



МОЯ НАДЕЖДА

12+

православный женский журнал

**Цвет
настроения:
красный**

7 идей
на Пасху

Вопрос номера:

**«Найти
в Сети
или
попасться
в сети?»**

**«Битва»
святых**

Кому поставить
свечку, чтобы
наверняка
сработало?

Нет и жить без фальши

Как народная песня привела в церковный хор





Дорогие читательницы!

В весеннем номере «Надежды» у женского православия прекрасный открытый взгляд, звонкий чистый голос, самодостаточность и честность суждений. Читайте про нашу весеннюю девушку с обложки!

Номер получился настолько тематически пестрый, насколько, может, нам всем нужно именно сейчас, когда так и тянет зажмуриться и потряхнуть головой — авось, дурман, окутавший людей и страны, рассеется. Но нельзя, нельзя раскисать, уходить либо в мрачное нытье, либо в сладкое благолепие. Давайте, по возможности, отображать и принимать жизнь разной, во всех ее красках и некрасивостях. Ведь она такая. С молитвенным духом монастырской светелки, где мастерицы, не позволяя себе праздных пересудов, вышивают Плащаницу и святые лики. И с травлей в школе, у которой лик совсем иной, но суметь его распознать необходимо и родителям, и учителям, и детям. Возьмем на заметку основные постулаты проблемы и предлагаемый алгоритм действий, в случае чего.

Листаем дальше. Жениться на настоящей Василисе Премудрой — совсем не сказочный сюжет, а счастливая реальность того мужчины, который искал в женщине верную спутницу, найдя же ее, бережет как голубку и благодарит за все Бога. В отличие от другого мужчины, который Господа тоже часто вспоминает, в частности, в переписке на православных сайтах знакомств. Он туда все ходит и ходит в надежде «выловить» очередную дуручку, которая проникнется нелегкой судьбиной молитвенника, далекого от всего суетного, и возьмет на себя заботы о хлебе его насуином. Эх, тоже ведь не с потолка взято.

Жизнь еще такая, что мы часто мудрим там, где все просто и прозрачно. Это либо вера, либо ее всевозможные подмены. Последние — на что нас только не толкают! То мы, наслушавшись православных «знатоков», идем в церковь задабривать популярного святого, отвечающего, например, за поиск работы. А то не идем в церковь вовсе, объясняя это чем угодно, только не собственной ленью и маловерием. Советы пастыря и начинающего катехизатора — нам всем в помощь.

Уверена, хотя бы одна из семи идей, как прийти к Светлому Воскресению с полезным навыком домашнего творчества и с красивой семейной традицией, вам понравится. Как и парочка фирменных пасхальных блюд от нашего автора. И не забудьте украсить стол в стиле Праздника! Ведь какой бы пестрой ни была жизнь, цвет настроения — красный!

Екатерина Ротанова

Журнал издается по благословию
Высокопреосвященнейшего Георгия,
митрополита Нижегородского
и Арзамасского

12+ Православный
женский журнал

МОЯ НАДЕЖДА

№1 (60) 2022

Учредитель АНО «ПЦ «Логос»

Генеральный директор
Александр Сергеевич Фролов

Главный редактор
Александр Сергеевич Фролов

Шеф-редактор
Екатерина Ротанова

Литературный редактор
Лилия Шабловская

**Дизайн-верстка,
предпечатная подготовка**
Елена Елькина

Корректор
Алла Малиничева

Реклама, распространение
Нина Елизарова

Адрес редакции: 603086, РФ, Нижний
Новгород, пр-д Ярмарочный, 10
Телефон (831) 246-73-95
E-mail: logosnn@bk.ru

Издатель — АНО «ПЦ «Логос»,
РФ, Нижний Новгород,
ул. Б. Покровская, 30

Отпечатано в типографии
ООО «Юнион Принт».
Адрес: 603022, Нижний Новгород,
Окский съезд, 2.
Тираж 3500 экз. Заказ № 621
Дата выхода: 31 марта 2022 г.

Журнал зарегистрирован в Федеральной
службе по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых
коммуникаций

Регистрационный номер и дата
принятия решения о регистрации
серия ПИ №ФС77-76102 от 3 июля 2019 г.

При перепечатке и использовании
материалов ссылка на «Мою надежду»
обязательна

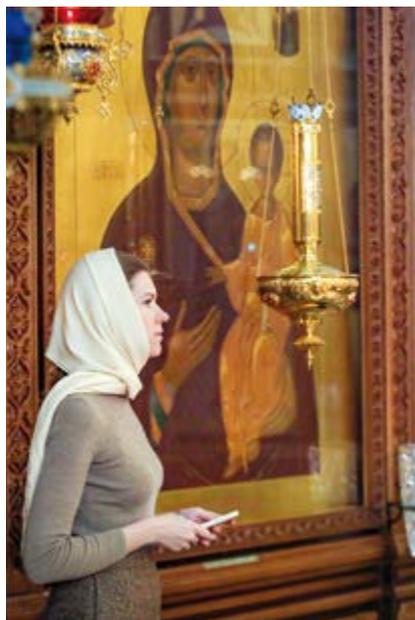
Цена свободная

Фото первой обложки:
Глеб Пушменков

Фото четвертой обложки:
Александр Чурбанов

Издание одобрено Синодальным
информационным отделом РПЦ.
№ 109 от 1 августа 2011 г.

4



48



24

54



60



ВОПРОС НОМЕРА

**Найти в Сети
или попасться в сети?**

Ловись, рыбка, и мала и велика!

Православные сайты знакомств 4

Как вы относитесь к знакомствам в интернете?

Из личного опыта православной молодежи . 8

ВЗГЛЯД ЦЕРКВИ

В храме

«Битва» святых

Кому поставить свечку,

чтобы наверняка сработало? 12

Вопросы священнику

«В храм ноги не идут»

Если церковная жизнь опостылела 16

ПОРТРЕТ

Вера и призвание

Петь и жить без фальши 20

ПРАВОСЛАВНАЯ

ГЕОГРАФИЯ

Паломнические маршруты

Молитва звучит посреди озера

Ворсменский монастырь и паломники

с «большой земли» 24

ПАСТВА ХРИСТОВА

Малая Церковь

Когда веришь в сказку

История из копилки педагога 30

Тревожный сигнал

«Творя судьбу всем обидимым»

Буллинг в школе:

распознать и предотвратить 34

Насущное

«Дети должны рождаться в семье»

Репродуктивное поведение:

что с ним не так? 40

Мнение

Имя Неадекват

Заметки о христианской трезвости 46

СВЕТ ТВОРЧЕСТВА

Мастерская

В «Марьиной светелке» 48

К празднику

Цвет настроения: красный

7 идей на Пасху 54

Пасхальная трапеза

Вкусная семейная история

Проверенные рецепты

к праздничной трапезе 60

НОВЫЕ УЧАСТНИКИ (34704)



Всего анкет 78766 | Онлайн 374 (261 участник)

КОГО ВЫ ИЩЕТЕ?

Пол

Страна

Возраст

 от до

Область

Был в последние

 дней

Город

 Только с фото Сейчас на сайте Инвалид

Искать по имени

Поиск

Расширенный поиск

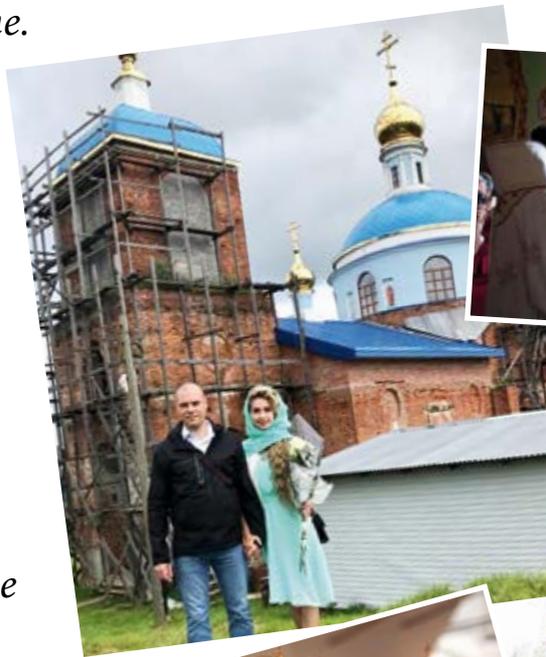
X

Ловись, рыбка, и мала и велика!

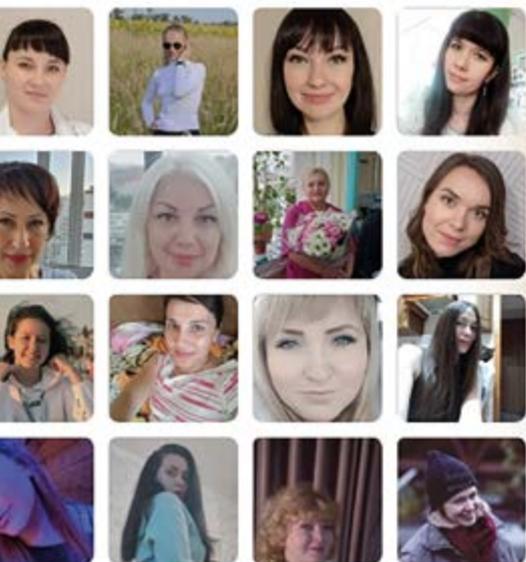
Православные сайты знакомств: попасться или поймать

Познакомились в интернете.

Да, такие случаи рассказывают порой счастливые супруги. Есть среди них и православные. Поневоле задумаешься: может, и мне? Ведь есть даже православные сайты знакомств, где люди и порядочнее, и близки по вере и духу. Так, по крайней мере, позиционируют такие площадки для общения их создатели. Реально ли это или очередная ловушка для наивных барышень? Обобщаем опыт, имеющийся в ближайшем окружении.



НОВЫЕ УЧАСТНИЦЫ (36927)



Какая женщина в прекрасном розовом периоде знакомства с православием и Церковью не ставит своей целью создать крепкую христианскую семью, найти (если нет) верующего мужа с такими же горящими, как у нее, глазами, нарожать детишек, а потом всем вместе ходить по воскресеньям на службы? Картинка идеальная. Но как найти того самого? В храме знакомиться неудобно, нужно следить за службой, а не высматривать мужчин; на работе не вариант, там вообще все неверующие, атеисты; на улице — моветон. Остается единственный вариант: интернет. Он как будто специально создан для застенчивых людей, которым так гораздо проще начать разговор. Правда, обычные знакомства в Сети пока не приносили счастья, но ведь существуют православные сайты. По мнению большинства, там все должно быть устроено по-другому: люди же верующие собрались и цель у всех одна — найти спутника жизни. Итак...

Выбираешь красивую фотографию, заполняешь анкету, подробно указывая, какого спутника жизни ты ищешь, и, собственно, все — процесс пошел. Остается только отбирать подходящих кандидатов. На деле оказывается все не так просто. Один ищет свою единственную вот уже 25 лет, и до сих пор безуспешно; за плечами другого — два разрушенных брака и взрослые дети; третий пишет, что ему нужна жена обязательно русская, славянского типа, с длинной косой. Странно, согласитесь?

Но кто ищет, тот всегда найдет. Вот он — не мужчина, а воплощение мечты! Во-первых, у него в профиле крупными буквами написано, что он православный, во-вторых, он регулярно ходит в храм, в-третьих, он говорит: «Спаси Господи» — и другие фразы из Библии. Наконец встреча. Вместе сходили на службу, потом прогулялись по парку, поели мороженого, обсуди-

ли притчи из Нового Завета. После нескольких встреч он предлагает руку и сердце. Радость и ликование, цель достигнута! Но какое-то сомнение закралось в душу... Может быть, из-за того, что жених не признает роспись в ЗАГСе (только венчание, и они обязательно совершат его, ...когда-нибудь потом, а сейчас просто будут жить вместе, причем он переезжает к ней). Ах, да, еще нюанс: работать он не будет, потому что он, оказывается, великий молитвенник... Вам смешно, вы думаете, такое невозможно? Еще невероятнее, что есть женщины, которые соглашаются на такие условия, взваливая на себя этот крест.

В контексте и вне его

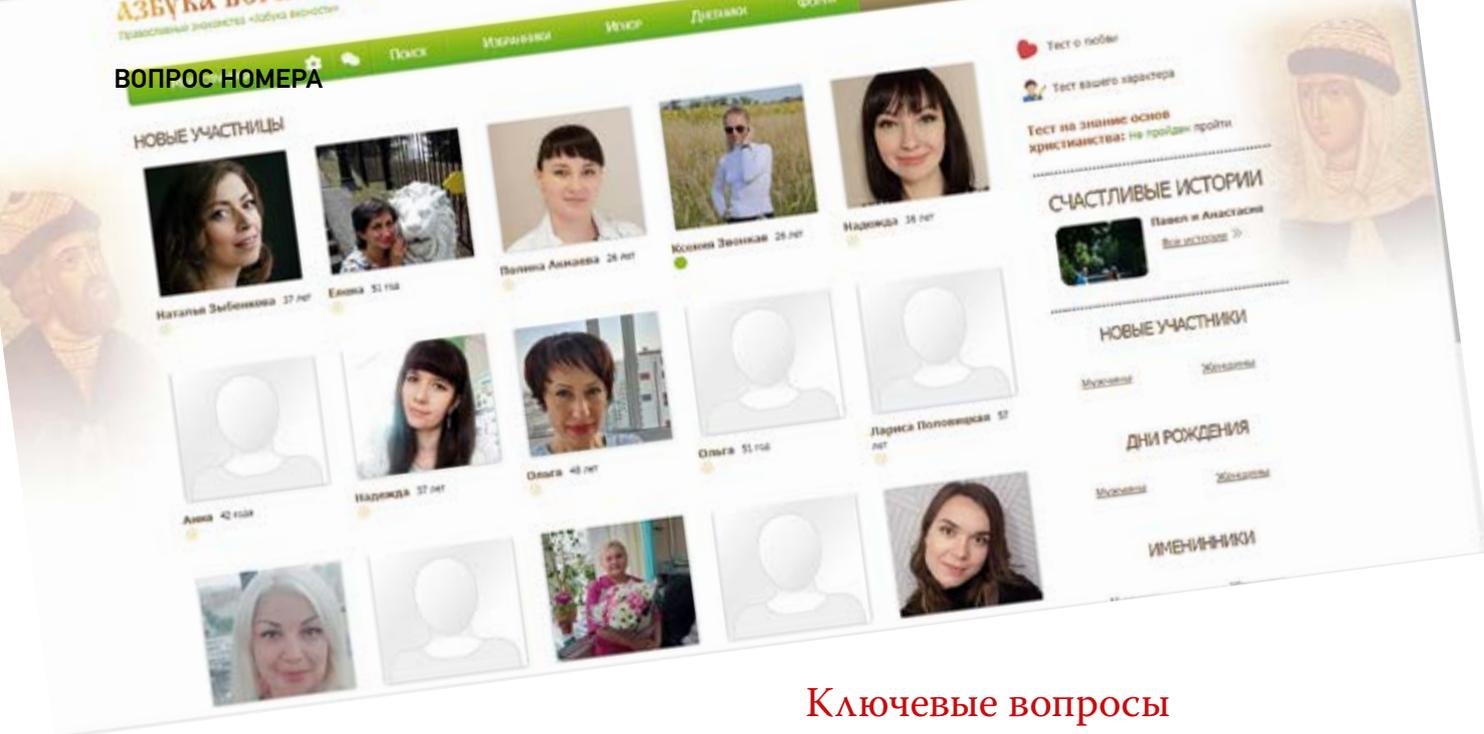
Кто найдет, где в Священном Писании сказано, что верующий не должен работать, пусть ткнет пальцем в эти строчки. Даже монахи обязаны трудиться. Опытные священники наставляют своих прихожан в том, что православные мужчины самые работающие. Иначе как их жены смогут спокойно заниматься детьми и хозяйством?

Кстати, мужчины, которые кроме храма ходить никуда не хотят, могут еще и поколачивать жену (для профилактики), держа в уме фразу: «Жена да боится своего мужа». Выдергивать цитаты из контекста вообще во вкусе далеких от Церкви людей.

Между тем, апостол Павел в своем послании ефесянам уподобляет брак мужчины и женщины отношению Христа и Его Церкви. Церковь повинуется Христу, как и жена должна повиноваться мужу. В то же время Христос так возлюбил Церковь, что отдал Себя на смерть за Нее. Так и муж должен быть готов отдать свою жизнь за жену.

Отрывок из этого послания, кстати, читается во время таинства Венчания: «Так должны мужья любить своих жен, как свои тела: любящий свою жену любит самого себя. Ибо никто никогда не имел ненависти к своей плоти, но питает и греет ее, как и Господь Церковь, потому что мы члены тела Его, от плоти Его и от костей Его. Посему оставит человек отца своего и мать и прилепится к жене своей, и будут двое одна плоть. Тайна сия велика; я говорю по отношению ко Христу и к Церкви. Так каждый из вас да любит свою жену, как самого себя; а жена да боится своего мужа» (Еф 5:28–33). Здесь образом брака мужчины и женщины становится единство Христа и Церкви. Апостол прямо повелевает мужчине любить жену, как Христос возлюбил Церковь, то есть до смерти.

