

Родник

№3

мартовский выпуск 2006

Газета прихода имени Святителя Николая г.Кемпена
Русской Православной Церкви Московского Патриархата

**Во время Великого Поста, в церкви и дома,
читается покаянная Молитва святого Ефрема Сирина:**

**Господи и Владыко живота моего,
дух праздности, уныния, любоначалия и празднословия не даждь ми.**
(Земной поклон)

Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви, даруй ми рабу Твоему.
(Земной поклон).

**Ей, Господи Царю, даруй ми зрети моя прегрешения, и не осуждати брата моего,
яко благословен еси во веки веков, аминь.**
(Земной поклон).

Боже, очисти мя грешного,
(12 раз и столько же поясных поклонов).

(Потом повторить всю молитву):

Господи и Владыко живота во веки веков, аминь.
(и один земной поклон)



Преподобный
Ефрем Сирий

ВХОД ГОСПОДЕНЬ В ИЕРУСАЛИМ

16 апреля - Вход Господень в Иерусалим (Вербное Воскресенье)

(Матфея 21:1-17).

За шесть дней до Пасхи, Иисус Христос отправился из Вифании в Иерусалим. На половине дороги, по его просьбе, ученики привели к нему ослицу с осленком, Чтобы Ему ехать на них. Они покрыли их своими одеждами и Иисус Христос сел и поехал в Иерусалим.

И когда Он ехал, множество народа вышло навстречу из Иерусалима. Одни снимали с себя одежду и постилали по дороге; другие срезали пальмовые ветви, несли их в руках или бросали по дороге и все громко



Вход Господень в Иерусалим
Икона XVI в. Афон

воскликали:

«Осанна Сыну Давидову! Благословен грядущий во имя Господне! Осанна в Вышних!» Особенно дети усердно и радостно приветствовали Спасителя и даже в храме кричали Ему: «Осанна Сыну Давидову!»

Вход Господень в Иерусалим (тоже называется Вербное Воскресенье) празднуется в воскресенье, за неделю до Пасхи, между Лазаревой субботой и Страстной седмицей. На этот праздник разрешается рыба, елей и вино.

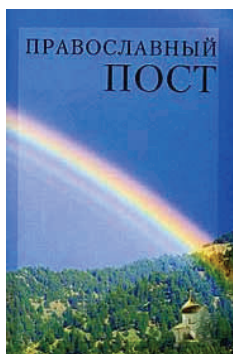
25 февраля 2006 службу вел гость с Украины священник Сергей Киселев, который после службы нам в подарок исполнил свои удивительные песнопения.



Фото. Натальи Зоненштейн

ПОСТ И ТЕЛЕСНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Отрывок из книги "Православный пост", изданной Сретенским монастырем в 2005 г.



Православный пост. Сретенский монастырь, 2005 г. Переплет – мягкий.

Цель воздержания в пище, телесного поста – укротить чувственность плоти, чтобы она меньше влияла на духовную жизнь человека и не отягощала его страстями. Вместе с тем, как уже говорилось, «поститься должно благоразумно, рассудительно, соображаясь с телесными силами, памятуя мудрое изречение святых отцов, что мы не телоубийцы, а страстоубийцы» (преподобный Амвросий Оптинский). Каждый должен определить себе меру поста, советуясь со своим духовным наставником, учитывая свою телесную крепость и состояние здоровья.

Согласно 69-му Правилу Апостолов для «немощных», то есть слабых здоровьем, разрешается послабление поста. Как поясняет святитель Филарет, митрополит Московский, это дозволительно, потому что «немота сама собою доставляет то, что ищется посредством поста, то есть укрощение чувственности и бездействие плотских страстей. И, следовательно, для немощного не то нужно, чтобы усмирять плоть постом, а то, чтобы оно не сделалось вовсе неспособным служить душе».

Многое зависит от степени болезни и крепости здоровья человека. Вот какие советы дает святитель Феофан Затворник: «Кушайте рыбу, когда немощны. Бог благословит. Тут нет греха, когда делается по необходимости, а не по прихоти. А когда станете говеть, тогда воздержитесь, если будете крепки. А если нет, то воздержитесь день-другой перед самым причащением; даже и без этого можно, когда немощь». «Никаких нет законов убивать себя, коль скоро известно, что постное расстраивает здоровье. И святой Пахомий в уставе написал

монахам больным есть мясо, если то нужно для здоровья»

В книге «Древние иноческие уставы» описывается следующий случай. В монастыре преподобного Пахомия два монаха, по болезни, дошли до истощения и попросили мяса. Ухаживающие отказали им по той причине, что монахи не должны есть мясо. Когда преподобный Пахомий узнал об этом, то отругал ухаживающих и для восстановления телесных сил больных накормил их мясом.

Если пост сильно истощает организм больного человека, то, конечно же, необходимо подержать его пищу. Если достаточно употребление в пищу рыбы, или, скажем, молочных продуктов, то дальше не нужно ослаблять. Если необходимо мясо, тогда оно будет уже лекарством.

«Относительно поста, когда нет здоровья, — говорит святитель Феофан Затворник, — терпение болезни и благодушие во время ее, заменяют пост. Потому извольте употреблять пищу, какая требуется по свойству лечения, хотя она и не постная». Но при этом надо обязательно посоветоваться с духовником и, даже если он благословит ослабить пост, каяться пред Богом в своей немощи.

Известно, что великие подвижники и Божии угодники относились к посту не по фарисейски и не как к самоцели. Они пользовались им, как средством. *Суббота для человека, а не человек для субботы* (Мк. 2, 27), — сказал и Сам Спаситель, что применительно к посту означает: «пост для человека, а не человек для поста».

Нарушение поста — это когда человек может поститься, но не прилагает к этому усилия.

Если человек болеет и ему для поддержки телесных сил необходима рыба или скоромная пища, — то принятие их не будет нарушением поста.

Если поставляется целью чисто внешнее, буквенное его соблюдение, не учитывающее состояния здоровья, — то это ложное понятие о посте, фарисейское. Нужно не буквально, по-книжнически и фарисейски, исполнять церковные постановления, а постигать их дух.

Бывает, что люди не постятся, слушая то, что внушает им лукавый: «Вы заболеете, произойдет истощение организма, особенно сейчас, при недостатке витаминов, при ослаблении сил». Враг всевает такой ложный страх, а причина этого — наше маловерие. Из «Житий святых» мы знаем, что подвижники питались

пищей самой скудной: порой один хлеб и вода. Несмотря на это, «святые постники, к удивлению других, не знали расслабления, но всегда были бодры, сильны и готовы к делу, — пишет преподобный Серафим Саровский. — Болезни между ними были редки, и жизнь их текла чрезвычайно продолжительно». Так, например, преподобные Антоний Великий жил 105 лет, Павел Фивейский — 113 лет, Сергей Радонежский — 78 лет, Кирилл Белозерский — 90 лет, Макарий Желтоводский — 95 лет... Как видно, строгие посты и умерщвление плоти не сокращают жизнь человека

«Удивительная вещь, — пишет святой праведный Иоанн Кронштадтский, — сколько мы ни хлопочем о своем

здоровье, как ни бережем себя, каких самых здоровых и приятных кушаньев ни едим, каких здоровых напитков ни пьем, сколько ни отгуливаемся на свежем воздухе, а все в конце концов выходит то, что подвергаемся болезням и тлению. Святые же, презиравшие плоть, умерщвлявшие ее беспрестанным воздержанием и постом, лежанием на голой земле, бдением, трудом, молитвою непрестанною, обесмертили и душу, и плоть свою; наши тела, много питаемые и сластопитаемые, издают смрад по смерти, а иногда и при жизни, а их тела благоухают и цветут, как при жизни, так и по смерти. Удивительное дело: мы, созидавая, разрушаем свое тело, а они, разрушая, созидали; мы, обливая его благоуханиями, не избегаем смрада его, а они, не заботясь о благоухании тела, а о том, чтобы душа была благоуханием для Бога, — облагоухали свои тела».

То, что пост вреден, могут говорить только те люди, которые сами не постятся. А те, кто соблюдают посты, по личному опыту знают, какую пользу он несет в себе и душе и телу, а главное — делу спасения.

ТАК ДЛЯ ЧЕГО ЖЕ ТОГДА ЦЕРКОВЬЮ НА ПРОТЯЖЕНИИ ГОДА УСТАНОВЛЕНЫ ПОСТЫ

Почему большая часть дней в году постные?

Блаженный Августин говорит: «Если вас спросят: для чего вы поститесь и мучаете себя? отвечайте: бешеную лошадь, которую нельзя укротить уздой, необходимо усмирять голодом и жаждою».

В этом ответе содержится самая правильная мотивировка поста. Пост — это не жертва Богу (как считают католики, иудаисты, язычники), а это средство (узды) для обуздания нашей самолюбивой, злой, своекорыстной, завистливой души и плоти. Пост, подобно хорошо подобранной врачом мази, вскрывает и очищает на теле нашей души греховные гноиники и нарывы. Строгий пост утончает нашу душу, делает более способной для восприятия дара любви.

«Вот пост, который Я избрал, — учит Господь, — разреши оковы неправды, развяжи узы ярма, и угнетенных отпусти на свободу..., раздели с голодным хлеб твой, и скитающихся бедных введи в дом; когда увидишь нагого, одень его, и от одинокровного твоего не укрывайся» (Ис. 58, 6-7).

