, у меня развелся цирроз печени, и я это мужественно терплю? Нет, не о таком терпении говорит Христос. Имеется в виду терпение в христианских трудах, активное терпение; стойкость внесении жизненного креста, в гонениях, в борьбе со грехом, при нападках диавола. Только такое терпение спасительно. И только такое терпение, донесенное до конца, увенчивается.

Наше терпение дает Богу возможность действовать в нас. И наоборот, наше нетерпение мешает Богу нас спасать. Был такой случай в практике известного духовника, схиигуме-

на Саввы (Остапенко). К нему ходила женщина, терпящая издевательства от пьющего мужа и непутевых детей. Она плакала и просила отпустить ее в монастырь. Схиигумен Савва выслушивал ее, утешал и всегда говорил одни и те же слова: а ты потерпи. Придет она вновь, рыдает, жалуется, а он снова: а ты потерпи. Терпела она более года. И действительно, вдруг муж образумился, бросил пить, начал ходить в храм, каяться. Дети тоже пришли в себя, извинились перед матерью. Постепенно семья обновилась, укрепилась. Так, терпя и молясь, женщина дала Богу простор действовать в ее жизни – и Он подействовал.

Терпение делает христианина воину непоколебимым. Иногда ведь стоит задача не то что расти в вере и дерзать, а просто в том, чтобы удержать лодку веры на плаву. Терпение тут незаменимо. «Терпение и пождание, терпение и пождание» – это были любимые слова оптинского подвижника схиигумена Гавриила (Виноградова).

Святитель Димитрий Ростовский, рассуждая об этой добродетели, вспоминает евангельскую притчу о сеяtele. Как мы помним, некоторое семя падает на добрую землю, некоторое на худую. Насчет доброй земли Евангелие говорит: «Упавшее на добрую землю, это те, которые, услышав слово, хранят его в добром и чистом сердце и приносят плод в терпении. Сказав это, Он

возгласил: кто имеет уши слышать, да слышит!» (Лк. 8:15). Святой Димитрий пишет: «Послушаем эти слова: кто имеет уши слышать, да слышит!» Терпение и есть та добрая земля, та плодовитая нива, на которой упавшее семя Божие прорастает и приносит обильный плод добрых дел».

Святитель также дает замечательное определение терпения: «Это не что иное, как сама вера, подвзывающаяся против самолюбия плоти и покоряющая ее в послушание воле Божией».

Прославим сегодня добродетель терпения и попросим ее у Бога. Попросим ее не только для себя, но и для всех постящихся христиан. Попросим ее для тех, кто живет или работает рядом с нами, чтобы они, бедные, вытерпели наш пост. Может оказаться, что наше пощление не так трудно для нас, как для окружающих. За неделю нашего поста могут попасть в больницу с нервным срывом десятки родных и близких. Поэтому попросим терпения и для них. Как однажды сказали друг другу два подвижника в пустыне: давай я буду терпеть, когда ты будешь оскорблять меня, а ты будешь терпеть, если я оскорблю тебя. Так они и жили. Так и нам остается жить, братья и сестры, ибо у нас очень мало любви друг к другу. Давайте же начнем хотя бы с терпения.

Источник: Портал «Православная жизнь» <https://pravoslavie.ru/111555.html>

Андрей Ткачев

ТЕРПЕНИЕ

Почему терпение – добродетель? Какие важнейшие примеры терпения дает нам Священное

Писание? Что мешает современному человеку быть терпеливым?

Приветствую вас, дорогие друзья! Сегодня мы поговорим о терпении. И прежде всего обратимся к Писанию. «Всё, что говоришь, – советовал преподобный Антоний Великий слушающим его, – говори, основываясь на Божественных книгах». В Послании к евреям апостола Павла читаем: «Терпение нужно вам, чтобы, исполнив волю Божию, получить обещанное» (Евр. 10: 36).

Итак, чтобы повеленное сделать и получить обещанное, нужно терпеть.

Терпение – это добродетель, которая сопутствует человеку во все периоды его жизни, без которой он ничего достичь не сможет. Вспомните себя, когда вы, высунув язык, шмыгая носом, выводили первые крючки и палочки в тетрадях в косую линейку. Нужно много терпения ребенку, чтобы научиться читать, «букивы ровные писать тонким перышком в тетрадь». Если вы овладевали искусством вождения автомобиля, вспомните, как вы потели и мучились, терпели неудачи, терпели и ругались инструктора, сидящего рядом, когда вы выводили впервые ту или иную колымагу, – терпели до тех пор, пока не сели за руль своей машины.

Терпению можно поучиться у всякого мирского человека, который достиг чего-то в своей жизни. Например, терпению можно поучиться у матери. Это же не шутка – зачат во чреве, потом девять месяцев носить ребенка. С трудом спать, переворачиваться, чувствовать груз в животе, тошнить, объедаться, мучиться и т.д., потом родить, не спать, кормить... Материнство – это сплошное терпение.

С терпением связана работа любого спортсмена. Спорт давно перестал быть увлечением ради здоровья и красоты. Спорт сегодня коммерция, и спортсмены работают, прыгая с шестом, кокая мячик, ныряя в бассейн, выходя на ринг или татами. Иногда миллионы зарабатывают, иногда оставляют на ринге зубы, глаза, здоровье, печень... Это жестокая вещь, но спорт без терпения невозможен. Человек терпит,

преодолевает физическую боль, усталость, нежелание заниматься этим – но терпит.

Берите в пример любую маму рожавшую – чем больше рожала, тем больше терпела. Берите в пример любого спортсмена, ученого, человека скрупулезного в делах своих и достигающего успеха. Например, художника. Есть художники, много не работающие над своими полотнами. Айвазовский, например, никогда не писал работы больше двух недель. Самую большую и самую известную свою картину – «Девятый вал» – он писал около месяца, остальные писал за пару дней. Это была быстрая кисть. А есть художники иные – Иванов, например, писал «Явление Христа народу» всю сознательную жизнь. Как уехал в Рим, став стипендиатом Академии художеств, так и писал, писал свою главную картину жизни.

Если в Третьяковке побываете, посмотрите: отдельно висит «Явление Христа народу» – и целый зал по соседству заполнен эскизами к этой картине. Этими эскизами можно составить целую галерею. Это было великое терпение, великий труд, великая концентрация.

И ни одного искусства или науки невозможно освоить без базовой добродетели – без терпения.

Терпеливый человек везде будет успешен. Изучение языка требует терпения. Армейская служба требует терпения. Супружеская жизнь требует терпения. Если женщина терпеть не любит и не хочет, она не будет счастлива в браке – она будет брошена. Но и муж будет брошен или, не дай Бог, рогат, если он не терпит слабости и немощи супруги. Врач возится с людьми больными – он должен быть терпелив к немощным. Преподавателю в школе нужно иметь вагон терпения, чтобы общаться с детьми, которые иногда ведут себя, как чертенята. Педагогам нужно себя скреплять – не валидолом, а духовным кулаком сжимать свое сердце, чтобы делать то, что нужно.

Терпение сопутствует человеку на всех ступенях его жизненного возраста-

ния. Там, где мы имеем встречу с успехом, там мы имеем за спиной успеха терпение. Безусловно, все это касается и духовной жизни.

Итак, терпение нужно нам, чтобы, исполнив заповеди, получить обещанное. Терпение предполагает, что не всё получается сразу. Терпение нужно, когда путь к цели утруднен. Когда собирание плодов оттягивается, когда желающее удаляется от тебя, тогда нужно терпение. Когда оно включается? Когда проверяется твоя вера. Поскольку мы не получаем всё сразу в один момент и даром, мы платим за то, что получаем. Платим слезами, потом, кровью, нервами, годами прожитой жизни, терпением, сердцем своим, болью сердца своего. Так что нам нужно терпение, чтобы получить обещанное. Обещанное дается только терпеливому человеку.

Очень важная вещь, связанная с терпением, заключается в таких словах Евангелия: «Претерпевший же до конца, той спасен будет» (Мф. 10: 22). Терпят все. Вот висят на кресте Праведник, не сотворивший ни одного греха, – Его звать Иисус. Справа и слева висят злодеи, тоже распятые и тоже, как Он, избитые, униженные. Нет ничего красивого в том, что висят человек, прибитый к древу. «Проклят всякий висящий на древе» (Гал. 3: 13; Втор. 21: 23), – говорит Писание. Один из них терпит, потому что чувствует себя виноватым, а другой не терпит, потому что не чувствует себя виноватым. Нетерпеливость – это проявление того, что ты внутри себя не считаешь себя достойным наказания. А что еще противоположно терпению? Ропотливость, склонность к бунту, склонность к восстанию, к яркому проявлению несогласия с ситуацией. Ты бросаешь Богу в лицо билетик. Как говорил Иван Карамазов: «Я Господу Богу билетик возвращаю, я с Ним не согласен». Мир, конечно, красив, Бог, конечно, хорош, но я с Ним не согласен. Это нетерпеливый человек. Он говорит: «Я не понимаю, что происходит в этом мире. Я терпеть этого не хочу. Это несправедливо».