Одним словом, мужья, применяющие физическую силу с оглядкой на апостола Павла, не имеют к право-



славию никакого отношения. Как и носители принципов: «На все воля Божия, проживем как-нибудь (без денег)...» или «Врача вызывать не будем!» Такие люди стремятся переложить обратно на Бога благословленную им роль защитника женщины, названной апостолом Петром «сосудом немощи»: «Также и вы, мужья, обращайтесь благоразумно с женами, как с немощнейшим сосудом, оказывая им честь, как сонаследницам благодатной жизни, дабы не было вам препятствия в молитвах» (1 Пет 3:7). Известный толкователь Священного Писания Александр Лопухин поясняет: «Отношения христианских мужей к женам своим, по апостолу, должны отличаться благоразумною бережностью обращения, как со стороною слабейшею, и, кроме того, особою почтительностью, деликатностью, уважением».

Ключевые вопросы

Как распознать на сайте знакомств не православного, а «православнutoго» мужчину и не попасться на его удочку? Достаточно узнать его мнение насчет труда, детей и начала брачных отношений.

Если мужчина не стремится работать, это один из тревожных сигналов о том, что он не способен к семейной жизни. Как показывает практика, попытки некоторых мужчин заменить особой молитвенностью собственные усилия по обустройству семейного благополучия связаны с фарисейским стремлением к праведности. Такие люди еще и большие критики всего и вся: не так сидишь, не так стоишь, не так выглядишь...

Другим поводом задуматься, того ли избранника вы нашли, будет его нежелание иметь детей или намерение любыми способами ограничивать их количество (чтобы не плодить нищету). Свою нелюбовь к детям околоцерковные личности прикрывают рассуждени-



ями о том, что сейчас очень страшно жить, чуть ли не последние времена. Немного исторического взгляда, и мы поймем, что трудные периоды не повод решать за Бога судьбу посланного в мир человека.

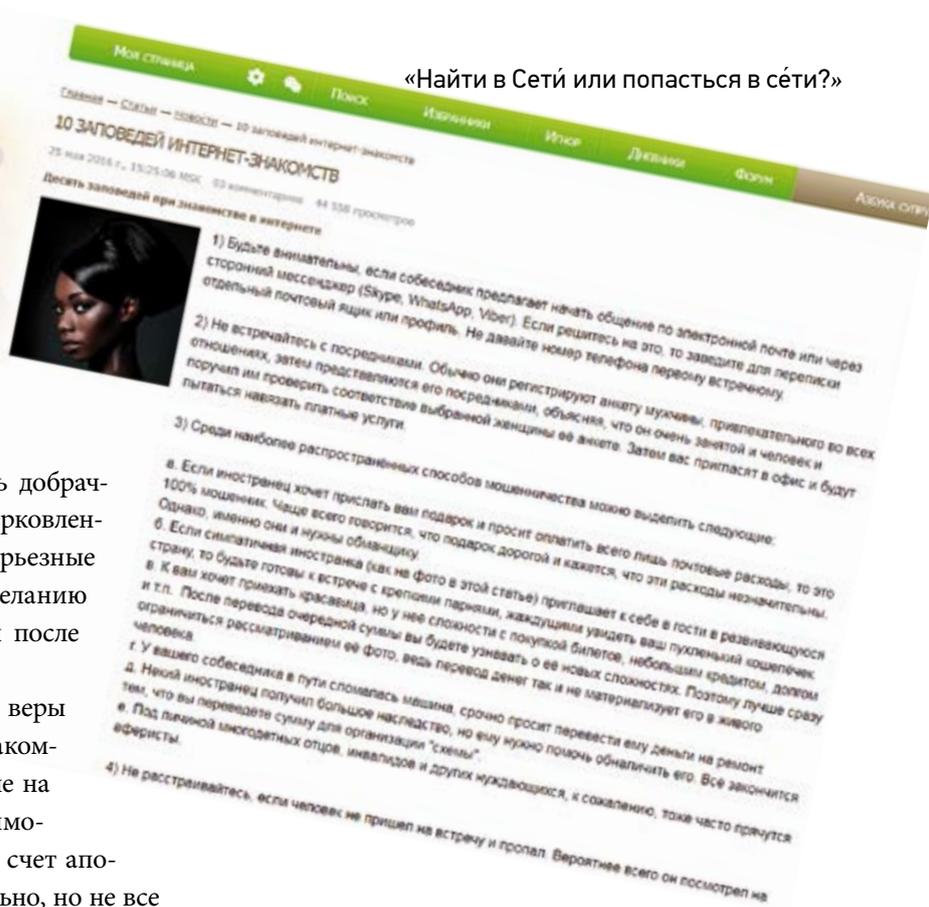
Как ни странно, многие мужчины, претендующие на православную жену, не планируют учитывать святость добрых отношений. По-настоящему воцерковленный человек, как и просто имеющий серьезные намерения, с пониманием отнесется к желанию избранницы начать брачные отношения после свадьбы.

Наконец, независимо от глубины веры и других достоинств кандидата, при знакомстве и общении стоит обратить внимание на наличие у человека любого вида зависимостей (алкоголь, наркотики, игры). На сей счет апостол Павел говорил: «Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною» (1 Кор 6:12). Зависимый человек не для семьи — это лучше понять сразу, не искушая себя попытками его спасения в браке.

Так или иначе, с личным знакомством затягивать не стоит. Общаясь с человеком посредством сообщений, можно придумать себе его образ, увлечься, а потом в реальности разочароваться. Виртуальный собеседник может выдавать себя за кого угодно, в этом и состоит опасность знакомства в Сети.

Лично для меня характеристика «верующий» еще не показатель идеального мужа. Гораздо важнее встретить работягу, любящего детей и не имеющего вредных привычек. Помня слова апостола Павла: «Ибо неверующий муж освящается женою верующею, и жена неверующая освящается мужем верующим» (1 Кор 7:12–15), — лучше думать не о воцерковленности избранника, а о его личных качествах. И, главное, довериться Богу, молиться Ему, надеясь, что Он устроит нужную встречу, на просторах ли интернета или где-нибудь в соседнем магазине.

Текст: Татьяна Гарина





Как вы относитесь к знакомствам в интернете?

Из личного опыта православной молодежи

Что делать, если никак не удается найти спутника жизни? Почему бы не обратиться к Создателю с искренней молитвой о помощи в таком благом деле? Тем более что Он Сам заповедовал нам: «Просите, и дано будет вам» (Мф 7:7). Господь порой ведет людей друг к другу разными, неведомыми для нас путями. Сайты знакомств — одна из появившихся возможностей. Действительно, почему бы не найти избранника именно там — в сообществе, где у всех практически одна общая цель — создание семьи?



Ирина Седых, психолог-логопед:

— Мы с мужем встретились именно благодаря сайту знакомств четыре года назад. К этому моменту я уже успела разочароваться, что смогу найти близкого мне по духу человека в Сети и хотела было удалить свою анкету с сайта. Но, видимо, Бог отвел эту мысль. И правда, через несколько месяцев я познакомилась с Алексеем. Оказалось, что мы живем не просто в одном районе, а практически в соседних домах, а в реальной жизни никогда не пересекались! Увидели друг друга только в интернете. На первом свидании мы ходили в кино, потом гуляли и болтали обо всем на свете. Наверное, в тот момент мы оба поняли, что больше искать на сайте никого не нужно. Через год общения мы поженились.

Что меня привлекло в муже? Прежде всего, открытость и забота о ближнем, уважение к женщине, доброта и желание помочь тем, кто в этом нуждается. Кроме того, общие интересы подкрепляли наши отношения: увлечение психологией, оба были изначально соседями, обоим нравятся животные в доме — всегда есть о чем поговорить.

Муж принял мою дочку от первого брака, хотя люди в нашем окружении активно обсуждали эту тему, оговаривая его. Чужой ребенок не стал для мужа обузой или нагрузкой. У нас теперь полная семья!

Говорят, что судить надо, прежде всего, по делам. Алексей каждый день показывает свою любовь ко мне и дочке, порой даже не нужно слов, чтобы это понимать. Он просто делает меня счастливой!

Александр Наумов, волонтер молодежного православного движения:

— Сайты знакомств для меня — это актуальная тема, потому что я нахожусь в поисках воцерковленной девушки. Для меня это главное условие. И лучше, если она погружена в церковную жизнь, а не поверхностно. Та-



кую, конечно, можно найти в храме, но во время службы я не могу к ней подойти, чтобы не отвлекать ни себя, ни ее. Хотя некоторые священники советуют именно такой способ знакомства — присматривать жену. Как говорится: «Не ищи жену в хороводе, а ищи в огороде». Подойти на улице к незнакомой девушке с вопросом: «А ты православная?» Она может неправильно понять меня.

Свою избранницу я готов обеспечивать. Работать она может по желанию. Главное, чтобы любила, детей родила и в храм ходила.

Мой опыт «сидения на сайтах» нельзя назвать удачным. Познакомился с девушкой в группе православных знакомств. Некоторое время переписывались, потом встретились и начали общение, которое продолжалось два года. Не знаю, почему разошлись. Я хотел, конечно, жениться. Сделал предложение, она согласилась, но свадьбу почему-то постоянно откладывала. А потом и вовсе перестала отвечать на мои сообщения и отказывалась встретиться. Возможно, не могла сказать, что хочет расстаться, и выбрала такой способ. Чувства в наших отношениях были, но, видимо, не такие крепкие с ее стороны, чтобы вместе идти по жизни.

Мне кажется, для православных долгие отношения плохо подходят. Ведь мы хотим иметь многодетные семьи, и тратить три-пять лет жизни, чтобы понять, твой это или нет человек, не очень хорошо. Так можно с 30 до 40 лет встречаться, каждый раз по пять лет, и расходиться.

Был еще один опыт общения — с девушкой из другого города. Некоторое время переписывались. Потом я купил билет и поехал в Тверь (там она живет), мы встретились, погуляли по городу, но все было как-то натянуто, холодно. Возможно, в реале я не соответствовал образу, который она для себя нарисовала. После этого желание знакомиться в других городах у меня пропало.

Одним словом, я пришел к выводу, что в группах и на сайтах православных знакомств для меня лично нет никакого смысла. Нижегородцев очень мало. Сама группа больше похожа на чат, чем на группу знакомств. Там постоянно обсуждают тему отношений, спорят, и много негативной информации. Поймал себя на мысли, что для моей души бесполезно там находиться. Результативности нет, только просиживаю время. В итоге, удалился.

Думаю, подобные сайты подходят только для крупных городов. Либо для интровертов, которые готовы годами переписываться.



Александра Разумова, event-менеджер:

— С сайтами знакомств связана одна забавная история, которая сильно изменила мою жизнь. В один день мы поспорили с подружкой, кто на большее количество свиданий сходит. Зарегистрировались на сайте знакомств. Начался лайкообмен, переписки и свидания, с целью выиграть спор, где даже главным призом был ужин в дорогом ресторане.

Спор был выигран, а приложение сайта знакомств осталось висеть грузом в телефоне без использования. По случаю, перед тем как его удалить, я зашла и посмотрела всех молодых людей, которые что-то писали. Мне приглянулся паренек в очках. «Солидный», — подумала я. И ответила на его сообщение. Так началось общение.

После первой встречи было чувство, что больше мы не пойдем никуда. Спустя месяц опять увиделись — и опять разбрелись. Прошло еще два месяца, и после работы он предложил подвезти меня до дома. Мы общались, гуляли, ходили в кино, обсуждали фильмы, и как-то в один из обычных дней он сказал: «Давай поженимся». Я подумала, что это шутка такая. А через пару дней на почту мне пришла ссылка на госуслуги с просьбой заполнить паспортные данные для подачи заявления в ЗАГС.

Я замужем уже два года. Мы воспитываем моего ребенка от первого брака. У нас совместная ипотека, ремонт и кошка, и, кажется, мы счастливы.



Сергей Грачев, тренер по тактической медицине в семейном клубе «Очаг»:

— В самих сайтах православных знакомств, в сущности, нет ничего плохого, и, конечно, те цели, которые преследуются на подобных площадках, благие и важные. Но проблема кроется в том, что контингент, который на них обитает, в большинстве своем не имеет всеобъемлющего понимания, что такое православные отношения и семья в целом.

Познакомившись, как правило, люди довольствуются «верхушками» православия, что в итоге приводит к печальному и скорому завершению отношений на различных этапах их построения. И если таков формат отношений людей, хоть как-то связанных с православием, то о случайно зарегистрировавшихся пользователях говорить вообще не хочется.

На мой взгляд, проблема не в сайтах, а в наших головах, в нашем воспитании и мировоззрении. Нет ничего ни плохого, ни хорошего в подобном способе знакомств, это данность, которая не усложняет и не упрощает нашу жизнь. Ко всему нужно подходить с умом, мерой и совестью.





Любовь Устинова, журналист:

— Мы очень много времени проводим в интернете, и многие вещи из нашей реальной жизни туда уже мигрировали, в том числе и знакомства. Это стало настолько обычным, что рассуждать, хорошо это или плохо, ошибочно. Интернет-знакомства — просто еще один вариант найти пару.

Самый большой плюс виртуального знакомства — экономия времени, но иногда бывает наоборот: процесс поиска становится важнее его результата. Кому-то ощущение «невсамделишности» помогает раскрыться и проявить себя, а кто-то, наоборот, использует минимальную вседозволенность, чтобы дать волю самым низменным чертам своего характера. В любом случае, если человек готов к серьезным отношениям, не так важно, где происходит знакомство.



Александра Игошина, преподаватель воскресной школы:

— Мне кажется, на сайте можно пробовать знакомиться, но не ограничивая себя только этим. Можно также ходить на фестивали, участвовать в волонтерских движениях, посещать концерты, конкурсы, марафоны, спортивные мероприятия. Под лежачий камень вода не течет, поэтому делать поиск смыслом жизни не стоит, но сидеть и ждать дома, что к тебе кто-то придет — тоже утопия.

Мы с мужем познакомилась, когда летом молодёжь решила поиграть в парке и ребята просто звали всех прохожих, кто откликнется. Так мы случайно все встретились и потом еще долго приходили в парк, чтобы сыграть в «крокодила».

У нас есть друзья, которые познакомилась через сайт. Боялись оба, но окончилось все хорошо — уже семь лет вместе. Другие встретились на занятиях танцами. Их поставили в пару по «буги-вуги», и вот уже долгие годы они танцуют вместе по жизни. Это дружная, спортивная и веселая семья. Можно и в храме познакомиться, никто не знает, где тебя ждет счастье. Главное — не сидеть просто в ожидании.

Очень важно найти человека близкого по духу и ценностям, обсудить это еще до свадьбы. Идеального я тоже бы не стала ждать, таких не существует, и я сама точно не из числа образцовых жен: все время убегаю на учебу, в воскресную школу, а мужу достается уборка, но он меня поддерживает, и для меня это главное.

Текст: Татьяна Гарина



СВЯТЫХ ЗЕМЛИ НИЖЕГОРОДСКОЙ

ХРИСТОС
ДНЕСТР

ХРИСТОС
ДНЕСТР

«Битва» святых

Кому поставить свечку, чтобы наверняка сработало?

«Всем сестрам — по серьгам, а святым — по свечкам». Перефразируем известную поговорку, чтобы обозначить очень распространенное в православной среде явление. Согласитесь, нередко возникает большое искушение поступать в трудной жизненной ситуации именно так. Разберемся, кому молиться, чтобы получить просимое, и можно ли в молитве взять количеством святых заступников?»

В одну из родительских суббот я, как обычно, помогая в храме, следила за порядком на подсвечниках. В такие дни народу всегда много, в основном так называемых захожан, которые приходят только по великим праздникам и особым случаям: записки подать, к иконе приложиться, свечку поставить... Со свечки все и началось.

Ко мне робко подошла женщина средних лет. Несмотря на то, что я ей в дочери гожусь, в смущении она не знала, как правильно ко мне обратиться:

— Магушка, простите, пожадуйста, не знаю, кого спросить... Кому свечку поставить, чтобы работу найти? Уже год не могу себе подобрать ничего подходящего. Говорят, Спиридон Тримифунтский хорошо помогает в таких вопросах, да? А может, все-таки Николай Чудотворец? Вы как считаете?

Я попыталась объяснить ей, что, выбирая себе ходатая пред Богом, важно найти отклик в своей душе: с кем из святых у нас, можно сказать, сложились дружеские, родственные отношения (чаще они складываются после знакомства с житием святого) и попросить его молитв и заступничества пред Госпо-

дом. Ведь в конце концов мы обращаемся именно к Нему, а святые только помогают донести наши молитвы. Они наши ходатаи перед Престолом Божиим. И прославляя их, мы тоже в первую очередь славим Бога: «Дивен Бог во святых Своих: Бог Израилев, Той даст силу и державу людям Своим. Благословен Бог» (Пс 67:36). Поэтому нет разницы, кого мы просим о заступничестве: Спиридона Тримифунтского, Николая Чудотворца, Матрону Московскую или Ксению Петербургскую. Если молитва искренняя, Господь услышит ее.

