



Приходской листок Патриаршего подворья  
храма святителя Николая Мирликийского

# У ГОЛОМЕННОЙ СТОРОЖКИ

№ 37  
ЯНВАРЬ  
2008 г.

Читайте в номере



**РОЖДЕСТВО  
ХРИСТОВО**

*Послание Патриарха  
Московского и всея  
Руси Алексия II*



**КРЕЩЕНИЕ  
ГОСПОДНЕ**  
*Проповедь*



**РОСТОВ  
ВЕЛИКИЙ**  
*Паломничество*



## РОЖДЕСТВЕНСКОЕ ПОСЛАНИЕ

Патриарха Московского и всея Руси Алексия II

архипастырям, пастырям, монашествующим и всем верным чадам  
Русской Православной Церкви

*Что Тебе принесем, Христе, яко явился еси на земли яко человек нас ради?*

*Каяждо бо от Тебе бывших тварей благодарение Тебе приносит:*

*Ангели пение, небеса звезду, волсви дары, пастырские чудо, земля вертеп, пустыня  
ясли; мы же Матерь Деву. Иже прежде век Боже, помилуй нас!*

*Стихира на Господи, воззвах вечерни праздника Рождества Христова.*

Дорогие и возлюбленные о Господе Преосвященные архипастыри, весь священнический, диаконский и монашеский чин, благочестивые миряне, верные чада нашей Святой Православной Церкви! Ныне мы вслед за древними мудрецами приходим, ведомые Вифлеемской звездой, к яслям Божественного Младенца – Господа нашего Иисуса Христа. Мы вспоминаем, как волхвы *возрадовались радостью весьма великою, и, войдя в дом, увидели Младенца с Мариею,*

*Матерью Его, и, нав, поклонились Ему; и, открыв сокровища свои, принесли Ему дары: золото, ладан и смирну (Мф. 2, 10-11).* Вступая в праздник Рождества Христова, и мы должны спросить себя: а что мы принесем к яслям, принявшим ныне Невместимого Бога?

**Е**му не нужны ни наша гордость, ни наша слава, ни наши материальные достижения. Прахом предстанут в Его очах суетные помыслы, житейские треволения, попытки людей превознести над другом.

Пусть же главным нашим даром Рождшемуся от Девы Спасителю мира станет крепкая и искренняя вера – вера, пример которой дала нам Пречистая Дева Мария, сказавшая возвестившему Ей благую весть Архангелу: *Се, Раба Господня; да будет Мне по слову твоему (Лк. 1, 38).* Многие сегодня привыкли считать, что их свободный и независимый разум один только и может принести счастье, правильно выстроить жизнь личности и общества. Но

Церковь за века своей жизни много раз видела, как возгордившиеся и удалившиеся от Бога люди в итоге оказывались несчастными и жалкими. И, наоборот, пример Пресвятой Богородицы говорит нам, какой высоты может достичь человек, с верой предавший себя в волю Божию. «Дева Мария, — пишет преподобный Ефрем Сирин, — есть Дщерь Света, потому что через Нее озарились Светом и мир, и обитатели его». Будем и мы с верою нести миру Свет, Который есть Христос Господь!

**Д**ругим нашим даром, принесенным к Вифлеемским яслям, да станет любовь — горячая и действенная любовь друг ко другу и ко всем окружающим нас людям. Воспримем как руководство на каждый день нашей жизни слова Христовы: *По тому узнают все, что вы Мои ученики, если будете иметь любовь между собою* (Ин. 13, 35). Будем творить дела любви и милосердия ради тех, кому сегодня тяжело и одиноко, кто страдает, унывает и отчаивается, а такие люди всегда есть рядом с нами.

**В**заимная любовь супругов, детей и родителей, скрепленная любовью к Богу и окружающим людям, всегда была основой крепкой христианской семьи. Наступивший год в Отечестве нашем

объявлен Годом семьи, и во многих других странах, где служит Богу наша Церковь, забота о семье также становится наиглавнейшей. Нам, верным чадам Церкви Христовой, нужно с ревностью проявлять такую заботу. Все общество, особенно молодежь, должно заново открыть для себя простую и вечную истину: там, где нет любви, взаимной ответственности, готовности всю жизнь принести в дар тем, кого любишь, — там нет ни счастья, ни полноты бытия. Разводы, аборт, стремление к наживе и бесконечным удовольствиям, забвение собственных детей, которые так часто оказываются лишенными родительской ласки и воспитания, — все это превращает жизнь отдельного человека и целого народа в безрадостное существование, исполненное укоров совести. Если же в семьях воцарятся любовь, вера, радость взаимной отдачи и поддержки друг друга, то нас будет окружать гораздо больше счастливых лиц. Изменится к лучшему и судьба наших народов.

**В**озлюбленные! В истекшем году Господь благословлял Свою Церковь миром, радостью и успехами во многих трудах, ко спасению народа Божия прилагаемых. В праздник Вознесения Господня

была восстановлена полнота единства Московского Патриархата с Русской Зарубежной Церковью, к которой принадлежит значительная часть нашего церковного народа, рассеянного по разным странам мира. Ныне мы вновь единая Церковь, скрепленная общением в Таинствах и молитвах, несущая свидетельство об истине Святого Православия не только в Отечестве, но *даже до края земли* (Деян. 1,8).

**В** пределы нашей Церкви были принесены честные мощи святого апостола и евангелиста Луки, святителя Спиридона Тримифунтского, святителя Иоанна Златоуста. Из Петербурга в Москву были доставлены мощи святого благоверного князя Александра Невского, которые затем были пронесены по городам, исторически связанным с земными подвигами Небесного защитника нашего Отечества. Многие и многие чада церковные пришли в православные храмы, чтобы поклониться святым угодникам Божиим, получить от них духовное утешение и благословение, исцелиться от недугов душевных и телесных.

**П**ри активном участии православного народа совершались торжества в честь 600-летия преставления преподобного Саввы Сторожевского —

ученика преподобного Сергия, молитвенника за благочестивых русских правителей и наставника иноков. О лучшем будущем для России, об исправлении ее исторических путей мы молились пред иконой Божией Матери «Державная» в день 90-летия ее явления. Молитвенно и торжественно отметили 90-летие восстановления Патриаршества в нашей Святой Церкви. В память о многих сотнях новомучеников и исповедников Российских, о тысячах и тысячах невинно убиенных в годы богоборческой власти из Соловецкого монастыря в Москву, на Бутовский полигон, где приняли мученическую кончину тысячи страдальцев за веру и правду, был принесен поклонный крест. Дай Бог, чтобы память об их подвиге укрепляла наш народ на путях духовного возрождения!

**В** минувшем году по милости Божией я многократно совершал богослужения в первопрестольном граде Москве, посещал приходы и монастыри Подмосковья, побывал на Валааме, где освятил скит в честь Смоленской иконы Божией Матери. Господь сподобил меня посетить Вологодскую, Ижевскую и Корсунскую епархии нашей Церкви, свидетельствовать о

духовных ценностях и общественной миссии Православия перед членами Парламентской ассамблеи Совета Европы в Страсбурге. Об этом же – о вере нашей, просвещающей и преображающей мир, – я говорил во время встреч с государственными деятелями, с людьми различных вер и убеждений.

