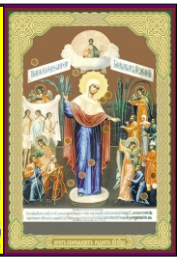


Наш Храм

ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ ПРАВОСЛАВНАЯ ГАЗЕТА
ХРАМА В ЧЕСТЬ ИКОНЫ БОЖИЕЙ МАТЕРИ
«ВСЕХ СКОРБЯЩИХ РАДОСТЬ» г.БРЕСТ
№ 8 (август 2010г.)



КАК НЕ ОТВЛЕКАТЬСЯ НА БОГОСЛУЖЕНИИ

Часто даже на службе не удается отвлечься от житейских забот, переживаний, мечтаний. Порой спохватываешься, что за своими суетными мыслями прозевал Трисвятое, чтение Евангелия, Евхаристический канон. Естественно, после такого похода в храм возникает чувство неудовлетворенности, вины перед Богом. Можно ли справиться с такой рассеянностью? Можно ли приучить себя не отвлекаться? Существуют ли какие-то специальные приемы?

Не приемы, а опыт святых отцов, передававшийся и устно, от учителя ученикам, и письменно. Казалось бы - святые, вот уж кто был привязан к Богу всем сердцем! Но даже им приходилось бороться со своими страстями, стараться сосредоточиться на молитве. Мы же привязаны ко многим вещам, к Богу наше сердце обращено очень мало. Неудивительно, что во время богослужения нас все время что-то отвлекает. Да, многие прихожане на это жалуются на исповеди. И хорошо, что жалуются. Значит, люди хотят молиться. Но не надо рассчитывать, что мы победим рассеянность и мечтательность уже завтра - со страстями так быстро не справиться! Многие пытаются давать зарок: «Это в последний раз, отныне буду приходить на службу и все два часа молиться». Такая уверенность говорит не о решимости, а скорее о незнании себя, о непонимании своего духовного состояния. Посмотрите, в каком ритме сейчас живут люди. Всю неделю поглощены суетой, рабочими и домашними делами, через силу заставляют себя прочитать утреннее и вечернее правило. Неудивительно, что и в храме ум занят посторонними вещами. Не надо унывать, как некоторые, ругать себя, злиться - это ложное смирение, оно только мешает молитве. Понимание, что ты часто на службе не молишься, повод для покаяния, но не отчаяния. А как измениться, чтоб не отвлекаться, учат святые отцы. Преподобный Макарий Оптинский говорил, что невозможно весь день отдавать душу суете, а встав на молитвенное правило - сосредоточиться на Боге. Нужно всю жизнь, самые обыденные дела стараться посвятить Богу, тогда и во время правила ум будет обращен к Нему. Святитель Феофан Затворник тоже советовал любое дело осмысливать духовно. И служебные обязанности можно выполнять во славу Божию, и домашние дела. Если же мы делаем все из тщеславия (и обед для семьи можно готовить из тщеславия), вряд ли нам удастся даже в храме отвлечься от житейских забот. Преподобный Амвросий Оптинский советовал во время службы читать Иисусову молитву. Когда человек осознает, что он по немощи не может включиться в соборную молитву, удержаться в ней, и начинает читать короткие молитвы, это помогает собраться, и он одновременно читает Иисусову молитву и слышит, что происходит на богослужении. Психологически это парадокс, но здесь действуют другие законы - духовные.



Если же мы на службе отвлеклись, ушли в свои мысли, мечтания, надо не убиваться по этому поводу, а как можно быстрее спохватиться, попросить у Бога прощения за свою немощь, рассеянность и вернуться к молитве.

Почему во время постов нельзя есть молочные продукты?

Христианство приходит к нам с Востока... А на востоке доля молочных продуктов в рационе питания взрослого человека значительно ниже, чем у нас. Значительная часть взрослого населения Африки и Азии вообще не способно принимать лактозу ввиду отсутствия соответствующего фермента в их организме. Молоко там - преимущественно детская еда. И уж естественно, в странах средиземноморья больше потреблялось морепродуктов...



Как известно, наиболее распространенная и наиболее употребляемая пища была наиболее дешевой и, стало быть, более уместной в постном рационе. Поскольку молоко изначально не относилось к таковым, оно и не попало в список постных продуктов, чего не скажешь о рыбе... Более того, древние считали, что каждый конкретный продукт определенным образом влияет на поведение и образ мыслей человека. И молочные продукты в этих представлениях не способствовали установлению постного устроения.

Конечно, молочное является важным источником кальция, дефицит которого актуален для людей престарелого возраста особенно. Но источниками этого микроэлемента являются и ряд других продуктов, например, капуста, шпинат, спаржа, бобовые, чечевица, орехи, инжир. И белки, кстати, не служат главным источником «силы», энергии. Это - миф. Вспомните - самые сильные животные не употребляют животных белков. Но, естественно, важность животных белков для организма человека отрицать нельзя и, все же, некоторую часть постящийся может компенсировать как за счет употребления морепродуктов, так и за счет содержащих белок продуктов растительного происхождения. Но все это требует согласований с терапевтом.

Часто приходится сталкиваться с такими людьми, которые привыкли есть только то, что они любят. Это приводит к тому, что они попросту голодают во время постов. На омаров и ананасы денег нет, а то, что, например, каши относятся не только к пищевым, но и к постным продуктам, им и в голову не приходит! Однако, нехватка определенных веществ в определенной мере, все же, предполагается идеей поста, и пост несомненно должен оказать умиротворяющее физическое воздействие на организм, но рекомендации врачей являются абсолютным показанием для пересмотра постного рациона.

Святитель Игнатий (Брянчанинов) писал своей заболевшей сестре: «...Неприменно вкушай говяжий бульон и другую нужную по требованию твоего тела мясную пищу. Церковь положила в известные времена воздержание от мясной пищи для того, чтоб непрестанно употребляемая мясная пища не разгорячала безмерно тел, чтоб они на растительной пище постного времени прохлаждались и облегчались, а не потому, что употребление мяса заключает в себе собственно какой грех или нечистоту. И потому удаление от мяса при необходимости и болезни есть грубый предрассудок русского человека, обременившего небесную религию многими своими национальными дебелиями». По этому же поводу выражает схожее мнение и святитель Феофан Затворник: «Никаких нет законов убивать себя, коль скоро известно, что постное расстраивает здоровье. И святой Пахомий в уставе написал, монахам больным есть мясо, если то нужно для здоровья». «Относительно поста, когда нет здоровья, терпение болезни и благодушие во время ее, заменяет пост. Потому извольте употреблять пищу, какая требуется по свойству лечения».

Если по тем или иным причинам соблюдение поста несовместимо с имеющимися недугами или обстоятельствами жизни, то тогда нужно обратиться к местному духовенству за помощью в составлении личной «программы» проведения поста.

Пост - замечательный повод подумать и о физическом здоровье, посетить врача, сдать анализы... Ожидание результатов здорово способствует молитве... Если мы регулярно за каждым богослужением просим здравия и долголетия, то почему бы хоть изредка самим не посматривать за своим здоровьем? Но как опасно заниматься самолечением, так опасно заниматься и самоспасением. Пост требует духовного наставничества и, думается, без него он не возможен. Будьте поближе к храму, поближе к общине!

Батюшка – дальнобойщик

Может ли священник работать на светской работе? Отвлекает ли такая «внештатная служба» от священнического труда или, наоборот, добавляет опыта? Настоятель храма св. апостола Матфея в бельгийском городе Левен иерей Александр Яворовский уже несколько лет сидит за баранкой. «Мой грузовик – моя келья, моя молитвенная комната. Я его так и называю – монастырь на колесах. Руки и ноги заняты во время езды, а голова свободна, можно помолиться спокойно, подготовить проповедь, так что время в дороге я зря не теряю», – рассказал отец Александр, по совместительству дальнобойщик...