Мое пространное объяснение явно не устроило собеседницу — видно было, что она ожидала от меня конкретики, четкого алгоритма действий:

— Так кому же в итоге?..

«Эх, нукудышный из меня, видимо, катехизатор», — подумала я и сказала:

— Поставьте свечку Николаю Чудотворцу.

Такой ответ сразу пришелся по душе прихожанке, и она довольная пошла искать его икону. А в моей душе осталось чувство опустошенности. Я задумалась: кому же мы молимся? Ведь она такая не одна. Не считаем ли мы святых какими-то языческими божками, отвечающими за кон-



кретную сферу человеческой жизни: семью, работу, бизнес, здоровье, отношения, урожай?.. В поисковиках Яндекс и Гугла запросы о том, кому молиться в тех или иных ситуациях, очень часты. Такое почитание святых поистине неправославно.

Вопрос отношений

Как же строятся отношения между Богом и человеком в язычестве и христианстве? Язычник привык договариваться с богами по принципу «я — тебе, ты — мне», а божество выступает в роли продавца, у которого можно приобрести конкретные товары или услуги. Человек

спрашивает, что сделать, чтобы добиться осуществления своих целей, как заручиться поддержкой высших сил. То есть что сделать, чтобы исполнилась МОЯ воля. Христианин думает по-другому. Он пытается понять и осуществить волю Божию. Господь Иисус Христос учит нас в молитве обращаться к Отцу Небесному: *«Да будет воля Твоя»* (Мф 6:9–13). И Сам, молясь в Гефсиманском саду, говорит: *«Отче! о, если бы Ты благоволил пронести чашу сию мимо Меня! впрочем не Моя воля, но Твоя да будет»* (Лк 22:42).

С другой стороны, если Он все знает, зачем молиться Ему? Можно ли изменить волю Бо-

жию? Да, напутствуют нас святые отцы. Но только если мы решим изменить и исправить свою жизнь, впуская в нее Бога, двигаясь Ему навстречу. Молитва как раз помогает изменить себя, направив свою волю от вреда к собственному благу. А поддерживают нас в этом деле святые.

Кстати, читая некоторые жития, находишь параллели со своей жизнью и понимаешь, что, если у Божиего угодника получилось побороть свою страсть, возможно, это и для тебя. Чудо по молитве происходит именно тогда, когда человек меняет направление своего движения, возвращаясь к своему Творцу. И, если трудно, святые помогут своими молитвами. Ведь они угодники, друзья Божии, и им, находящимся у Престола Божия, быстрее и легче попросить Его о помощи.

А какие у меня отношения с Богом, спрашиваю я себя. Кто Он для меня? Могу ли я ему довериться, как Другу? Или же Бог для меня некие волшебные силы в облике загадочных, странных людей или даже предметов, которые помогают герою в русских народных сказках исполнить порученную ему задачу (спасти царевну, добыть сокровище, освободить страну от Змея Горыныча)? А может, Бог — это карманный джинн, которого можно достать в случае надобности, а потом положить обратно в карман? Или вселенский домовый, которого надо умилостивить, чтобы он исполнил мое желание? Именно так договаривались и, увы, продолжают договариваться с Богом язычники, для которых на первый план выходят товарно-денежные отношения.

Отношения христианина с Ним строятся иначе. Он понимает, что Бог не волшебная



палочка и не «скорая помощь», которая по вызову всегда исполняет запрос. Мы не заключаем с Ним сделку и не подписываем договор, в котором гарантируется выполнение работ. Скорее, мы заключаем с Ним брачные отношения по очень большой любви. Мы доверяемся Ему полностью, оставляя все мистические практики и ритуалы.



Молитва веры против молитвы одержимости

А если Бог не дает просимого? Вот я прошу Матерь Божию и святых угодников о заступничестве, а результата нет. Он что, не слышит меня? А может, у Него мало этого или нет совсем? Нет, Он не скуп, и Ему ничего не жалко, «Богу же все возможно» (Мф 19:26). И, конечно, Господь нас всегда слышит. *«Просите, и дано будет вам»* (Мф 7:7), — наставлял Христос. Однако замыслы Господа всегда лучше, чем наши. Мы видим лишь маленькую часть картины, а Он зрит ее целиком. Поэтому порой мы и не получаем желаемого, что, по словам апостола Иакова, *«просите и не получаете, потому что просите не на добро, а чтобы употребить для ваших вожделений»* (Иак 4:3).

В моей жизни тоже был период одержимости одной идеей. Я каждый день просила Бога об ее осуществлении. Роптала на Него и не понимала, почему Он не дает. В таком состоянии почти отчаяния и правда не знаешь, как молиться, потому что осознаешь, что делаешь явно что-то не то, раз Он молчит на твою просьбу. Моя гордыня говорила мне, что мы с ней знаем, как лучше. А оказалось, что не знаем. От злости, обиды и отчужденности у меня возникли мысли уйти из храма, раз Бог не слышит меня. Выйти из этого состояния, бороться с гордыней и принимать волю Божию мне помогает простая молитва, которую я теперь читаю каждый день:

«Господи, не знаю, чего мне просить у Тебя! Ты Един ведаешь, что мне нужно. Ты любишь меня паче, нежели я умею

любить Тебя. Отче, даждь рабу Твоему, чего сам я просить не умею. Не дерзаю просить ни креста, ни утешения, только предстою пред Тобою. Сердце мое Тебе отверсто; Ты зришь нужды, которых я не знаю. Зри и сотвори по милости Твоей. Порази и исцели, низложи и подыми меня. Благоговею и безмолвствую пред Твоею святою волею и непостижимыми для меня Твоими судьбами. Приношу себя в жертву Тебе, предаюсь Тебе. Нет у меня другого желания, кроме желания исполнять волю Твою; научи меня молиться. Сам во мне молись! Аминь».

Нужно научиться доверять Богу, как когда-то мы доверяли родителям. Поставить Его в центр своей жизни, всей душой стремиться к Нему. Христианин видит в Боге мудрого, порой строгого, но все же родного Отца, к которому он всегда может обратиться за поддержкой, не боясь быть отвергнутым. Для язычников Бог — это нечто недостижимое, тот, кого надо постоянно упрашивать, задабривать и доказывать свою верность. В отличие от язычников христиане ищут «прежде Царствия Божия и правды Его», а остальное приложится.

Текст: Татьяна Гарина



ВЗГЛЯД ЦЕРКВИ

«В храм ноги не идут»

Если церковная жизнь
опостылела



Когда ты выходишь из церкви после долгой службы, а душа как-то подозрительно облегченно вздыхает, как будто отряхиваясь от тяжелого груза и вырываясь на свободу, то здесь, однозначно, что-то не так. Ты начинаешь понимать, что в храм-то от раза к разу ходишь, но дорога к нему с годами стала какой-то кривой и окольной, что явно не красит тебя как христианку. И так, рефлексирюя и самокопаясь, человек, который не первый месяц, а то и год чувствует охлаждение к церковной жизни, может однажды себе сказать: «Ну, значит, и не стоит». И начинает ходить в храм только по праздникам, потом реже, потом в год по обещанию.

Почему люди расцерковляются и уходят из Церкви? Откуда берется ощущение отсутствия Бога или Его благодати? Мы поговорили с настоятелем храма в честь святого Иоанна Милостивого города Сергача Нижегородской области иереем Димитрием Боголюбовым об этом, а также о расхожем убеждении многих условно верующих людей, что ничто не мешает их общению с Богом за стенами храма.

— Отец Димитрий, ваш пастырский опыт наверняка знает немало таких историй. Вот некогда постоянная прихожанка стала обходить храм стороной, а при встрече с вами объяснила: «не чувствую себя больше достойной» или «грехи не пускают» и прочее. Это наше лукавство такое или искажение смысла церковной жизни? И что с этим делать?



— Все же пойти в храм. Грехи одолели? Душа заражена страстями? Бог дал нам лекарства для ее врачевания — исповедь и причастие Святых Христовых Таин. А излишнее бичевание себя за определенные поступки может быть порождением гордости, и это, вопреки, может, удобному общественному мнению, совсем не христианский подход, так как не ведет ни к какому развитию. Да, человек признает, что болен, чувство вины в нем есть, но лечиться он не желает и продолжает свой обычный образ жизни. Мне действительно не раз приходилось встречаться с такими исчезнувшими из поля моего зрения прихожанами. Советуешь ей или ему прийти на исповедь, а в ответ: «Нет, не могу. Не могу себя простить». Но ведь Бог уже простил нас, приняв смерть Своего Сына за нас! Нам же остается только принять это прощение. Но принять его означает поменять свою жизнь. Поэтому часто за словами о непростении себя стоит лишь боязнь начать новую жизнь с Богом.

— Бывает, человек свое представление о Церкви — сообществе верующих — сужает до стен приходского храма, личности настоятеля и своего приходского окружения. А там все как-то не сложилось: люди не приняли или, напротив, утомили излишним участием, батюшка строгую епитимью наложил или просто вызвал антипатию. И все, выводы сделаны...

— Наша вера — не от мира сего. И мирские критерии оценок и принятия решений далеко не всегда верны для духовной жизни. Человек, ищущий себе оправдание, всегда его найдет во внешнем. Человек, ищущий Бога, всегда будет искать причину разрыва с Творцом в самом себе. И уж никак этой причиной не может стать не угодивший чем-то батюшка или вредная бабушка-свечница.

Все проще и одновременно сложнее. Земная Церковь — это не обитель спасшихся, где как в сказочной версии рая: цветные стрекозы, единороги и россыпь самоцветов на кисельном берегу. Это корабль спасающихся, еще только искореняющих в себе страсти. И порой бесы крутят экипаж этого корабля сильнее, чем жилища оставшихся на берегу.

Вы думаете, те, кто на протяжении многих лет остается в Церкви, мало хлебнули от страстей некоторых братьев по вере? Почему они не уходят из храма, не довольствуются «верой в душе», не ограничиваются домашней молитвой? Потому что в Церковь Христову мы приходим для встречи с Христом Спасителем, и Он наш Ориентир, а не приходские батюшки и прихожане, подвластные, как и любой человек, любым смешным и ужасным духовным повреждениям.

— **Почему человек, некогда с радостью пришедший к вере, ее теряет?**

— А может, он к ней и не приходил вовсе? На мой взгляд, веру потерять не так просто, если она по-настоящему у тебя была. Если ты смог увидеть Бога в своем сердце, если твою душу озарила эта великая радость от Божией близости, то от этого настоящего счастья нельзя отказаться. Все краски и радости мира просто кажутся незначительными отблесками после осветившего душу Христа, как незначительным кажется свет свечи после захода яркого солнца.

Можно охладеть к духовной жизни, огонь горящего к Богу сердца может стать не таким ярким, но он не может совсем погаснуть. Можно в свою душу впустить лень к богослужениям и молитвам, можно нарушить определенные Божии заповеди, но, уверовав однажды, нельзя сказать: я больше не верю. Если только человек перепутал в своем сознании веру и что-то другое или, вписывая себя в число верующих, искал от Бога определенные личные выгоды — повышение жизненного комфорта или покой души... Тогда потеря может произойти, но, поверьте, не велика потеря, и на таких людях сбываются слова Писания: «они вышли от нас, но никогда не были наши» (1 Ин 2:19).

— **На вопросы прихожан по теме нашей беседы священники часто цитируют эту фразу: кому Церковь не мать, тому Бог не отец. Как вы ее прокомментируете?**

— Это выражение принадлежит святому Киприану Карфагенскому. Святитель Киприан считал, что вне Церкви невозможно спастись, то есть достигнуть единства с Христом в Царствии Небесном. Под Церковью подразумевается общество верующих во Христа людей, соединенных единными таинствами и священноначалием. Господь Иисус Христос основал на земле Церковь: «созижду Церковь Мою, и врата ада не одолеют Ея» (Мф 16:18). Создал Он ее с целью спасения человеческих душ, которое достигается участием человека в церковных таинствах. Таинства, в свою очередь — это такие действия Божии, совершаемые через священника, в которых происходят преображение и изменение внутренней сути человеческой жизни через, например, крещение, исповедь, евхаристию и так далее.

Итак, что же у нас получается? Бог созидает Церковь, в которой устанавливает Свои таинства как средства для спасения человеческой души. Человек же игнорирует их, говоря, что Бог у него в душе или что он верит по-своему. Часто за этими словами стоит лишь лень, нежелание менять свою жизнь, открыть сердце для спасительного благовестия. В этом часто видятся попытки достигнуть Царства Небесного обходными путями. Получается, что Церковь для таких людей не авторитет, к ее словам прислушиваться они не желают, ее таинства игнорируют, а ведь она основана Христом, а значит только Он ее настоящий Глава, Его Духом она живет, дышит и создается. И человек, игнорируя Церковь, игнорирует Бога.

К вопросу о вере вне стен храма. Если мы верим в Бога, то с вниманием должны прислушиваться и к Его собственным словам. Вот как, мне интересно, верующим в душе и молящимся дома удастся согласовать свои действия с этими строками Евангелия: *«Истинно также говорю вам, что если двое из вас согласятся на земле просить о всяком деле, то, чего бы ни попросили, будет им от Отца Моего Небесного, ибо, где двое или трое собраны во имя Мое, там Я посреди них»* (Мф 18:19–20). Или вспомним хрестоматийное для любого верующего: *«...истинно, истинно говорю вам: если не будете есть Плоти Сына Человеческого и пить Крови Его, то не будете иметь в себе жизни. Ядущий Мою Плоть и пьющий Мою Кровь имеет жизнь вечную, и Я воскрешу его в последний день. Ибо Плоть Моя истинно есть пища, и Кровь Моя истинно есть питье. Ядущий Мою Плоть и пьющий Мою Кровь пребывает во Мне, и Я в нем. Как послал Меня живой Отец, и Я живу Отцом, так и ядущий Меня жить будет Мною. Сей-то есть хлеб, сшедший с небес»* (Ин 6:53–58).

— **Вопрос, на который, как бы по-детски он ни звучал, даже ребенку не могут ответить многие взрослые: если человек при жизни вел достойную жизнь, помогал людям, возможно, спасал им жизни, никого не обижал, но никогда не был в храме... Его после смерти отвергнет Бог?**

— В Евангелии сказано: *«И если делаете добро тем, которые вам делают добро, какая вам за то благодарность? ибо и грешники то же делают»* (Ин 6:33). Есть такое понятие как «естественное добро». Человеку свойственно быть вежливым с вежливыми, добрым с добрыми, на улыбку отвечать улыбкой, любить своих детей и так далее. Так поступало и поступает во все времена большинство обычных людей с нормальной психикой. Понятно, что родной и близкий человек всегда кажется нам хорошим и милым и нам всегда тяжело расставаться с ним, когда он умирает. Опять же очевидно, что все мы желаем нашим умершим лучшей доли «там». Но христианство призывает нас к иному — иной жизни, иному миропониманию. *«А я говорю вам: любите ненавидящих вас, добро делайте делающим вам злое, благословляйте проклинающих вас»* (Мф 5:44), то есть Господь призывает нас к добру вышеестественному. Встает вопрос: а как этого достичь? *«Невозможное человекам возможно Богу»* (Лк 18:27). Достигается это только путем терпеливой жизни во Христе, то есть церковной жизнью.

Но при всем при этом мы не судьи. Судить может только Бог. Он дает нам средства к спасению, но не ограничивает Себя ими. Он может спасти наших близких не благодаря их жизни, а вопреки ее. Тем более, никакое добро у Бога не может быть забыто.

Текст: Екатерина Ротанова

Фото: Алексей Козориз

Петь и жить без фальши

С народной песней эта замечательная девушка выросла и, как ей кажется, даже родилась, а близка ей народная песня прежде всего своей добротой. Через несколько месяцев Лилия Большакова окончит вокальный факультет Нижегородской государственной консерватории, и на одного дипломированного солиста народного хора и преподавателя сольного народного пения в нашей стране станет больше. Хотя уже сейчас Лилю знают и как певицу, и как педагога. Но обо всем по порядку.



Фото: Глеб Пушменков

Жила-была девочка. Хорошенькая, умненькая, послушная и очень голосистая. И музыкальный руководитель в детском саду пригласил ее на прослушивание в народный образцовый фольклорный ансамбль «Прялица». Очень известный коллектив не только на Бору, но и далеко за его пределами. Девочки из «Прялицы» покорили многие российские города, не раз выезжали на конкурсы и фестивали за границу. И всегда возвращались с Гран-при. Не зря в 2020 году ансамблю было присвоено звание «Заслуженный коллектив народного творчества». В последние годы стало уже доброй традицией участие «Прялицы» в церемонии открытия регионального этапа Рождественских чтений. Два года назад борские артисты были приглашены на Рождественские чтения в Москву, где выступали в зале Церковных соборов в Храме Христа Спасителя. Но это отступление. Вернемся к нашей героине.