**Н**ароды, духовно окормляемые Русской Православной Церковью, твердо идут по пути возрождения. На этом пути достигнуты уже многие успехи. Но жизнь приносит нам и трудности, и испытания, и искушения. В прошедшем году нас не раз пытались разделить по национальному, политическому, социальному признакам. Церковь, пребывающая со своим народом в радостях и горестях, неизменно напоминает людям: лишь единство сделает нас сильными, свободными, способными преобразить мир. Соборное единство народа, от которого не могут отделить себя ни Церковь, ни светская власть, становится для нашего общества основой добрых дел. И мы молимся об этом единстве, стараясь укреплять его.

**Б**удем свято хранить и в Церкви нашей *единство духа в союзе мира* (Еф. 4, 3). И в нынешний светлый праздник познаем всей глубиной сердца и

разума, что именно к единению призвал нас Родившийся в Вифлееме Господь. «Сколько благ, – пишет святой Василий Великий, – доставило нам Спасителево вочеловечение, потому что расторгнутое и на тысячи частей рассеченное естество человеческое по мере сил своих снова приходит в единение и с самим собою, и с Богом!»

**С** праздником Рождества Христова и наступающим Новолетием, Преосвященные архипастыри, дорогие отцы, братья и сестры, поздравляю всех вас! Пусть свет Вифлеемской звезды всегда озаряет наши души, подавая силу идти путем Самого Христа, Который дарует нам здравие, мир, крепость духовную и да ведет нас по нелегким жизненным путям. Грядущее же лето благодати Господней да будет для Святой Церкви и народа земли нашей мирным, созидательным и благоуспешным.

**Б**лагодать Господа нашего Иисуса Христа с вами. Аминь (1 Фес. 5, 28).



ПАТРИАРХ  
МОСКОВСКИЙ И ВСЕЯ  
РУСИ

*Рождество Христово  
2007/2008 года,  
Москва*

## Нам пишут



Кто празднует чистым сердцем, тот празднует с Ангелами.

Праздник без духовной радости, без сердечного в нем участия, без внутреннего чувства есть тело без души.

Свт. Филарет, митрополит Московский

Узнав, что в Люблинской епархии Польской Православной Церкви особо почитается прп. Леонтий Михайловский, настоятель иерей Михаил Михайлов направил в адрес Высокопреосвященнейшего Авеля, архиепископа Люблинского и Холмского, письмо с приложенными материалами о почитании этого святого угодника Божия в нашем храме. Его Высокопреосвященство архиепископ АVELЬ прислал ответное письмо на имя о. настоятеля, текст которого мы рады представить читателям нашего приходского листка.

### Всечестнейший Отче Михаиле!

Величайшей отрадой было мне получить Вашу посылку с материалами, знакомящими меня с жизнью Вашей приходской нововосстановленной общины вместе со многими Вашими достижениями во благо Св. Православия.

Преподобный Старец Леонтий (мы его называем Тарногородский) – это спасительная гордость моей Епархии, так как город Тарногород находится в пределах моего духовного воеводства. В городе Тарногороде существует небольшая православная община с уютным Св. Троицким храмом, в котором родился духовно в Таинстве Крещения Преподобный Старец.



Архиепископ Люблинский  
и Холмский АVELЬ

Яблочинский Свято-Онуфриевский монастырь и по сегодняшний день импульсирует для нашего Холмского края, да и целой Православной Церкви в Польше, является рассадником монашеской жизни. В монастыре Преподобного Онуфрия Великого, в селе Яблочин, я духовно возрастал, принимал монашеский постриг, совершенствовался, был наместником во второй половине 80-х годов прошлого столетия. Первый год своего архипастырского служения Люблинско-Холмской епархии управлял я в 1989 году именно с Яблочинской обители.

Надеюсь, что Вашей прихожанке, племяннице Преподобного Леонтия, интересно и полезно было бы побывать в краях своих предков.

Найдите возможность, чтобы Вам, о. Михаил, навестить нас и ознакомиться с жизнью Святого Православия в нашей стране.

На православном кладбище в городе Тарногороде имеются надгробные кресты с фамилией Стасевич, но, к сожалению, это не имена родителей Преподобного.

Поздравляю Вас и Вашу приходскую общину со спасительными днями Рождественского поста.

Ваш Искреннейший благожелатель,  
Православный Архиепископ Люблинский  
и Холмский АVELЬ.



Свято-Онуфриевский собор  
Яблочинского монастыря

## Главная тема



# Слово Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Пимена († 1990) в праздник Рождества Христова



Приветствую вас, дорогие братья и сестры, с праздником Рождества Христова! Желаю вам духовного утешения и всяческих милостей от Богомладенца Христа.

Как вы обратили внимание, сегодня за Божественной литургией в Евангельском повествовании рассказывалось о знаменательном и необычном пути волхвов к Богомладенцу Христу. Волхвы, на основании многих пророчеств, ожидали явления Великого Царя. Когда они увидели на востоке особую звезду, — «звездам служащий, звездою учающийся», — поет Святая Церковь, пошли за ней в Иерусалим, чтобы там поклониться рождшемуся Богомладенцу.

И так замечательно и промыслительно было их путешествие. Сначала звезда шла впереди волхвов и как бы вела их, указывая путь. Но когда они оказались под Иерусалимом, звезда вдруг скрылась. Волхвы не знали, куда им дальше идти, где искать Богомладенца Христа. Они вынуждены были у многих спрашивать, где родился Христос? Волхвы не остановились и перед тем, чтобы пойти на поклонение к Ироду и от него узнать, где должен родиться Богомладенец. Ирод созвал всех мудрецов, которые сказали, что Христос должен родиться в Вифлееме Иудейском. Тогда он приказал волхвам: *Пойдите, тщательно разведайте о Младенце и, когда найдете, известите меня, чтобы и мне пойти поклониться Ему* (Мф. 2, 8). Вот такое великое коварство было задумано Иродом.

Какой же промыслительный путь был у звезды и почему она перед Иерусалимом скрылась от волхвов и стала невидимой? Потому, дорогие братья и сестры, что волхвы в Иерусалиме превратились в про-

поведников Рождества Христова. Они спрашивали: «Где родился Христос?» — и всех заинтересовали этим вопросом. Волхвы также проповедовали о том, что они видели звезду, благовестившую о рождении Христа. И такие слова указаны в Евангелии: *Пришли в Иерусалим волхвы с востока и говорят: где родившийся Царь Иудейский? ибо мы видели звезду Его на востоке и пришли поклониться Ему*



(Мф. 2, 1–2). Когда волхвы покинули Иерусалим и были на пути к Вифлеему, вновь явилась пред ними путеводная звезда. Она довела их до места, где был Младенец, и остановилась. Волхвы поклонились родившемуся Богомладенцу и принесли Ему дары — золото, ладан и смирну. А затем отправились в обратный свой путь на восток.

Во сне явился им Ангел и сказал, чтобы они не заходили к Ироду. Так волхвы и сделали.

Сейчас мне хочется остановить ваше внимание на словах священ-

ных Рождественских песнопений: «С высоты Востока». Звезда Вифлеемская появилась на небе, на востоке, и привела волхвов к яслям родившегося Богомладенца Христа, и научила их поклонению: «Тебе кланяться, Солнцу Правды, и Тебе веди с высоты Востока».

Такое повествование о путешествии волхвов Святая Церковь сегодня предлагает нашему вниманию. В нынешний праздничный день,

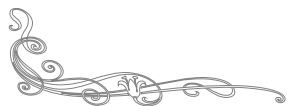
дорогие братья и сестры, мы все уподобляемся волхвам, ибо идем ныне на поклонение Богомладенцу Христу, приносим в ясли множество наших даров, но эти дары, приносимые нами, не вещественные, а дары духовные: кто добро, кто незлобие, кто еще какую-либо добродетель, приобретенную в своей жизни. И здесь, поклоняясь яслям, мы эти дары приносим Богомладенцу Христу.

Сегодня, в праздник Рождества Христова, необходимо тщательно посмотреть внутрь себя, в свое собственное сердце: не горит ли там, на небосводе нашего сердца, Вифлеемская звезда? Об этом надо всегда помнить, потому

что, если эта звезда взошла, то она нас неминуемо приведет к яслям Богомладенца Христа и научит поклоняться Ему и приносить дары в течение всей нашей жизни.

Богомладенец Христос да сопутствует вам, дорогие братья и сестры, и да дарует великую радость и великое духовное утешение. Аминь.

*Слово произнесено после Божественной литургии 7 января 1979 года в Богоявленском патриаршем соборе. Журнал Московской Патриархии, 1980, N 1.*



## О СВЯТОЙ ВОДЕ



Всю нашу жизнь рядом с нами великая святыня – святая вода (по-гречески «агиасма» – «святыня»).

Освященная вода есть образ благодати Божией: она очищает верующих людей от духовных скверн, освящает и укрепляет их к подвигу спасения в Боге.

Мы впервые окунаемся в нее в Крещении, когда при принятии этого Таинства трижды бываем погружаемы в купель, наполненную святой водой. Святая вода в Таинстве Крещения оmyвает греховные нечистоты человека, обновляет и возрождает его в новую жизнь во Христе.

Святая вода обязательно присутствует при освящении храмов и всех предметов, употребляющихся в богослужении, при освящении жилых домов, построек, любого бытового предмета. Нас кропят святой водой на крестных ходах, при молебнах.

В день Богоявления каждый православный христианин несет домой сосуд со святой водой, бережно хранит ее как величайшую святыню, с молитвой причащаясь святой водой в болезнях и всякой немощи.

«Освященная вода, – писал святитель Димитрий Херсонский, – имеет силы к освящению душ и телес всех, пользующихся ею». Она, приемлемая с верой и молитвой, врачует наши телесные болезни. Преподобный Серафим Саровский после исповеди паломников всегда давал им вкушать из чаши святой богоявленской воды.

Преподобный Амвросий Оптинский смертельно больному послал бутылку со святой водой – и неизлечимая болезнь, к изумлению врачей, отошла.

Старец иеросхимонах Серафим Вырицкий всегда советовал кропить продукты и саму пищу иорданской (крещенской) водой, которая, по его словам, «сама все освящает». Когда кто-нибудь сильно болел, старец Серафим

благословлял принимать по столовой ложке освященной воды через каждый час. Старец говорил, что сильнее лекарств, чем святая вода и освященное масло, – нет.

Чин водоосвящения, который совершается в праздник Богоявления, называется великим по особенной торжественности обряда, проникнутого воспоминанием Крещения Господня, в котором Церковь видит не только таинственное омовение грехов, но и действительное освящение самого естества воды через погружение в нее Бога по плоти.

Великое водоосвящение совер-

Вот почему великая агиасма по канонам церковным рассматривается как своего рода низшая степень Святого Причастия: в тех случаях, когда по соделанным грехам на члена Церкви накладываются епитимия и запрет приступать к Святым Телу и Крови Христовым, делается обычная канонам оговорка: «Точию агиасму да пьет».

Крещенская вода – это святыня, которая должна быть в каждом доме православного христианина. Ее бережно хранят в святом углу возле икон.

Кроме крещенской воды православные христиане часто используют воду, освященную на молебнах (малое водоосвящение), совершаемых в течение всего года. Обязательно малое водоосвящение совершается Церковью в день Происхождения (изнесения) Честных древ Животворящего Креста Господня и в день Преполовения, когда вспоминаются полные глубочайшей тайны слова Спасителя, сказанные Им самарянской женщине: *Кто будет пить воду, которую Я дам ему, тот не будет жаждать вовек; но вода, которую Я дам ему, сделается в нем источником воды, текущей в жизнь вечную* (Ин. 4, 14).

Святую крещенскую воду принято употреблять натошак вместе с просфорой после утреннего молитвенного правила с особым благоговением, как святыню. «Когда человек употребляет просфору и святую воду, – говорил затворник Георгий Задонский, – тогда не приближается к нему нечистый дух, душа и тело освящаются, мысли озаряются на угождение Богу, и человек бывает склонен к посту, молитве и ко всякой добродетели».

Святую крещенскую воду принято употреблять натошак вместе с просфорой после утреннего молитвенного правила с особым благоговением, как святыню. «Когда человек употребляет просфору и святую воду, – говорил затворник Георгий Задонский, – тогда не приближается к нему нечистый дух, душа и тело освящаются, мысли озаряются на угождение Богу, и человек бывает склонен к посту, молитве и ко всякой добродетели».

*По материалам книги «Первые шаги в храме». Издание Сретенского монастыря, 2004.*



www.Orthodox.ru

шается дважды – в самый день Богоявления, а также накануне, в навечерие Богоявления (Крещенский сочельник). Некоторые верующие ошибочно полагают, что вода, освященная в эти дни, различна. Но на самом деле в сочельник и в самый день праздника Крещения при освящении воды употребляется один чин.

Еще святитель Иоанн Златоуст говорил, что святая богоявленская вода в продолжение многих лет остается нетленной, бывает свежа, чиста и приятна, как будто бы сию только минуту была почерпнута из живого источника. Вот чудо благодати Божией, которое и сейчас видит каждый!

По верованию Церкви, агиасма – не простая вода духовной значимости, но новое бытие, духовно-телесное бытие, взаимосвязанность Неба и земли, благодати и вещества, и притом весьма тесное.

## Наши святые

# Житие святого праведного воина Феодора Ушакова

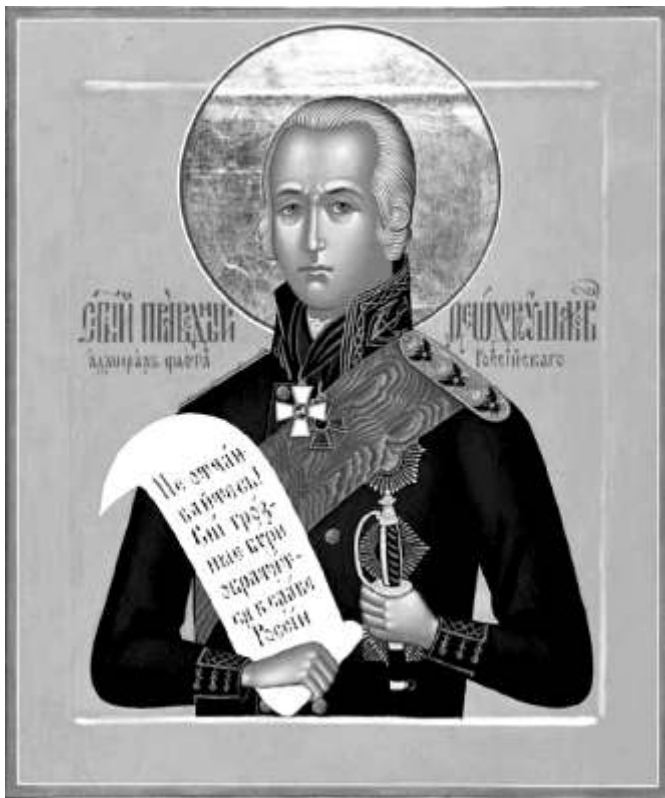
Окончание. Начало в № 35–36

19 декабря 1806 года легендарный адмирал подал императору прошение об отставке: «Душевные чувства и скорбь моя, истощившие крепость сил, здоровья, Богу известны – да будет воля Его святая. Все случившееся со мною приемлю с глубочайшим благоговением». Эти слова, венчающие ратный подвиг, славное и многотрудное служение родному Отечеству, свидетельствуют, что непобедимый воин был исполнен смирения и покорности воле Божией – это были чувства истинно христианские. Отойдя от служебных дел, на некоторое время жил в Санкт-Петербурге, продолжая покровительствовать племянникам, и готовился к переезду на постоянное и уже последнее место своей земной жизни. У него было несколько небольших деревень на родине в Ярославской губернии, был участок земли вблизи Севастополя... Душа адмирала, от младенчества взыскавшая Господа, просила покоя, единения, молитвы. Он

принял решение, исполненное глубокого смысла: избрал для жительства тихую деревню Алексеевку в Темниковском уезде, вблизи Санаксарского Рождество-Богородичного монастыря, где в годы его ратных подвигов молился о нем его родной дядя – преподобный Феодор. Несомненно, что молитвенное их общение никогда не прерывалось. Перед тем как окончательно, в 1810 году, покинуть столицу, Федор Федорович, «памятуя час смертный с каковою

незапностью оный приключается», написал завещание. Никогда не имевший своей семьи и своих детей, он все небогатые владения передал в собственность племянникам, «которых почитаю я вместо детей моих и о благе их стараюсь как собственный их отец».

По свидетельству тогдашнего настоятеля монастыря иеромонаха Нафанаила, «адмирал



Ушаков, сосед и знаменитый благотворитель Санаксарской обители... вел жизнь уединенную... по воскресным и праздничным дням приезжал для богомолья в монастырь к службам... В Великий пост жила в монастыре, в келлии... по целой седмице и всякую продолжительную службу с братией в церкви выстаивал... По временам жертвовал... обители значительные благотворения; также бедным и нищим творил всегдашние милостивые подаяния и вспоможения».

Началась Отечественная война 1812 года. На борьбу с французами поднялся весь народ – в Тамбовской губернии, как и везде, формировалось ополчение, начальником которого избрали Федора Федоровича Ушакова. Поблагодарив за оказанное доверие, адмирал отказался от этой чести по слабости здоровья. Вместе с тем на свои средства он устроил госпиталь для раненых, внес две тысячи рублей на формирование 1-го Тамбовского пехотного полка. Все, что имел, отдавал он «на вспомоществование ближним, страдающим от разорения злобствующего врага».

Остаток дней своих, по словам того же иеромонаха Нафанаила, адмирал провел «крайне воздержанно и окончил жизнь свою как следует истинному христианину и верному сыну Святой Церкви 1817 года октября 2-го дня и погребен по желанию его в монастыре подле сродника его из дворян, первоначальника обители сия иеромонаха Феодора по фамилии Ушакова же».

Отпевал Федора Федоровича в Спасо-Преображенской церкви города Темникова протоиерей Асинкрит Иванов, который за день до кончины праведника, в праздник Покрова Пресвятой Владычицы нашей Богородицы, принимал его последнюю исповедь и причащал Святых Тайн. Когда гроб с телом усопшего адмирала, при большом стечении народа, был вынесен на руках из города, его хотели положить на подводу, но народ продолжал нести его до самой Санаксарской

обители. Там встретила благоверного воина Федора монастырская братия. Федор Федорович был погребен у стены соборного храма, рядом с родным ему преподающим Старцем, чтобы быть им отныне вместе навеки.

После праведной кончины Федора Федоровича прошло почти два столетия. Его подвижническая и высокодуховная жизнь, его добродетели не были забыты в родном Отечестве. Его заветами жили русские воины и флотоводцы, ученики и продолжатели его идей и идеалов приумножали славу русского флота. Когда наступили времена гонений на Русскую Православную Церковь, Санаксарский монастырь, где упокоился Федор Федорович, был закрыт. Часовня, выстроенная над его могилой, была до основания разрушена. В годы Великой Отечественной войны 1941–1945 годов воинская слава Федора Федоровича Ушакова была воспомянута, его имя, наряду с именами святых благоверных князей Александра Невского и Димитрия Донского и великого русского полководца Александра Суворова, вдохновляло к подвигу защитников Родины. Были учреждены орден и медаль адмирала Ушакова, которые стали высшими наградами для воинов-моряков. Отныне могила Федора Ушакова и

как следствие весь Санаксарский монастырь находились под присмотром государственной власти, и это предотвратило разрушение чтимой праведником обители.

В 1991 году Санаксарский монастырь был возвращен Русской Православной Церкви. Почитание святого праведника год от года возрастало. На его могиле служились панихиды, многочисленные паломники – духовенство, монашествующие, благочестивые миряне, среди которых часто можно было видеть воинов-моряков, – приходили поклониться Федору Федоровичу Ушакову, светлый облик которого оказался необычайно близок и воинству и народу, побуждая к столь же ревностному служению, военному и гражданскому, «дабы увидеть новую славу любезного Отечества».

Синодальная комиссия по канонизации святых Русской Православной Церкви, внимательно изучив его подвижнические труды в служении Отечеству, благочестивую жизнь, правед-



Рака с мощами праведного воина Федора Ушакова

ность, милосердие и самоотверженный подвиг благотворительности, не нашла препятствий к канонизации, и в декабре 2000 года Святейший Патриарх Московский и всея Руси Алексий II благословил прославить адмирала Российского флота Федора Ушакова в лике праведных местночтимых святых Саранской епархии. Российский флот, боголюбивое Российское воинство обрели небесного предстателя и ходатая перед Престолом Божиим о многострадальном Отечестве нашем. Святые мощи праведного воина Федора Ушакова покоятся в соборном храме Рождества Богородицы.

Память святому праведному воину Федору Ушакову празднуется в день его прославления – 23 июля/5 августа, а также в день его блаженной кончины – 2/15 октября.

*По материалам книги «Святой праведный воин Федор Ушаков, адмирал флота Российского, Непобедимый. Житие, служба». Издание Рождество-Богородичного Санаксарского монастыря, 2004.*



Рождество-Богородичный Санаксарский монастырь



# 19 ЯНВАРЯ –

## КРЕЩЕНИЕ ГОСПОДНЕ

† Митрополит Николай (Ярушевич)

*Елицы бо во Христа крестистесе, во Христа облекостесе* (Гал. 3, 27).

Сегодня, мои дорогие, мы торжественно прославляем событие Крещения Господа нашего Иисуса Христа в реке Иордане.

Своими духовными очами мы как бы видим погружение Господа в Иорданские струи, открытые небеса, Духа Святого, сходящего в виде голубя, и слышим голос Бога Отца.

Крещением во Иордане Господь Спаситель положил начало Своему подвигу служения людям. Это событие было первым явлением Его в мир после тридцатилетнего безвестного пребывания в Назарете. И поэтому Святая Церковь сегодня поет: «Явился еси днесь вселенней».

Тотчас за Крещением последовало, как вы знаете, сорокадневное пребывание Спасителя на уединенной горе, в посте и молитве, а затем Его проповедь с первыми ее словами: *Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное* (Мф. 4, 17).

Спаситель начал Свой земной подвиг Крещением, возвышая Своим примером в спасительное Таинство Крещение Иоанна Предтечи, бывшее лишь свидетельством покаяния, и окончил служение людям завещанием ученикам после Своего Воскресе-

ния: *Шедше убо научите вся языки, крестяще их во имя Отца и Сына и Святаго Духа* (Мф. 28, 19).

Эту заповедь Божественного Учителя апостолы приняли как непрременную и всеобщую заповедь, и, где проповедовали еван-

Петр на это ответил: *Покайтесь, и да крестится каждый из вас во имя Иисуса Христа для прощения грехов; и получите дар Святаго Духа* (Деян. 2, 38).

Апостол Петр лично крестил сотника Корнилия со всем его семейством, в котором были и малые дети; апостол Павел – стража темницы, из которой он был освобожден, со всеми его домашними.

Заповедь Спасителя о крещении апостолы передали всей Церкви Христовой. И с апостольских времен это святое Таинство неизменно сохраняется и совершается над всеми, желающими войти в ограду Святой Церкви.

Все мы с вами, дорогие, получили Святое Крещение во младенчестве. И как нам не вспомнить о нашем собственном крещении в тот день, когда мы прославляем Крещение Господа Иисуса Христа и когда Святая Церковь воспекает слова апостола Павла: *Елицы бо во Христа крестистесе, во Христа облекостесе* (Гал. 3, 27)?! Ведь для того и крестился Господь наш во Иордане, чтобы открыть и освятить для нас путь в Царствие Божие Крещением.

Какое это великое Таинство и сколько любви Божией к нам проявляется в нем!



гельское учение, повсюду возвещали о крещении и веровавшие крестились. После проповеди апостола Петра перед множеством собравшегося народа в день сошествия Святаго Духа на апостолов, умиленный и растроганный проповедью апостола о Христе Распятом и Воскресшем, народ спросил учеников Христовых: что нам теперь делать? Апостол

Вы знаете, что Крещение – одно из семи наших Таинств. Называются эти священнодействия так потому, что в каждом из них таинственным образом нам подается особая благодать Святаго Духа.

В Таинстве Крещения, как и во всяком другом Таинстве, есть две стороны: внешняя и внутренняя. Внешняя состоит в троекратном погружении крещаемого в воду с произнесением святейшего имени Троицаго Бога – Отца и Сына и Святаго Духа.

Смотрите, какое употребляется вещество для этого Таинства? Вода. Почему вода, а не что-либо другое? Для того, чтобы лучше изобразить внутреннюю силу Таинства, омывающего и очищающего нас от грехов; для того, чтобы сделать это Таинство доступным для всех.

Ведь что так удобно доставать, как не воду? Где обитает человек, там есть и вода.

И как кратки слова при совершении этого Таинства: «Крещается – во имя Отца и Сына и Святаго Духа». Как поучительна эта кратчайшая проповедь и заповедь! Кто может сказать, что не запомнит, не удержит в своей памяти этих слов: «Я крестился во имя Отца и Сына и Святаго Духа»?

Еще более удивительна внутренняя, невидимая сторона Таинства Крещения. Крещением отпускается крещаемому грех, наследуемый от прародителей и переходящий от Адама на его потомков. Прощаются все грехи сознательные, если Крещение принимает не младенец.

Через Крещение мы духовно рождаемся для вечной жизни, обновляемся, освящаемся, становимся детьми своего Небесного Отца, членами Церкви Христовой, членами Тела Христова, наследниками всех обещаний Спасителя, данных Его верным детям, и освобождаемся от власти диавола. О, какие это дары Божии!

По учению Церкви, Крещение кладет на крещаемого неизгладимую печать, т. е. производит на

него такое благодатное действие, которое никогда не изглаживается, и поэтому Крещение не повторяется.

Человек может изменить Богу, отойти от Него или впасть в самые тяжчайшие согрешения. Но если он покается, то принимается через покаяние, но не через новое крещение.

В Символе веры мы так и говорим: «Исповедую едино крещение во оставление грехов».

Сколько же отеческой любви и Божественной заботы о нас, грешных, в этом благодатном Таинстве!

Но, вспоминая о нем, разве мы можем не вспомнить о тех обетах, какие давали в минуты совершения над нами этого Таинства? Мы отреклись от диавола и всех дел его, мы обещали быть верными Господу до смерти. Правда, мы были бессознательными младенцами, но Господь не лишил нас этого Святого Таинства по вере наших родителей, вере наших восприемников, вере Святой Церкви. И хотя мы не могли сознавать того, какие обеты даем в эти минуты, но ведь их произнесли от нашего имени наши восприемники, и мы сами, дорогие мои, много раз в течение своей жизни повторяли их и тогда, когда стояли у Святой Чаши и говорили: «Ни лобзания Ти дам, яко Иуда»; и когда приносили в храме Исповедь в своих грехах, давая обещание не возвращаться на греховный путь.

Вспоминая о своем Крещении, спросим у самих себя: живет ли в нас святая ревность бороться с греховными искушениями и исполнять заповеди Божии, а в этом верны ли мы своему Господу? Пробуждается ли в нас такое умиленное и покаянное состояние духа, о каком пророк Давид говорит в своем пятидесятом псалме: *Помилуй мя, Боже, по велицей милости Твоей?*

Кто из нас, стоя перед лицом Всевидящего Господа, не скажет, что, при воспоминании о нашем Крещении, больше всего к нам применима смиренная молитва мытаря у порога храма Господня:

*Боже, милостив буди мне, грешному.*

Невольно из глубины верующего сердца вырывается вздох: «Господи Иисусе Христе, Боже мой! Сколько раз в моей жизни я нарушал священные обеты, данные при Крещении перед Ангелами и людьми! О, сколько раз я отрекался от Тебя, Господи, если не словами, то делами! Сколько раз грязными поступками я бесчестил Кровь Твою, пролитую за грехи всего мира, и оскорблял Духа благодати! Мне страшно об этом вспомнить.

А Ты, мой Спаситель, все еще терпишь меня на земле, все еще ждешь моего раскаяния, моей доброй, христианской жизни и беспрерывно стучишь в мое сердце, напоминая о Себе, о моем священном христианском долге перед Тобой и моем предназначении к вечной жизни с Тобой!»

Сегодня у нас радостный и торжественный праздник. И такое размышление о нашей греховной жизни после Крещения во младенчестве не может омрачить красоты и славы нашего праздника. Ведь мы знаем, что Спаситель пришел на землю не для того, чтобы губить нас грешных, а спасти (Лк. 9, 56).

И эта вера в то, что Небесный Отец не отнимет Своей руки, протянутой к нам в знак Своей отеческой помощи, и никогда не закроет Своего сердца перед кающимся сыном, не должна покидать нас, а в такой праздник, какой справляем сегодня, должна оживать с особой силой! Ведь сегодня мы празднуем начало земного подвига, совершенного нашим Спасителем во спасение людей.

И радость праздника пусть покроет все печали и скорби о грехах и о житейских невзгодах! Только будем помнить до конца своих дней одно: мы должны быть верными Господу до смерти, жить с Ним и умирать с Ним.

*Слово произнесено во Всехсвятской церкви г. Москвы. Журнал Московской Патриархии, 1958, № 2.*

## Паломничество

## РОСТОВ ВЕЛИКИЙ

Любовь Тыркина

В августе 2007 года мне и ещё одному участнику Клуба православных путешественников удалось побывать в Ростове Великом.

Ростов – это город в тридцать шесть тысяч жителей, небольшой, раскинувшийся на берегу озера Неро, одно- и двухэтажный, весь утопающий в яблоневых садах. Мы сошли с поезда очень рано, часов в шесть утра. В этот тихий утренний час прошли через весь город и людей почти не встретили, не встретили и машин, как будто сюда совсем не добралась цивилизация. Через резные деревянные незапертые ворота прошли на территорию Кремля, в Кремле – ни одного человека, как в заколдованном царстве. Кремль очень красив, с несколькими причудливо изукрашенными церквями, множеством старинных каменных палат, с лестницами, переходами, арками... В Кремле что ни церковь, что ни палата, то музей.



Успенский собор Ростовского Кремля

За Кремлём, прямо под стенами, узкие кривые улочки и дома с садами, огороды с разнообразными овощами.

Центр города очень красив своими цветными двухэтажными каменными домиками, множеством старинных белых торговых рядов с арками. В центре несколько церквей с зелёными и серыми куполами и монастырей; идёшь, и кривая улочка непременно выводит или к Кремлю, или к церкви. Сохранились и остатки древних земляных валов. Тут же крытые прилавки с сувенирами, белые кони возят в повозках гуляющих.

Озеро Неро – большое, в тринадцать километров, гладкое. В осоке стоят рыбацьи лодки. На горизонте оно всё заволкло туманом, а вода такая

светлая и настолько незаметно переходит в небо, что совершенно невозможно отличить, где вода, где небо, а где туман.

К восьми часам утра появились люди, а к десяти – весь город заполнился машинами и туристическими автобусами. Шум, суета... Как жаль, что сегодня воскресенье – туристический день!

Утром на воскресной службе мы были в главном городском Успенском соборе на огороженной и примыкающей к Кремлю территории. Внешне собор выглядит очень эффектно; внутри же совсем древний. Он очень большой, а свод подпирается четырьмя огромными квадратными столбами. Кругом на столбах во всю ширину иконописные полотна, только многие из них не сохранились, так что нельзя догадаться, что там было. Обновлён и поддерживается в порядке только иконостас да примыкающее к нему пространство, а вдоль стен стоят бесконечные леса и стеллажи, на которых сложены иконы для реставрации. Работа идёт полным ходом.



Свято - Авраамиево Богоявленский женский монастырь



Спасо - Яковлевский Димитриев монастырь

После службы мы приступили к осмотру музеев Кремля. Начали с того, что осмотрели несколько церквей с фресками. Фрески в хорошем состоянии, говорят, что их подновляли.

Мы часто встречались с группой, экскурсовод которой хорошо поставленным голосом и с такой знакомой интонацией советского диктора, громко и безапелляционно рассказывала об этих фресках, но было совершенно ясно, что она равнодушна к Православию и не разделяет наши взгляды.

Затем мы направились в Музей финифти и картинную галерею.

Музей финифти состоит из нескольких просторных залов, где можно подробно проследить историю развития этого местного ремесла. Вначале таким способом выполнялись изображения святых и детали церковного убранства в более старинной, какой-то «русской» церковной манере; затем изображения несколько европеизировались; появились портреты местной знати и великих людей. Теперь делают предметы самого разного назначения: шкатулки, украшения, картинки на самые разные сюжеты и в разных стилях.

Картинная галерея очень хороша и довольно велика. В ней собраны картины известных русских художников, таких, как И.К. Айвазовский, И.И. Шишкин и другие.

Так и ходили мы по музеям, пока они не закрылись...

Вечером посетили Авраамиев монастырь на самой окраине города. Этот монастырь пока ещё в бедственном положении. Главный собор не отреставрирован, служба ведётся в маленькой надвратной церкви. Сам монастырь побелён только спереди, а на задах – облупленный кирпич, трава, могильные чёрные и белые памятники, тут же две коровки пасутся...

Второй день нашего пребывания в Ростове мы посвятили детальному осмотру ещё двух крупных монастырей. На противоположном конце города находится Спасо-Яковлев Димитриев монастырь, стоящий на самом берегу озера. Это красивое благо-

устроенное место с цветниками и шиповником, с мощёными дорожками и крытым источником. На территории три храма, из которых действующий только один. С монастырских стен открывается приятный вид на озеро Неро, на город, на деревни и огороды. Как Авраамиев, так и Спасо-Яковлев монастыри названы в честь местных святых подвижников.

Затем на автобусе подъехали к Варницкому монастырю. Это считается уже пригородом. Здесь, по преданию, стоял дом родителей преподобного Сергия Радонежского. Это большой и красивый монастырь, по большей части восстановленный заново. Теперь здесь же размещается духовная гимназия для мальчиков на двести человек. Рекламу этой гимназии можно увидеть даже в Москве. Недалеко от монастыря находится святой источник с купальней.

Я рада, что мне удалось побывать в городе, который открыл для меня много нового и любопытного из истории и быта нашей России. Он произвёл на меня неизгладимое впечатление своей патриархальностью, удивительной тишиной и спокойствием. Я как будто сразу и навсегда сроднилась с ним, с его узенькими улочками и зелёными садами.



Троице - Сергиев Варницкий монастырь

## ПОЭЗИЯ

**А. С. Хомяков**  
**В ЭТУ НОЧЬ**

В эту ночь Земля была в волненьи:  
Блеск большой диковинной звезды  
Ослепил вдруг горы и селенья,  
Города, пустыни и сады.

А в пустыне наблюдали львицы,  
Как, дарами дивными полны,  
Двигались бесшумно колесницы,  
Важно шли верблюды и слоны.

И в челе большого каравана,  
Устремивши взоры в небосклон,  
Три царя в затейливых тюрбанах  
Ехали к кому-то на поклон.

А в пещере, где всю ночь не гасли  
Факелы, мигая и чадя,  
Там ягнята увидали в яслях  
Спящее прекрасное Дитя.

В эту ночь вся тварь была в волненьи,  
Пели птицы в полуночной мгле,  
Возвещая всем благоволенье,  
Наступленье мира на земле.



