



18 октября 2019 года
Выпуск № 42 (513)

Еженедельная приходская стенгазета

Православие и мир

Преподобный Амвросий Оптинский

День памяти – 23 октября



В 1836 году окончил Тамбовскую Духовную Семинарию. Тяжело заболел в 1835 году, Александр дал Богу обет в случае выздоровления пойти в монастырь и быстро поправился. Обет не был исполнен, но последовало вразумление Божие. В 1839 году Александр поступил во Введенскую Оптину пустынь Калужской губернии к старцу иеросхимонаху Льву (Наголкину). В 1842 году был пострижен в монашество с именем в честь святителя Медиоланского Амвросия.

По рукоположении епископом Калужским Николаем во иеромонаха в 1845 году и после тяжелой болезни, последствия которой не проходили уже до конца жизни, иеромонах Амвросий начал помогать старцу Макарию (Иванову) в его трудах как духовник, принимал ►

посетителей, участвовал в издании и переводах творений святых отцов и книг духовного содержания.

После кончины старца иеросхимонаха Макария преподобный Амвросий становится духовным наставником братии. За наставлением к нему шли тысячи верующих и неверующих людей со всей России.

Преподобный Амвросий никогда не позволял себе пустого слова и говорил лишь с целью исправления и назидания. Преподобный Амвросий имел дар прозорливости, он исцелял больных, помогал нуждавшимся и бедным. Преподобным Амвросием была

устроена Казанская Шамординская женская община (обитель), куда он посылал жить или нуждавшихся больных, или бедных благочестивых женщин, девушек и сирот.

Скончался преподобный Амвросий 10 октября 1891 года в Шамординской обители и похоронен в Оптиной пустыни рядом с могилой старца Макария. После кончины старец Амвросий являлся многим людям в разных концах России, исцеляя больных, помогая страждущим. Святость жизни старца Амвросия явлена в его деятельной любви к ближним, всегда было глубоким почитание его православным народом.

Изречения Амвросия Оптинского

* * *

Воли человека и Сам Господь не понуждает, хотя многими способами и вразумляет.

* * *

Не раз вспомнишь простую русскую пословицу: «Бей в решето, когда в сито не пошло». Пословицу эту не мешает заметить и запомнить и тебе, мать, когда придется в деле не успевать, когда думаем сделать так, а выходит иначе. Тогда пословица эта пригодна наипаче.

* * *

Жить – не тужить, никого не осуждать, никому не досаждать, и всем мое почтение.

* * *

Ты не тужи, у тебя не ременные гужи. Лыко да мочало оборвалось – связала и опять помчала.

Евангельское чтение

Воскрешение сына наинской вдовы (Лк. 7:11–16)

После сего Иисус пошел в город, называемый Наин; и с Ним шли многие из учеников Его и множество народа.

Когда же Он приблизился к городским воротам, тут выносили умершего, единственного сына у матери, а она была вдова; и много народа шло с нею из города.

Увидев ее, Господь сжалился над нею и сказал ей: не плачь.

И, подойдя, прикоснулся к одру; несшие остановились, и Он сказал: юноша! тебе говорю, встань!

Мертвый, поднявшись, сел и стал говорить; и отдал его *Иисус* матери его.

И всех объял страх, и славили Бога, говоря: великий пророк восстал между нами, и Бог посетил народ Свой.

Проповедь на Евангельское чтение

Митрополит Сурожский Антоний

Сегодняшнее Евангелие представляет нам два образа предельного человеческого горя: вдовства и лишения единственного сына. Женщина, которую встретил Христос во вратах города, потеряла человека, которого в юные годы она так возлюбила, что оставила отца и мать, и все, чтобы быть с ним. И от их любви родился сын, в которого они вложили, верно, всю свою надежду, всю свою ласку, который, как им думалось, успокоит их последние дни, поддержит их старость, утешит их во всяком горе.