Итак, Лиле шесть лет, она успешно проходит прослушивание и начинает заниматься новым для себя делом: народным пением. Она тогда мало что понимала в певческом искусстве вообще, и в русской народной песне в частности. Но детское сердечко не оставалось равнодушным, когда раздавались наигрыши и ее старшие подруги с притоптываниями выходили в центр. Они пели и про сударыню-барыню, и про родную Волгу, и про ромашки, и про донских казаков.

— Мне очень нравились все эти песни, — вспоминает Лиля, — потому что они добрые. Кроме того, на уроках нам начали рассказывать, что такое фольклор, как раньше праздновали свадьбу, какие обрядовые песни пели. Все это было очень интересно.

Первые шаги на сцене

Вскоре она сама начала выступать. До сих пор помнит свою первую сольную песню «Иди, Дуня, на базар» и первый конкурс, в котором участвовала с ней, будучи первоклассницей. Лиля не заняла тогда никакого призового места, но поняла, что на сцене ей нравится, несмотря на то, что по натуре она всегда была и остается очень стеснительным человеком.

— Стесняюсь всего, — признается девушка. — Своей внешности, своего голоса, своих привычек. А больше всего стесняюсь показывать свое творчество, потому что боюсь оценки людей, которые делают дело лучше меня и знают больше. Когда в консерватории что-то не получается, меня даже посещают мысли: я не должна здесь учиться, занимаю чье-то бюджетное ме-

сто, заберу документы! Через час успокаиваюсь и понимаю, что надо просто больше работать.

Высокая самокритичность помогает Лиле постоянно расти в профессии. Она всегда сочувствует тем, кто поступил не туда, куда сам хотел, а куда направили родители.

— Не передать моего счастья, когда я вхожу в консерваторию, — улыбается Лиля. — Во мне столько жажды, страсти к учебе! Обучиться певческому искусству не так просто, как думают. Но я просыпаюсь каждый день с хорошим настроением, потому что иду в место, которое обожаю. Здесь стены дышат творчеством! Как же я благодарна учителям, которые вложили в меня душу и помогли поступить в это по-настоящему волшебное место! Бог наградил меня преподавателями...

Лиля начинает перечислять своих школьных учителей и педагогов в музыкальной школе и консерватории. О двух говорит с особым чувством, это руководитель ансамбля «Прялица» Наталья Владимировна Кулькова и профессор Нижегородской консерватории, заслуженная артистка России Татьяна Алексеевна Кошелева:

— Она педагог от Бога, прекрасный человек. Учит нас не только пению, но и жизни. Как когда-то Наталья Владимировна, которая тоже стала мне очень близким человеком. Поступлением в консерваторию я обязана ей. Она научила меня не только петь, но вообще слышать и воспринимать музыку.

Педагог и певица

Сейчас Лиля на четвертом курсе. А еще работает. Три раза в неделю отправляется на электричке в город Семенов, где преподает вокал и ансамбль в детской музыкальной школе.

— Интересно было попробовать себя в этой профессии, получить опыт, — говорит молодой педагог. — Мои ученики — подростки 11–13 лет. Мы с ними дружим. Хотя сначала тяжеловато было. Но я стараюсь.

Своим ученикам Лилия Николаевна во всем показывает пример. В том числе на сцене. Она солистка ансамбля «Семеновская кадрили», созданного на базе музыкальной школы. Продолжает петь и в «Прялице», участвует в концертах в составе группы студентов Нижегородской консерватории.

— Летом мы были на конкурсе в Краснодаре, — рассказывает наша героиня. — Там я познакомилась с руководителем государственного кубанского ансамбля «Криница», он был в жюри и пригласил меня к себе в коллектив. Ансамбль очень яркий. И поют,



↑ Слева на фото профессор Нижегородской консерватории Т. А. Кошелева

и танцуют, и ставят спектакли, ездят на гастроли. Мне хочется стать артисткой, но будет тяжело расстаться с родными. Когда я рассказала об этом предложении бабушке, она два часа плакала...

Большая семья

— Мне было одиннадцать, когда умерла мама, — спокойно говорит Лилия. За десять лет она уже привыкла говорить об этом без слез и эмоций. До 18 лет девочка жила с бабушкой и дедушкой. У папы была другая семья. Но он продолжал оставаться папой, Лилия подружилась с его женой, полюбила своего младшего брата. Сейчас ему 12, и они очень близки. А папы не стало два года назад.

— Меня иногда называют сиротой, и я сильно обижаюсь, потому что сама себя никогда ею не ощущала, — признается девушка. — Какая сиротка! У меня

↓ На выступлении в зале Церковных соборов в Храме Христа Спасителя



столько родственников! Но ощущение нехватки мамы было, особенно лет в шестнадцать. Мне тогда казалось, что меня никто не понимает, особенно бабушка. И я думала: а вот мама меня поняла бы!

— Сейчас моя семья — это бабушки, дедушка, брат, тетя, несколько двоюродных братьев, — перечисляет Лилия. — О собственной семье пока только мечтаю. Мечтаю, чтобы было много детей. Мне неважно, какая у моего избранника будет профессия, материальное и социальное положение, образование. И внешность не играет большого значения. Мне важно, чтобы с ним было интересно, чтобы мы уважали друг друга. Взаимоотношения — это главное. Все остальное приложится.

Что-то нести

Мы говорим с Лилей о музыке. Удивительно, но эта молодая девушка очень скептически относится к современной эстраде. Она ее просто не слушает, разве что случайно, когда в маршрутке едет и у водителя на весь салон из радио «бум-бум» раздается. В ее плейлисте — песни Зыкиной, Кубанского народного хора, советская эстрада.

— Я реагирую на талант, а не на популярность, — объясняет Лилия. — Самой мне не хотелось бы стать известной на всю страну. Зачем? Известные люди должны выходить на сцену не просто петь, а что-то нести людям. А я пока мало что могу нести. В популярности должен быть смысл.

Когда она знакомится с ровесниками, то рассказывает о народном пении и спрашивает, почему всем нравится «долбежка», ведь так интересно прислушаться к музыкальной ткани народной партитуры, к тембрам народного ансамбля.

И Лиля затягивает: «Сладка ягода в лес поманит, щедрой спелостью удивит. Сладка ягода одурманит, горька ягода отрезвит...» А ведь зря она так о себе, что не может, мол, ничего пока людям нести, думаю я, слушая и любуясь молодой певицей. Еще как может! Лиля останавливается и после небольшой паузы добавляет к тому, о чем мы говорили минутой ранее, словно завершая наш разговор: «Эта песня заставляет задуматься. Я ненавижу фальшь, особенно на сцене».

На клиросе

Год назад Лилина жизнь круто изменилась — девушка открыла для себя православие. Она выросла в семье, где не было принято ходить в храм, хотя в детстве ее крестили, а в 11 лет бабушка водила внучку причащаться. После этого Лиля была в храме еще раза три: то на отпевании, то просто свечку поставить. А потом познакомилась с человеком, который пел в церковном хоре. Он открыл ей новый мир — мир Церкви. И именно в это время в консерваторском расписании появился новый предмет — «Древнерусское певческое искусство».

— Как раз Великий пост начался, — вспоминает девушка. — Наша преподавательница рассказала, какие песнопения поют в православном храме, какие чтения читают. Было очень интересно. И я начала ходить по воскресеньям в церковь. Сначала просто смотрела. Мне нравилось, как поют на клиросе. Слушала и наслаждалась. Тоже хотелось попеть.

Она и не мечтала, что вскоре ее тоже позовут на клирос. Лилия пригласила священника освятить квартиру, и он, увидев у нее дома гитару, балалайку и баян, поинтересовался, чем девушка занимается. А дальше все закрутилось-завертелось: Лиле дали телефон регента хора борского храма в честь Успения Божией Матери, она позвонила, потом пришла, ее хорошо приняли, и теперь она поет в церковном хоре.

— Это совсем не то, что я пою на сцене, — говорит Лиля. — И пою по-другому, и отношусь по-другому. Я пока только учусь. А еще меня пригласили работать в воскресную школу, и я согласилась, занимаюсь с детками музыкой. Мне так нравятся эти дети: они открытые, веселые, им все интересно.

Теперь Лилина неделя расписана по часам: консерватория, музыкальная школа в Семенове, концерты, в воскресенье — пение на клиросе и воскресная школа. Выходных у молодой девушки нет совсем. Но это ее не смущает, ведь все, чем она занимается, ей интересно. И душеполезно.



Ровно год прошел с тех пор как Лиля начала ходить в храм. Вновь наступил Великий пост. Наша героиня вошла в него совершенно другим человеком.

— Начала обращать внимание на других людей, другую литературу, сама стала иначе жить, — замечает она. — Год назад и сейчас — это две разные жизни двух совершенно разных людей. Я погрузилась в себя, стала больше беспокоиться о своей семье, переоценила свои поступки. Православие настраивает человека на правильную жизнь, хорошее отношение к другим.

Впереди у этой прекрасной девушки — прекрасное будущее. Для этого у нее есть все: талант и образование, работоспособность и требовательность к себе, любовь к выбранному делу и открытость новому. С ней народная песня, в которой, как в пословице сказано, «живет душа русского народа». Эта же душа живет и в духовных песнопениях. И здесь у Лили тоже большие возможности, которые укрепляются ее желанием глубже вникать в эту тему. С Божией помощью у нее все получится. И, может быть, когда-нибудь с экранов телевизоров мы услышим это имя — Лилия Большакова, хоть сама она и не мечтает об известности.

Текст: Оксана Москвина

Фото: личный архив Лили Большаковой



Молитва звучит посреди озера

Ворсменский монастырь
и паломники с «большой земли»



Здесь дубы, с которых можно писать картины, тростник с камышом в человеческий рост, березки опустили свои косы к самой воде, в зеркале которой отражается небо, облака и маковки куполов, увенчанных крестами. Это дивное, святое место всего в 62 километрах к юго-западу от Нижнего Новгорода овеяно историей и четырьмя веками молитвы: один из древнейших в регионе и единственный монастырь на острове посреди карстового озера, усеянного множеством протоков и островков — Островоезерский Свято-Троицкий монастырь.

Словно картинкой из сказки Пушкина про остров Буян возникает живописная панорама Ворсменского озера и острова с монастырем. Сразу при въезде в Ворсму с трассы дорога круто спускается вниз, к мосту, где до сих пор есть табличка: «Добрый человек! Ты направляешься вглубь острова? Донеси до Троицкой обители, основанной в XVI веке, хотя бы 1 кир-

пич, это будет твоя лепта в восстановление святого монастыря». Эту табличку 14 лет назад положила на кучу кирпича перед мостом монахиня Иосифа (Егасова), которую архиепископ Нижегородский и Арзамасский Георгий (ныне митрополит) благословил восстанавливать эту обитель и принимать первых сестер. Тогда о монастыре напоминали только руины братского корпуса, угловой башни и надвратной

церкви в честь святого Михаила Малеина. Оба собора обители: Троицкий и Казанский — как и ограда, были разрушены в 1930-е годы до основания. Так или иначе, все до единого кирпичи перенесены сюда с «большой земли» руками проходящих.

Путь в монастырь, примерно в километр, ведет по узкой насыпи, обсаженной высокими старыми деревьями и поросшей тростником у самой воды. На небольших выступах суши, уходящих в воду, беседки и каменные киоты с иконами. Так и хочется замедлить здесь шаг и полюбоваться красотой озера, послушать гомон его пернатых обитателей.

Ближе к монастырю — тоннель из вьющихся растений, и вот мы оказываемся на крошечной территории, образованной двумя соборами и келейным корпусом с надвратным храмом. Многих паломников, приезжающих сюда впервые, удивляет компактность обители: вместе с хозяйственными постройками она занимает площадь чуть более гектара.

По просьбе отшельника

Первым нас встречает могучий одноглавый Троицкий собор — главный храм, давший название обители. Здесь, под спудом у западной стены, покоятся останки



первоначальника обители схимонаха Макария, перезахороненные в 2011 году после первой литургии в возрожденном соборе.

По преданию, пустынник-веригоносец Макарий, который в XVI веке подвизался на одном из островов озера, попросил об основании монастыря князя Бориса Черкасского. Тот согласился и выделил для возведения храма из своих многочисленных владений по берегам реки Оки землю близ Ворсмы. Именно на берегу и была первоначально основана обитель. Князь Борис поставил здесь деревянную церковь в честь своих небесных покровителей Бориса и Глеба, а затем кельи и ограду. Новая обитель стала называться Борисоглебской.

Вскоре по распоряжению князя монастырь перевели на остров, а церковь в честь святых Бориса и Глеба обратили в приходскую. Для новой обители Черкасский привез из Москвы копию новоявленной чудотворной Казанской иконы Божией Матери. С этого времени поселение при Ворсменском озере стало называться селцом Ворсмой, а приселок при

церкви — Жатвенным Борисоглебским погостом.

Уже в 1580 году на острове стояли деревянные братские кельи и храм с двумя престолами: вверху — в честь Пресвятой Троицы, внизу — в честь Казанской иконы Божией Матери.

Каменный ансамбль Острово-езерского монастыря, каким мы видим его сегодня, после возрождения, сложился в конце XVII века при князе Михаиле Яковлевиче Черкасском, развернувшем каменное строительство. Он воздвиг на острове три храма, надкладзную часовню, восьмигранную колокольню с семью колоколами и двухэтажный келейный корпус.

В XVIII веке, после брака Варвары Алексеевны Черкасской и графа Петра Борисовича Шереметева, святую обитель усердно обустроили и украшали новые владельцы этих мест — Шереметевы.

В память о Романовых

Один из немногих, а возможно, и единственный в России дейст-

вующий храм в честь покровителя династии Романовых преподобного Михаила Малеина был возведен на ворсменском озере в XVI веке неслучайно. Князь Борис Черкасский был женат на Марфе Никитичне, родной сестре будущего патриарха Федора Никитича Романова. Они укрывали своего шестилетнего племянника Михаила Романова, будущего царя, во время опалы Бориса Годунова. В Троицком соборе монастыря даже находилась икона Спаса Нерукотворного, перед которой, по преданию, молились в заточении Борис Камбулатович с царственным младенцем Михаилом Федоровичем Романовым.

Благодаря Черкасским, много сделавшим для Дома Романовых в период Смуты, в монастыре появилась и главная его святыня — часть Ризы Господней. Первому русскому царю ее передал персидский шах Аббас. По указу Михаила Федоровича и благословению патриарха Филарета святыню передали благочестивому князю Ивану Борисовичу Черкасскому за заслуги перед Отечеством, а князь даровал ее опекаемой им обители. Частицу



Ризы вложили в крест со множеством частиц святых мощей, который хранился в алтаре Троицкого собора. В XIX столетии при освящении воды в праздник Крещения крест ушел под воду, а позднее в этом месте образовался земной покров, ставший крепким основанием для монастыря и острова. Теперь местные жители считают озеро святым, потому что верят, что часть Ризы Господней покоится на дне.

Нижегородский Афон

Когда-то в народе это место называли Афоном, и неслучайно: здесь пребывает несколько икон, написанных на Святой горе специально для Островоезерского монастыря.

В надвратном храме в честь преподобного Михаила Малеина хранится особо чтимая икона Божией Матери «Экономисса» («Домостроительница» или «Домоустроительница»). Это точная копия чудотворной иконы из Великой афонской лавры, основанной учеником преподобного Михаила Малеина — Афанасием Афонским. Монахи Великой лавры написали ее специально для ворсменской обители. На обратной стороне образа все монахи Русского Свято-Пантелеимонова монасты-

ря на Афоне оставили свои автографы в знак духовного единства двух обителей. Рядом со святыней стоит кресло — для Царицы Небесной, незримо присутствующей на богослужениях.

Тут же находятся список чудотворной иконы «Старица» (или «Геронтисса», то есть «Покровительствующая в старости»), привезенная со Святой горы Афон из монастыря «Пантократор», и образ святого Силуана Афонского. Еще святыни Михайловского храма — литография чудотворной Святоезерской Казанской иконы Божией Матери и единственный сохранившийся от старого монастыря образ святителя Николая Чудотворца.

Старинные афонские иконы украшают и Троицкий собор: обновившаяся на острове икона «Скоропослушница», образ святого великомученика Пантелеимона с частицей мощей, чудотворная икона Божией Матери «Иверская» — литография с первообраза, находящегося в Иверском монастыре на Афоне. Этот дар — память о событиях XVI века, когда Михаил Федорович благословил монастырю одну из трех икон во имя Божией Матери «Иверская», привезенных с Афона.

