



# Дорогою добра

№ 7 (ноябрь 2016 г.)

## Великий пост

*Великий пост – время особого труда над самим собой, молитвы и покаяния, делания добрых дел. Великим он назван не только по своей продолжительности, но и по значению его для души христианина. Как с пользой прожить это время, мы спросили у священника о. Максима (Янышевского).*

### Смысл поста

Во время поста сердце человека удивительным образом «размягчается». Человек начинает замечать в себе те стороны, которые скрывались за пеленой суеты, видеть в себе грех. И, главное, начинает «чувствовать» свой греховный мир, его омерзительность. В итоге, человек во время поста приходит к осознанию борьбы со грехом и к желанию от него избавиться.

### Постная трапеза

Ограничения, которые человек накладывает на самого себя, бывают двух типов: душевные и телесные. Телесные, к примеру, выражаются в воздержании от «скоромной» пищи. От чего можно отказываться, а от чего нельзя, решают родители вместе с детьми и духовником. Много зависит от здоровья ребенка, от той домашней среды, в которой он растет. На форму поста влияет очень много факторов, поэтому, все и индивидуально. Но если ребенок настроился поститься, родителям стоит поддержать свое чадо в его решении.

### Развлечения в пост

Как правило, тяжелее отказаться от «душевных» развлечений, таких как походы на концерт или в театр, прослушивание музыки или просмотр любимых сериалов. Здесь тоже стоит подходить разумно. Глупо, к примеру, на 8 марта не поздравить свою любимую учительницу, сославшись на пост. И любимый учитель, и одноклассники этого просто не поймут. Здесь лучше всего звучат слова Христа: «когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно» (Мф. 6: 16-18).

### Как бороться с унынием

Это правда, во время поста человека может начать одолевать чувство уныния, может появиться раздражительность и недовольство окружающими людьми. Здесь можно привести сравнение с тем напряжением, которое испытывает лук при натяжении тетивы. Если тетиву все время натягивать, лук может сломаться. Так и человек, он должен внимательно следить во время поста за своим внутренним миром, прислушиваясь к замечаниям окружающих. Если появились указанные вами чувства, то, можно как-то ослабить свое «душевное» воздержание: начать петь любимые песни, скушать свою любимую шоколадку или провести вечер с друзьями за просмотром любимого фильма. Здесь тоже все индивидуально.

### Как не сделать пост формальностью

Пост перестанет быть формальностью, если человек серьезно начнет относиться к своей вере, к своему пути к Богу. Здесь может быть только одно пожелание: вдумывайтесь в свою веру, всматривайтесь в самих себя, больше читайте и больше молитесь! А дальше Господь своими путями все упрavit.

## Рождество Христово

*В этом году празднование Рождества Христова для учащихся нашей Воскресной школы прошло особенно торжественно. Ведь ребята не только с увлечением и старанием готовили и показывали Рождественский спектакль, но и впервые пели на Рождественской Литургии. Мы расспросили некоторых участников этих событий, что они чувствовали в эти ответственные моменты.*



### Настя ЦАРЕВА, 11 лет:

- Когда мы пели, помогая правому (взрослому) хору на Литургии, я очень волновалась, ведь на Рождественской службе мы пели первый раз! И это была огромная честь и ответственность. Во время пения мне было страшно, что мы могли ошибиться и спеть не ту ноту! А еще мы волновались потому, что с нами не было нашего регента – Анны Всеволодовны. Конечно, нам очень помогала Екатерина Михайловна, директор нашей школы, но все равно было непривычно и страшно.



### Соня УСОВА, 13 лет:

Уже много лет ребята из нашей Воскресной школы готовят Рождественское представление для детей и взрослых. И этот год не стал исключением.

По традиции, в начале владыка Ювеналий зажег огни на Рождественской елке и сказал напутственные слова. Затем выступили Дед Мороз и Снегурочка, провели со зрителями игры и объявили начало главной части праздника – Рождественского спектакля. В этом году сюжет был схож со сказкой «Морозко»: две сестры попадают в незнакомое место, где с ними происходят невероятные вещи. В нашем представлении девочки встречают своих Ангелов – Хранителей, которые указывают им путь к новорожденному Богомладенцу Иисусу Христу. Чудо происходит и с одной из сестер – ленивая, грубая и бессердечная девочка постепенно осознает свои грехи и исправляется.