За рулем отец Александр проводит все дни, за исключением субботы и воскресенья, в среднем по 13-15 часов. Напарников нет – в Европе дальнобойщики ездят в одиночестве. Обычный маршрут – Бельгия, Голландия, Франция, Люксембург. Режим очень напряженный, частенько приходится и ночевать в машине. В пятницу вечером – акафист в церкви, в субботу – Всенощное бдение, в воскресенье – Литургия, а в понедельник – снова в дорогу. «В те дни, когда случаются большие праздники, я беру отпуск. Но вообще прихожане с большим пониманием относятся к моей работе». Приход в Левене, как и многие другие европейские приходы, не может содержать священника. Месячный «священнический» доход составляет около четырехсот евро, из которых половину приходится отдавать за аренду помещения; чтобы прокормить свою семью из шести человек, отцу Александру необходимо зарабатывать еще минимум две тысячи. В Бельгии жизнь дорогая.

«Святой апостол Павел говорил: “...мы не бесчинствовали у вас, ни у кого не ели хлеба даром, но занимались трудом и работою ночь и день, чтобы не обременить кого из вас...” (2 Фес. 3, 7-8) – так что я не считаю странным или зазорным, что мне приходится работать, – говорит отец Александр. – И я не один такой в Европе. Правда, среди других православных священников водителей я не встречал, в основном все они работают в социальном секторе: переводчиками, преподавателями, адвокатами, менеджерами. Но как же еще прожить, если не работать? Здесь немного другая обстановка, не так, как в России, где священника кормит приход. Здесь дай Бог приходу себя прокормить – заплатить за аренду, свет, воду, купить свечи. А шок от того, что я священник и пришел работать водителем, прежде всего был у самих работодателей, но ничего, привыкли. Больше всего удивляются католические священники, когда узнают, что я дальнобойщик, им не понять, как можно совмещать такие две работы. Они-то получают зарплату от государства. Но я не обращаю внимания на все удивления, делаю свое дело: катаюсь по Европе в своей келье на колесах – двадцать один метр в длину и четыре метра в высоту. Хотя, если бы мне кто-нибудь сказал в семинарии, что буду работать на фуре, ни за что бы не поверил!»

Отец Александр родился в городе Слоним, Гродненская область. Сейчас ему 33 года. Школьная жизнь была очень бурной: «Я умудрялся быть комсоргом школы, – рассказывает отец Александр, – и одновременно тайно служил пономарем в церкви. Ни одно мероприятие школы не обходилось без моего участия. Я был и капитаном КВН, и областным ведущим концертов, и участником различных конкурсов. Так что все пророчили мне замечательную светскую карьеру в будущем, но жизнь сложилась иначе – ко всеобщему изумлению, я поступил в Минскую Духовную семинарию». В 1999-м, после окончания семинарии его рукоположили в священники и назначали служить в своем родном городе. Через два года батюшка переехал на постоянное место жительства в Бельгию, где владыка Симон, архиепископ Брюссельский и Бельгийский, назначил отца Александра служить в Антверпен, а еще через два года благословил возглавить православную общину в Левене. Чтобы прокормить семью, пришлось осваивать новую профессию. Перед тем, как устроиться на работу, необходимо было окончить языковую школу и школу водителей. На это ушло полгода, но после недавней еще учебы в семинарии нидерландский язык пошел быстро. «Честно, – рассказывает отец Александр, – я и не думал, учась в семинарии, что мне придется вообще чем-то другим заниматься, кроме дел церковных. А тут вот как Господь ведёт. В рейсах я иногда сталкиваюсь с русскоязычными шоферами, но редко говорю, что я священник, чтобы не смущать их. Тем более я не езжу в подряснике, так как мы обязаны работать в спецодежде, и не вожу с собой никаких требных принадлежностей и облачений. У меня в машине есть только иконочка Богородицы и Распятие. Если кто-то просит помолиться – я делаю это в дороге.

«Бельгийцы, – рассказывает отец Александр, – как и другие европейцы, в основном люди неверующие,



хотя очень добрые, большие любители пива, мидий и жареной картошки. Христианство здесь превратилось в культуру, а церковные праздники хоть и есть в календаре, но приобрели другой оттенок. Рождество стало праздником семьи, а Пасха “праздником кролика” (по народной традиции, в Германии весной принято выпекать пасхальных кроликов, иногда их делают из марципана или шоколада; кролик “оставляет” в подарок хорошим детям гнездо с разноцветными яйцами), поэтому католические храмы пустуют. Накануне Рождества я попробовал найти открытку с изображением Младенца Христа, но, увы, это невозможно, оказывается, такие открытки не пользуются спросом. А если ты заявляешь, что ты верующий и ходишь в храм, то на тебя смотрят как на чудака или фанатика.