За короткий срок афонские иконы стали известны своими

чудесами. Весть о восстановлении Островоезерского монастыря жители Ворсмы восприняли с большой радостью. На регулярные субботники собирались горожане всех возрастов. Помогали и администрация района, и благотворители. Так, местный завод «Саро» изготовил для монастыря хорос (паникадило), исполненный в традициях художественного литья, с изящными растительными орнаментами и фигурами святых жен, а также оклад к иконе преподобного Михаила Малеина — в технике горячих эмалей. Стены храма в честь святого Михаила Малеина украсили бронзовые бра с ангельскими ликами, тоже работы ворсменских мастеров. Настоящие произведения искусства! Неслучайно Ворсма была и остается одним из крупных центров литейного производства.

Сейчас для монастыря снова настали трудные времена. Несмотря на рывок, когда весь город объединился вокруг возрождения святыни, сейчас, в период ее развития и трудовых будней, помолиться приходит немного народа. Отвлекают суета и земные попечения. А трудов для поддержания красоты и порядка, не говоря о дальнейшем возрождении, требуется больше, чем есть в наличии рук.





В обители всего несколько уже немолодых монахинь.

Паломникам здесь всегда рады, с теплом встречают каждого с «большой земли». В монастыре ежедневно совершаются богослужения и молебны, читаются акафисты перед святыми иконами. Старшая сестра монахиня Серафима (Беляева), возглавляющая монастырь с 2014 года, увлеченно рассказывает про святыни обители и разрешает подняться на колокольню, откуда открываются живописные окрестности — вся патриархальная Ворсма, ее уникальное озеро, мелкие островки, окруженные сосновым бором берега, мосты через реку Кишму, лодки...

В любое время года: и в летней зелени, и под тяжелыми осенними тучами, и среди заснеженного безмолвия, и под взмывающей голубизной весеннего неба — это место



имеет свои неповторимые краски. Во время крестного хода вокруг острова матушек сопровождает целая стая птиц, перелетающих с дерево на дерево. Звуки трас-

сы тонут в водах озера. Тишина и безмолвие. Магнит для души.

Текст: Марина Дружкова
Фото: Елена Елькина



Когда веришь в сказку

История из копилки педагога



*Счастливые семьи,
как может показаться,
счастливы одинаково.
Как един идеал, как Един
Господь, источник подлинного
счастья. Но счастье не
статично — к нему идут.
Сопоставляя точки на
этом маршруте, нередко
удивляешься: все это
началось еще давно, когда...*



— Нина Ивановна, а Василиса Премудрая существует на самом деле? — спросил меня ученик пятого класса Ваня Денисов после изучения русской народной сказки «Царевна-лягушка».

Я не могла обмануть доверчивость этих ясных глаз, которые излучали и восторг от прочитанного, и надежду, и любовь ко всему в окружающем мире, и сказала с твердой убежденностью:

— Конечно, существует! Ты вырастешь и обязательно встретишь ее, только... Возможно, у нее будет другое имя.

Через 20 лет Ваня, теперь уже Иван Анатольевич, привел к нам в пятый класс своего старшего сына, тоже Ивана. Я, конечно, не могла не спросить его:

— Ну что, Ваня, нашел ты свою Василису Премудрую?

Он развел руками: не знаю, мол, но при этом улыбнулся своей неповторимой открытой улыбкой, и я отметила про себя, что глаза его остались прежними, излучающими внутренний свет.

После ада

По окончании девятого класса Иван поступил в Сосновское ПТУ и получил специальность тракториста-машиниста широкого профиля, до армии поработал в САПТе, а в 1998 году был призван для прохождения воинской службы в Чеченскую Республику, где прослужил до августа 2000 года. В истории второй Чеченской войны этот период значителен как активная боевая фаза.





«Наземная войсковая операция на территории Чечни началась 30 сентября 1999 года. За полмесяца федеральным силам удалось занять треть территории Чечни к северу от реки Терек, а за ноябрь-декабрь взять Гудермес, Ачхой-Мартан, Аргун, Урус-Мартан, Ханкалу, Шали. Российским войскам удалось окружить и блокировать Грозный к началу ноября 1999 года, однако вплоть до 6 февраля 2000 года в столице республики продолжались ожесточенные бои. Длительные арт-

обстрелы и авианалеты почти сровняли Грозный с землей».

Эти сведения я взяла из официальных источников: для Ивана война — закрытая тема. За службу в Чеченской Республике мой ученик был награжден государственной наградой — медалью Жукова. Как сражались, лучше не вспоминать. Достаточно сказать, что первое время после возвращения домой он мог спать только сидя, а руки даже во сне сжимали невидимый автомат.

Весь этот военный кошмар хотелось забыть, развеять, утопить... Сколько пережито — где там сказочному Ивану Царевичу, который всего-то сходил за тридевять земель за Василисой Премудрой, и то сколько у него за его доброе сердце помощников было!

Впрочем, его Василиса была совсем рядом, и звали ее Анна. Познакомились они на Рыльковской фабрике, куда Иван после армии устроился работать на каре, а она работала притирщицей. В цехе шумно, работающие станки производили невероятный грохот, а Анечка смеялась так звонко, что перекрывала весь этот цеховой гул. Иван так и сказал: «Она была самая веселая и звонкая». Так и пошел за этим звонким колокольчиком сначала до автобуса,

который привозил-отвозил рабочих в Лесуново, а потом поехал сватать.

Миллион процентов

Ваня — Аня — созвучные имена, невольно вспомнишь: «Мы долгое эхо друг друга». Семейное гнездо они стали вить в стареньком доме, доставшемся от бабушки. Сейчас это добротное современное жилье со всеми удобствами, где у каждого члена семьи после перестройки своя отдельная комната. А членов семьи уже пятеро: старшему Ивану — 18, дочке Виктории — скоро 16, а маленький Егор готовится отметить четыре года.

Каждый в семье занят своим делом: Иван Анатольевич трудится на лесовозе «Урал» в компании «Альянс», Анна Николаевна — в доме-интернате для престарелых и инвалидов, Ваня учится на третьем курсе Сосновского агропромтехникума, красавица Виктория оканчивает девятый класс, а всеобщий любимец Егор посещает детский сад.

Переступив порог этого дома, где все сверкает чистотой, отделано современными материалами и дышит уютом и покоем, удивляешься: как удается содержать жилище в идеальном порядке,



когда в хозяйстве полно скотины: корова, теленок, поросенок, куры и прочая живность по мелочи? Вика поясняет, что у них в семье все друг другу помогают и не делят обязанности: одна команда — общий интерес. Ваня — первый помощник отцу, а Иван Анатольевич — мастер на все руки, все в доме делает сам.

Снова задаю ему вопрос: доволен ли он выбором второй половинки, та ли это оказалась девушка, о которой мечтал?

— На миллион процентов! — отвечает Иван (обычно люди, довольные жизнью, отвечают «на все сто»).

Свою Анечку он называет генератором идей, все начинания и перемены продумываются ею. Она же, в свою очередь, говорит, что без супруга не принимает ни одного решения. Не надобен клад, когда в семье лад, — это про них сказано.

С Божией помощью

Сельская жизнь требует полной отдачи физических сил: хлопоты с утра до темной ночи. Анна говорит, что пыталась жить в городе: после школы устроилась в Павлове на завод, но проработала там недолго. Городская суэта ей, выросшей в лесной стороне, показалась тягостной.

Отгороженными от мира Денисовы себя не чувствуют. В семье два автомобиля. Одним пользуются родители (оба водители со стажем), другой принадлежит старшему сыну. Семья нередко выбирается на природу, до живописных озер здесь рукой подать. Совершают и дальние поездки: побывали в Дивеево у преподобного Серафима Саровского, в Муроме у святых Петра и Февронии, Поездки по святым местам, по



словам Анны, — это душевное стремление, к тому же прекрасная возможность показать детям достопримечательности родного края.

Семейный фотоальбом — свидетель интересной и насыщенной жизни: бассейн, боулинг, зоопарк «Лимпопо». Дни рождения детей — это домашние праздники с приглашением друзей. У Денисовых всегда много гостей. Когда народ собирается, столы расставляют прямо в огороде, тем более что место позволяет: у Денисовых большой участок. Обрабатывать его нелегко, но в хозяйстве все механизировано: есть мотоблок, а теперь еще купили трактор.

Не жизнь, а сказка? Нет, продолжение пути. В прошлом году в дом Денисовых постучалась беда: тяжело заболел отец семейства. Решили делать операцию, но гарантий никаких не давали. Анна рассказывает эту историю со слезами:

— Я принесла в больницу икону Матронушки Московской и поставила ее на тумбочку рядом с кроватью. Не отходя от его по-

стели, молилась дни и ночи, просила Бога о помощи. Вера всегда присутствовала в нашей семье, на брак нас благословляли родители, святые лики в нашем доме во всех комнатах. Но тут я уверовала сполна. Когда Ивана привезли после операции и доктор сказал, что он будет жить, я опустилась на колени и горячо благодарила Господа за помощь. Думаю, наша следующая семейная поездка будет в Москву к блаженной Матроне Московской.

Вывеждаю у супругов секрет счастливой семейной жизни. Иван говорит, что он заключается во взаимопонимании, а Анна — в умении уступать друг другу. Спрашиваю у детей, строгие ли у них родители. Улыбаются, говорят, что на них никогда не повышают голос и что родители всегда их понимают. Видно по всему, что все в этом доме дышит любовью и заботой друг о друге. И Василиса Премудрая существует, я сама в этом убедилась. Правда, становится она такой в руках Ивана Царевича.

Текст: Нина Никонова



«Творя судьбу всем обидимым»

Буллинг в школе: распознать и предотвратить

Во времена, когда мне довелось столкнуться с буллингом, он назывался просто травлей. В «моих» школах он всегда присутствовал в той или иной степени — где-то больше, сильнее, жестче, где-то меньше. С приходом интернета издевательства учеников над более слабыми товарищами стали изошреннее, ролики об этом теперь можно даже посмотреть в Сети.

Не надо себя обманывать, слова «Какая же ты толстушка» могут произноситься с милым выражением лица и добрыми глазами. Но это травля. «Пошутили» — это когда все участники ситуации улыбаются искренне. Чаще, когда человеку это говорят, он делает вид, что ему тоже смешно, но это лишь способ защиты от травли, которая, тем не менее, оставляет глубокий след в психике.

Обратная сторона травли

26 января 2022 года уполномоченный при президенте РФ по правам ребенка Мария Львова-Белова заявила о серьезном росте обращений в ее адрес по поводу конфликтов и травли детей в школах. По ее словам, «каждое четвертое обращение связано с этой проблематикой». В прошедшем сентябре сотрудники аппарата уполномоченного в ходе проверок выяснили, что работа школьных служб медиации во многих регионах России оказалась формальной, а с травлей в школах, согласно результатам опроса, сталкивались более половины учащихся. Это чаще, чем каждый второй. Только 39 процентов детей никому об этом не рассказывают.

Быть отверженным в школе — травматичный опыт. Многим ка-

жется, что школа — это навсегда и им никогда не встроиться в социум. Зачастую подросток становится до такой степени обозленным, что видит единственный выход в том, чтобы лишать жизни обидчиков. За последний год такие случаи участились. 18 октября оружие в образовательное учреждение принес шестиклассник одной из пермских школ. 11 мая в результате стрельбы в казанской школе №175 погибли семеро детей и двое учителей, более 20 человек были доставлены в больницу. Оба случая стали результатом мести подростков за регулярные обиды со стороны одноклассников. В январе 2022 года дикая история потрясла Нижегородский регион: трое подростков планировали вооруженное нападение на школу. Они собирались убивать учеников и учителей, потому что «ненавидели людей»...

История первая. Со стороны

В пятом классе к нам пришла учиться девочка из бедной многодетной семьи, в соседних классах — старших и младших — учились ее сестры и брат. Она одевалась чуть хуже других, была скромной, в столовой съедала все до чистой тарелки, тогда как

Травля часто воспринимается как некая школа развития. Когда окружающие оскорбляют тебя из-за каких-то твоих отличий, абсолютное большинство из нас в эту секунду ломает себя и пытается измениться. Дети стремятся похудеть или поправиться, взрослые — по-другому одеваться и вести себя, чтобы про них не подумали что-то не то. Даже в современном номинально демократичном обществе не принято быть самим собой. Так же поступают и взрослые со своими детьми, не давая им быть самими собой ради их же безопасности.



остальные могли капризно от- вернуться: «Фу, каша!» У детей из этой семьи периодически находили вшей. Никто не хотел с ними контактировать, вроде как боялись заразиться. «Вшивая» — это самое мягкое, что моя одноклассница могла услышать в свой адрес, с ней никто не дружил.

Особой жестокости не было, никто не макал головой унитаз, не причинял физическую боль. Но ведь общее презрение и игнорирование ранят не меньше, — мы этого понять не могли. Оля особо и не реагировала, как будто смирилась, что она вот такая, недостойная. Училась средне, ничем особенно не выделялась.

Я эту травлю не поддерживала, но и активно не противостояла, была сторонним наблюдателем. Однажды в школе был новогодний праздник и все собрались в хоровод вокруг елки. Хоровод не двигался — никто не хотел брать за руку «прокаженную». Она стояла и чуть не плакала. Несмотря на праздник, нарядные веселые дети

не хотели брать в свою компанию белую ворону. Ситуация казалась безвыходной, тогда я ушла со своего места, встала рядом с ней и взяла ее за руку. Хоровод двинулся, праздник продолжился. Ее взгляд, полный благодарности, я помню до сих пор.

О том, насколько больно и обидно, когда тебя не принимают, как охватывает отчаяние и безнадежность, я узнала гораздо позднее.

История вторая. Изнутри

В 10-м классе я перешла в другую школу. В предыдущем школьном коллективе, дворовой компании или других местах, где мне приходилось общаться со сверстниками и старшими подростками, я всегда чувствовала себя комфортно: была общительна, уверена в себе, не стеснялась выражать свое мнение, даже если оно отличалось от большинства, могла найти общий язык с любым человеком.





В чужой класс я пришла с тем же легким настроем, распахнутым сердцем и уверенностью, что все мне рады. Не осмотревшись в сторонке, чтобы понять, что к чему, я без стеснения ввалилась «в чужой монастырь со своим уставом». В новом коллективе я вела себя так, как привыкла: уверенно высказывала свое мнение, могла резко пошутить, проявляла активность в классных мероприятиях и совершенно не стеснялась. Лидер класса, видимо, почувствовала во мне некую угрозу, хотя я совершенно не претендовала на ее место. Началось противостояние, где с одной стороны была я, а с другой — она и общественная поддержка в лице подруг. А возраст был подростковый... Многие одноклассники общались со мной, но конкретно на мою сторону в этом конфликте никто не вставал. Дело не ограничивалось словами, меня могли толкнуть, издевались словесно, назначали место драки,

куда я боялась идти, поскольку их было много, а я одна. Больше всего я жалела, что совсем не умею драться.

Это сейчас в интернете много информации о том, как вести себя при травле, работают психологи, которые могут подсказать выход из этой ситуации. А тогда дома я просто рыдала и не хотела идти в школу. Тем не менее, собрав волю в кулак, я посещала уроки без пропусков и ежедневно давала отпор, отвоевывала свое место. Где было возможно — отшучивалась, глубоко внутри испытывая боль.

Все закончилось так же неожиданно, как и началось. Я сдружилась с мальчиком, который не представлял интереса для «первой леди», ушла в творчество, стала серьезно заниматься в школьной самодеятельности, выступала и ездила «на гастроли». Всем стало понятно, что быть в классе первой, завоевать внимание лучших представителей мужского пола, составить конкуренцию «вер-

хушке» — все это не моя цель. От меня отстали, и вскоре все забылось. Через полгода все уже дружили, потом вместе плакали на последнем звонке, обнимались на выпускном вечере и до сих пор «дружим» в «Одноклассниках». И я только сейчас вспомнила о тех событиях, когда села писать эту статью.

Тот буллинг был для меня серьезным опытом взрослой жизни. Он не сломал меня, а сделал сильнее и осторожнее.

В ситуации травли крайне важна позиция взрослых, учителей. В первом случае они всячески заступались за мою одноклассницу и старались восстановить мир. В моем личном случае классный руководитель с усмешкой наблюдала со стороны, заняв позицию невмешательства, резко не пресекала травлю, могла пожуричь, ласково попенять, в глубине души поддерживая «своих». Мне кажется, ей было интересно, кто кого «победит».

Мнение психолога

Психолог Ольга Пропубертат специализируется на проблемах подростков. Она формулирует основные постулаты проблемы:

✓ Отношения травли недопустимы никогда и нигде: это не школа выживания, не «сам виноват» — это травля, и она уничтожает всех. Остановливать ее надо сразу.

✓ Травля — это оскорбляющие и уничтожающие слова и действия, комментарии шепотом за спиной, грубые физические прикосновения, отбирание вещей, игры с перекидыванием чужой шапки, сравнение с кем-то неуважаемым... Вещи в унитазе, физическая боль — это уже не травля, а преступление, и с этим нужно идти в полицию, не думая.

✓ В отношениях травли всегда три стороны: тот, кто травит, тот, кого травят, и зрители.

Тот, кто травит, очень уязвим, он страдает, как и все остальные участники. Его поведение — это маска, под которой большая тревожность и страх, что тебя скинут с пьедестала, на эту тему могут быть сильные неврозы. Состояние безнаказанности страшно сказывается на психике человека. Не получив наказания, он может впоследствии стать семейным тираном или преступником. Если вовремя остановить дитяtko, оно осознает, что все не так просто и реже повторяет зло. Ребенок должен получить силу и поддержку от взрослого рядом, понимание, что таким способом своих целей не достигают. Без унижения, без гадостей его необходимо поставить на место.



Что делать, если...

... ребенок перестал учиться

Частой причиной резкого падения успеваемости становятся конфликты в коллективе. Обычная реакция родителя при этом — пнуть побольнее, чтобы выбить лень. Для того чтобы выявить буллинг, обиды, боль, нужны усилия, сочувствие, взрослая позиция. Задача родителей — докопаться до боли и найти ей лекарство. Счастливый спокойный ребенок так или иначе справится с учебной.

... родитель узнал, что ребенок — свидетель или жертва травли

Попросите его рассказать об этом, чтобы защитить всех участников процесса. Школьники должны знать, что в травле нет выигравших никогда. Сейчас травят тебя, потом начнут травить другого. Распознать, может ли ребенок быть зачинщиком буллинга, нет шанса. Такие дети бывают примерного поведения.

... происходят события, которые угрожают здоровью ребенка, его вещам

Родителям важно зафиксировать жестокое обращение, разбираться в котором должна полиция. Необходимо четко понимать, что было сделано, когда и как это можно доказать. В полицию следует обращаться не с эмоциями, а конкретной формулировкой, и просить принять меры. Будет разговор с родителями зачинщиков, это отразится на репутации школы. За прилюдное хамство, например, когда ругаются матом на ребенка, в российском законодательстве предусмотрено наказание.

... классный руководитель говорит, что ваш ребенок сам виноват, он «какой-то не такой»

В этот момент учитель расписывается в непрофессионализме. Педагог обязан разобраться в причинах травли и обеспечить безопасную среду для всех участников обучения, справиться с ситуацией, даже если придется подключить директора и психолога, но не допустить неадекватное поведение в классе.

... учитель не реагирует

Обращаемся к классному руководителю, а затем директору с письменным заявлением о том, что в классе замечены эпизоды травли. Просим принять меры и предупреждаем, что, если в течение двух недель ситуация не изменится, вы пойдете выше. Следующие инстанции — это городской департамент образования и прокуратура. Но, как правило, если директора предупредить об этом по электронной почте, травля останавливается мгновенно.

... учитель сам провоцирует травлю

Цепочка та же: четкий разговор с учителем, потом к директору. Но если в школе такое принято, лучше перевести оттуда ребенка, либо с другими родителями написать коллективное заявление.

Текст: Татьяна Борисова

✓ На позиции того, кого травят, в разные моменты жизни может оказаться любой из нас, просто попав не в ту компанию. Жертва никогда не виновата. Травля — это заболевание коллектива, и принимать ее недопустимо. Когда мы оставляем того, кого травят, один на один с этой ситуацией, мы уверены, что он должен с этим справиться, и тогда он станет сильным. Однако этого не произойдет, если ребенок не получит поддержку взрослого, не услышит слов: «Ты классный, все будет хорошо, просто ты стал жертвой травли, не стоит переделывать себя».

✓ Зрители — самые важные в травле люди. Травля прекратится на стартовых этапах, если зрители скажут: на наших глазах такое происходить не будет, мы не хотим на это смотреть. При этом они получают психологическую травму свидетеля, и часто она еще сильнее, чем травма «основных» участников травли. Это важно понимать родителям, которые знают, что в школе есть травля, но успокаивают себя тем, что его ребенка не трогают.

✓ Взрослые обязаны просто и жестко запрещать подобные события и контролировать предпосылки к ним. Травлю не должны останавливать сами дети. Когда взрослые четко договариваются действовать в интересах ребенка, он убеждается, что мир справедлив и начинает договариваться, а не воевать. Как только первый эпизод происходит, взрослый должен сказать: ребята, стоп, это травля. В нашем коллективе такого не будет, и таким способом ты своего не добьешься.

«Дети должны рождаться в семье»

Репродуктивное
поведение:
что с ним не так?



За последние 50–60 лет в России произошли серьезные изменения в поведении людей. По данным статистики, сексуальный дебют в браке сегодня составляет всего 7,1 процента, уже в 12–14 лет некоторые девочки активно живут половой жизнью. Задолго до вступления в брак женщины абортами разрушают свою репродуктивную систему, мужчины тоже имеют проблемы со здоровьем, приводящие к раннему бесплодию. Об этом на конференции «Наследие преподобного Серафима Саровского и здоровье России» в Дивееве говорил доктор медицинских наук, член-корреспондент РАН, директор НИИ урологии и интервенционной радиологии имени Н. А. Лопаткина, главный внештатный специалист Министерства здравоохранения Российской Федерации по репродуктивному здоровью Олег Аполихин, ставший в 2021 году обладателем звания «Серафимовский врач». Представляем тезисы его яркого выступления.

О демографии

— Россия занимает девятое место в мире по численности населения после Китая, Индии, США, Индонезии, Бразилии, Пакистана, Бангладеш и Нигерии. Если ситуация не изменится, к 2050 году, по прогнозам аналитиков ООН, она опустится на 18-е место. По словам президента, это вопрос национальной безопасности.

Основной источник нашего валового национального продукта — сырье: газ, нефть, другие полезные ископаемые. Этот процесс требует присутствия человека. А за Уральским хребтом на протяжении подчас 500–600 километров уже нет ни одного человека. Поэтому для нашей страны вопрос депопуляции и особенно резкого уменьшения пропорции между молодыми и пожилыми людьми, принципиален. Сейчас не та ситуация, которая была в 1970-е, 1980-е, 1990-е и даже 2000-е годы. Молодых людей становится все меньше, и на них ложится экономическое бремя обеспечения пожилых. Большую роль играют демографические ямы 1990-х годов. На всей территории нашей страны, особенно в русских регионах, коэффициент рождаемости составляет всего 1,58, только на территории Северного Кавказа идет прирост.

У нас немногим более 146 миллионов человек и большой разрыв между женской и мужской продолжительностью жизни — 10 лет. Но главная особенность в том, что основная смертность мужского населения приходится на трудоспособный возраст,

до 65 лет. А мужчины — становой хребет экономики. Поэтому президент в своих майских указах обращал внимание на этот вопрос: обеспечить не просто продолжительность жизни, а продолжительность жизни здоровой. Тем самым будет обеспечена социальная устойчивость всех групп населения.

Мы практически в четыре раза снизили материнскую и младенческую смертность, строим перинатальные центры, которые обеспечивают рождение ребенка с низкой массой тела — 450, а иногда и 420 граммов.

О воспитании

— Более 600 миллиардов рублей за 25 лет мы вложили в вопросы обеспечения демографических показателей, в том числе рождаемости. Но в большей степени мы боролись экстенсивно. Строили перинатальные центры. По сути, это родовая реанимация. Мы вкладываем в создание технологии обеспечения рождаемости, создаем новые технологии в области ЭКО, искусственного оплодотворения, что является не лечением, а преодолением бесплодия. А где причина? С точки зрения повышения рождаемости превагирует не репродуктивное здоровье (возможность иметь столько детей, сколько человек хочет), а репродуктивное поведение — желание или нежелание человека иметь детей. В отношении этого у нас практически ничего не делается.

В нашем обществе потребления изменение целеполагания, уход от традиционной манеры поведения, воспитание приводит к тому, что человек не хочет иметь детей. Он хочет жить для себя, получать удовольствие. Это все лежит в основе процесса, который сейчас называется английским словом «чайлдфри».

Зачем мы такие затраты делали? А затем, что сегодня 77,4 процента женщин, которые идут на роды, уже имеют патологию, и приходится тратить огромные средства, чтобы женщина родила ребенка, который зачастую нежизнеспособен. Сохранить ему жизнь — это очень дорого.

Женщины рожают позднее. Когда вместе с демографами стали искать причину этого, увидели, что в основе этого лежит не столько медицинский вопрос, сколько вопрос воспитания. Возраст сексуального дебюта в браке всего лишь 7,1 процента. В среднем, по статистике, этот дебют происходит в 17–18 лет. Для молодого человека он несколько ниже — 16–17 лет, по данным Росстата. А по данным академика Баранова, который проводил исследование в Московской области, ситуация другая: из 1000 исследованных 20 процентов девочек в возрасте 12–14 лет уже имеют половые контакты с несколькими партнерами и 60 процентов из них больны такими заболеваниями, передающимися половым путем, как гепатит, вирус папилломы человека и даже СПИД.

Что же происходит? Мы боремся с последствиями, мы бьем по хвостам. Возраст вступления в брак резко вырос. Для женщин он составляет 24–26 лет,

для мужчин — 26–29. Более 10 лет эти активные молодые люди живут половой жизнью без цели создания семьи. Поэтому хламидии, лейкоплазмы, уреаплазмы и гарднереллы, вирус герпеса, вирус папилломы человека, который у женщин вызывает рак шейки матки, имеют место быть к моменту репродуктивно направленного поведения. Мы боремся со следствием. А проблема в воспитании, в нравственности.

Кто же воспитывает ребенка? Маме некогда, зачастую она одинока — у нас 71 процент разводов происходит в первые пять лет. Воспитывает интернет. Раньше была улица, и это было полбеда, а сейчас беда огромная. Когда ребенок ныряет в это пространство, никем не ограниченное, он получает оттуда так много негатива, что изменить это потом зачастую невозможно.

Об абортах

— Максимальное число абортотворцев приходится на женщин в возрасте 25–39 лет, при том, что, как мы сказали выше, в этом возрасте они, как правило, уже в браке. Тогда зачем делают аборт? Мы зачастую говорим, что нет возможностей экономических, все это так. Но мы опрашивали женщин и оказалось, что это внешний ответ. Истинный в том, что она никому не нужна. Человеку, от которого забеременела, не нужны ни она, ни ребенок. И ее родителям этот ребенок не нужен. А женщина так устроена, что





для нее очень важно состояние, когда она повышает свой статус, а не понижает.

Поэтому вопрос более глубокий. Если мы хотим его преодолеть, то должны думать не о том, как женщину наказать, а о том, как ей помочь, чтобы она не оставалась один на один со своей проблемой. Начиная с воспитания и заканчивая социальной и духовной помощью. И не тогда, когда проблема уже состоялась, а гораздо раньше.

О семье

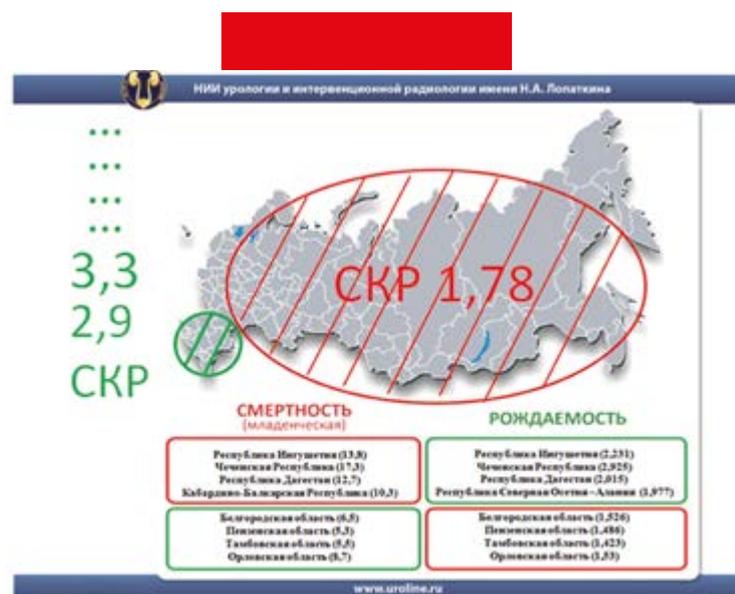
— Как же не допустить? Триггером этих проблем является мужчина. Мужское начало — главное в создании семьи. И если мы будем думать об экономических мерах, но не думать о главном — семье, то мы никогда не решим вопросы демографии.

Не надо ничего придумывать. У губернаторов 23 индикатора, касающихся социальных показателей. А в екатерининские времена было всего два, в том числе рост населения во вверенной губернии. Если население растет, значит, работает хорошо. Если уменьшается — народ умирает или бежит — значит плохо. Вот и все.

Дети должны рождаться в семье. Если у нас каждый год будет прирастать количество семей, ничего больше не надо! Вопросы здоровья, крепкой семьи принципиально важны для вопросов демографии. Это основа основ.

О мужчинах

— Совместно с ВЦИОМ мы опросили 1000 женщин от 19 до 28 лет, которые живут половой жизнью, но не





замужем. Сожительство. Мы спрашивали, сколько вы хотели бы иметь детей. Преимущественно говорят, что двоих. Четыре процента сказали, что никаких ограничений, хотя столько, сколько Бог даст. Пять процентов сказали, что не хотят иметь детей. Один из последних опросов показал, что этот процент растет среди молодых. Они хотят жить для себя. На вопрос психолога, почему не хотите иметь детей или только двух, большинство ответило: «А для кого рожать?»

Я давно занимаюсь этой темой, но это было для меня шоком. Оказывается, женщина рождает для кого-то. Должен быть тот кто-то, кому этот ребенок нужен! Поэтому вопрос не столько к женщинам, сколько к мужчинам. То, что у нас в 1980-х годах резко уменьшилось количество женщин и на это все списывают, неправильно! У нас страдает ценностный ряд среди молодежи. Гедонизм, общество потребления, эгоизм — вот что лежит в основе. Прежде всего этот процесс разрушает мужчину. Он становится слабым, сластолюбивым и неответственным. Когда мы спрашивали потом у этих девушек-женщин, каким они видят настоящего мужчину, многие сначала перечисляли: красивым, богатым, умным, а потом, подумав, говорили: ответственным.

Среди подростков сейчас 60–70 процентов имеют ожирение. Это приведет к росту числа социально неадекватных людей (невоинственных. — Ред.). Формирование мужского статуса, мужской половой конституции, мужского поведения составляет огромную проблему. Мужчина не чревоугодник, а воин, и он должен за собой следить, и родители должны воспитывать его как воина, который будет в этой жизни защищать женщину. Бороться за все, в том числе за свою страну.

О питании

— К сожалению, чтобы быстро продаваться, многие продукты сегодня имеют ингредиенты, которые способствуют ухудшению здоровья. Фталаты и бисфенолы содержатся в основных продуктах питания.

Часто мы стараемся выбирать правильные продукты: вместо мяса, например, едим рыбу. Но зачастую это не рыба, цикл развития которой — 244 дня, а аквакультура. Она разводится за 21 день с использованием специальных комбикормов, в которых содержатся эти вещества. И человек, питаясь этим, нарушает состояние метаболизма, что приводит к необратимым последствиям, особенно если речь идет о молодежи.

Хлеб сегодня — это хлебный продукт, потому что технология его создания не та, что была раньше.

В нем практически нет клейковины. Но такой хлеб производится и продается быстрее. Колбаса, в которой присутствуют бисфенолы, к сожалению, основной продукт питания многих людей. Не понимая, они потребляют вещества, которые ведут к нарушению здоровья. Если прибавить еще экологические проблемы, мы поймем, как изменилось здоровье нашей молодежи. Вот почему необходимо ввести ГОСТы, прежде всего для питания детей, подростков. Нужна ценностная программа, которая заключается не только в том, чтобы лучше лечить, а чтобы не дать заболеть.

Из-за спешки, желания заработать люди отказываются от самого главного, что нам дала природа, — от материнского вскармливания. Если женщина не кормит ребенка или кормит его меньше года, у него целый ряд изменений, прежде всего со стороны микробиома, развития эндотелиальной функции. В перспективе — нездоровый человек. И это может проявиться потом аллергиями, нарушением иммунитета. Очень важно, чтобы женщина имела возможность кормить ребенка хотя бы год. Этот период более важен для здоровья ребенка, чем последующие 10–15 лет.

О системе здравоохранения

— Медицинскую систему необходимо менять. Она, к сожалению, коммерциализована. То есть врачи, которые должны заботиться о здоровье, больше заинтересованы в том, чтобы к ним обращались по поводу лечения болезни. На этом зарабатываются деньги. А мы должны быть заинтересованы, чтобы у нас было здоровое общество, чтобы люди не болели. Это совсем другое.

Итак, надо менять систему: снимать акцент с репродуктивных потерь и делать его на репродуктивное здоровье. Не дать заболеть, развивать технологии максимального информирования прежде всего молодежи о тех рисках, которые могут привести к нарушению здоровья, создавать среду, в которой молодые люди могут изменить свое поведение и обеспечить себя здоровосохраняющим поведением.