По словам наших гостей, многим представление очень понравилось, и они обязательно придут в Новодевичий монастырь еще.

### Миля БОСИНА, 11 лет:

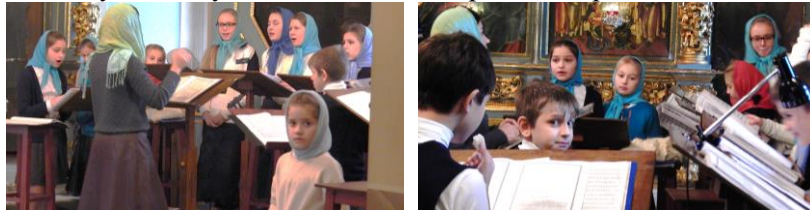
В этом году я играла одну из главных ролей. В день выступления настроение было приподнято, но я немного волновалась. На Рождественской елке было много детей, и все очень внимательно смотрели и слушали, когда и другие ребята выступали. Я думаю, они поняли главную мысль. После нашего выступления митрополит Ювеналий всех благословил и угостил конфетами. Мне очень понравился праздник, и как мы выступали!

## Молитвенные крылья

*Недавно учащиеся нашей Воскресной школы провели свою 10-ю Литургию. Ребята старались как никогда, и это заметили все, кто присутствовал в этот день в храме. Во что рассказала одна из участниц хора Лиза Родькина.*

Когда я пою какую-нибудь молитву, не важно - вслух или про себя, вдруг начинаешь чувствовать какой-то невидимый, тёплый луч, направленный прямо в меня, в самую глубину. Этот луч ласкает холодное, сжавшееся в комочек от боли и обид сердце, и смягчает его. Этим лучом мы соединяемся с небом во время искренней молитвы.

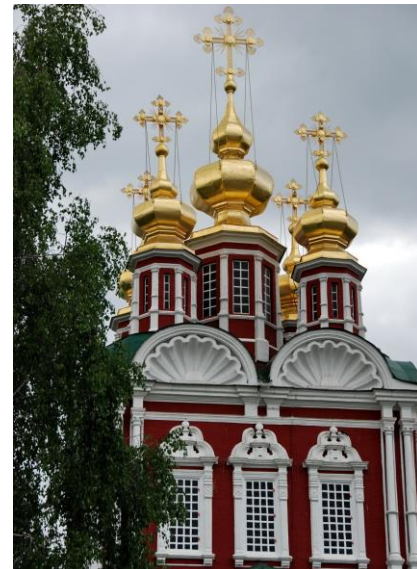
Перед началом литургии я очень волновалась, но это было скорее ожидание чего-то важного и прекрасного. Служба летела незаметно и от этого было чувство, будто не стоишь, а паришь на крыльях.



### Елизавета РОДЬКИНА, 13 лет

## Из истории Обители

*Мы продолжаем знакомить наших читателей с архитектурой Новодевичьего монастыря. Сегодня наш рассказ о надвратной церкви Преображения Господня.*



Преображенская церковь над Святыми воротами Новодевичьего монастыря входит в комплекс построек, возведенных царевной Софьей Алексеевной в период ее регентства при малолетних государях Иоанне и Петре (1682–1689). Она была торжественно освящена патриархом Иоакимом 5 августа 1688 г.

Храм по праву считается одной из жемчужин стиля «нарышкинское барокко». Изящные окна, колонны и, конечно же, сочетание красного и белого цветов придают храму пышность и величественность; вытянутая форма создаёт ощущение устремлённости в небеса, которое сразу заставляет Вас почувствовать себя на пороге Божьего дома. Пятиглавый храм с симметрично расположенными алтарем и притвором дошел до нас почти без переделок.

В Преображенской церкви сохранился иконостас работы Карпа Золотарёва. Особой тонкостью и совершенством письма отличаются иконы местного ряда. В их подборе нашла отражение державная идея, занимавшая царевну Софью. На одной из икон святая мученица София изображена предстоящей Богоматери вместе со святыми равноапостольными царицей Еленой, княгиней Ольгой и мученицей Параскевой, покровительницей супруги царя Ивана Алексеевича.

Новодевичий монастырь был закрыт в 1922 году. Только в 1943 г. на территории монастыря началась деятельность духовных школ, а в 1944 г. был открыт надвратный Преображенский храм.

Сейчас является домовым храмом митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия.