

# МОЛОДОЙ ПРИХОЖАНИИ

Московская епархия Русской Православной Церкви.  
ХРАМ СВЯТИТЕЛЯ НИКОЛАЯ ЧУДОТВОРЦА.

По благословиению настоятеля прот. Александра Трушина.

## ПРОБЛЕМЫ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ СВЕТСКОГО ВУЗА.

*Важным этапом в работе по духовно-нравственному воспитанию молодежи стала III Муниципальная научно-практическая конференция «Православная культура в жизни молодежи», которая состоялась 12 марта 2013 года на базе Домодедовского филиала Российского нового университета. По поручению Высокопреосвященнейшего*



*Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия работу конференции возглавил Епископ Зарайский Константин, ректор Коломенской духовной семинарии, Председатель Отдела религиозного образования и катехизации Московской епархии Русской Православной Церкви. Наряду с успехами и достижениями, которыми может похвалиться Домодедовский филиал Российского нового университета: а это и научно-практические православные конференции и тематические выставки, посвященные роли православной церкви в Великой Отечественной войне и других судьбоносных этапах развития государства российского, выставки юных живописцев и фотохудожников, специализированный курс Основ православной культуры и наличие университетской часовни в честь Сретенья Господня, участники конференции отметили особую озабоченность духовно-нравственным состоянием общества, неудовлетворенность и несогласие с теми духовно-нравственными ориентирами, которые навязываются нам многими средствами массовой информации.*

*На пленарном заседании конференции Владыка Константин огласил Приветствие Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия, заслушаны доклады Зам.руководителя администрации городского округа Домодедово Добриной Е.К., Начальника управления образования Терещенко Ю.В., Ректора Российского нового университета Зернова В.А., Директора Домодедовского филиала Бондаренко Н.В. Высокую оценку работе конференции дал Глава городского округа Домодедово Ковалевский Л.П.*

*На секционных заседаниях обсуждались проблемы преподавания Основ православной культуры в школах и ВУЗах, острые вопросы практики организации социального добровольческого движения, места и роли православия в жизни школьников и студентов. В работе конференции приняли участие руководители городского округа Домодедово, благочинный Домодедовского церковного округа протоиерей Александр Васильев, священник Лев Корнеев, священник Георгий Безруков, священник Александр Казаченко, учителя и преподаватели учебных заведений, организаторы и участники волонтерского движения, студенты и учащиеся. По каналам видеоконференцсвязи выступили зарубежные гости: представители Православной школы при Вифанской обители Иерусалима и организаторы православного образовательного проекта «Светоч» (Сербия, Египет, Белоруссия). В рамках конференции организована работа экспозиции, посвященной Отечественной войне 1812 года и преодолению смуты 1612 года, а также фотовыставка и выставка юных художников «Духовные родники России». В заключении работы конференции наградами Московской Епархии были награждены Директор филиала РосНОУ Бондаренко Н.В. и ответственный по работе с молодежью в Домодедовском благочинии, настоятель Никольского храма с. Лямцино протоиерей Александр Трушин.*

## **ПРОЩЕНОЕ ВОСКРЕСЕНИЕ**

*Последнее воскресенье перед началом Великого поста именуется Церковью Неделей сыропустной, так как именно в этот день заканчивается употребление в пищу молочных продуктов. Церковь напоминает нам об изгнании Адама и Евы из рая за непослушание и невоздержание. Также этот день именуется Прощеным воскресеньем. На Литургии читается Евангелие с частью из Нагорной Проповеди, где говорится о прощении обид ближним, без чего мы не можем получить прощения грехов от Отца Небесного, о посте, и о собирании небесных сокровищ.*

*Евангельское чтение в Прощеное воскресенье: Мф., 17 зач., 6, 14—21*

*Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. Также, когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице*

*твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно.*

*Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут, но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют и где воры не подкапывают и не крадут, ибо где сокровища ваши, там будет и сердце ваше.*

Толкуя евангельские стихи о взаимном прощении обид в Прощеное воскресенье, епископ Феофан Затворник восклицает: «Какой простой и подручный способ спасения! Прощаются тебе согрешения, под условием прощения прегрешений против тебя ближнего твоего. Сам, значит, ты в своих руках. Переломи себя и от немирных чувств к брату перейди к искренно мирным, — и всё тут. Прощеный день — какой это великий небесный день Божий! Когда бы все мы, как должно, пользовались им, то нынешний день из христианских обществ делал бы райские общества, и земля сливалась бы с небом...»