“Мои прихожане, - говорит о. Александр, - в основном образованные и интеллигентные люди. Левен - университетский городок, многие русскоязычные студенты и преподаватели ходят в наш храм. Я сам - дальнбойщик, а двое моих алтарников - кандидаты наук: один исторических, другой - технических. Наш староста работает в министерстве юстиции и отвечает за безопасность всех тюрем Бельгии. Мне очень повезло с приходом. Это не просто люди с общими религиозными интересами, собирающиеся раз в



*Приход храма
св. апостола Матфея в городе Левен*

неделю удовлетворить свои религиозные потребности, а глубоко верующие христиане. Наш приход - настоящая духовная семья, именно семья, а не коллектив или кружок по интересам. Мы решаем вместе все проблемы общего характера - например, покупка облачений, свечей - или частного характера - помощь в судебных делах кому-то или посещение в больнице. Я никогда не пробовал ставить себя выше моих прихожан или раздавать благословения направо и налево. Наоборот, прошу всех без волнения делать мне замечания по поводу моих проповедей или моего поведения - я и так самый молодой в моем приходе, а других священников нет, служу один. Паства остается моим самым главным трудом и требует намного больше сил, чем физический, светский труд, чем работа дальнбойщиком”.

простоте души

Как мы боимся простудить тело свое, кутаем его, согреваем: носочки потеплее, кофточки, свитерки. А сохраняем ли мы так душу - от сквозняков, от неполадок, от заблуждений, которые мы принимаем? По слову пророка Давида: «Омыеши мя и паче снега убелюся» - надо нести постоянно покаяние. Так мы и просим в вечерних молитвах: «Господи, дай мне помысл исповедания грехов моих».

Каждый человек в своей жизни много согрешает. Даже святые угодники и то впадали и в прелесть, и в искушение сатанинское. Вспомним преподобного Исаакия, как он уже в затворе жил и в подвигах просиял. И осиял его свет, и явился ему ангел и сказал: «Исаакий, ты достиг высоты великой и скоро Христос посетит тебя, чтобы ты поклонился Ему». Наступило назначенное время, и он услышал пение и свет, и увидел в красивой диадеме подобного Царю славы и поклонился ему. И вдруг увидел, что ноги-то козлищ. И стал раскаиваться, и взмолился Богу, и стали демоны его топтать и мучить. И после этого он долго лежал в болезни и каялся. Вот как страшно впасть в прелесть! В житии преподобного Льва Оптинского рассказывается, как однажды он заехал в одну пустынь. И там был затворник, иеромонах Феодосий, славившийся прозорливостью. И старец спросил его: «Откуда у тебя такие дарования?». «От Духа Святого. Дух в виде голубя ко мне сходит...» - ответил тот. «Отче, опомнись, не в прелести ли ты?». «Я думал, что ты пришел от меня назидаться, а ты меня оскорбляешь» - сказал иеромонах. Пошел после этого старец Лев к настоятелю и сказал: «Смотрите, как бы не случилась какая беда у вас в монастыре». И не успел он еще отъехать, как получил известие, что этот иеромонах-«прозорливец» наложил на себя руки. Так враг часто приходит с прелестью, чтобы погубить нас. Самое главное - жить в простоте, как говорил старец Амвросий Оптинский: «Где просто, там ангелов со сто, а где мудрено - ни одного».

Некоторые говорят: «Батюшка, сколько я молюсь, а все помыслы, помыслы...». И тут тоже у старца Амвросия мы находим пример: «Едет мужик по рынку с горшками. И надо ему пробраться на середину, где народа побольше и продажа будет лучше. Крутом суeta, а он все «но» да «но» и доехал до нужного места.

Так и в молитве потихонечку нужно двигаться, и продвинешься к Царствию Небесному». Вот как просто все сумел объяснить старец Амвросий! А ведь ученый был муж, «Лествицу» Иоанна Лествичника перевел с греческого. А имел детское сердце и давал чудные наставления, записанные для нас, чтобы и мы назидались.