Разбойники, висящие от Христа справа и слева, проявляют по-разному свое отношение к жизни. Один говорит: «Я получаю достойное», – и терпит и получает Божественное озарение. Другой считает: если Ты – Христос, сними Себя и нас. Здесь причина нашего нетерпения – в том, что мы не считаем себя достойными страданий временных, не говоря уже о вечных. Человек, который считает себя достойным вечных страданий, вечных страданий избежит. Он скажет: «Я достоин вечной муки», а Господь скажет: «Нет, Я тебя прощу». Другой скажет: «Я ничего не сделал. Другие вон что – а я ничего». Нет, ты, пожалуйста, на веки вечные, потому что оправдывающий себя будет осужден, а осуждающий себя будет оправдан.

Мы сказали: «Претерпевший же до конца, той спасен будет». Потому что бывает так: терпишь, терпишь, тьфу! – не дотерпишь, а оказалось, что осталось 5 сантиметров. Есть корабли, утонувшие в пристани, в бухте. Об этом пишет авва Дорофей. Есть корабли, утонувшие в пучине морской: они вышли из одного порта, не дошли до другого, посреди пучины пошли на дно. А есть корабли, видящие берег, подходящие к порту приписки, – и вдруг пошли на дно. Не дотерпевшие до конца – это люди, утонувшие, видя перед собой берег вожделенный. И это касается каждого человека. Мало терпеть, нужно дотерпеть. И дотерпевший до конца, тот спасен будет.

«Это сколько терпеть-то еще?» – спрашивает человек. Мы читаем житие исповедников, мучеников, разных страдальцев. Они говорили так: «До конца терпеть будем, до конца». Это серьезная, жесткая тема, которая вынуждает человека к тому, чтобы застегнуться на все пуговицы. Это касается не только больших вещей, запредельно тяжелых. Но вот, например, не хочется учиться ребенку, но нужно – и нужно терпеть, заниматься, чтобы сдать экзамены; нужно подниматься раньше, ложиться позже, к репетиторам ходить... Не хочется спортом заниматься, а тренер говорит: «Два раза в день тренироваться: у тебя есть задатки, талант, ты можешь подняться. Ты хороший гимнаст/хоккеист/боксер... Давай! Вперед! Трудись! Физиком ты не будешь, доктором тоже, а вот лыжником можешь быть хорошим. Давай!» А кости болят, мышцы ноют, и хочется погулять, но ты должен терпеть и заниматься. Это стойкие спартанские черты, которые закаляют человека.



Мне кажется, что люди, раньше жившие, в условиях крестьянского быта, в условиях тяжелого ежедневного труда, в условиях дорого дававшегося ежедневного хлеба, были богаты терпением. Они терпеливее нас в сто раз. Вот, например, порог болевого терпения у женщин выше, чем у мужчин. Почему? – Потому что они рожают. Мужчина, когда не воюет, не постится, не тяжко пашет, кайлом не машет, в шахту не спускается, – расслаблен, он ничтожен, а женщины рожают, терпят страшную боль. По ночам встают, грудью кормят, мучаются – у них порог терпения выше. Они спасаются лучше, они чаще спасаются. Старец Севастиан Карагандинский говорил: «За женщин молиться легче: у них грехов меньше». У мужиков грехов больше, они меньше платят за грехи свои, а женщины платят полную цену за свои грехи.

Терпение – это такая родовая добродетель, которая нужна для всего вообще. Потому что невозможно освоить профессию, не заручившись терпением, внимательностью, усидчивостью. Это очень смежные понятия. Сегодняшняя цивилизация растаскивает сознание, расслабляет человека и делает его беспомощным. Терпение – это добродетель ума. Потому что растасканный ум не может сконцентрироваться на одном деле, которое он делает. И человек делается нетерпелив. Когда я сижу на уроке, а мыслями уже убежал в парк, где меня друзья ждут, тогда я ерзаю, не могу терпеть. Но когда я думаю о том, что делаю, тогда я сконцентрирован, внимателен и спокоен. Если голова думает о том, что делают руки, тогда

человек терпелив. Но если руки делают одно, голова думает о другом, а сердце хочет третьего, тогда человек растаскан по частям, он дерганный, взбалмошный, подпрыгивающий на месте и нетерпеливый. Современные люди нетерпеливы, потому что они делают одно, хотят другое, а думают о третьем. Поэтому нужна концентрация ума, рук и сердца на одном и том же, что делаю и о чем думаю, – и пусть весь мир подождет, как говорит известная реклама. Я сел, например, читать Евангелие – и пусть весь мир подождет. Или я собираюсь заштопать порванные штаны своему сыну – и пусть весь мир подождет. Я штопаю, думаю о чем-то хорошем – и штопаю. Всё, других дел у меня больше нет. Уметь думать о том, что делаешь, – это прямой путь к тому, что делать будешь хорошо и раздражаться лишний раз не будешь, а будешь терпелив. Спокой и терпелив.

Так что вопрос терпения – это не только вопрос физической выносливости. Это вопрос умной концентрации, внимательностью, усидчивостью. Это очень смежные понятия. Сегодняшняя цивилизация растаскивает сознание на много частей, и именно это делает нас жадными до впечатлений, много желающими, ничего не достигающими, недовольными жизнью и, конечно, нетерпеливыми.

Но закончим тем, чем начали: терпение нужно нам для того, чтобы исполнить заповеди и получить обещанное. Сделать приказанное и получить обещанное. Терпение нужно нам. Терпеливый человек успешен во всяком деле, в том числе в деле спасения своей души.

<https://pravoslavie.ru/95482.html>

О ДОБРОДЕТЕЛИ ТЕРПЕНИЯ

Слово после утреннего богослужения в четверг первой седмицы Великого поста

10 марта 2011 года, в четверг первой седмицы Великого поста, Святейший Патриарх Московский и всея Руси Кирилл посетил Богородице-Рождественский ставропигиальный женский монастырь города Москвы. После уставного богослужения в Казанском храме обители Святейший Владыка обратился к верующим с Первосвятительским словом.

Во имя Отца и Сына и Святого Духа.
«Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему», – молимся мы неоднократно словами молитвы святого Ефрема Сирин. И в этих прошениях вспоминается особая добродетель – терпение.

Что говорят о терпении святые отцы? «Терпение есть корень всех благ», – учит нас святитель Иоанн Златоуст. «Кто не имеет терпения, тот лишен всякого упования, а потому умоляю всякого приобрести терпение, чтобы спастиесь», – говорит нам тот же святой преподобный Ефрем Сирин. А у святого Иоанна Кассиана Римлянина мы встречаем повествование об авве Пинуфии, который учил учеников своих многим важным добродетелям и подчеркивал, что терпение не следует связывать с добродетелью окружающих. Ибо если к нам добродетельно относятся, то в чем же наше терпение?

Эти святоотеческие свидетельства говорят о том, что добродетель терпения имеет особое значение для духовной жизни человека. Терпение есть способность реагировать на касающееся нас зло, не теряя присутствия духа, не растрачивая своей внутренней энергии, не впадая в ропот, в гнев, в злобу, в желание отомстить. Иногда терпение связывают со способностью человека управлять своими эмоциями. Про такого говорят: он волевой человек, он способен не раздражаться, не гневаться в ответ на обращенное к нему зло. Несомненно, воля присутствует в наших попытках стягивать терпение, но терпеливый человек неизбежательно должен быть волевым, потому что терпение есть состояние духа. Всякий волевой человек в какой-то момент не выдерживает неправды, оскорблений, обид. И воли не хватает, и терпение заканчивается, потому что терпения и не было, а была воля или хорошее воспитание.

Что же такое терпение? «Корень всех благ», – повторяют мы слова Златоуста. Но причиной всего доброго и благого терпение может быть лишь тогда, когда оно становится состоянием нашей души. А это возможно, если человек ведет

религиозный образ жизни. Уже неоднократно приходилось говорить о том, что это тот образ жизни, в центре которого – Сам Бог. Как свидетельствует Ефрем Сирин, если мы уповаем на Бога, то имеем терпение.

Надежда на Бога, живое чувство веры, понимание того, что Бог защитит и Бог восстановит справедливость, и создают внутреннее спокойствие человека. Терпение как броня ограждает внутреннее состояние нашей души от всяких внешних злых и греховых обстоятельств, и терпение становится ступенью на пути к Царству Божию.

Терпеливый человек – тот, кто уже стяжал в себе Духа Святого. Тогда ничто не может поколебать его спокойствия, потому что даже самые страшные и опасные диавольские наваждения не способны сокрушить силу Духа Святого. Именно в этом смысле мы говорим о терпении как о добродетели. Терпение не означает покорного соглашательства со всяким злом и неправдой. Терпеливый человек – это не тот, кто плывет по течению, кто меняется в соответствии с требованиями окружающего мира. Этот человек, который сохраняет свою внутреннюю силу, свою автономность от зла окружающего мира только потому, что в его сердце присутствует отблеск Божественного Царства.

Терпение как добродетель возвышает нас над суетой мира. Терпеливый человек обретает иной угол зрения на все, что видит, и иную точку отсчета, иную способность оценивать происходящее. В каком-то смысле терпение всегда является мудростью, отличающей человека от тех, кто мудростью не обладает. И потому так понятны слова Спасителя, которые мы читаем в Евангелии: «Терпением стяжите души ваши» (см. Лк. 21, 19). Терпением созидаются духовная сила человека. Вот почему святой преподобный Ефрем и упоминает терпение в своей замечательной молитве, и каждый день не единожды в течение Великого поста мы просим Господа: «Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй мне, рабу Твоему».

Аминь.