Говоря о здоровье, мы часто говорим, что здоровье мужчины в женских руках. От женщины очень многое зависит. Но в мужских руках находится женское счастье. И счастье это в детях. Рождение детей и есть счастье в семье. Если дети здоровы, растут и получают образование, это и есть то, на что мы рассчитываем в будущем, на что надеемся, чтобы наша страна была крепкой и сильной.

Текст: Оксана Москвина

НИИ урологии и интервенционной радиологии имени Н.А. Лопаткина

Общество потребления

ВЫХОДНЫЕ, ЕСЛИ ТЫ:

	ЖЕНАТ		
	ХОЛОСТ		

www.uroline.ru

НИИ урологии и интервенционной радиологии имени Н.А. Лопаткина

Внедрение «Сертификата молодой семьи»

Регистрация брака

«Сертификат молодой семьи»

Бесплатное обследование в «Центре репродуктивного здоровья»

www.uroline.ru

НИИ урологии и интервенционной радиологии имени Н.А. Лопаткина

Государственная национальная стратегия в области демографии

www.uroline.ru

Имя Неадекват

Заметки о христианской трезвости

Что-то часто приходится слышать это слово: то родители «неадекватны», то начальник, то соседка, то прохожий. Списывают под него, как правило, любое неудобство, непонимание, любую трещину в отношениях. Попробуем разобраться в этом, не побоюсь сказать, явлению: заглянем в словарь, вглубь себя и подумаем, как все это соотносится со святоотеческим пониманием греха и праведности.

Само по себе слово, если задуматься о его значении и происхождении, ценностной нагрузкой не несет: адекватность — это просто соответствие, соотносённость, в буквальном смысле (от латинского корня) приравненность. Чему — это уже второй вопрос. Был ли, к примеру, Гитлер неадекватным? Сегодня все скажут: конечно, он был клиническим сумасшедшим. Но, внимательно изучив историю, понимаешь: он полностью соответствовал ожиданиям и настроениям своего народа, идеально вписался в историческую ситуацию. Его идеи и агитация оказались как нельзя более уместны в германском обществе, недолговольными итогами Первой мировой войны.

Волшебная ромашка

Уместность, вот именно! Когда на четвертом курсе филфака у нас был предмет «Основы стилистики и культуры речи» (мой нынешний хлеб как литредактора), я как «Отче наш» запомнила волшебную ромашку качеств хорошей, красивой речи, устной и письменной: нормативность, точность,

логичность, чистота, богатство, выразительность и — уместность. Можно оборвать один за другим все лепестки, оставив только последний, который и есть самый главный. А запомнила я это потому, что волей судьбы и в силу особой принципиальности преподавателя, пересдавала этот зачет аж два раза. Уж выучила так выучила!

Как человеку верующему, мне излишне часто приходится становиться свидетелем того, как в неадекваты записывают православных. Точнее, «не в меру православных», «православнутых», придумали же такое определение! Когда «начала в церковь ходить — и шарик поехали»: спит в платке, моется раз в месяц, и то по благословению, на все про все говорит: «Бог спасет», «слава Богу!», «твоими молитвами»... Не всем знакомо другое слово — неофит, которое объясняет такое поведение. Это значит, что человек недавно воцерковился и воспринимает все с простотой ребенка, безапелляционно прямо. Такая неадекватность, как правило, проходит, и наступает период, называемый святыми отцами духовной трезвостью. Не зря преподобный Иоанн Лествичник советовал: «Если ты видишь ново-

Точность

Логичность

Выразительность

начального, шествующего на небо, стащи его за ногу на землю».

А если не проходит?

Священная оппозиция

Во все времена существовали блаженные. Читаем про Алексия, человека Божия: человек женился, а на другой день взял и из дому ушел, жил 17 лет на паперти вблизи жены и родителей... Или про блаженную Ксению Петербургскую: женщина надела мундир умершего мужа, все продала и стала ходить по улицам... Можно ли считать неадекватностью юродство?

На Руси блаженных любили, лишь глупые люди да дети смеялись, а прочие — прислушивались, купцы, например, старались товаром своим одарить (на счастье, чтобы хорошо торговалось), искали, как угодить юродивому. Понимали: он больше всех образу Божию соответствует, адекватнее то есть нас, грешных.

А иночество — принципиальная инаковость по отношению к миру — тоже неадекватность? Внешне ведь так и выглядит. Дворянка, любительница балов, в 17 лет увидела страшный сон и так испугалась, что выпалила обет уйти в монастырь, а вместо того, чтобы успокоившись, одуматься, и вправду ушла, а потом еще и — вот впечатлительность! — умерла вместо своего брата просто за послушание... Преподобная Елена Дивеевская.

А вообще вера в Христа Распятого — «иудеям соблазн, эллинам безумие»? Христианин по отношению к миру чаще всего оказывается в ситуации несоответствия.

Тут-то и возникает соблазн почувствовать себя священной оппозицией. Я-то с Богом, а вы с кем?

Увы, даже люди, причащающиеся из одной Чаши, смотрят порой друг на друга как на неадекватов: что он о себе возомнил?

Не замечая ближних

Уместно ли, к примеру, указать неопытному прихожанину на его ошибку во время богослужения? А уместно ли в присутствии одиноких, бездетных или разведенных коллег взахлеб рассказывать об успехах детей и внимании мужа? А добиваться законных прав, затеяв скандал в очереди? У каждого на памяти свой список неадекватных, ранящих поступков и ситуаций.

Как видим, неадекватность и есть грех. Грех несоответствия, промах буквально. Что с того, что большинство этих промахов мелко: то тут мимо, то там. В целом они составляют картину души, погрязшей в гордыне и эгоизме: будучи сосредоточен на себе, человек просто не умеет замечать ближних и нюансов происходящего.

Сколько раз такое было во времена моей милой юности: глубоко за полночь, а ко мне муза пожаловала, стихи пишу. Вдруг на пороге возникает сердитая родительница и взрывает тишину: «Отрезвись!» На всю жизнь я запомнила, что трезвость к алкоголю отношения не имеет, это, скорее, о том, чтобы отдавать себе отчет, что и за чем ты делаешь, в неадекватата не превратиться.

Иными словами, духовная трезвость начинается с чувства собственной уместности: ветхое «я» отложить и, по святоотеческому совету, стать среди людей «круглым, как галечка», без острых краев. Адекватным. А вы часто произносите это слово?

Текст: Лилия Шабловская

В «Марьиной светелке»

В детстве мы читали про Царевну-лягушку, которая за ночь соткала ковер, украшенный золотом, серебром и хитрыми узорами. Неужели такие мастерицы-рукодельницы остались в прошлом, только в сказках?



В швейной мастерской при Саровском монастыре царит монастырский дух. На восточной стене — иконы, своеобразный иконостас. Когда женщины работают, часто включают аудиозаписи Евангелия, акафисты и другие церковные песнопения. Трудятся с молитвой.

Здесь хозяйка — Мария Цыбряева. Она занимается ремонтом и пошивом облачений как для духовенства, так и для храмов — всего, что требуется для богослужений. Особенно много бывает работы, когда открывается новый храм. Приходится шить облачения разных цветов, на все праздники. Иногда Мария обращается за помощью к прихожанкам, когда одна не справляется.

Недооцененное искусство

В мастерской огромный раскрочный стол, швейные машинки, стеллажи с тканями, некоторые еще советские, на ценнике 1988 год. Мария поясняет: «Бабушки умирают, и родные приносят это сюда, отдают на монастырские нужды». Но самое удивительное здесь — это образцы церковной вышивки. Это редкое, высокохудожественное и во многом недооцененное церковное искусство. В Саровских храмах сегодня не увидеть ручную вышитых работ — только яркая и более дешевая машинная вышивка.

С 2016 года на базе швейной мастерской Саровского монастыря работает клуб рукодельниц «Марьяна светелка». Вышивают на больших прямоугольных пяльцах. Сначала пяльца делал из черенков лопаты Машин муж, Сергей, тоже мастер на все руки. Потом стали заказывать их у специалистов.

↓Плащаницу вышивали прихожанки: Ирина Молькова, Надежда Грищенко, Ольга Александрович, Марина Пушкина, Ольга Подгорная, Елена Корнеева и Елена Шульгина. Надпись на плащанице — машинная вышивка. Ее можно было тоже вышить вручную, но Мария побоялась, что начинающие вышивальщицы будут делать это слишком долго

Первые два года рукодельницы из числа прихожанок учились на небольших изделиях, делали закладочки для Евангелия. Затем вышили Богородичный литургический комплект (два покровца и большой плат «воздух»), который передали в ризницу монастыря.

Собирались раз в неделю, по вечерам после работы. Потом приступили к вышивке Плащаницы Успения Пресвятой Богородицы. Во время пандемии встречи отменили. К этому времени участницы кружка закончили вышивку орнаментов на кайме. Делали их долго, потому что работа очень мелкая, неоднократно пришлось распарывать и переделывать.

— Девчонки идут сюда, чтобы напитаться молитвенным спокойствием. Рукоделие умиротворяет, это то самое женское делание, которого нам так не хватает, — рассказывает Мария. — Здесь чувствуется молитва монахов, некогда здесь живущих. И даже если приходишь нервной и издерганной, уходишь успокоенной. Чувствуешь — батюшка Серафим за тебя молится, и душа обновляется. Вечером даже уходить домой отсюда не хочется. Из окна вид на реку Сатис. Порой расплачусь: «Господи! Какая у Тебя красота!» Что еще надо?!

«Лики нужно вышивать вручную»

В мастерской можно увидеть самые разные работы. Рассматриваю их, пытаюсь понять, как это сделано. Мария рассказывает, что объемное золотное шитье бывает по картону, по настилу, гладкое и форменное, а есть золотное шитье орнаментальное и «в прикреп».





Объясняет процесс изготовления на икону прорезного оклада из натурального жемчуга. Как вышивка проклеивается несколькими слоями ткани, высыхает под прессом, потом вырезается и накладывается на икону. Показывает фотографии своих работ, например, вышитые кресты на облачении. Расходные материалы для церковной вышивки недешевы, но находятся люди, которые жертвуют на них.

Некогда славилась своими иконами, украшенными парчовыми окладами, бархатом, золотным шитьем, жемчугом и камнями, Арзамасская Алексеевская община. Старинная Плащаница работы арзамасских мастериц выставлена в Троицком соборе Дивеевского монастыря, ее можно рассматривать бесконечно. Сейчас такие изделия редкость: многие мастерские идут по пути развития машинной вышивки, более плоской и простой.

Разглядываю изящных херувимов, которые разместятся по четырем углам Плащаницы. Они находятся в разной стадии завершенности, поэтому видны промежуточные этапы работы. Прошу Марию на их примере объяснить, чем же, кроме цены, отличается машинная вышивка от ручной? Из ее объяснения понимаю: как полиграфия отличается от профессионально написанной иконы, так же ручная вышивка — от машинной.

— Эти образцы невозможно вышить на машине, — поясняет хозяйка мастерской. — Во-первых, мы обвели контур рисунка жесткой канителью (тонкая металлическая проволока, свитая в спираль. — Ред.), на машине ее не прошьешь. Во-вторых, только ручную можно выложить жемчуг по белой нити «бели». Жемчужины смотрятся очень живо, потому что они разной формы. Здесь же используется техника шитья золотом «в прикреп». Тончайшая золотая нить выкладывается по схеме, пришиваясь обычной ниткой. Чтобы начинающая мастерица выполнила ровный шаг, я подложила под вышивку миллиметровую бумагу. В двух миллиметрах умещается три стежка. А в мастерских делают настил из ниток и ориентируются на него, на глаз. Это величайшее мастерство и глазомер.

Женское рукоделие снова в моде. В своем изделии женщина выражает любовь к тому человеку, для которого шьет или вяжет, а в церковной вышивке — сложнейшем из рукоделий — проявляется любовь к Богу



Также для объемности вышивки мы подложили под нее клеевой фетр.

— Сейчас качество машинной вышивки значительно выросло, мастерицы научились вышивать шелком очень красивые лики, — продолжает Мария. — Но, как меня учили мои преподаватели в Школе церковной вышивки и золотного шитья в Санкт-Петербурге, «личноЕ» — это духовный труд, как в иконописи. Поэтому, на мой взгляд, лики нужно вышивать вручную.

Кто не выдержит и уйдет?

Здесь все прихожанки сдружились и сроднились, и если кто-то заболел, молятся друг за друга. Сами женщины отмечают, что в любом другом месте на тебя сразу навалит целый ворох дел — справляйся как хочешь. А тут тебе обрадуются, спросят, как дела, окружают теплом и участием — поэтому совсем другой настрой. Сейчас такое тепло даже в семье нечасто встретишь. Хочет ребенок обнять — первая реакция мамы: «Тебе что-то надо?» Мы забыли, что любовь и принятие бывают просто так. Однако случается, что пришедшие сюда как в женский клуб по интересам, вскоре не выдерживают и уходят. Почему? Потому что праздные разговоры строго пресекаются, да еще нужно переделывать работу по несколько раз.

— Наша «немирность», которую мы приносим сюда, сильно сказывается на работе. Ты либо спокойно работаешь, либо, если тебя что-то тревожит, не трогаешь вышивку, чтобы не испортить, а занимаешься чем-то другим, — делится руководитель «Марьиной свечелки». — Разговоры о политике или пересуды я сразу же останавливаю как неуместные в монастыре. Мы все



«Это то самое женское делание, которого нам так не хватает. И даже если приходишь нервной и издерганной, уходишь успокоенной»

разные, и мне не хочется, чтобы разгорелись споры. Можно говорить о домашних и других незамысловатых бытовых вещах, и то — в меру. Нам нужно сохранить мирный дух... Не приживаются у нас и торопыги, которые выполняют работу небрежно, а когда им говоришь, что нужно переделать, начинают нервничать и доказывать свою правоту. Я готова сама переделать. Готова сидеть и учить человека, сколько нужно, ведь «проклят всяк, творящий дело Божие с небрежением» (Иер 48, 10).

— Это настолько скрупулезная и длительная работа, что порой кажется, что ты целый месяц топчешься на одном месте. Но самое сложное даже не шить, а заново переделывать! Распарывать такие мелкие швы сложно, не повредив ткань. Вот тут у многих начинается ломка. Или еще проверка на терпение — выложить контур рисунка «белю». Вроде, несложная работа, но и тут свои правила. Шов должен быть ровный, аккуратный, везде в две нитки. Нить не забываем водить, узелки не завязываем. Руки моем каждые два часа, чтобы грязь на бели не оставалась. Каждую деталь прокладываем отдельно. «А какая разница? — возмущаются некоторые. — Жемчугом зашьешь, и не будет видно!» Я отвечаю: «Может, и не видно, но мы на каждой новой работе учимся. Нам нужно, чтобы лет через

200 вышивку распорол и сказали: «Ах, вот как оно правильно делается!»

Мария и сама изучала принципы вышивки на музейных экспонатах. И, говорит она своим ученицам, если бы ее предшественницы все делали кое-как, вышивка бы не сохранялась на протяжении стольких лет. Своим умом до всего не дойти, порой стоит довериться уже кем-то установленным правилам.

«Несерьезная» профессия?

— Долгое время я считала, что у меня не профессия, а так — игрушки для девочек, — делится Мария. — Люди институты заканчивают, трудятся на серьезных работах, становятся инженерами, предпринимателями, учителями... Одна я всю жизнь вышиваю. У нас мама была рукодельница, и я, сколько себя помню, тянулась за ней, уже лет с пяти вязала крючком...

Научиться ценить рукодельный труд ей во многом помог курс золотного шитья в Костроме. Преподаватель Татьяна Криницына в то время, в начале 2000-х, была практически единственной, кто делал вышитые митры (богато украшенный богослужебный головной убор сферообразной формы. — Ред.). Тогда наместником Ипатьевского монастыря Костромы был архимандрит Иоанн (Павлихин), ныне архиепископ Магадан-





ский и Синегорский, который занимался золотным шитьем и реставрацией произведений древнерусского искусства. Он в свое время научил Татьяну Александровну реставрировать Плащаницы, шить и вышивать митры, причем, не стандартные четырехклинные, а восьми- и 16-клинные. Теперь уже она передавала свои знания и опыт ученице.

Мария неделю жила у своего педагога, и они вместе работали над восстановлением огромной старинной Плащаницы «Положение во гроб», которая в советское время хранилась в каком-то сыром подвале.

— Она учила меня, как подпарывать и чистить вышивку. Я была так увлечена процессом, что с трудом могла оторваться даже на обед. Потом мне довелось применить эту технологию при реставрации вышитых икон.

Еще когда не было у Марии Геннадьевны своей мастерской, к ней приходили девочки, одноклассницы ее сына, и она с удовольствием учила их вышивке и другим рукоделиям. На вопрос, зачем ей это нужно, отвечала: «Если хотя бы одна из девочек, когда ей будет грустно, возьмет в руки иголку и сядет за вышивку, погрузится в нее и успокоится, я буду считать, что выполнила свое дело. Пусть это не станет профессией или заработком, но будет отдушиной». Конечно, девчонки это смогут оценить, когда сами вырастут и у них появятся собственные дети.