**И. А. Бунин**  
**КРЕЩЕНСКАЯ НОЧЬ**

Темный ельник снегами, как мехом,  
Опушили седые морозы,  
В блестящих инея, точно в алмазах,  
Задремали, склонившись, березы.

Неподвижно застыли их ветки,  
А меж ними на снежное лоно,  
Точно сквозь серебро кружевное,  
Полный месяц глядит с небосклона.

Высоко он поднялся над лесом,  
В ярком свете своем цепенея,  
И причудливо стелются тени,  
На снегу под ветвями чернея.

Замело чаши леса метелью, –  
Только вьются следы и дорожки,  
Убегая меж сосени и елок,  
Меж березок до ветхой сторожки.

Убаюкала вьюга седая  
Дикой песнею лес опустелый,  
И заснул он, засыпанный вьюгой,  
Весь сквозной, неподвижный и белый.

Спят таинственно стройные чащи,  
Спят, одетые снегом глубоким,  
И поляны, и луг, и овраги,  
Где когда-то шумели потоки.

Тишина, – даже ветка не хрустнет!  
А, быть может, за этим оврагом  
Пробирается волк по сугробам  
Осторожным и вкрадчивым шагом.

Тишина, – а, быть может, он близко...  
И стою я, исполнен тревоги,  
И гляжу напряженно на чащи,  
На следы и кусты вдоль дороги.

В дальних чашах, где ветви, как тени,  
В лунном свете узоры сплетают,  
Все мне чудится что-то живое,  
Все как будто зверьки пробегают.

Огонек из лесной караулки  
Осторожно и робко мерцает,  
Точно он притаился под лесом  
И чего-то в тиши поджидает.

Бриллиантом лучистым и ярким,  
То зеленым, то синим играя,  
На востоке, у трона Господня,  
Тихо блещет звезда, как живая.

А над лесом все выше и выше  
Всходит месяц, – и в дивном покое  
Замирает морозная полночь  
И хрустальное царство лесное!

## Здоровье

## Лечение и уход за больными сахарным диабетом

Рубрику ведет кандидат медицинских наук, автор многих книг, руководитель курсов сестер милосердия в нашем храме, ветеран Великой Отечественной войны Любовь Семеновна Заликина.



**Сахарный диабет** – сложное заболевание всего организма, характеризующееся нарушением обмена веществ, прежде всего углеводного, белкового, жирового, водного и минерального. В основе заболевания лежит недостаточная выработка инсулина клетками поджелудочной железы, в связи с чем не происходит достаточного усвоения сахара тканями, повышается его уровень в крови и сахар выделяется с мочой.

**Причинами сахарного диабета являются:**

- 1) отягощенная наследственность;
- 2) психологические переживания;
- 3) сотрясение головного мозга;
- 4) постоянное злоупотребление пищей, богатой углеводами (сахар, мучные продукты, варенье, кондитерские изделия и т.д.);
- 5) систематическое перекармливание;
- 6) ожирение;
- 7) панкреатиты;
- 8) алкоголизм.

Диабет как тяжелая болезнь был известен еще в глубокой древности. Симптомы его встречаются в рукописях индусских, арабских, греческих, римских и других врачей древности.

Название «диабет» в переводе с греческого означает «прохожу сквозь». Термин связан с обильным и учащенным мочеиспусканием – вода в организме очень быстро «проходит сквозь» организм.

**Симптомы болезни:**

- 1) болезнь начинается постепенно, иногда незаметно, до появления первых симптомов;
- 2) появляется жажда, иногда больной выпивает до 5–6 литров воды в сутки;
- 3) частое мочеиспускание;
- 4) усиление аппетита;
- 5) зуд в области половых органов у женщин;
- 6) слабость (постепенно усиливается);
- 7) утомляемость;
- 8) повышенная раздражительность;
- 9) понижение трудоспособности;
- 10) появление кожных болезней (экзема, фурункулез).

Заболевание может протекать в легкой, средней и тяжелой формах.

**Легкая форма** особо не беспокоит больного и легко поддается лечению диетой.

Сахар заменяют ксилитом, фруктозой, ограничивают белый хлеб, мучные и кондитерские изделия.

**Средняя форма** характеризуется более тяжелым течением. Больные соблюдают более строгую диету, принимают препараты, понижающие

уровень сахара в крови и улучшающие углеводный обмен.

**При тяжелой форме** диабета в крови скапливается большое количество сахара, который не усваивается тканями, в результате чего вырабатываются вредные вещества, отравляющие организм и приводящие к диабетической коме.

**Предшествующими признаками комы являются:** чувство разбитости, головная боль, отсутствие аппетита, тошнота, рвота, запах прелых яблок изо рта, усиливается жажда, увеличивается количество выделяемой мочи и сонливость. Больному необходимо оказать срочную помощь, чтобы он не впал в бессознательное состояние. Поэтому очень важно, чтобы больной не нарушал диету и режим.

В норме сахар в крови у здорового человека доходит до 6.1 ммоль/л. Появление большего количества сахара указывает на легкую форму сахарного диабета, при которой больному помогает соблюдение диеты, питье не ограничивается.

**Лечение:**

- 1) строгое соблюдение диеты;
- 2) прием препаратов, понижающих уровень сахара в крови;
- 3) медикаментозное лечение проводится районными эндокринологами.

Главная лечебная цель мероприятий при сахарном диабете – нормализовать обменный процесс в организме, показателем которого является снижение сахара в крови.

Основными правилами диетотерапии являются: ограничение углеводов, уменьшение калорийности рациона, достаточная

витаминация пищи и соблюдение режима питания. Больной должен принимать пищу в одни и те же часы 5–6 раз в сутки, не допуская переедания.

Сахар следует заменить ксилитом и сорбитом, которые обладают желчегонным и послабляющим эффектами, но не более 35 г в сутки.

Фруктоза является одним из натуральных сахаров, она находится во всех сладких ягодах, фруктах и овощах, в пчелином меде. Фруктозу можно использовать в качестве заменителя сахара при сахарном диабете легкой и средней тяжести, однако лишь в ограниченном количестве, до 45 г.

Лечащий врач, назначая больному диету, в каждом случае учитывает массу тела, нет ли ожирения, сопутствующие заболевания и уровень сахара в крови. Обязательно учитывается производственная деятельность и особенности течения его болезни. При строгом соблюдении рекомендуемой врачом лекарственной терапии (инсулин, сульфаниламиды и др.) и лечебном питании угрозы для жизни больного нет, осложнения возникают реже и бывают менее выражены.

Судьба больных сахарным диабетом зависит в первую очередь от осложнений со стороны сосудистой системы: ухудшения зрения, заболевания почек, гангрены нижних конечностей и инфаркта миокарда.

Очень важно следить за чистотой кожи, учитывая, что у больных диабетом медленно заживают различные поражения кожи (фурункулы и др.).

Своевременная нормализация углеводного обмена, уменьшение массы тела, соблюдение всех рекомендаций врача по диете и режиму питания могут предупредить эти осложнения или отодвинуть сроки их появления. Больные должны знать, что закон медицины гласит: «диету блюсти неуклонно, будет лечение плохим, коль забудешь,

“леча”, о диете». Надо знать, что с помощью диеты лечат не болезнь, а больного.