И вот, умер муж, первая любовь этой женщины, и теперь она хоронит своего сына. И во вратах города встречается ей Христос; и Он пронзен жалостью и состраданием, и обращается Он к ней со словами, которые как бы сразу уже говорят о том, что пришел конец горю: Не плачь!.. Он не говорит: «Утешься, твой сын воскреснет в последний день». Он не говорит ей о том, что это общая судьба людей и что ей выпала особенно горькая доля, но что Господь не оставит ее. Он гово-

рит «Не плачь!» – и она останавливается вместе с шествием, и Христос Своим державным словом возвращает к жизни последнюю ее надежду, все, что у нее оставалось, и не только на земле, а то, что соединяет ее с вечностью, ибо любовь срывает преграды и смерти, и расстояния, и времени, и переносит нас в вечность.

Многим за последние десятилетия, теперь полстолетия, пришлось пережить горе подобное горю этой матери. Сколько, сколько погибло мужей на поле брани, в болезни, сколько детей погибло преждевременно, и сколько слез материнских пролито. И каждой матери говорит Господь: Не плачь, поверь! Не ищи своего сына, своего мужа, свою любовь где-то в прошлом; в прошлом только прошедшее; но любовь не умирает, любовь крепче смерти, любовь уже соединяет нас и на земле, и в вечности.

Но и те, которые не пострадали таким образом, кто не претерпел вдовство, не схоронил ►



сына, ребенка своего, и те, порой, оказываются перед крушением всей жизни. Бывает, что человек жил надеждой, жил близостью Бога, жил чувством, что жизнь победоносно, ликующе несется – и вдруг эта жизнь, эта надежда, эта радость пришли к концу. Бывает, что человек в течение целой жизни носил в своем сердце, как мать под сердцем, мечту, любовь, надежду – и приходит время, когда вдруг, каким-то непонятным образом, все сокрушается, все умирает, и человек остается, как эта вдова наинская, как эта мать, хоронящая своего сына: все прошло, все умерло, ничего не осталось.

И говорит и нам тогда Христос в Своем великом сострадании: Не плачь, остановись, Я тут!.. И державным словом может Он восстановить в наших сердцах, в наших душах и жизни все, что пропало как будто бесследно.

Поэтому научимся и мы от Христа, с каким состраданием относиться к горю человеческому. С какой любовью Он сказал эти слова: «Не плачь!» – чтобы эта женщина не была оскорблена, унижена, возмущена такими словами. Нам надо научиться так говорить, чтобы слова наши о надежде, о вере, о жизни, о Боге были не оскорблением, не унижением, не причиной гнева, а утешением и радостью; и через нас должно часто, часто приходиться человеку и утешение в горе земном, и возрождение вечной надежды и силы жить.

Дай нам Господь такое сострадание, такую любовь, чтобы те, кому мы скажем слово веры, надежды и утешения, ожили, – ожили вечной надеждой, все побеждающей верой и уверились бы, что все до конца побеждается любовью, и Божией, и человеческой. Аминь.

www.mitr.ru

Осенняя депрессия – правила выживания.

Часть 1

Архимандрит Савва (Мажуко)

«– Депрессия? Чего только люди не придумают, чтобы не работать! Пусть не придуриваются!»

Только тот, кто пережил такую напасть, знает, сколько сил требуется, чтобы просто улыбнуться, и как тяжело носить в себе эту «черную дыру», когда не с кем поделиться.

Но есть техника безопасности: нельзя делать «резких движений», нельзя жить слишком беспечно и свободно, как раньше, но жить можно, причем хорошо жить, счастливо, радостно и даже свято. Соблюдаешь осторожность – все будет хорошо, иначе – подорвешь и себя и близких.

– Но ведь это же грех! Один из смертных! В этом надо каяться!

– ...И копаться в себе, развивая и поддерживая чувство вины – именно то, к чему и ведет болезнь. Давайте назовем депрессию смертным грехом, только что это нам даст, кроме гибели еще одного человека? Депрессия – заболевание, которое может быть связано с неправильной работой внутренних органов.

Как это ни вызывающе прозвучит, но сегодня мы знаем о человеческом организме гораздо больше, чем святые пустыnnики раннего средневековья, а потому и не станем называть болезнь грехом.

А пока у нас есть вот этот конкретный больной, и одно я знаю точно: призывать его к покаюнию или анализу своей жизни возможно только тогда, когда он придет в себя и поправится. В другом случае ваши призывы и наставления только добьют его и без того хрупкую психику.



И что же делать? Больному – пережить болезнь с помощью врачей и внимательных близких. А тем, кто справился, научиться встречать во всеоружии хворь, которая любит возвращаться.

Читая Псалтирь, я открыл метод «уговихся и не смутихся». То есть я знаю, что приступы могут повториться и обязательно повторятся, но теперь они не застанут меня врасплох.

Самое первое и самое простое – режим дня. Не смейтесь! Я и сам раньше просто отмахнулся бы от такого совета. Но, как ни странно, это работает.

Ритм жизни у каждого человека свой – уникальный и неповторимый, – поэтому этот ритм нельзя просто себе навязать, копируя ►



известного блогера или модного коуча. Надо присмотреться и прислушаться к себе, услышать свое тело, понять его эмоциональную жизнь, его сокровенный ритм. Режим – это именно уникальный ритмический рисунок вашего тела, если хотите, его бытийный танец.

Как мне кажется, депрессиям подвержены люди мнительные и впечатлительные, контингент особенно ранимый в эпоху избытка информации и космических скоростей. Могут предположить, что депрессия может быть защитной реакцией на это изнурительное изобилие впечатлений, которое нас окружает, поэтому надо щадить себя и свои силы, не брать на себя сверх меры, а для этого надо меру свою обнаружить и давать себе и работу, и отдых по силам.

Распорядок дня – это многолетний поиск. Поэтому не расстраивайтесь, если у вас бывают срывы. Знаменитый Иммануил Кант, соблюдавший режим дня так точно, что жители Кенигсберга сверяли по нему часы, нашел свой распорядок далеко после сорока лет. И даже если вам за пятьдесят, вы еще всё успеете.

Правило номер два: «проветривать» себя. Для меня, человека ранимого и впечатлительного, общение с людьми всегда было вызовом и опасным событием, поэтому я под любым предлогом скрывался и отлынивал. Оказывается, для людей моего склада очень важно «проветривать» себя в общении с людьми. В каждом из нас бродят свои яды – мысли, сомнения, воспоминания, – и если дать им волю, они просто не оставят человеку ни капли радости. Поэтому важно отвлекаться, переключаться на других людей, поддерживать в себе детское любопытство к другому человеку, учиться общаться с людьми, вос-

питывать в себе благородную отзывчивость, которая от неиспользования может даже и атрофироваться.

Правило номер три: «разогнать тело». Как лечил свою депрессию Кафка? В 1913 году он записался добровольцем на полевые работы. Не знаю, сильно ли это помогло Кафке, но я заметил, что состояние тела очень сказывается на самочувствии души. Много сидишь – и душа, и ум начинают цепенеть. Много валяешься в постели – дух становится рыхлым и беззащитным.

Регулярные прогулки, пробежки, футбол, и вообще мне недоступное – танцы! – очень полезная вещь, если вы готовитесь к разговору на равных со своей депрессией. Чистота тела, прямая осанка, легкая подвижность, свободные и широкие жесты – очень помогают духу держаться и чистоты, и свободы, и подвижности.

Вот что пишет замечательный детский писатель Юрий Лигун:

*Хороша она, ей-богу,
Эта дальняя дорога!
Бритва утром
Бреет, бреет.
Чашка с чаем
Греет, греет.
А свежайшие носки
Избавляют от тоски!*

Представляете? – «свежайшие носки избавляют от тоски» – чем не лекарство от депрессии? Лечите депрессию свежими носками!