Простота дается человеку за неосуждение грешников. Если мы видим какого-нибудь брата в винопитии или в других грехах, - помолимся: «Помоги, Господи, брату выбраться из этой трясины болотной, укрепи его». Но не будем осуждать никого, а то сами впадём в еще больший грех. И не нужно требовать чрезмерного. Как говорят отцы: «Если увидишь молодого послушника, резво восходящего на небо, опусти его на землю». Нужно сначала на земле научиться жить в мире и в ладу со всеми людьми, тогда и о Царствии Божием можно думать. А нам тот не нравится, другой не нравится, а сами мы - что? В одной семье бывают дети и хорошие, и плохие. За одних радуешься, за других печалишься. Так и наша христианская семья: у каждого свой нрав. И лучше помолиться, а не осудить. Как сказано в одной истории: в монастыре некий брат все время что-то читал, записанное на хартии. И братья донесли игумену: «Этот брат колдун». Вызвал его игумен к себе: «Чем ты занимаешься?». - «Я



всегда, когда боюсь впасть в грех, читаю, что написано у меня в хартии: «Удержи язык твой от зла и устне твои, еже не глаголати лъсти, и не осуди брата твоего». Вот как опасно осуждать!

Итак, первый наш грех - это осуждение. А ведь на Страшном Суде мы не за другого будем отвечать, - за себя. На земле мы можем показаться хорошими, добрыми и ласковыми, а там, на Суде, будет видно, какие мы на самом деле. Как сказано: «Сердцеведче! Пощади души наши!».

Чему нас учат пчёлы

Чувство любви к родителям Господь вложил в сердце каждого человека. Но что говорить о людях? Посмотрите на пчел: они не покидают свою матку (т. е. царицу пчел) даже тогда, когда она уже не может для них ничего делать и, искалеченная или больная, падает на дно улья. Нельзя смотреть без сострадания, как эти Божьи мушки всеми силами стараются поднять свою матку со дна вверх: они спускаются, цепляясь одна за другую, на дно улья и образуют из себя лестницу в надежде, что матка по этой лестнице поднимется вверх, где ее ожидают самые усердные слуги. А если она так обессилела, что не может выбраться оттуда, то при ней остаются несколько пчелок с медом, которые кормят больную матку и согревают ее, прижимаясь к ней. И трогательно бывает видеть, как эти усердные дети не покидают матку свою даже тогда, когда она умрет: они машут над нею крылышками, как бы стараются оживить ее, и только уж тогда, когда увидят, что все напрасно, с жалостливым жужжанием улетають от нее.

Смотря на это, невольно подумаешь: «подойдите сюда, разумные люди, поучитесь у этих маленьких созданий не только их уму-разуму, их трудолюбию, бережливости, их любви к своим деткам - молодым пчелкам, но и подивитесь их любви к их матке, поучитесь у них и этой добродетели. Но ведь мы не животные, мы не дикари какие-нибудь, мы не язычники, Бога не ведущие. Нам сказал Господь Бог: «Чти отца твоего и мать твою, да благо тебе будет и да долготелен будешь на земле». Много-много нам писали об этой заповеди великие учителя ветхозаветные, много поучали нас святые апостолы, и всегда учила и учит святая мать наша Церковь Православная. Она учит нас, что, кто почитает отца и мать, тому Господь ниспосылает Свое благословение. Вот как поучает об этом премудрый Иисус, сын Сирахов: «Чтящий отца, - говорит он, - очистит грехи». Что это значит? А это значит вот что: Господь так высоко ставит любовь детей к родителям, что Он прощает нам грехи наши, если мы всей душой любим наших родителей, если усердно служим им в их немощах и старости, если для них не жалеем ничего, что только есть у нас.

И слава Богу, есть много таких христиан, у которых любовь к родителям достойна удивления.



Интересно знать...

Август, последний летний месяц, отмечен сразу тремя праздниками, очень любимыми в народе. Их называют Спасами, а названия праздников связаны с

крестьянскими хлопотами, сбором урожая. Первый - Медовый Спас - отмечается 14 августа. Яблочный Спас (19 августа) - второй и самый главный - совпадает с великим церковным праздником Преображением Господним. Третий - Ореховый - 29 августа.