<https://pravoslavie.ru/45227.html>

О терпении скорбей

Оптинские старцы являли собой пример того, как правильно относиться к скорбям и искушениям, которых было очень много в их жизни. Врагу ненавистно духовное руководство, старчество, которое обессиливает его козни, так же как ненавистна умносердечная непрестанная молитва, без которой нельзя стяжать даров духовного рассуждения и самого старчества. Поэтому так ополчается враг на старцев.

Схимонаха **Феодора**, учителя преподобного Оптинского старца **Льва**, всю жизнь преследовала страшная клевета и зависть. Такая же участь постигла и его ученика. Много лет пришлось им вести жизнь скитальческую, переходить из одной обители в другую, терпя от людской злобы, возбуждаемой врагом нашего спасения. Все 12 лет старчества первого Оптинского старца Льва в монастыре были наполнены скорбями: гонениями, доносами, интригами, клеветой, непониманием и осуждением. Старца переселяли из скита в монастырь, из одной кельи в другую, запрещали принимать страждущих, носить схиму, в которую он был пострижен келейно. Всё это преподобный Лев принимал с полным благодушием и переходил на новое место с любимой иконой – Владимирским образом Божией Матери (когда-то им благословил его наставника, схимонаха Феодора, старец Паисий Величковский) и пением «Достойно есть».

Преподобный **Макарий** также претерпел множество скорбей. Не раз, особенно в последние годы своей жизни, старец выражал близким ученикам свою душевную скорбь о том, что не знает, куда бы и как уклониться от множества народа. Не раз, чувствуя крайнее изнеможение и упадок физических сил, решался он прекратить вовсе умножавшуюся ежегодно свою духовную переписку; но, по примеру своего учителя, преподобного Льва, побеждаемый силой и горячностью любви к страждущим, а более всего – по смирению, не посмел сам сойти с креста пастыря.

Примером терпеливого перенесения скорбей был и преподобный **Моисей**, о котором вспоминали следующее: «Одну из главнейших причин всегда мирного устройства отца архимандрита Моисея и вместе с тем одну из отличительнейших и замечательнейших черт его составляло то, что он никогда не желал настойчиво, чтобы исполнялась его воля, но, напротив, с совершенной покорностью и в малом, и в великом предавался воле Божией. Как и что ни случись, никогда он ничем не возмущался. Случалось, что дает он кому-либо из братии



поручение, а по обстоятельствам оно исполнится не так, как он предполагал. «Видно, не было на то воли Божией», – говорил он в подобных случаях и спокойно отказывался от прежнего своего предположения. «На всё потребно иметь готовое терпение, – еще говорил старец, – и хотеть не иначе, как будет, дабы не нарушилось спокойствие духа». И сам среди труднейших обстоятельств в исполнении этого правила находил себе спокойствие духа». Всё случавшееся с ним старец принимал как от Господа: скорбное – как посланное для пользы душевной, утешительное – как знак Отеческого милостивого Промышления.

Его брат преподобный **Антоний** также терпел большие скорби. В 1836 году у старца от утомительных трудов открылась тяжелая болезнь ног, которая причиняла ему жестокие страдания до самой кончины. Ноги до колен были покрыты ранами и порой сильно истекали кровью. Сокровенным монашеским подвигом преподобного Антония было несение через всю жизнь этого креста тяжелого, продолжительного недуга. Многие, видя всегда светлое его лицо и слыша его оживленную беседу, не понимали, какой страдалец находится перед ними.

Очень тяжело болел в конце жизни преподобный **Иларион**. В последние недели он уже не мог ложиться в постель, не мог сам двигаться и до

самой кончины своей сидел в кресле. Скорбные страдания старец переносил терпеливо: «Еще время терпит, – говорил он, – я еще несколько недель проживу в кресле; в водяной болезни недели по четыре сидят». Этими словами старец, как впоследствии оказалось, как бы предназначил время своего сидения с 21 августа по 18 сентября, то есть четыре недели и один день. Несмотря на чрезмерную болезненную слабость, бессонницу, постоянную одышку, переходившую по ночам в удушье, на чрезвычайные боли, появлявшиеся в последние дни от некоторых болезненных припадков, старец до последнего утра своей жизни ни разу не оставил исполнения положенных в скиту молитвенных правил.

Великий Оптинский старец преподобный **Амвросий** также терпел тяжелые скорби. Преподобным Льву и Макарию, вводившим в монастыре традиции старчества, умной молитвы, пришлося столкнуться с непониманием, клеветой, гонениями. У преподобного Амвросия не было подобных внешних скорбей, но, пожалуй, никто из Оптинских старцев не нес такого тяжелого креста болезни. На нем сбывались слова: «Сила Божия в немощи совершается».

<http://glebovohram.ru/listok/615-optinskie-starczy-obolezni-2-o-terpenii-skorbej.html>

Сорок молодых и сильных парней сутки простояли в ледяной воде

В Церкви 22 марта, в день сорока мучеников Севастийских, служится литургия преждеосвященных Даров, мученикам молятся об укреплении веры, терпении в испытаниях

В IV веке, в армянском городе Севастии одним из военачальников был Агриколай, язычник. Под его началом была дружина из 40 храбрых воинов. Все они были христианами. Так вполне могло быть, шел 313 год – время действия Миланского эдикта, разрешающего свободу веры.

Но ведь закон законом, а практика практикой. В СССР по Конституции тоже была «свобода веры».

Когда воины отказались принести жертву языческим богам, Агриколай заключил их в темницу. Воины вместе молились и однажды ночью услышали: «Претерпевший до конца, тот спасен будет».

На следующее утро воинов вновь привели к Агриколаю. На этот раз командир пустил в ход лесть. Он стал восхвалять их мужество, молодость и силу и снова предложил им отречься от Христа и так заслужить расположение самого императора.

Снова услышав отказ, Агриколай велел заковать воинов. Однако старший из них, Кирион, сказал: «Император не давал тебе права налагать на нас оковы». Агриколай смутился и приказал отвести воинов в темницу без оков.

Кирион был прав: Миланский эдикт всем христианам империи давал свободу вероисповедания. Но соправитель императора Константина, Ликиний, был убежденным язычником и в своей части империи решил искоренить христианство: Ликиний готовился к войне против Константина и, боясь измены, решил очистить от христиан свое войско.

Через семь дней в Севастию прибыл сановник Лисий и устроил суд над воинами. Святые твердо отвечали: «Возьми не только наше воинское звание, но и жизни наши, для нас нет ничего дороже Христа Бога».

Тогда Лисий велел побить святых мучеников камнями. Но камни летели мимо цели; камень, брошенный Лисием, попал в лицо Агриколаю.

Мучители догадались, что воинов ограждает какая-то невидимая сила. В темнице воины провели ночь в молитве и снова услышали утешающий их голос Господа: «Верующий в Меня,



Сорок мучеников Севастийских. Фреска монастыря Дионисиат, Афон, 1547 г.

если и умрет, оживет. Дерзайте и не страшитесь, ибо восприимете венцы нетленные».

На следующий день суд перед мучителем и допрос повторился, воины же остались непреклонны.

Стояла зима, мороз. Святых воинов раздели, повели к озеру и поставили под стражей на льду на всю ночь. Чтобы сломить волю мучеников, неподалеку на берегу растопили баню.

В первом часу ночи, когда холод стал нестерпимым, один из воинов не выдержал и бросился бегом к бане, но едва он переступил порог, как упал замерз.

В третьем часу ночи Господь послал отраду мученикам: неожиданно стало светло, лед растаял, и вода в озере стала теплой.

Все стражники спали, бодрствовал только один по имени Аглай. Взглянув на озеро, он увидел, что над головой каждого мученика появился светлый венец. Аглай насчитал 39 венцов и понял, что бежавший воин лишился своего венца. Тогда Аглай разбудил остальных стражников, сбросил с себя одежду и сказал им: «И я – христианин!» – и присоединился к мученикам.

Стоя в воде, он молился: «Господи Боже, я верую в Тебя, в Которого эти воины веруют. Присоедини и меня к ним, да сподоблюсь пострадать с Твоими рабами».

Наутро истязатели с удивлением

увидели, что мученики живы, а их стражник Аглай стал как один из них. Тогда воинов вывели из воды и перебили им голени.

Во время этой мучительной казни матери самого юного из воинов, Мелитона, убеждала сына не страшиться и претерпеть все до конца. Тела мучеников положили на колесницы и повезли на сожжение.

Юный Мелитон еще дышал, и его оставили лежать на земле. Тогда мать подняла сына и на своих плечах понесла его вслед за колесницей. Когда Мелитон испустил последний вздох, мать положила его на колесницу рядом с телами его святых сподвижников. Тела святых были сожжены на костре, а обуглившиеся кости брошены в воду, чтобы христиане не собирали их.

Спустя три дня мученики явились во сне блаженному Петру, епископу Севастийскому, и повелели ему предать погребению их останки. Епископ с несколькими клириками ночью собрал останки славных мучеников и с честью похоронил их.

В Церкви в день мучеников служится литургия Преждеосвященных Даров, им молятся, прося об укреплении веры, терпения в трудных обстоятельствах и напастях.

<https://www.miloserdie.ru/article/sorok-molodyyh-i-silnyh-parnej-sutki-proderzhali-v-ledyanoy-vode/>

Изначальный смысл Прощеного воскресенья, о котором многие зря забывают

Прошеное воскресенье можно назвать венцом подготовительного периода перед Великим

постом. В этот день в православных храмах совершаются вечерня с особым чином прощения.

Христиане примираются друг с другом, чтобы с чистым сердцем, не отягощенным обидой и

злобой на ближнего, начать поститься «постом приятным, благоугодным Господу», как сказано в

одной из стихир (богослужебных песнопений), которая поется на первой великопостной неделе.



Фото из архива

В нашем восприятии Прощеного воскресенья есть одна опасность – его формализация. Обычай просить прощения перед началом поста стал настолько привычным, что мы порой не осмысливаем происходящее, заученно отвечая на просьбу человека о прощении: «Бог простит, я прощаю. Прости и ты меня» – и думая о том, что до наступления следующего дня надо бы успеть еще хорошенько заговеться блинами.

На самом же деле чин прощения тесно связан с памятью о смерти. Он имеет древнее происхождение и возник в среде египетских монахов. Великим постом, для того чтобы усилить молитвенный подвиг и в тишине и

прощения, чтобы – если так случится – с мирным и легким сердцем предстать перед Богом. Постепенно из монашеской среды этот обычай распространился на всю Церковь и утратил свой изначальный смысл.

События последнего года, когда привычный жизненный уклад пошатнулся, а мир, еще вчера казавшийся таким симпатичным и стабильным, вдруг погрузился в растерянность и тревогу, показали, что изначальный смысл Прощеного воскресенья забывается зря. Человек смертен. И это было бы полбеды. Как точно подметил известный персонаж Булгакова, он иногда «внезапно смертен». И Прошеное воскресенье, особенно в настоящее время – на фоне происходящего вокруг, напоминает нам об этом. Напоминает, что обида, злость и, как следствие, отсутствие душевного мира может сильно осложнить наше существование в вечности, в которую каждый из нас может перейти внезапно и в которой уже ничего нельзя исправить. Что для освобождения души от этого грехового груза нужно научиться прощать тех, кто тебя обидел, задел, оскорбил. А для того, чтобы научиться, поступать так не раз в году, в Прошеное воскресенье. Последнее лишь призвано помочь нам осознать очень важную вещь: прощать своих обидчиков нужно каждый день. Прощать независимо от количества и тяжести нанесенных обид, прощать, не считая. Это заповедал нам Сам Господь, отвечая на вопрос апостола Петра: Тогда Петр приступил к Нему и сказал: Господи! Сколько раз прощать брату моему, согрешающему против меня? До семи ли раз? Иисус говорит ему: не говорю тебе: до семи, но до седмижды семидесяти раз (Мф 18:21-22).

<https://foma.ru/iznachalnyj-smysl-proshhenogo-voskresenja-o-kotorom-mnogie-zrja-zabyvajut.html>

Путешествие в Шилу

Всего в 60 километрах от Красноярска находится село Шила. Это тихое и уютное местечко может стать отличным местом для отдыха души и тела.



Село Шила, до революции носившее название Шилинская, является административным центром Шилинского сельсовета, входящего в состав Сухобузимского района. Первое упоминание о деревне Шилинской датируется 1747 годом, когда она была основана ямщиками Темными и Черными на берегу небольшой речки, давшей ей имя.

Одной из главных достопримечательностей села является храм Покрова Божией Матери. Построенный в 1836 году, он пережил нелегкую судьбу: был разрушен в 1950-х годах, но благодаря стараниям местных жителей и неравнодушных людей в 2009 году храм был восстановлен. Сейчас он вновь открыт для верующих и всех желающих прикоснуться к духовному наследию этих мест.



Если вы планируете посетить село Шила в воскресенье, непременно зайдите на службу, которая начинается в 08:00 утра. Здесь вы сможете ощутить всю глубину православной веры, присоединиться к общей молитве и найти душевное спокойствие. Внутри храма вас ждет удивительное зрелище: светлые стены, деревянные иконы ручной работы, красивый иконостас в светлых тонах, печка-голландка, создающая особую атмосферу уюта и тепла. Отсутствие излишнего золота и пышности подчеркивает естественную красоту и гармонию пространства.

Наталья Шараванская, руководитель паломнического центра Введенского храма Сосновоборска, рассказала о гостеприимстве местного священника отца Василия Соколова.

«После службы стоит заглянуть в трапезную при храме, где можно отдохнуть, перекусить и, возможно, пообщаться с настоятелем церкви, отцом Василием Соколовым. Его мудрость и искренность никого не оставят равнодушным. В Покровском храме вас точно встретят гостеприимно, будто только вас и ждали. В разговорах с матушкой и батюшкой, помню, мы провели не один час. Так что, если вы ищете способ провести воскресенье с пользой для души и тела, отправляйтесь в село Шила. Это место откроет перед вами страницы истории, наполнит ваше сердце теплом и вдохновением».

Как научить ребенка прощать

В современной культуре учить детей прощать обидчиков не особенно принято – наоборот, принято учить их «постоять за себя». Но стремление отвечать силой на силу приводит к эскалации конфликта, а непрощение оказывается мучительным для обоих – и не простившего, и непрощенного. Можно ли научить детей не мстить, не вынашивать обид, а прощать?

Кажется, в окружающем мире можно увидеть не так уж много примеров прощения; куда больше – драк, мести, конфликтов, войн. Прощение и отказ от расправы расцениваются чаще как свидетельство слабости, уязвимости, неумения защитить себя, своих близких и свои ценности. Родители прямо учат непрощению: тебя обидят – а ты дай в глаз! А когда обидели их ребенка, боятся мстить чужому: а что, я его расцеловать должен? Откуда ребенку научиться «оставлять должником нашим»? Где увидеть живой пример?

Ты же старше, уступи!

Пример родители должны подавать ребенку сами. «Задача родителя – помочь ребенку получить внутренний опыт прощения», – говорит Глеб Слобин, заместитель генерального директора православной Семейной психологической консультации «Семейное благо». – Если ребенок хотя бы раз в жизни пережил такой опыт, то это значит для него гораздо больше, чем любые назидания. Идеально, если родители сами просят прощения друг у друга, – хотя бы раз в год, в Прощеное воскресенье. И если родитель однажды скажет своему ребенку: прости, я был неправ, – то этот опыт прощения запомнится на всю жизнь и будет жить в сердце ребенка».

Популярный метод «отомстить», «наказать» и «дать сдачи» работает очень плохо, когда обиженный и обидчик – братья или сестры. Чтобы обычные братско-сестринские конфликты не превратились в братоубийственные войны, детей дома обязательно нужно учить мириться, терпеть и прощать.

Не стоит читать детям нотации о том, как правильно себя вести, что они на самом деле должны чувствовать, как должны правильно думать: злиться нельзя, ты умнее и должен простить. Психолог Анна Морозова предупреждает: «В домашних войнах родители обычно взывают к возрасту: ты же старше, уступи. Это не работает: у старших и младших заведомо неравное положение, младшим позволяет больше, и

старшие справедливо обижаются. Не работает это и с близнецами, и тогда, когда один из детей настолько затюкан окружающими, что отыгрывается на брате или сестре, вымешая на нем свои обиды».

Когда один ребенок успешен, а другой не очень, один хорошо учится и покладист, а другой ершист и плохо читает, окружающие непременно их сравнивают. И тут очень важно, чтобы дети научились себя принимать. Если ребенок считает себя ничтожеством, неудачником, у которого ничего не получается, он может постоянно шпионить более успешного брата или сестру, восстанавливая таким образом мирную справедливость.

«Не сравнивать детей, не оценивать, – напоминает Анна Морозова. – Если человек уверен в себе, он достигнет всего, что наметил сам, дойдет до собственной вершины. Надо напоминать: брат может то, а ты зато можешь вот это, оба умницы. Мудрость родителей – не давать ребенку скатиться к жесткой самооценке, высветить его достоинства. Иначе так и будет кипеть обида и злобы на успешных, удачливых. Надо растить ребенка с внутренним солнышком, растить безоценочно – тогда будет на порядок меньше проблем. И непременно вмешиваться, не упуская точку невозврата, на той стадии, когда дети сами не могут разрешить конфликт и теряется сама возможность его конструктивного разрешения. Когда зашкаливают ярость и злоба, не стоит рассчитывать, что дети прислушаются к словам «вы друг другу самые родные», или «уступи, ты старше и умнее», или «прости, нельзя не прощать». Надо их растаскать по разным комнатам, дать отстыть до состояния, когда они смогут вести беседу. Но, конечно, не бежать сразу разрешать любой конфликт – иначе дети будут несамостоятельными, начнут провоцировать ссоры, чтобы завладеть вниманием родителей. Надо вмешиваться, когда дети впадают в неконструктивный раж. Помнить о том, что не у всех детей есть стихийное чувство здравого смысла: когда эмоции зашкаливают, некоторые могут нанести друг другу серьезные травмы».

Своя правда

Одни родители принципиально отказываются от любых разбирательств, чтобы не поощрять ябедничество, другие ищут, кто прав, кто виноват. Обе позиции не приносят большой пользы. **«Единственное, что имеет смысл, – это поиск внутренней логики поступков», – говорит Анна Морозова.** – У каждой стороны в конфликте есть свои интересы, своя внутренняя логика, и эту внутреннюю логику надо вытащить на поверхность. Когда видно, что у противника есть какая-то своя правда, его легче понять, – а тогда, может быть, и простить».

Но для этого надо **разговаривать и слушать, а не судить и проповедовать**. Анна Морозова вспоминает: «Когда я жаловалась маме на учительницу, она мне говорила: «Как тебе не стыдно, ведь у нее высшее образование!» Конечно, тут гораздо уместнее были бы разговоры о том, что взрослые тоже люди, что они могут ошибаться, что у них может быть плохое настроение, что они могли с кем-то поссориться или плохо себя чувствовать, – словом, надо помочь ребенку понять взрослого, не осуждать его, показать ему, что взрослый тоже имеет право на слабости, а мир не очень справедливо устроен, – и тогда, как ни странно, у ребенка не будет того острого чувства несправедливости, которое возникает, когда ему запрещают высказывать свои обиды, пусть и в некорректной форме».

Показать, что оппонент тоже человек, что у него есть какая-то своя правда, – это как раз путь к прощению: понять другого – это уже половина дела. А вот призывают «ты большой, уступи» – как раз бессмысленно. Ребенок-то не чувствует, что он большой, он чувствует, что он безнаказанно обижают и никто не хочет помочь.

А помочь ему вполне возможно. И первое, что здесь нужно делать, – это **называть чувства, которые ребенок испытывает, на максимально доступном ему языке** – иначе он будет мучиться от того, что чувства, которые его раздирают, не находят никакого выхода. «Родителю необходимо



тебя плохое настроение, сам спровоцился или хочешь поговорить?» Научить ребенка спокойно говорить о чувствах – это единственный механизм выхода из клинча».

А если ребенок еще маленький и не то что о чувствах, а вообще не очень умеет говорить? В таком случае, объясняет Глеб Слобин, **очень полезен опыт обучения прощению и примирению на уровне способов поведения**: подвести одного малыша к другому, «озвучить» его просьбу отдать обратно отобранную игрушку, организовать совместную игру... Дети на поведенческом уровне постепенно усваивают иное отношение к происходящему и со временем начинают понимать, что не обязательно реагировать резко: бросаться песком в песочнице, бить по голове лопаткой... Если обидели – скажи о своем несогласии, прости обидчика и предложи поиграть вместе или разделить игрушки по справедливости. У малышей переживания еще не очень стойкие, они быстрее поддаются влиянию, быстрее учатся прощать, чем старшие.

Не прошу, и не проси

А если один участник ссоры готов мириться и просить прощения, а другой наотрез отказывается прощать? Очень важно понять, что стоит за его непрощением: поза, желание поглумиться над другим? Или, может быть, еще слишком свежа рана, слишком сильно болит, слишком тяжело пока простить?

Глеб Слобин предостерегает против поспешных суждений: «Взрослым не стоит усматривать в том, что ребенок не может простить, только его «укорененность в пороке и эгоизме», «может, но не хочет!». Надо уметь увидеть и

неумение справиться с тягостными переживаниями: болью, обидой, гневом, унижением и так далее. Когда ребенок чувствует себя слабым, униженным, обиженным – он и не видит внутренних ресурсов, чтобы простить, – его не нужно в этот момент стыдить «Ты бессовестный!», не надо требовать «Ты должен простить». Мы, взрослые, обычно проходим мимо того факта, что ребенок переживает не злорадство, а субъективно воспринимает ситуацию как тупик, загнанность в угол. Он – маленький, обиженный, несчастный, у него нет еще умения правильно реагировать на придирики, обиды, тягостные переживания копятся внутри и завладевают им... В этот момент ребенок действительно не может простить, потому что не он управляет своими чувствами, а они управляют им. «Я чувствую себя гадким утенком, – сказала мне на консультации одна девочка-подросток. – Когда смотрю на своих одноклассников, то просто ненавижу их. И сама не рада этому чувству». А ей говорят: «А ты прости!» Но она вряд ли сможет так прямолинейно это сделать, хотя девочка верующая и воцерковленная: слишком давно копятся эти переживания, и она не умеет пока с ними справляться. И в результате: «Ненавиша их? Плохо, надо простить!», а раз не можешь простить – так выходит, ты плохая христианка, то есть она и для Церкви оказывается плоха. Тупик. И что девочке делать?»

Бывают дети, которым трудно переключаться. Они медленно остывают, им нужно дополнительное время после ссоры для того, чтобы прийти в себя. «Такому ребенку надо дать остыть, побывать в одиночестве, – говорит Анна Морозова. – Не стыдить: может быть, ему нужно больше времени, чтобы успокоиться, он сам придет, когда справится с собой. А вот если ребенок демонстративно обижается – надо смотреть, какие выгоды дает ему позиция обиженного, почему он находит радость именно в этом – и этих выгод ему не давать».

Если ребенок не может простить другого, потому что у него нет внутренних ресурсов для этого, нет ощущения своей силы – надо помочь ему принять себя, осознать: со мной все в порядке, я хороший, я имею право жить. «Часто конфликтным оказывается ребенок, который ощущает себя последним человеком на земле, самым плохим, самым недостойным. Он находится в состоянии постоянной обороны и непрестанно ожидает удара с любой стороны, – рассказывает Анна Морозова. – Тут важна и позиция семьи: если в ней ведется много осуждающих разговоров: тот неправ, этот нехорош, правительство плохо, кругом грабители, в магазине обсчитали, – то ребенок тоже будет уверен, что вокруг него одни гады, негодяи и мерзавцы. А если дома не привыкли осуждать других, то и ребенку не придет в голову постоянно ожидать от окружающих какой-нибудь недостаток, живьем в ожидании удара. Важно, чтобы родители не задавали провокационные вопросы: кто в классе лучше всех учится, кто самый послушный, кто самый драчливый, – не создавали у ребенка ощущения неравенства: одни лучше, другие хуже...»

Вероломство и предательство

Иногда раны, нанесенные сверстниками, оказываются слишком глубоки. Дети только начинают свою жизнь в обществе, только учатся, осваивают его законы, — и сталкиваются с вероломством и предательством. Лучшая подруга разболтала тайну девочки всему классу, и теперь над слишком доверчивым ребенком все смеются. Лучший друг, с которым мальчик вместе вырос, давно и сильно завидовал достатку и благополучию семьи друга, терзаясь ощущением социального неравенства — и, улучив момент, вынес из дома друга ценные вещи. Это — тяжелый удар для ребенка; он может вообще не желать слушать о прощении. И тем не менее разговаривать с ним об этом надо, потому что ненависть обременяет душу.

«Надо разговаривать, — настаивает Анна Морозова. — Надо искать внутреннюю логику в поступках другого человека, видеть их внутренние причины. Проговорить их, показать чужую субъективную правоту, спросить себя: заслуживает ли эта логика понимания и прощения? Может быть, и не заслуживает. Прощать или не прощать — это внутреннее дело самого ребенка, он имеет право выбора. Иногда для того, чтобы простить, нужно время: месяц, два, — чтобы пережить самую острую боль, отвлечься от нее, отойти на безопасную временную дистанцию. Как у Нагибина в рассказе «Мой первый друг, мой друг бесценный»: там обиженный и преданный друг целый год не подпускал к себе главного героя, а потом острота переживания исчезла сама собой. Нужно помнить, что покой и время лечат раны, и не настаивать, чтобы ребенок скорей-скорей забыл и простил».

«Нам, взрослым, когда мы сталкиваемся с детской болью от предательства, хочется поскорее «закрыть вопрос», — говорит Глеб Слобин. — Мы хотим, чтобы ребенок поскорее забыл свою обиду, и склонны недооценивать ее глубину и масштаб. По сути, происходит столкновение человека еще беззащитного, часто идеалистически настроенного, со Злом. Ребенок переживает настоящий мировоззренческий кризис: его представления о мире пошатнулись, ему надо перестроить часть своего мировоззрения после того, что произошло. Взрослому надо это принять всерьез и помочь ребенку пережить эту ситуацию, а не обесценивать ее, не упрощать, не торопить: ерунда, мол, подумаешь, ну сделал он/она тебе гадость, ну не

общайся с ним/с ней больше, да и все. Главное-то тут не «скорость забывания», а глубина проживания события. Можно **обсудить с ребенком, что именно мы понимаем под словом «прощение»:** полностью восстановить отношения такими, какими они были — или только не держать зла на человека, но отношений не восстанавливать? Никто не обязан продолжать общаться с человеком, который этого общения не ценит. Но для того чтобы ребенку самому стало легче, надо помочь ему отдельить свои чувства (обиду, боль, злость и желание мести) — и научить его прощать — от отношений с другом или подругой, которые можно возобновлять или же не возобновлять. Ребенок может впервые задаться вопросами, как дальше дружить, чему верить, как преодолеть страх нового предательства и тому подобное. Кстати, найти ответы на эти вопросы родителям могут помочь их собственные воспоминания о себе в детском или подростковом возрасте. Но разговор должен быть прямым и честным, без назидательности или сюсюканья. Можно привести пример из своей взрослой жизни (только не образцово-показательный пример!), рассказать о своих переживаниях, сомнениях и колебаниях, ошибочных решениях. Это может здорово помочь ребенку выработать свою собственную стратегию поведения на будущее».

Ребенок, которого оскорбили, унизили, предали, чувствует свое бессилие и беспомощность. Он находится в пассивной роли, чувствует себя заложником, жертвой, объектом манипуляций. Для того, чтобы ему помочь, нужно вывести его из роли жертвы, вернуть ему активную позицию, показать, что он сам может что-то сделать, от него самого что-то зависит.

«Важно разделить с ребенком боль переживаний, осознать их глубину, но не торопиться гладить по шерстке и облегчать состояние, — рекомендует Глеб Слобин. — Можно спросить: а к какому решению ты склоняешься? Что ты себе наметил? Ребенок может ответить «не буду его замечать» или наоборот: «ка-а-ак дам ему в ответ!» Не стоит стремиться сразу возражать или отговаривать — лучше спросить: хорошо, вот ты ударили, а что будет дальше? А потом? А еще потом? Если ребенок высказывает не очень конструктивные мысли, можно их с помощью вопросов довести до очевидного абсурда, тупика. Пусть ребенок сам придумывает способы выхода из трудной ситуации, а родители могут дать ему возможность «осу-

ществить» свои планы на словах: увидеть результат, понять, что он неконструктивный, найти новый вариант действий. Если родители верующие, можно приводить примеры из Священного Писания. Можно спросить: «Как ты думаешь, что нужно делать, чтобы сохранить в такой ситуации человеческое достоинство? Вот представь, что ты — это твой одноклассник, и ты смотришь на ситуацию со стороны. Утро, в класс пришел человек, которого вчера унизили: как он должен себя повести, чтобы тебе стало понятно, что он не утратил уважения к себе? Он ведь не будет кидаться стульями, плеваться, грозить выкинуть из окна, правда?» Обсуждение такой ситуации может дать ребенку конкретные образцы как внешнего поведения, так и соответствующего внутреннего состояния».

Такие обсуждения снимают ощущение эмоционального тупика, позволяют увидеть выход из трудной ситуации и снижают ощущение боли. Бывает, детям надо отсидеться дома, особенно детям ранимым, они неделями могут не ходить в школу. «Иногда бывает нужно сначала изъять ребенка из травмирующей обстановки — особенно в ситуации коллективной травли, — напоминает Анна Морозова. — Если ребенок мечтает сбросить на школу бомбу и перевить всех одноклассников, — ему надо менять среду. Не исключено, что понадобится помочь специалиста».

Бывает нужна помочь грамотного психолога или внимательного священника. Если ребенок остается в прежней школе и классе, обязательно надо спросить ребенка про течения и группировки в классе, составить собственные представления о происходящем там, поговорить с классным руководителем, чтобы учитель знал о ситуации и мог на нее повлиять. От позиции родителя очень много зависит. Родители, увы, часто не могут помочь: они эмоционально включаются, начинают переживать за ребенка и ненавидеть его обидчиков — вот как если бы врач сел рядом с больным, изнемогающим от боли, и начал плакать. «Нужна определенная дистанция между ребенком и родителем, — говорит Глеб Слобин. — Но определяется она не равнодушием родителя, а его верой в своего ребенка, в его силы. «Сможешь сам или нужна помощь? Если можешь сам — делай; если не можешь — я помогу»».

<https://foma.ru/neprostoe-proshhenie-ili-kak-nauchit-rebenka-proshhat.html>

Стихи о Великом Посте**Иван Бунин****В Тифсийманском саду**

...И в этот час, гласит преданье,
Когда, сомнением томим,
Изнемогал он от страданья.
Все преклонилось перед ним.
Затихла ночь и благоговенье,
И слышал он: «Моих ветвей
Колючий терн — венцом мученья
Возложат на главе твоей;
Но терн короною зеленою
Чело святое обовьет —

В мир под страдальческой короной,
Как царь царей, Господь войдет!»

И кипарис, над ним шумящий,
Кому шептал во тьме ночной:
Благослови Господь скорбящий, —
Велик и славен подвиг твой!

Я вознесу над всей вселенной
Мой тяжкий крест, и на кресте
Весь мир узрит тебя, смиренный,
В неизреченной красоте!»

Но снова он в тоске склонялся,
Но снова он скорбел душой —
И ветер ласковой струей
Его чела в тиши касался:

«О, подними свой грустный взор!
В час скорби, в темный час страданья

Прохлады свежее дыханье
Я принесу с долин и гор,
И нежной лаской аромата
Твои мученья облегчу,
И от востока до заката
Твои глаголы возвещу!»

Иван Бунин

И цветы, и шмели, и трава, и колосья,
И лазурь, и полуденный знай...

Срок настанет — Господь сына блудного спросит:
«Был ли счастлив ты в жизни земной?»

И забуду я все — вспомню только вот эти
Полевые пути меж колосьев и трав —
И от сладостных слез не успею ответить,
К милосердным коленам припав.

<https://foma.ru/stihotvoreniya-o-velikom-poste.html>

Дорогие читатели!

Вы, наверное, уже заметили, что после длительного перерыва наш журнал возобновил рубрику «Вопрос-ответ», в которую наши прихожане задают свои вопросы, ну а мы с Божией помощью пытаемся найти на них ответ. В этот номер к нам поступило два вопроса, ответ на которые редакция нашего журнала нашла в книгах и на православных сайтах.

«На праздник Сретения в храме освящают свечи. Расскажите, этими Сретенскими свечами пользоваться как обычными или в каких-то особенных случаях? Можно ли их зажигать при молитве об упокоении?»

В православном требнике священником служителя есть специальный «Чин благосложения свеч на Сретение Господне». Кто-то может спросить: чем же отличается обычная церковная свеча от «сретенской»? Только чином освящения, ведь простые церковные свечи, которые продаются в лавках, тоже освященные.

Для лучшего понимания можно провести аналогию с освящением воды. Так, например, когда в храме служатся водосвятные молебны: вода освящается малым чином, можно сказать – «обычным». Но есть и такое понятие, как освящение воды величим чином, и делается это только

единственный раз в году – на праздник Крещения Господня.

Так же и со «сретенскими свечами» – их освящают только раз в год особым чином. Однако это не значит, что «сретенским свечам» следует придавать какое-то магическое или чудодейственное значение – это крайности, конечно, «Сретенские свечи» православные христиане возжигают во время домашней и церковной молитвы, как и другие свечи. Ведь любая свеча, если горяча молиться, согревает молитву.

Вообще, если обратиться к истории, обычай освящать свечи в праздник Сретения имеет западное происхождение и пришел в Россию только в XVII

веке благодаря митрополиту Киевскому Петру (Могиле). В составленном им требнике он изложил особый молитвенный чин освящения свечей с отсылкой к католической традиции церковных процессий с зажженными светильниками, которые совершались на Сретение. Такие процесии проводились в Западной Церкви уже в раннем Средневековье. С одной стороны, это объяснялось стремлением открыть языческие факельные шествия, которые раньше устраивались в это же время в Риме в честь бога Плутона. С другой, это, вероятно, находило обоснование в словах праведного Симеона о свете Христовом, просвещающем язычников, которые тот произнес, увидев в храме Богомладенца Христа: ибо видели очи мои спасение Твое, которое Ты уготовал пред лицом всех народов, свет к просвещению язычников... (Лк 2:30-32).

Традиция освящать сретенские свечи на Руси (этот обычай был распространен главным образом на юге и юго-западе России) вытекала и из особенностей сельского уклада. Дело в том, что в деревнях после завершения работ по заготовке запасов на зиму и главных зимних праздников – Рождества и Крещения, крестьяне принимались за изготовление свечей из заранее припасенного для этого воска, других обязательных работ по хозяйству, кроме обычных повседневных дел, в это время все равно не было. К Сретению эти работы завершались, и в сам праздник люди приносили в церковь пучки свечей для освящения.

Как же относиться к сретенским свечам? Так же, как к любому другому церковному благословению, – бережно и благоговейно.

<https://m.ok.ru/group/55151114387479/topic/69506500252951>

<https://foma.ru/govorjat-cto-sretenskie-svechi-obladajut-osoboj-siloj-zashchishhajut-dom-ot-pozhara-i-drugih-bedstviy-jeto-tak.html>

«Я работаю в часовне преподобного Агапита, и к нам часто люди заходят впервые в своей жизни, делают в прямом смысле первые шаги в храме. При этом они не знают элементарных правил поведения: к какой иконе лучше подойти вначале, как правильно совершать крестное знамение и многое другое. Расскажите, пожалуйста об этом на страницах журнала».

МОЖНО ЛИ ПРИНИМАТЬ ПИЩУ В УТРЕННИЕ ЧАСЫ ПЕРЕД ПОСЕЩЕНИЕМ ХРАМА

По церковному Уставу делать это не положено. Тот, кто не причащался, вкушает по окончании богослужения антидор или просфору, которые принимают на тощак. Но Устав рассчитан на физически здоровых людей. Для детей и людей, страдающих физическими недугами, возможны послабления, им разрешается принимать пищу и перед посещением храма.

ЧТО НАДО ДЕЛАТЬ ПЕРЕД ВХОДОМ В ХРАМ

Перед входом в храм надо трижды перекреститься, после каждого крестного знамения сделать поясной поклон. Перед входом в храм мужчины снимают головные уборы.

КАК ВЕСТИ СЕБЯ В ХРАМЕ

Приходить в храм хорошо за 10–15 минут до начала богослужения. За это время можно подать записки, поставить свечи, приложитьсь к иконам. После этого встать на свободное место. По традиции во время богослужения мужчины молятся в правой части храма, а женщины – в левой. Если свободного места достаточно, не следует занимать главного прохода от входных дверей к Царским Вратам. В Церкви существует традиция, что во время помазания елеем, Причащения или прикладывания к кресту мужчины подходят первыми, а женщины после них.

Не следует ходить по храму во время богослужения, вести разговоры.

Православный христианин всегда должен носить на себе нательный крест (включая младенцев).

КАК СТАВИТЬ СВЕЧИ

Стараемся ставить свечи до начала богослужения. Если вы пришли после начала богослужения – не ходите по храму, отложите это на конец службы. Тем более не просите впереди стоящих передавать свечи к иконам – это отвлекает людей от молитвы.

Нет специального правила, кому и сколько свечей ставить. Можно сначала поставить свечу на подсвечник в центре храма, где на аналое обычно лежит икона праздника или храмовая икона,



Фото из архива

а также к образу Спасителя, Божией Матери, святым угодникам Божиим. Об упокоении усопших ставят свечу к кресту на прямоугольном подсвечнике – кануне.

ИКОНЫ

В храме первым дело принято подойти к иконе праздника – святого или события, которые вспоминаются сегодня.

Такая икона находится на аналое – специальном столике напротив алтаря примерно по центру храма. Подходите, креститесь, прикладываетесь к иконе, креститесь, отходите. Помолиться можно в любой момент.

Дальше можете подойти ко всем иконам, можете к тем, которые понравились. Можете так же приложитьсь, можете просто постоять помолиться (шепотом или про себя).

КАК НАДО СЕБЯ ВЕСТИ ПРИ КАЖДЕНИИ ХРАМА

Когда священнослужитель совершает каждение храма, надо посторониться, чтобы не мешать ему, и при каждом народе слегка наклонить голову. При этом не надо поворачиваться спиной к алтарю. Надо лишь слегка развернуться. Креститься в это время не следует.

КАК ПРИЧАЩАЮТСЯ

Ко Святому Причащению подходят православные христиане, имея на себе нательный крест, после покаяния в

грехах – исповеди и разрешительной молитвы священника (детям до 7-ми лет исповедь не требуется). Готовящиеся к причащению должны быть накануне за вечерним Богослужением, ничего не есть и не пить, начиная с 12-ти часов ночи. Исповедь должна совершаться после вечернего Богослужения накануне или утром до начала Божественной Литургии.

Перед причащением руки сложи крестообразно на груди (правая сверху), с верой и любовью ко Христу причащись Его Святых Тела и Крови, поцелуй низ чаши, но не крестись, чтобы случайно не толкнуть ее, и отойди к столику запить Причастие теплотой. После Причащения выслушай или прочитай сам (дома) благодарственные молитвы.

ВЫХОДА ИЗ ХРАМА...

По окончании Литургии подойди и приложись к кресту, который дает верующему священник из алтаря. Если нужно уйти раньше, например, с маленькими детьми, то можно приложиться к большому распятию.

Выходя из храма, сотвори три поясных поклона с крестным знамением.

<https://korenevo.org/pravoslavnyj-etiket/>
<https://pravobraz.ru/1-o-poseshenii-hrama/>
<https://foma.ru/kak-shodit-v-hram-v-pervyy-raz.html>
https://m.gorod.cn.ua/news_4112.html

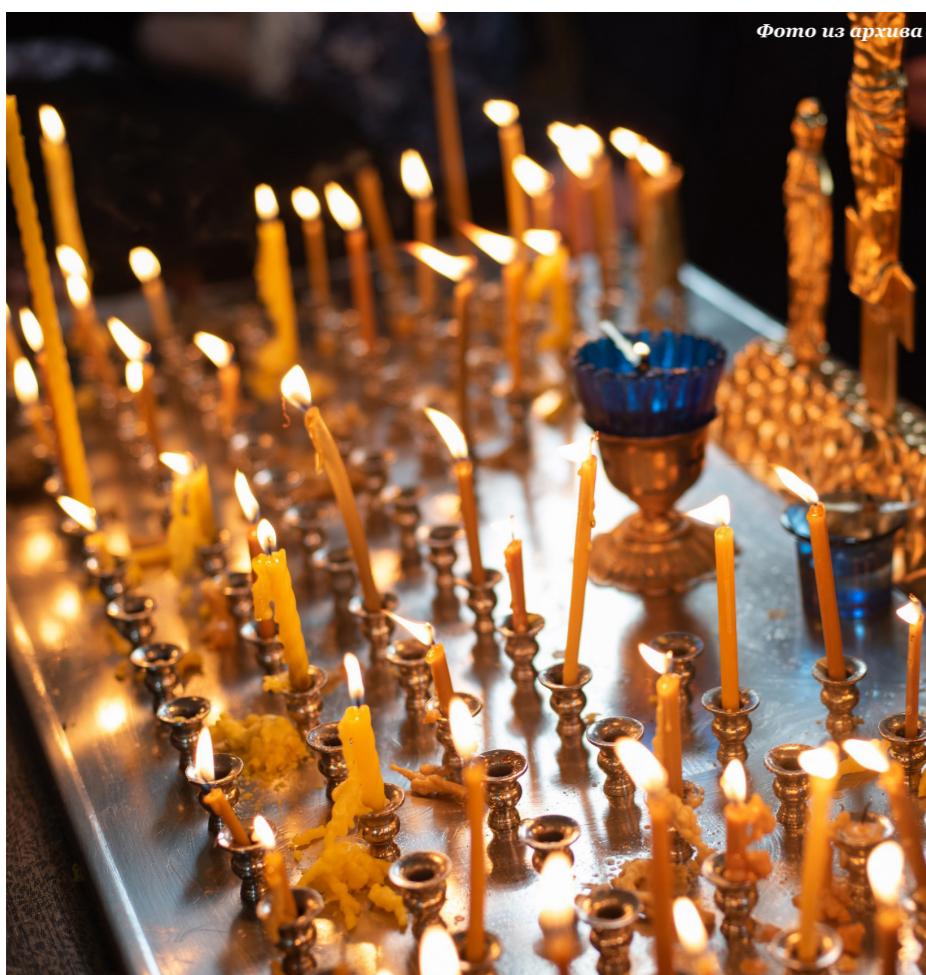
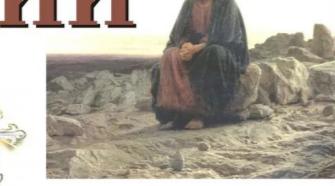


Фото из архива

ВЕЛИКИЙ ПОСТ

Истинный пост есть устранение от злых дел.
Святитель Василий Великий



НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ - ТОРЖЕСТВО ПРАВОСЛАВИЯ
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ - СВЯТИТЕЛЯ ГРИГОРИЯ БОГОСЛОВА
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ - КРЕСТОПОКЛОННАЯ
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ - ПРП. ИОАННА ЛЕСТВИЧНИКА
НЕДЕЛЯ ПЯТАЯ - ПРП. МАРИИ ЕГИПЕТСКОЙ
НЕДЕЛЯ ШЕСТАЯ - ВАЙИ (ЦВЕТОНОСНАЯ)
СТРАСТНАЯ СЕДМИЦА

Крест Господень, или Животворящее Древо, — крест, на котором, с был распят Иисус Христос. Является одним из орудий Страстей Христовых и относится к главным христианским реликвиям.

История праздника

Весеннее празднование в честь Креста Господня появилось почти четырнадцать веков назад. В ходе ирано-византийской войны в 614 году персидский царь Хосрой II осадил и взял Иерусалим, забрав в плен иерусалимского патриарха Захария и захватив Древо Животворящего Креста, найденное когда-то равноапостольной Еленой. В 626 году Хосрой в союзе с аварами и славянами едва не захватил Константинополь. Чудесным заступничеством Матери Божией столичный город был избавлен от нашествия, а потом ход войны переменился, и в конце концов византийский император Ираклий I праздновал победное окончание 26-летней войны.

Предположительно 6 марта 631 года Животворящий Крест вернулся в Иерусалим. Император собственноручно внес его в город, а вывезенный из плена патриарх Захария радостно шел рядом. С тех пор в Иерусалиме стали праздновать годовщину возвращения Животворящего Креста. Со временем иерусалимский праздник приобрел более глобальное звучание и более прикладное значение: как воспоминание и помощь в середине самого строгого и тяжелого из постов.

Кресту Твоему поклоняемся, Владыко, и святое Воскресение Твое славим!



Смысл праздника.

Крест выносится верующим для того, чтобы напоминанием о страданиях и смерти Господней воодушевить и укрепить постящихся к продолжению подвига поста.

Крест стоит в храме для поклонения всю следующую седмицу до пятницы

В субботу 3-ей седмицы выносят в храме Крест для поклонения и все поют молитву "Кресту Твоему.."

https://vk.com/dosug.prav.detey?w=wall-30515864_33297

Детям о Неделе Крестопоклонной

Дорогие ребята! На картинке вы видите, что Великий пост состоит из семи седмиц. Каждая из которых заканчивается днем воскресным, которая на церковнославянском называется «неделя».

Сегодня мы с вами поговорим более подробно о третьей неделе Великого поста - Крестопоклонной.

В 2025 году эта неделя выпала на 25 марта.

“Крест Христов - для нас победный венец”
преподобный Ефрем Сирин

Богослужение

В субботу вечером на всенощном бдении в центр храма торжественно выносится Животворящий Крест Господень — напоминание о приближающейся Страстной Седмице и Пасхе Христовой. Священники и прихожане совершают перед крестом три поклона, церковь поет: «Кресту Твоему покланяемся, Владыко, и святое воскресение Твое славим». Это песнопение поется и на Литургии вместо Трисвятого.