*Продолжение следует
Публикуется в сокращении
www.pravmir.ru*

Вопросы священнику

Можно ли читать молитвы от женского лица?

«Молитвы в молитвословах и других источниках написаны от мужского имени. Когда я их читаю, переделываю под себя (от женского имени). Правильно ли я поступаю? Дарья»

Отвечает иерей Евгений Чебыкин:

Здравствуйтесь, Дарья. Благодарю Вас за Ваш вопрос.

Да, Вы поступаете абсолютно правильно.

Ведь молитва – это не заклинательный текст, а живой разговор с Богом, Божией Матерью и святыми! Логично, что девочки, девушки и женщины будут произносить эти тексты в женском роде, не в мужском. Кстати сказать, в некоторых молитвословах бывают варианты – и мужской род, и женский. Например, я видел такое в Каноне об усопшем, когда стоят разные местоимения – его поминуют или ее. Это немного другая ситуация молитвы, чем та, о которой Вы спрашиваете, но принцип такой же.

Пусть Господь Вас благословит!

Грех ли быть психологом?

«Грех ли быть психологом?»

Отвечает протоиерей Андрей Ефанов:

Добрый день! Сама по себе профессия психолога не грех, станет ли она греховной, зависит от того, как конкретно Вы будете ее реализовывать в своей жизни. Если Вы будете хорошим специалистом, который грамотно, уважительно, качественно будет помогать людям разобраться в себе и найти правильный путь в жизни, правильный подход к себе и к тому, что и как делается, это будет очень хорошо. Если Вы будете работать некачественно и в результате Вашей работы человеку будет плохо и он будет еще больше запутываться, думаю, понятно, что это будет грехом. Так что все зависит от Вас!

Храни Вас Бог!

www.foma.ru





Этот тип опухоли лечится в 90% случаев

У девятилетнего Эмиля опухоль головного мозга. Ему назначили четыре курса химиотерапии. Динамика положительная, но мальчик не гражданин РФ, и лечение для него в России платное. Фонд «Правмир» собирает деньги на оплату четвертого курса химиотерапии для Эмиля.

Эмиль заболел в марте 2019 года. Он вдруг начал все время просить пить, его мучила жажда. Мама Эмиля Лиана решила замерить, сколько сын выпивает жидкости за сутки. Получилось 7 литров. Лиана срочно показала Эмиля врачу, и ему поставили диагноз несахарный диабет – редкое заболевание, связанное с нарушением функции гипофиза, сопровождающееся полиурией (выделение 6-15 литров мочи в сутки) и жаждой.

МРТ головного мозга показала новообразование в области гипофиза – именно оно вызвало диабет. Вроде совсем маленький очаг – 5 мм, – но когда контрольную МРТ сделали через 3 месяца, оказалось, что первый очаг вырос до 7 мм, а рядом появился второй – 1,5 см.

Стало ясно: динамика отрицательная. Но операцию делать нельзя – место неопе-



рабельное, Эмилю могла помочь только «химия». На первые два курса химиотерапии родители Эмиля потратили все накопленные деньги. Третий курс оплатил фонд «Жизнь». Опухоль уменьшилась, но остался последний, четвертый курс. Деньги в семье давно закончились, а рак не ждет. Надежда только на нашу помощь. Помогите Эмилю!

Фонд «Правмир» помогает онкобольным взрослым и детям получить необходимое лечение. Вы можете помочь, отправив СМС с суммой пожертвования на короткий номер 8916.

www.fond.pravmir.ru

**Подготовлено совместно
с Синодальным информационным отделом
Русской Православной Церкви**

«Православие и мир» – ежедневно о том,
как быть православным христианином сегодня.

Редакторы: Мария Азизян, Анна Данилова
Корректор: Екатерина Сысина
Макет: Сергей Амiantoв
Верстка: Александр Архипцов

Адрес в интернете: www.pravmir.ru
Электронная почта: gazeta@pravmir.ru