С 14 августа, начала Медового Спаса (второе его название - Маковой) люди идут в церковь святить воду, мак и мед. После церкви - обязательно праздничное застолье. Начинают его с маковых пирогов или блинов. С этого дня начинается пост. Называется он Успенским в честь Успения Богородицы и продлится до 28 августа. Считалось, что мед, освященный в день Первого Медового Спаса, может избавить от многих проблем и укрепить здоровье. Храниться мед может довольно долго. Если вы запасётесь им заранее, то у вас будет надежное средство от любых бед. Чтобы избежать многих заболеваний, каждое утро натошак съедайте по кусочку хлеба, намазанному медом.



Преображение Господне отмечается 19 августа. Второе название праздника - Яблочный Спас. По окончании церковной службы освящались



принесенные с собой фрукты, причем отдавалось предпочтение яблокам. Именно поэтому праздник Преображения также называли в народе Яблочным Спасом. К Преображению распахивали землю под озимые культуры. После этого приглашался местный священник, который освящал землю святой водой и иконами. А самый лучший и старательный землепашец деревни имел право бросать в освященную землю хлебные зерна, что символизировало начало засева озимых. Считается также, что с Яблочным Спасом приходят первые холода. В этот день провожали песнями закат первого осеннего солнца.

29 августа православные верующие отмечают праздник Спаса Нерукотворного. По Евангельскому преданию, Спаситель отер полотенцем лицо, и на ткани осталось отображение его Божественного

лика. Особое почитание праздник получил в Русской Православной Церкви, поэтому иконы Нерукотворного Образа Иисуса Христа стали одними из самых почитаемых на Руси. «Ореховым» третий Спас называют потому, что к этому дню поспевают орехи. На Ореховый Спас во многих городах раньше устраивали ярмарки. Считалось, что торговля в этот день будет особенно благоприятной. На Ореховый Спас принято готовить различные блюда с добавлением орехов, и угощать ими всех родных и близких. Третий Спас в старину называли еще «хлебным», потому что накануне отмечается Успение Пресвятой Богородицы, с которым связывается окончание жатвы хлебов. В этот день принято печь пироги и хлеба из муки нового урожая. В старину ходили такие пословицы: «Третий Спас хлеба припас», «Коль хорош третий Спас, будет зимой квас».



К Ореховому Спасу заканчивается Успенский пост. Несмотря на строгость поста, Успенский пост считается на Руси самым приятным, легким благодаря обилию поспевших фруктов и овощей. В народе даже сложилась поговорка: «Петровка - голодовка, Спасовка - лакомка». Название «Спасовка» Успенский пост (с 14 по 29 августа) получил как раз потому, что он связан с тремя радостными праздниками Спасами, в честь Всемилоственного Спаса Иисуса Христа: первый - Медовый Спас - приходится на начало поста, Второй - Яблочный - на середину, третий - Ореховый Спас - на конец поста. В старину говорили: «Ласточки отлетают в три раза, в три Спаса». На третий Спас последний отлет ласточек. Также существовала примета: «Если журавль отлетит к третьему Спасу, то на Покров будет морозно».

Дорогие прихожане! Редакция "Нашего храма" благодарит всех Вас за соучастие в создании газеты и надеется на дальнейшее сотрудничество. Мы с нетерпением ждем Ваших отзывов, писем, статей и фотографий. Приносите их, пожалуйста, в иконную лавку или присылайте на наш Интернет-адрес, указанный ниже. Просим бережно относиться к газете. На ее страницах публикуются репродукции икон, священные имена, цитаты из Священного Писания. Не используйте ее в неподобающих целях! Если она стала вам не нужна - подарите ее другим людям.

Газета "Наш храм": духовный попечитель - иерей Дмитрий Лукашевич;

главный редактор и ответственный за выпуск - диакон Алексей Титов.

Адрес редакции: 224025 г.Брест, ул.Белорусская, 45; E-mail: dubrovka.orthodox@gmail.com

Сайт храма в Интернете: www.orthodox-dubrovka.com

Тираж номера - 60 экземпляров.

Редакция оставляет за собой право редактировать и сокращать тексты.