Сообразно с Евангельским чтением, христиане имеют благочестивый обычай просить в этот день друг у друга прощения грехов, ведомых и неведомых обид и принимать все меры к примирению с враждующими. После богослужения в храмах совершается особый чин прощения, когда священнослужители и прихожане взаимно испрашивают друг у друга прощение, чтобы вступить в Великий пост с чистой душой, примирившись со всеми ближними.

**История установления.** Чин прощения появился в монастырской жизни египетских монахов. Перед наступлением Великого поста, чтобы усилить подвиг молитвы и подготовиться к светлому празднику Пасхи, монахи расходились по одному по пустыне на все сорок дней поста. Некоторые из них уже не возвращались обратно: кто-то был растерзан дикими зверями, другие погибли в безжизненной пустыне. Потому, расходясь, чтобы встретиться только на Пасху, монахи просили друг у друга прощения за все вольные или невольные обиды, как перед смертью. И конечно, сами от души прощали всех. Каждый понимал, что их встреча в преддверии Великого Поста может оказаться последней. Для того и существовал чин прощения — чтобы быть примиренным и прощенным со всеми и — благодаря этому — с Самим Богом.

С течением времени эта традиция перешла в богослужение всей Церкви. На Руси в канун Великого поста наши благочестивые предки испокон веков исполняли обряд высочайшего смирения. Старший и властный просил прощение у последнего и ничтожного. И государи просили прощения у свои подданных. С этой целью они объезжали войска, просили прощения у солдат, посещали монастыри, где просили прощения у братии, приезжали к архиереям, чтобы и у них попросить прощения.



## СВЯТЫЕ ОТЦЫ О ПРОЩЕНИИ:

*Все желающие приступить к подвигу поста и молитвы, все желающие пожать плоды от своего покаяния, услышьте Слово Божие, услышьте завет Божий: простите ближним согрешения их пред вами.*

**Святитель Игнатий (Брянчанинов)**

*Ты постишься? Умилостивь того, кого ты обидел, никогда не завидуя брату, ни к кому не питай ненависти.*

**Святитель Иоанн Златоуст**

*Если ты, человек, не прощаешь всякого согрешившего против тебя, то не утруждай себя постом и молитвой... Бог не примет тебя.*

**Преподобный Ефрем Сирий**

## ВЕЛИКИЙ ПОСТ И РАБОТА. СОВЕТЫ СВЯЩЕННИКОВ

*Пост для работающего человека — время особое, как и для любого другого. Неработающих людей нет — кто-то работает на государственной службе, кто-то в частных компаниях, кто-то на дому. И мера поста у каждого своя. Так, как воздерживались древние отцы в египетских пустынях, наверное, сейчас поститься невозможно. Никто и не говееет, вкушая три боба в день, подобно тому, как, согласно житию преподобной Марии Египетской, питался Великим постом преподобный Зосима. Но отчуждать себя от тела всей Церкви в этот период ни в коем случае нельзя.*

*Каждый должен воздерживаться в ту меру, чтобы не просто волочить ноги, но и что-либо делать. Один духовник говорил, что если человек умирает от поста, то это грех самоубийства. Поэтому можно выделить для себя: да, я не смогу обходиться этим постом без подсолнечного масла, но я зато смогу обходиться без лишней болтовни на работе, без телевизора, без осуждения или участия в каких-то других недостойных мероприятиях. Я отключу себя от развлекательной части интернета. Может быть, дам себе задание прочитать какие-то определенные книги...*

*Пост важен не только в гастрономии. Важно и внутреннее состояние. Что касается посещения богослужений, то я вспоминаю советское время, когда работу и церковные службы, было действительно тяжело совмещать по тем причинам, что работодатель (то есть государство) «гонял» и всячески следил за верующими, чтобы их как-то ущемить в их церковной жизни. Но люди верующие иногда даже брали отпуска, чтобы присутствовать на службах.*

*Здесь все зависит от того, что ты ищешь: ты ищешь средство посещения богослужения или причины их не посетить? Каждый сам определит. Но если даже ты в силу каких-либо причин, имея желание посетить храм, в него не попадаешь — сейчас есть множество литературы, с помощью которой можно*

*восполнить пропуск богослужения. Это ведь тоже очень важно: ты вдумчиво, не спеша, сам встанешь на молитву, ущемишь себя где-либо — и прочитаешь.*