Иеромонах Маркелл (Павук), [«Сибирская православная газета»](#)

СТРАННИКА ПРАВОСЛАВНОЙ ЖЕНЩИНЫ

"ВЕЛИЧАЙШЕЕ ЧУДО XX ВЕКА": ЧУДОТВОРНАЯ ИВЕРСКАЯ МОНРЕАЛЬСКАЯ ИКОНА БОЖИЕЙ МАТЕРИ



Монреальская Иверская икона была написана на Афоне в 1981 году греческим монахом с оригинала иконы Богоматери Вратарницы.

В 1982 году эту икону привез с Афона в Монреаль Иосиф Муньос Кортес, испанец по происхождению, давно принявший Православие. Вот что было, говорит Иосиф Муньос: "24 ноября, в три часа ночи, я проснулся от сильного благоухания. Вначале подумал, что оно исходит от мощей или разлитого флакона духов, но, подойдя к иконе, я поразился: вся она была покрыта благоухающим миром! Я застыл на месте от такого чуда!"

Вскоре мироточивая икона была отнесена в храм. С тех пор икона Божией Матери постоянно мироточит, за исключением Страстных недель.

Замечательно, что миро истекает главным образом из рук Богоматери и Христа, а также звезды, находящейся на правом плече Пречистой. В то же время задняя сторона иконы всегда сухая.

В ночь с 30 на 31 октября 1997 года хранитель иконы Иосиф Муньос Кортес был убит при загадочных обстоятельствах, а Чудотворная Иверская бесследно пропала...

Пасха

Для приготовления пасхи в старину использовались деревянные пасочницы - разборные ящички в виде усеченной пирамиды - символ Гроба Господня. На внутренней стороне дощечек вырезали буквы "ХВ", изображение креста, цветов и т. д., эти рисунки и надписи отпечатывались потом на готовой пасхе. Для пасхи нужен творог самого лучшего качества - свежий, сухой, однородный.



Р Е Ц Е П Т

- (на 10 порций)
- 1 кг творога
- 0,5 л жирных сливок
- 1 стакан сахара
- 300 г сливочного масла
- 4 желтка
- пакетик ванильного сахара
- 0,5 стакана цукатов

Творог завернуть в марлю и положить под гнет на 5-6 часов, чтобы удалить лишнюю влагу. Затем дважды протереть его через сито. Если творог плохо протирается, можно дважды пропустить его через мясорубку. Половину сливок отлить в небольшую миску, добавить желтки. Оставшиеся сливки подогреть в сотейнике, не доводя до кипения, затем взбить венчиком. Продолжая взбивать, добавить сливки с желтками и варить на маленьком огне, не давая кипеть, пока сливки не загустеют. Снять с огня и остудить. Сливочное масло растереть с сахаром добела. В протертый творог добавить загустевшие сливки, масло с сахаром и ванильный сахар. Взбить миксером до образования однородной массы. Изюм тщательно промыть. Если изюм очень сухой, его необходимо пропарить на водяной бане, а затем обсушить полотняным полотенцем или салфетками. Цукаты - лимонные, апельсиновые, дынные - мелко нарезать. Кстати, в пасху можно

класть не только цукаты, но и сушеные фрукты - ананас, папайю, грушу, а также засахаренную вишню. Все фрукты надо обязательно мелко нарезать. Добавить изюм и цукаты в творожную массу: тщательно перемешать, чтобы добавки распределились равномерно. Чтобы пасха легко вынималась из формы, выстлать внутреннюю часть пасочницы влажной марлей. Плотнo заполнить форму творожной массой, положить сверху гнет и поставить в холодильник на 10-12 часов. Вынуть пасху из холодильника, перевернуть на тарелку. Сначала снять пасочницу, затем марлю.

Источник: [Школа Гастронома](#)

Дорогие Братья и Сестры,

РОДНИК распространяется бесплатно.

В издании использованы материалы духовного содержания.

Просим Вас не использовать эти листки в хозяйственных целях и не выбрасывать

В случае ненадобности их можно сдать в церковную лавку, кому либо подарить или, в случае сильной поврежденности сжечь.



Адрес для
корреспонденции:

Natalia Sonnenstein

Lindauer Straße 85

87435 Kempten

Telefon: 0831/ 5409335,

01627394239

E-mail:

natalia@sonnenstein.net

РОДНИК

№ 3
МАРТОВСКИЙ ВЫПУСК
2006

Координатор: иерей Николай Забелич
Настоятель Православных приходов в Дахау, Мюнхене и в Кемптене.
Редактор: Наталья Зоненштейн