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Жаворонки. История и рецепт

Кто такие 40 Севастийских мучеников

Сорок мучеников Севастийских — это святые первых веков христианства, воины доблестного войска, христиане. Они отказались отречься от Спасителя и приняли смерть от язычников в 313 году — замерзли в ледяном озере, охраняемые стражниками.

Традиция печь жаворонков

Народные традиции празднования дня памяти 40 Севастийских мучеников

В Великий пост на Руси хозяйки пекли «жаворонков». Это булочки-птички из постного теста, иногда выплеснутые вместе с гнездами и яичками. Жаворонков обычно пекли всей семьей в день памяти 40 мучеников, в Севастийском озере мучившихся, который празднуется 22 марта. В христианской традиции булочки-птички символизировали улетающие к Богу души мучеников.

Но обычай печь жаворонков существовал еще с языческих времен. В языческом народном календаре это был день весеннего равноденствия,

Когда пекут «Жаворонков»

в 2025 году

Жаворонков пекут в день памяти 40 мучеников, в Севастийском озере мучившихся. Этот праздник в Русской Православной Церкви отмечается 22 марта.

Печь в Великий пост «жаворонков» — красавая народная традиция, связанная с днем памяти сорока Севастийских мучеников. Как связана память об этих святых и красивый народный обычай печь постные булочки в виде птичек? Об этом в нашем материале вместе с проверенным рецептом.

Что такое «Жаворонки»

Жаворонки — это печеные птички из постного теста. Их хозяйки на Руси готовили к празднику сорока мучеников Севастийских, который празднуется 22 марта по новому стилю. В православной традиции они символизируют летающие к Богу души мучеников. По другой версии — песнь этих птиц символизирует молитву Севастийских мучеников Богу.

Жаворонки из теста

● Ингредиенты:

Для теста:

- 2 кг муки,
- 50 г дрожжей (или сухие дрожжи в количестве, указанном на их упаковке для 2 кг муки),
- 250 г растительного масла,
- 1 стакан сахара,
- 0,5 л воды,
- щепотка соли.

Для обмазывания жаворонков:

- сладкий крепкий чай.

● Приготовление:

Жаворонки делаются из крепкого, упругого теста.

Растворите в подогретой (примерно 38 градусов) воде 2 ложки сахара и дрожжи, перемешайте.

Просейте муку через сито или с помощью специального просеивателя (тогда тесто будет легче перемешиваться и подниматься).

Влейте в муку растворенные дрожжи, добавьте сахар, соль. Перемешайте.

Влейте растительное масло. Вымешивайте тесто минимум 10 минут. Дождитесь состояния, когда оно перестанет прилипать к рукам и станет эластичным.

Скатайте из теста ровный шар, положите в кастрюлю, накройте тесто полотенцем, оставьте подниматься приблизительно на 1,5 часа (пока тесто не увеличится вдвое).

КАК СЛЕПИТЬ ЖАВОРОНКОВ:

Обомните тесто, перемешайте еще несколько минут. Нарежьте на куски массой примерно 100 г, раскатать из них жгуты. Затем:

1. Жгут завязать узлом, головке придать соответствующую форму, воткнуть изюминки-глаза, слегка примять пальцами хвостик, сделать маленьким ножичком надрезы-перышки, смазать поверхность настоем крепкого чая с сахаром, испечь.

2. Жгут теста надо раскатать так, чтобы один конец был тонким и гибким — головка, а все тело потолще, удлиненное, его надо слегка примять пальцами. Хвост веерообразно надрезать ножиком. Для крыльышек тесто тонко раскатать, вырезать крыльышко, надрезать перышки, смазать чаем, последняя деталь — изюминки-глазки.



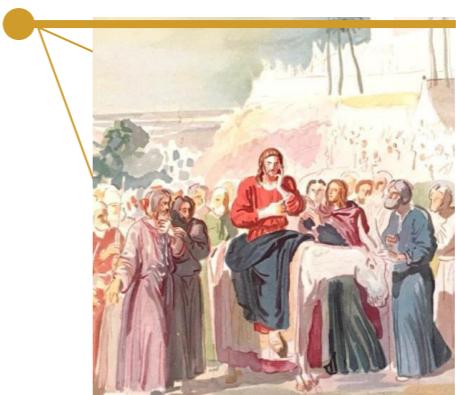
Богослужения	Отрял юных разведчиков «Покров»	Православная библиотека	Воскресные школы	Соц.работа
Вт.			10.30-14.30 выдача литературы	
Ср.	12.00 Молебен* в часовне		10.30-14.30 выдача литературы 14.00 Азбука* православия	11.00-13.00 Консультация соц.работника* по адресу: Лен.Комсомола, д.15а
Чт.	16.00 вечернее богослужение		13.00-15.30 выдача литературы 14.00 Евангельские чтения	
Пт.	8.30 утреннее богослужение 16.00 вечернее богослужение 19.00 огласительные беседы перед Крещением		10.30-14.30 выдача литературы	
Сб.	8.30 утреннее богослужение 16.00 вечернее богослужение		11.00-14.45 детская воскресная школа, занятия младшей, средней и старшей групп	
Вс.	8.30 утреннее богослужение	13.00-16.00	11.00-12.30 Творческие занятия 16.00-18.00 Апостольские чтения (воскресная школа для взрослых)	
Уточнения:	*1-ая среда – молебен покаянный, 2-ая, 3-ая и 4-ая – молебен о больших, 5-ая среда (4 раз в году) – водосвятный молебен ** Исповедь перед вечерним богослужением в 15.00 или до начала утренней службы в 8.00	ссылка на страничку в Интернете https://vk.com/club223376716	*Последняя среда месяца ссылка на страничку в Интернете https://vk.com/public140565102	* С пн. по сб. обращения по телефону: 8-913-184-13-52 с 9.00 до 17.00

Группа Анонимных алкоголиков «СОСНОВЫЙ БОР» — +7-993-719-84-18 (суббота в 17:00)

- Паломническая служба Сосновоборского Введенского храма — <https://vk.com/public147896476>
- Часовня прп. Агапита Печерского — Зинаида Филипповна — +7-983-503-13-54 (ул. Солнечная, 6, 1 этаж).
- Отрял юных разведчиков «Покров» — диакон Андрей Никитин — +7-913-560-84-18.
- Православная библиотека — Наталья Семеновна — +7-963-25-68-986 (ул. Энтузиастов, 20 «Библиотека»).
- Евангельские чтения в библиотеке — Наталья Семеновна — +7-963-25-68-986 (ул. Энтузиастов, 20 «Библиотека»).
- Воскресная школа (младшая, средняя, старшая группы) — Наталья Семеновна — +7-963-25-68-986.
- Православный психолог — Анастасия Алексеевцева — +7-913-519-75-42.
- Социальный работник — Роза Можайская — +7-913-184-13-52.



7 АПРЕЛЯ
Благовещенье
Пресвятой Богородицы



13 АПРЕЛЯ
Вход Господень
в Иерусалим



20 АПРЕЛЯ
Светлое Христово
Воскресение (Пасха)

Понравился наш журнал? Хотите оказать посильное пожертвование
в его издании и в деятельности Введенского храма г. Сосновоборска?
Просто наведите камеру телефона в приложении Сбербанк Онлайн
на расположенный справа QR код и укажите вашу сумму пожертвования.



Дорогие читатели, вы всегда можете взять свежий номер журнала «ВСТРЕЧА»
на наших стойках по адресам:

- ул. ЛЕНИНСКОГО КОМСОМОЛА, 15 (Храм),
- ул. СОЛНЕЧНАЯ, 2 (Администрация г. Сосновоборска)
- ул. СОЛНЕЧНАЯ, 6 (Сосновоборска городская больница),
- ул. ЛЕНИНСКОГО КОМСОМОЛА, 37 (магазин «Игрушки»),
- ул. ЭНТУЗИАСТОВ, 20 (городская библиотека им. В. М. Шукшина),
- ул. ЛЕНИНСКОГО КОМСОМОЛА, 18 (Расчетно-кассовый центр МУП «Жилкомсервис»)
- ул. ЛЕНИНСКОГО КОМСОМОЛА, 36 (Расчетно-кассовый центр УК «Жилкомсервис»)

Введенский храм
г. Сосновоборска в ВК



Введенский храм
г. Сосновоборска в Телеграм



Приходской журнал «ВСТРЕЧА».
Главный редактор: иерей Николай Чихчин.
Местная религиозная организация православный Приход храма Введенской Пресвятой Богородицы во Храм г. Сосновоборск Красноярской Епархии РПЦ (Московский Патриархат).

ИИН/КПП 2458007259 /245801001
ОГРН 1032400002601 МИФНС № 23 по Красноярскому краю 24.01.2003
Юридический адрес: 660520 Красноярский край, г. Сосновоборск, ул. Солнечная, д.13-51
Фактический адрес: 660520 Красноярский край, г. Сосновоборск, ул. Лен. Комсомола, д. 15
Сайт журнала «Встреча» — <http://vstrecha.pravorg.ru>
Тел.: +7-923-326-82-52.
Тираж: 950 экз.

Приходской Совет Введенского храма г. Сосновоборска благодарит
г-на Атанаева Д.И., г-на Иванова В.Н., г-на Пистер Э.А., г-на Пономарева С.А., а также Общество «ЦАРЬГРАД»
за помощь в издании журнала.

ПРОСЬБА НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ
в хозяйственных нуждах!