*Так что мой совет: искать средства богообщения трезвомысленно. Пусть это будет богослужение или пост, и во всем надо соблюдать свою меру. Чтобы мы воспитывали в себе воздержание, отказываясь от малого, а Господь мог бы нам доверить большее.*

**Священник Игорь Фомин**

*Нужно приложить усилия, соотнеся их со своими возможностями, чтобы совместить посещение богослужений со своими рабочими послушаниями. То же самое касается и пищи — нужно себя ограничить по возможности. Каждый из нас должен почувствовать, что сейчас особый период духовного обновления, и у каждого будет своя мера. Нужно вспомнить, что говорит Предание нашей Святой Церкви: постится не только наш желудок, но и все пять чувств.*

*Это самое главное. Разумеется, построить свою жизнь так, чтобы на сто процентов исполнить это правило, может не каждый. Только монахи древности уходили после чина прощения из обители, уединялись, чтобы постараться максимально исполнить подобные аскетические требования. Но мы, живя в миру, этого не сможем. Мы должны соотносить наши возможности и требования Предания. Не нужно путать православный пост с диетой. Если не можешь телесно попоститься — постарайся поститься духовно: никого не осуждать, не раздражаться, не гневаться, не смотреть на что-то пошлое, что мог раньше себе позволить, не слышать ничего лишнего, немного уединиться...*

**Протоиерей Михаил Крутин**

*Соблюдать пост нужно таким образом, чтобы пощение не влияло на работоспособность. Общий принцип, который можно прочесть у многих святых отцов: пост и любые другие телесные подвиги должны оставлять место для молитвы и рукоделия. В данном случае таким рукоделием является работа.*

*Поэтому к посту, например, следует приступать, все взвесив, рассудив, посоветовавшись со священником, с кем-то из церковных людей, которые уже давно постятся и не понаслышке знают о том, что такое пост — и найти для себя меру, которая позволит, с одной стороны, и соблюсти пост, и, с другой стороны, не надорвать силы, избежать крайностей.*

*Конечно же, надо в первую очередь помнить, что главное — это пост внутренний, состоящий в воздержании от греха, страстей, похотей, от дурных поступков, слов, мыслей, чувств, а пост внешний — это средство вспомогательное. Невозможность в полной мере соблюсти этот последний можно компенсировать тем, что обратить большее внимание на пост внутренний, на духовное трезвение.*

**Иеромонах Никанор (Лепешев)**

# Календарь Великого Поста

Великий пост начинается за семь недель до Пасхи и состоит из сорока дней четырехдесятницы - и Страстной седмицы - недели перед самой Пасхой.

## Неделя Торжества Православия



В первые четыре дня первой недели поста на вечерней службе в храмах читается по частям Великий покаянный канон святого Андрея Критского. В пятницу освящается коливо. Воскресенье - Неделя Торжества Православия (установлено при царице Феодоре в 842 г. в память восстановления почитания икон).

## Неделя святителя Григория Паламы



Святитель Григорий Палама (XIV век) учил, что за подвиг поста и молитвы Господь озаряет верующих Своим благодатным светом, каким сиял Христос на Фаворе. Память святителя Григория совершают во второе воскресенье Великого поста.

## Неделя Крестопоклонная



В третье воскресенье Великого поста на Всенощной в храмах выносят Святой Крест, чтобы напоминанием о страданиях и смерти Господней укрепить постящихся к продолжению подвига поста. Крест остается для поклонения в течение недели до пятницы. Третье воскресенье и четвертая седмица Великого поста называются «крестопоклонными».

## Неделя преподобного Иоанна Лествичника



В четвертое воскресенье память подвижника VI века - святого Иоанна Лествичника, который 43 года подвизался на Синайской горе и написал книгу «Лестница Рая» - о пути постепенного восхождения человека к духовному совершенствованию.

## Неделя преподобной Марии Египетской



В четверг на пятой неделе - «стояние святой Марии Египетской». Великая грешница, она смогла искренне раскаяться и долгие годы провела в пустыне в молитве. Её путь - напоминание о неизреченном милосердии Божьем. В субботу на пятой неделе совершается «Похвала Пресвятой Богородице»: читается великий акафист Богородице.

## Неделя Цветоносная



В субботу 6-ой недели вспоминается воскресение Иисусом Христом Лазаря. Шестое воскресенье Великого Поста - торжественный вход Господень в Иерусалим на вольные страдания - Вербной воскресение. На Всенощной освящаются вербы (вайя). Заканчивается четырехдесятница и наступает Страстная Седмица.

Церковный устав позволяет вкушение икры в Лазареву субботу и рыбы в Неделю Вайи.



Примечание:  
меру поста лучше согласовывать со священником



«Православие и мир» - ежедневно о том, как быть православным христианином сегодня  
www.pravmir.ru ©2011  
Верстка: священник Максим Бурдин

## ВЕЛИКОПОСТНАЯ МОЛИТВА СВЯТОГО ЕФРЕМА СИРИНА

**Господи и Владыко живота моего, дух праздности, уныния, любоначалия и празднословия не даждь ми. Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему. Ей, Господи, Царю! Даруй ми зрети моя прегрешения, и не осуждати брата моего яко благословен еси во веки веков. Аминь.**

*Почему эта короткая и простая молитва занимает такое важное место во всем великопостном богослужении? Потому что в ней перечисляются особым, свойственным только этой молитве образом все отрицательные и положительные элементы покаяния и определяется, так сказать, список наших индивидуальных подвигов. Цель этих подвигов, прежде всего, — освобождение от какого-нибудь основного недуга, направляющего всю нашу жизнь и препятствующего нам вступить на путь обращения к Богу.*

## РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ. НУЖЕН ЛИ ПОСТ РЕБЕНКУ?

*Пост для ребенка очень важен. Каким вырастет малыш? Будет ли он рабом своих желаний, или с детства, когда формируется душа, научится властвовать над желаниями, над хотениями?.. Это зависит от того, научился ли ребенок с детства от чего-то отказываться. Если для взрослого пост – время отказа от обильной, расслабляющей, жирной, возбуждающей и проч. пищи, то для ребенка пост – это время сознательного и свободного отказа от вкусного и приятного: от развлечений, мороженого, телевизора и т.д.*

*Великий пост. На исповедь приходит ребенок 8 лет. Кается. Спрашиваю:*

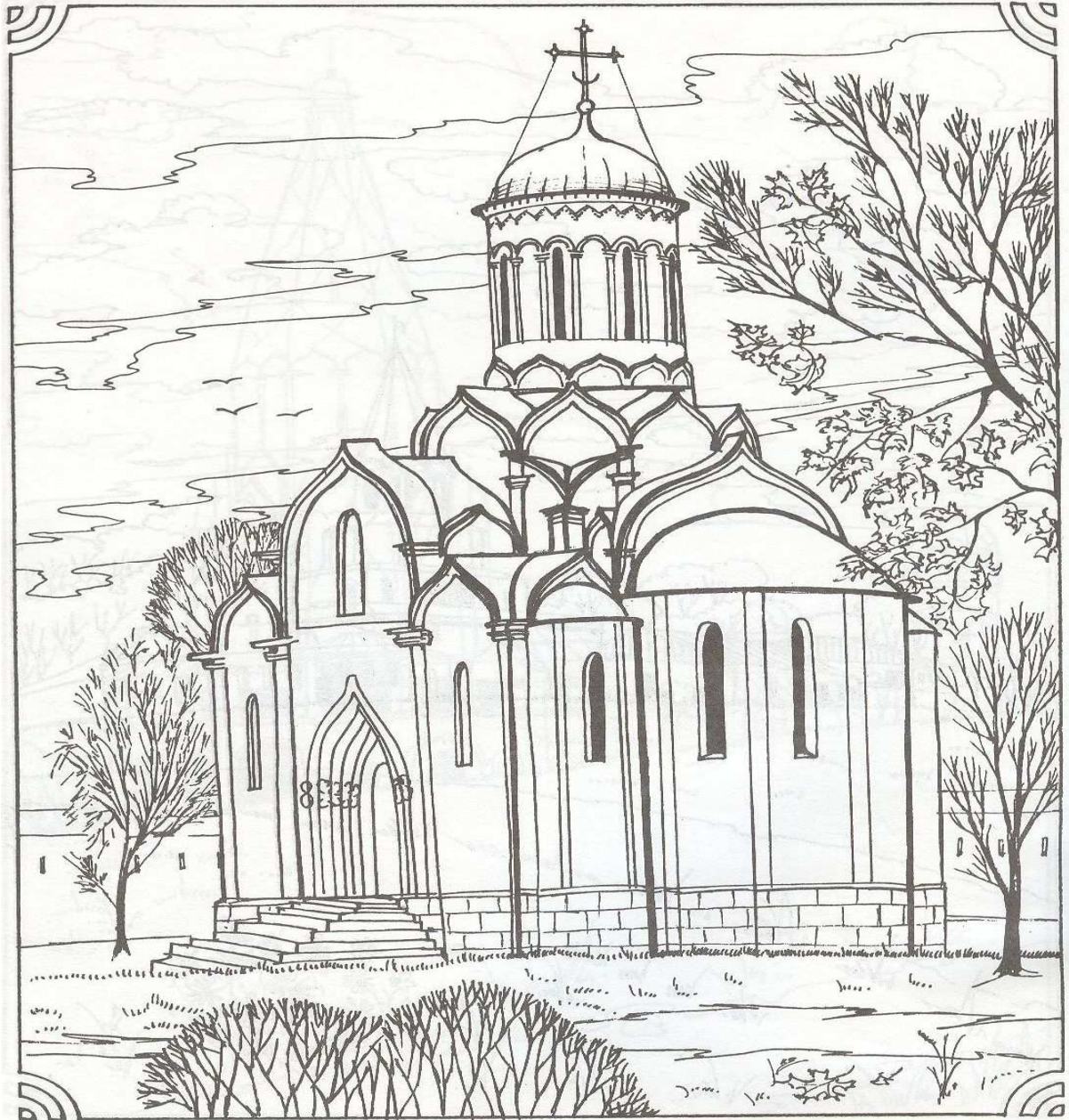
- Сейчас идет Великий пост. Ты постишься?*
- Да.*
- Как?*
- Ну, не ем мяса, молочного...*
- Скажи, а ты ешь конфеты? Строишь телевизор?*
- Да...*

*Вот такая ситуация очень распространена. И, честно говоря, я не понимаю родителей, чей ребенок так постится. Неужели они не понимают, что пост – это не вегетарианство, это воспитание воли христианина, пусть пока маленького, но настоящего, полноценного христианина? Воспитание воли, которое основывается на том, что малыш сознательно отказывается на некоторое время от вкусных и приятных вещей.*

*Взрослые через пост сами себе доказывают, что не зависят от сытной пищи: мясного, молочного, что послушны Церкви. Это что касается гастрономической стороны поста. Что же до времяпрепровождения, то взрослые отказываются от посещения кинотеатров и увеселительных заведений, ограничивают просмотр телепрограмм, напротив, большее время посвящают чтению Священного Писания и духовной литературы, молитве, посещению богослужений, доброделанию. Любой постившийся взрослый подтвердит, что настоящий пост дается с трудом, но несомненно и то, что воля постящегося закаляется в этом сознательном, пусть порой нелегком, противостоянии «хочу». Более того, мы чувствуем радость в душе от того, что смогли, получилось.*

*Такое воспитание воли необходимо и маленькому человеку. Он должен знать, что вместе со всей Церковью, как ее маленький представитель, он на какое-то время отказывается от того, что хочется, подчиняет себя дисциплине. Но только отказываться от мяса, молока, творога и проч., так необходимых ему для роста, формирования организма ребенка не имеет смысла. Ребенок с большим удовольствием откажется от котлеты или творога, для него постом будет как раз другое: съесть все положенное мамой на тарелку! В чем может заключаться пост для малыша? Как раз в том, чтобы он отказался от того к чему прикипела душа, отказался от того, чего очень хочется.*

*Священник Константин Пархоменко.*



**Уважаемые читатели!**

**Просим Вас не использовать этот приходской листок в хозяйственных целях.  
Если он стал Вам не нужен, подарите его другим людям.**

**Храм Святителя Николая  
с приделом при. Кирилла Белозерского  
с.Лямцино Домодедовского района  
Московской области.  
Наш сайт: [www.lyamcino.ru](http://www.lyamcino.ru)  
Эл.почта: [nik.hram@yandex.ru](mailto:nik.hram@yandex.ru)**

**Проезд:**  
ст.м. «Домодедовская»  
(выход: первый вагон из центра)  
маршрутное такси № 404 «Красный Путь»  
до остановки «село Лямцино» .  
т. 8-909-938-55-38

**Реквизиты:**  
МКБ «Дом-Банк», БИК 044552593  
Кор.Счет 30101810400000000593  
Расч.Счет 4070381050000000012  
ИНН 5009020829

**Храни Вас Господь!**