Текст и фото: Мария Курякина





Цвет настроения: красный

7 идей на Пасху

У вас есть такая коробочка?.. За неделю до Пасхи достаешь ее, а там еще с прошлого года хранятся милые сердцу мелочи, связанные с главным праздником, и сразу на душе становится теплее, хотя впереди еще Страстная. Но вот уже повеяло Воскресением, и дом наполняется рукотворными атрибутами Светлого дня. Эти поделки копились у меня на протяжении лет, и теперь мне приятно поделиться идеями того, как скрасить пасхальный досуг, порадовать себя и близких. Ведь каждая из этих безделниц — вещественное напоминание о победе над смертью Христа и Бога нашего.

1



Мешочек для святынь

Люрекс, вышивка / гладь

Его история уходит еще в начало 1990-х, когда в доме не было практически ничего, напоминающего о Боге, кроме нескольких бумажных иконок, Нового Завета, изданного на папиросной бумаге где-то в Нью-Йорке и бесплатно брошенного в почтовый ящик, и виниловой пластинки с рок-оперой «Иисус Христос — суперзвезда». Вот на ней-то и было понравившееся мне изображение двух ангелов, склоненных друг к другу. Позже, когда я решила сшить специальный мешочек для мелочей, с которым можно было бы пойти к Пасхальной заутрене, не обременяя себя сумками, эта картинка мне пригодилась. Контуры рисунка идеальны для вышивки в технике гладь. Между ангелами я решила поместить Животворящий Крест, чтобы образ приобрел пасхальное звучание, а ткань подобрала предписанного церковным уставом цвета. Мой мешочек имеет подкладку и круглое донышко с твердой вставкой.

Платок, деньги, яйца для разговения — пасхальный мешочек вмещает все необходимое и ничего лишнего. Взять такой с собою в храм в Святую ночь добавляет настроения! А в остальное время года в нем можно хранить освященное масло, четки, святыни, привезенные из паломничества.

Пасхальный венок

Пряжа, фурнитура

В развитие темы венков рождественских — венок пасхальный. Вместо зимней атрибутики — буйство красок и жизни. И круг — символ вечности. «Воскрес Христос, — и жизнь жительствоет!» — слышим мы в Огласительном слове на Пасху святителя Иоанна Златоуста. А любуюсь изобилием жизни, радуется душа.

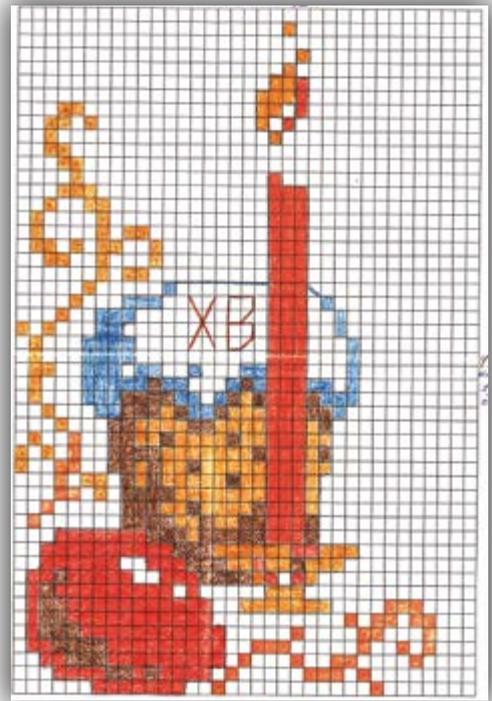
На кольцо из гибкого пластика или плотного картона наматываем шерсть. Это основа для дальнейшего полета фантазии. Теперь дело за элементами фурнитуры, дружественными по цвету и размеру. С помощью клеевого пистолета, а где-то и просто иголки с ниткой я пристроила в композицию пластмассовую брошку и букетик для платья из советского прошлого, вырезанные из ткани и посаженные на флизелин цветы, не нашедшие применения термоаппликации и бусины. Мой венок получился настолько легким, что его можно прикрепить абсолютно в любое место интерьера прямо на булавку.



2



3



Салфетка под кулич

Мелкая канва, мулине, кружево / вышивка крестом

Вышить такую — занятие на один вечер, настолько проста схема. Но наверняка захочется сделать таких салфеток несколько. Пять из шести моих очень быстро разошлись на подарки, но одну я все же оставила на память, и теперь она украшает на Пасху праздничный стол.

4



Витые интерьерные украшения

Проволока 0,3 и 2 мм, красные бусины и стразы в цапках

Пасха наполняет душу. Пасха наполняет дом. Чего только уже нет в нашей пасхальной коробочке, а останавливаться не хочется. Проволочная тема в моей истории была самой поздней, но принесла огромное удовольствие. Нашлась в хозяйстве и подходящая подставка под контур яйца на шпажке — узкий подсвечник и ненужная бижутерия пасхального цвета, обретшая вторую жизнь в извилах проволоки.

Проволоку я решила взять необычную, двухцветную, витую, и не пожалела. Гнется она отлично, неудачный изгиб легко исправить. Между собой элементы соединяются с помощью тонкой проволоки (обязательно в цвет), на нее же одновременно набираются бусины и стразы.



Ангелы из фетра

Белый, красный, бежевый, коричневый фетр, мулине, тесьма, бисер, бусины, золотой люрекс, металлические бубенчики, полиэфирное волокно

Невозможно не влюбиться в этот ангельский лик! И тут уж лучше запастись терпением, потому что обработка мелких деталей потребует времени и кропотливых усилий. Кстати, с фетром приятнее работать, когда он не слишком тонкий и мягкий.

Последовательность действий такова: переводим выкройки сначала на бумагу, а затем на фетр, вырезаем. Похожие модели представлены в интернете, но я рисовала детали от руки. Перед тем как сшивать одинаковые детали (головку, туловище, ручки, крылышки), нашиваем, где надо, декор (глаза, тесьму, кружево и т.д.) и только потом соединяем попарно обметочным швом, одновременно прокладывая в середине чуть-чуть полиэфирного волокна для придания объема. Затем собираем всю фигурку и добавляем последние штрихи: колокольчик в руки, нимб из проволоки или большой пуговицы, петельку сверху.

Маленькое панно

Цветная бумага, картон / квиллинг

Среди разнообразия композиций в технике квиллинга (бумагокручения) найдется место и пасхальной тематике. Как и в случае с открыткой, для качественного и быстрого исполнения потребуются специальный инструмент для квиллинга, который удерживает в прорези полоску бумаги, не давая ей соскользнуть при накручивании. Полоски я взяла шириной 3 мм: более широкие, на мой взгляд, утяжеляют композицию. Такие продаются в готовом виде, но можно их вырезать и самостоятельно. А основу для панно можно сделать, оклеив дизайнерской бумагой гофрированный картон.



Прорезная открытка

Двусторонний красный картон / киригами

Еще одна нетрудозатратная идея, которая вкупе с крашеным яйцом гарантированно порадует друзей и близких в день Светлого Христова Воскресения. Увеличенный трафарет переводим на тонкую бумагу, которую скрепляем с листом двустороннего красного картона. Для работы понадобится специальный нож для киригами и подложка из



пенопласта или пробки, хотя можно обойтись и остро заточенными ножницами с закругленными кончиками. Вырезка будет аккуратной, если соблюдать последовательность — от более мелких деталей к более крупным. В завершение работы необходимо сделать биговку, нанеся ножом по линейке небольшие бороздки по линиям сгиба. Внимание: надрезы делаются со стороны, противоположной сгибу!

Представленная схема — авторская и демонстрируется впервые, ничего подобного вы не найдете на просторах всемирной Сети, где пасхальная тема в киригами, увы, далека от православных образов и тяготеет к лубочному стилю с курочками и зайчиками.



Символика пасхальная и не очень

Пасха Христова для вас что такое? Ответ на этот вопрос даст и понимание того, какие образы в прикладном творчестве считать псевдопасхальными. Конечно, всевозможные курочки, петушки и — заимствование из западной традиции! — зайцы бывают довольно милы. Но что это фермерское изобилие дает православной душе, большой вопрос. Ни к Евангелию, ни к Священному Преданию подобная живность не имеет отношения. Ангел — образ из Евангелия; о яйце, покрасневшем в руках равноапостольной Марии Магдалины, мы знаем из Предания Церкви. В то время как образ курицы, несущей эти самые яйца, скорее, уводит нас от того уникального, единственного в истории события.

Что касается «пасхального кролика» Остерхазе, его происхождение восходит к древнегерманским традициям, когда тевтоны поклонялись божеству рассвета, весны и плодородия Эостре (Остара), чьим символом и был кролик — животное, отличающееся большой плодови-

тостью. Праздники в честь Эостры совпадали с весенним равноденствием, причем зайцы несли светильники богини. Соотношение с Пасхой Христовой, как видим, чисто календарное и русской культуре абсолютно чуждое. Впрочем, в последние десятилетия его пытаются прививать и в России, пользуясь широтой и всеядностью нашей культуры. Однако стоит ли?



Текст: Лидия Шабловская
Фото: Глеб Пушменков



В нашей семье пасхальные праздники всегда почитались особенно. Помню с детства, как каждый год мы все собирались на ночное Пасхальное богослужение в храме. А на Светлой Седмице двери родительского дома просто не закрывались. Родственники, близкие и дальние, друзья, крестные, крестники, многие из других городов — все спешили лично друг друга поздравить с праздником Светлой Пасхи. На Праздник мама всегда стелила на стол самые красивые скатерти, в ярких вышитых цветах и с волнистым кружевом на концах. Оригинально укладывались салфетки, повязывались ленточки на столовые приборы. У каждого гостя на тарелке лежала «крашенка» — пасхальное яйцо, крашенное в луковой шелухе. У каждого из нас перед Пасхой было свое послушание по дому, но все домочадцы рано или поздно непременно встречались на кухне...



Вкусная семейная история

Проверенные рецепты
к праздничной трапезе



Дедушка готовил домашнюю колбасу. Бабушка варила холодец. Мама выпекала самые ароматные в мире куличи и делала вкусные салаты. Ну а нас, детей, обычно усаживали красить яйца и присыпать цветной посыпкой верхушки куличей. И нам тогда казалось, что это самая ответственная работа в мире. Папа в готовке очень редко принимал участие, поскольку в эти дни всегда совершал службы в храме.

Много-много лет в моей большой семье собирались традиции, истории и рецепты, которые передавались друг другу. Сегодня я хочу поделиться с вами своими самыми любимыми рецептами для праздничного стола. Когда-то их готовили наши бабушки, а сейчас готовим и мы с сестрами.

Рецепт от бабушки

Картофель, запеченный по-деревенски

- ✓ Картофель — 1 кг
- ✓ Луковицы большие — 2 шт.
- ✓ Сметана — 4 ст. л.
- ✓ Свинина — 700 г
- ✓ Твердый сыр — 150 г
- ✓ Соль, специи — по вкусу



Приготовление

1. Замаринуем мясо в сметане. Свинину нарежем крупными кусочками, натираем солью, перцем или любимыми специями, добавляем сметану, хорошенько вымешиваем и оставляем на час в прохладном месте.

2. Хорошо вымытые корнеплоды картофеля средних размеров, не очищая, нарезаем кружочками толщиной в 1,5–2 см и обжариваем на растительном масле с двух сторон в течение 10 минут. Солим, добавляем специи и выкладываем кружочки в форму для запекания.

3. Следующими слоями на картофель выкладываем лук, нарезанный кольцами, а сверху — мясо в сметане. Засыпаем все тертым сыром и отправляем в духовку на 1 час при 180°C.

4. Перед подачей к столу картофель можно украсить свежей зеленью.



Рецепты от бабушки



Салат

из куриных сердечек

- ✓ Куриные сердечки — 300 г
- ✓ Лук — 2 шт.
- ✓ Маринованные огурцы — 2 шт.
- ✓ Яйца — 3 шт.
- ✓ Твердый сыр — 150 г
- ✓ Майонез, соль, специи — по вкусу

Приготовление

1. Отвариваем куриные сердечки следующим способом: наливаем в кастрюлю 1 литр воды, доводим до кипения, добавляем соль, лавровый лист, перец горошком, выкладываем сердечки и варим 30 минут при минимальной температуре.

2. Остуженные под холодной водой вареные сердечки нарезаем небольшими кубиками или кружочками.

3. Мелко нарезанную одну луковицу пассеруем на растительном масле до прозрачного цвета, добавляем сердечки и обжариваем 7 минут при минимальной температуре. Остужаем.

4. Сыр и яйца по отдельности натираем на мелкой терке. Огурцы нарезаем мелкими кубиками.

5. Собираем салат слоями (поверх каждого — «сеточка» майонеза): сердечки, обжаренные с луком; тертое яйцо, немного подсолненное; маринованные огурчики.

6. Сверху посыпаем мелко натертым сыром, накрываем пищевой пленкой и убираем в холодильник на пару часов.

Куриные рулетики с черносливом

- ✓ Филе двух куриных грудок
- ✓ Чернослив — 100 г
- ✓ Твердый сыр — 100 г
- ✓ Соль, специи — по вкусу

Приготовление

1. Чернослив, хорошенько промыв, замачиваем в воде комнатной температуры на 40 минут.

2. Филе разрезаем аккуратно вдоль так, чтобы получилась «бабочка», и немного отбиваем. С обеих сторон солим-перчим.

3. Чернослив, слегка подсушенный полотенцем, нарезаем на мелкие кусочки.

4. Твердый сыр натираем на мелкой терке.

5. На каждую отбивную выкладываем одинаковое количество чернослива и тертого сыра. Сворачиваем в рулетики и фиксируем зубочисткой.

6. Выкладываем рулетики в форму для запекания, смазанную растительным маслом.

7. Выпекаем в духовке при 180°C 45 минут.





Рецепты от мамы

Фаршированные куриные яйца

- ✓ Яйца — 5 шт.
- ✓ Лук — 1 шт.
- ✓ Бекон (или грудинка) — 70 г
- ✓ Майонез, соль, перец — по вкусу

Приготовление

1. Отваренные вкрутую и остуженные яйца разрезаем вдоль на две части. Аккуратно (очень важно не разорвать желток) чайной ложечкой вынимаем желток и выкладываем в отдельную емкость.

2. Обжариваем бекон, добавляем к нему мелко нарезанный лук и обжариваем до золотистого цвета (при необходимости добавляем растительное масло).

3. Желток разминаем вилкой, солим, перчим по вкусу. Добавляем обжаренные лук и бекон к желтку, майонез и вымешиваем до пастообразной консистенции.

4. Аккуратно, чайной ложечкой в белок, на место желтка, выкладываем нашу начинку и сверху украшаем зеленью.



Ароматный апельсиновый кулич

- ✓ Мука — 350 г
- ✓ Молоко — 100 мл
- ✓ Яйца — 1 шт.
- ✓ Яичные желтки — 2 шт.
- ✓ Масло сливочное — 140 г (40 г — в тесто, 100 г — для смазывания теста)
- ✓ Сахар — 100 г
- ✓ Дрожжи свежие — 15 г
- ✓ Сок апельсина — 2 ст. л.
- ✓ Цедра апельсина — 1 ст. л.
- ✓ Изюм — 100 г
- ✓ Цукаты по вкусу — 100 г

Приготовление

1. В отдельной емкости измельчаем руками дрожжи, добавляем 1 ст. л. сахара, затем — теплое молоко. Аккуратно перемешиваем и оставляем на 10 минут, чтобы дрожжи активировались.

2. 1 яйцо, 2 желтка и оставшийся сахар выкладываем в пиалу. 5–6 минут взбиваем миксером до пышной пены. В самом конце добавляем апельсиновую цедру и сок, аккуратно перемешиваем.

3. В яичную смесь добавляем растопленное сливочное масло, молоко с дрожжами и просеянную муку.

4. Замешиваем мягкое эластичное тесто (оно не должно прилипать к рукам). Очень важно не «забивать» тесто мукой, поэтому старайтесь придерживаться того количества, которое указано в рецепте. Замешанное тесто накрываем полотенцем и убираем подходить в теплое место на час-полтора.

5. Когда тесто подойдет, аккуратно выкладываем его на поверхность, делим на три равные части и формируем из каждой шарик.

6. Шарики выкладываем в форму для куличей, смазанную сливочным или растительным маслом, оставляем еще на 30 минут.

7. Выпекаем куличи в заранее разогретой до 180°C духовке. Выпекаем 40–50 минут, готовность проверяем деревянной лучиной.

***Совет:** не спешите доставать готовые куличи из духовки, чтобы они не осели. Лучше немного приоткрыть дверцу духовки и дать выпечке немного остыть внутри, затем достать на поверхность и вытащить куличики из формы.*

8. Верхушку кулича присыпаем сахарной пудрой или заливаем глазурью.