#### **Диета**

**Рекомендуются следующие продукты:**

1) **хлебные изделия:** хлеб – ржаной, белково-пшеничный, белково-отрубный;

2) **мясные продукты:** нежирные сорта мяса, курицы, крольчатина;

3) **рыбные продукты:** нежирная вымоченная сельдь, консервы в томатном соусе или собственном соку;

4) **яйца:** до двух штук в неделю в вареном виде;

5) **молочные продукты:** молоко, простокваша, кефир, творог нежирный или полужирный, сыр несоленый и нежирный, сметана ограниченно, сливочное масло;

6) **крупы:** каши – ячневая, гречневая, перловая, пшенная, овсяная;

7) **овощи:** капуста, салат, тыква, кабачки, огурцы, помидоры, баклажаны, картофель, морковь, свекла, зеленый горошек;

8) **супы:** на некрепком, нежирном мясном, рыбном, грибном бульоне, с картофелем, овощами, фрикадельками, борщ, щи, свекольник, окрошка;

9) **фрукты и ягоды:** кисломолочные продукты и ягоды в любом виде, компоты, муссы, желе, конфеты и печенье на сорбите, ксилите, сахарине;

10) **пряности и соусы:** на овощном отваре, слабых и нежирных мясных, рыбных и грибных бульонах;

11) **напитки:** чай, кофе, какао с молоком без сахара, отвар шиповника, соки несладких свежих фруктов и ягод, томатный сок.

**Исключаются из рациона следующие продукты:**

1) сладкие, сдобные, мучные изделия;

2) жирные сорта мяса, гуся, утки, жирная ветчина, колбасы копченые, консервы;

3) жирные сорта рыб, соленые изделия, икра зернистая;

4) сладкие творожные сырки, сливки;

5) мясные и кулинарные жиры;

6) манная крупа, рис, макаронные изделия;

7) маринованные и соленые овощи;

8) жирные бульоны, молочные с лапшой;

9) виноград, изюм, финики, инжир, бананы, сахар, мед, варенье, шоколадные конфеты;

10) острые, соленые и жирные соусы;

11) сладкие фруктовые и ягодные соки, сладкий квас, лимонады на сахаре.

#### **Народные методы лечения**

1) 1 столовую ложку сырой гречки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, съесть всю крупу и запить водой. 2–3 раза в день, в зависимости от количества сахара в крови.

2) Очистить лук и пропустить через мясорубку, отжать 100 мл сока, прибавить 100 г меда, смешать с луком, хорошо перемешать, закрыть плотно крышкой. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по 2 чайные ложки 3 раза в день перед едой.

3) 10 лавровых листьев средней величины залить 3 стаканами крутого кипятка в эмалированной посуде, накрыть крышкой, настаивать 2 часа. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

4) 1 столовую ложку листьев сухой или свежей черники заварить 1 стаканом кипятка, настоять 20 мин, процедить. Пить по 0,5 стакана 4–5 раз в день до еды.

5) Взять 20 г листьев черники, корня одуванчика и крапивы двудольной, залить 2 стаканами кипятка. Настоять 30 мин и пить по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой.

Ухаживающие за больным должны следить за чистотой его кожи, постели, белья, что является профилактикой кожных заболеваний и пролежней.

## Детская страничка

### Рождественский кроссворд

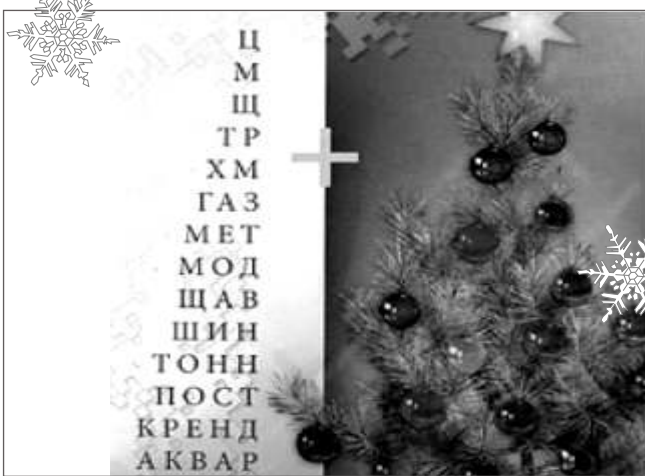
Правильно разгадав кроссворд, в выделенном столбце ты прочтешь, как называется самое главное зимнее торжество – православный двенадцатый праздник:



1. Путники долго на перепись шли,  
В городе места они не нашли:  
Под Вифлеемом – голая степь,  
Стал им приютом убогий ...
2. Пещера, ясли, сена стог,  
Сегодня на земле родился ...
3. В храмах лик поющих воспевает:  
“Дева днесь Пресущественного ...”
4. Эта песнь, мы знаем так,  
Называется – ...
5. В темном небе сияла тогда,  
Путь освещая, святая ...
6. Простые люди весть узнали.  
В ночи, когда еще не пели петухи,  
Они к яслям Младенца поспешали  
И Бога прославляли ...
7. Из далеких стран восточных  
Мудрецы пришли.  
Смирну, ... и ладан принесли.
8. За звездою, появляясь из дорожной синевы,  
На верблюдах едут в Вифлеем ...
9. Над Вифлеемом Ангелы летали.  
Их песнопенья сердцу доставляли сладость.  
И «Слава в вышних Богу!» воспевали,  
А людям возвещали ...

### Занимательная ель

Елка стала символом Рождества Христова. Она понадобится не только для того, чтобы ею украсить праздник, но и чтобы с ее помощью получить слова, которые здесь зашифрованы.



### Кто еще в вертене был?

Чтобы ответить правильно на вопрос, прочитай стихотворение. Обрати внимание на спрятанные в нем подсказки.

Мы с другом длинноухим в вертене задремали.  
Никто не нарушал ночную тишь.  
Вдруг лучи небесные пещеру осияли –  
В кормушке нашей возлежал Святой Малыш!  
Кто из ребят загадку отгадает,  
Как с другом нас зовут, узнает.



Источник:  
[www.rojdestvo.paskha.ru](http://www.rojdestvo.paskha.ru)

Газета «Приходской листок Патриаршего подворья храма святителя Николая Мирликийского у Соломенной сторожки». Выходит один раз в месяц. Тираж 999 экз. Подписано в печать 18.12.07. Отпечатано в типографии «Вектор». Распространяется бесплатно.

© Храм святителя Николая Мирликийского у Соломенной сторожки

Председатель редакционного совета  
*иерей Михаил Михайлов*  
Редактор *Е.Ю.Пятаева*  
Дизайнеры-верстальщики: *И.Н.Серпова,*  
*М.Л.Котляревский*  
Корректоры: *Г.В.Бушкина, О.В.Зайцева*  
В подготовке выпуска участвовали:  
*диакон Алексей Сорокин, Е.Сафронова,*  
*С.Димитриади*

Адрес редакции:  
127434, Москва, Ивановская ул., дом 3  
(ст. метро «Тимирязевская», парк «Дубки»)  
Тел. (495) 977-99-31  
E-mail: [info@agios-nicolos.ru](mailto:info@agios-nicolos.ru)  
Адрес в Интернете: [www.agios-nicolos.ru](http://www.agios-nicolos.ru)  
При перепечатке ссылка на листок обязательна.