



# МОЛОДОЙ ПРИКОЖАНИИ

Московская епархия Русской Православной Церкви.

ХРАМ СЯТЯТЕЛЯ НИКОЛАЯ ЧУДОТВОРЦА.

По благословению настоятеля прот. Александра Трушина.

## ПОДВИГ ПОСТНЬИЙ: ДУХОВНАЯ БОРЬБА ВЕЛИКОГО ПОСТА.

Святой Великий Пост – это период молитвы, период покаяния, слез, преобразования человека, период, возводящий его на новую ступень духовной жизни. Наша Церковь, как заботливая мать, установила этот период как время особенно интенсивной духовной борьбы, стараясь помочь нам освободиться от пороков, очиститься и приблизиться к Богу, дабы удостоиться встретить Великий и Светлый праздник Воскресения Христова.



**Непорочность обладает великим дерзновением перед лицом Божиим.**

Священное время поста предполагает как духовную, так и телесную борьбу. Это борьба воздержания в пище, борьба всеобщего бдения, борьба очищения и борьба духовных обязанностей, которых намного больше, чем в остальное время. Происходит духовное перестроение человека, который внимательнее прислушивается к голосу совести, чтобы исправить то, чему, возможно, он ранее не уделял должного внимания.

**В этой борьбе огромную роль играет Церковь, помогая нам в битве за очищение души нашей.**

Причащаясь Тела и Крови Христовой, сколь должны мы быть чисты и непорочны, сколь праведны душевно и телесно, дабы Божия Благодать смогла оказать благотворное влияние на наши душу и тело! И потому в жизни нам надлежит быть бдительными. Если же нас одолевают дурные

помыслы или же таим мы в душе зло на брата нашего, тогда мы не можем приблизиться к Богу Любви, столь Чистому и Святому.

**«Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог в нем» (1 Иоан. 4:16).**

На протяжении всего этого времени на каждой Великопостной службе читается молитва преподобного Ефрема Сирина: **«Господи и Владыко живота моего, дух праздности, уныния, любоначала и празднословия не даждь ми. Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему. Ей, Господи, Царю, даруй ми зрети моя прегрешения и не осуждати брата моего, яко благословен еси во веки веков. Аминь».**



Этими словами святой дает нам понять, что помимо прочих добродетелей, особенно большое внимание следует уделять самоукорению в противовес осуждению брата. Ибо без любви к ближнему нашему мы не сможем продвинуться ни на один шаг на пути к духовному очищению. Если не следить за мыслями, за словами и за своим сердцем, воздержание в еде не принесет пользы. Любовь к Богу и к брату есть две великие добродетели, на которых зиждется все духовное здание, если же их нет, то и все остальные добродетели остаются без основания.

**Другое дело, к которому необходимо принуждать себя со всевозможным усердием, – это молитва.**

Помимо молитвы от всего сердца дома, надо с особой готовностью идти в храм, чтобы прожить этот период, стяжав для души своей богатые и благие плоды. Пост вместе с трудом способствует прощению грехов и очищению. Подвизайтесь в воздержании от пищи, в земных поклонах, в молитвах, в трудах сердца и ума, ибо этот труд во имя Божие свят и получит многократное воздаяние от Господа, ведь за него человек удостоивается венца чести и славы.

**«Виждь смирение мое и труд мой и остави вся грехи моя»(Пс. 24:18)**

Подвизаться в посте мы должны по силам, ибо мы все не одинаковы. Ибо мера нужна во всем, поскольку без меры не будет и пользы. Пост есть необходимость, есть благо, но он есть средство, а не цель. А цель этого средства нарекается смирение. Иногда безропотное ношение болезни с посильным прославлением Бога может вменяться в подвиг поста. Даже в миру, если христианин правильно вступает в добровольную борьбу поста, Благодать Божия его не минет. И потому мы должны все устраивать по усмотрению духовного наставника, просвещенного Святым Духом.

**Бесы особенно боятся поста, ибо пост изгоняет их. «Сей же род (то есть род бесов) изгоняется только молитвою и постом», – сказал Господь (Матф. 17: 21).**

Не потрудившись, не обретешь Благодати. Земледелец, не возделавший свою пашню, не увидит плода. Пост, сопровождаемый, усиливаемый и окаймляемый молитвой, чтением Святого Писания, трезвением, участием в богослужении, исповедью, святым причащением, добрыми делами и делами милосердия, готовит и украшает душу к встрече Великой Страстной Седмицы. И тогда мы сильнее прочувствуем Великие и Честные Страсти Христовы, ибо сердце наше смягчится, преобразится и познает, сколь бесконечна любовь Божия к человеку. И тогда мы с большей силой ощутим в душе своей радость Святого Воскресения, отметим его со всем должным благоговением и сподобимся праздновать вместе с ангелами Святую Пасху. Аминь.

## **Святоотеческое наследие.**

«Я в меру отца моего не пришел. Он был совсем неграмотный, и даже «Отче наш» читал с ошибкой, говорил «днесть» вместо «днесь», заучил в церкви по слуху, но был кроткий и мудрый человек».

У них была большая семья: отец, мать, пять братьев-сыновей и две дочери. Жили они вместе и дружно. Взрослые братья работали с отцом. Однажды, во время жатвы, Семену пришлось готовить в поле обед, была пятница, забыв об этом, он наварил свинины, и все ели. Прошло полгода с того дня, уже зимою, в какой-то праздник, отец говорит Семену с мягкой улыбкой:

— Сынок, помнишь, как ты в поле накормил меня свининой? А ведь была пятница; ты знаешь, я ел ее тогда как стерву.

— Что же ты мне не сказал тогда?

— Я, сынок, не хотел тебя смутить.

Рассказывая подобные случаи из своей жизни в доме отца, Старец добавлял:

«Вот такого старца я хотел бы иметь: он никогда не раздражался, всегда был ровный и кроткий. Подумайте, полгода терпел, ждал удобной минуты, чтобы и поправить меня и не смутить».

**Старец Силуан Афонский.**

**О духовном воспитании детей:** «Как бы ни мало было дитя, оно уже может молиться: оно же ведь просит чего-либо у своих родителей, почему же не просить ему у Отца небесного? Посему учите дитя молиться, только начинайте это с детства; приучайте его, чтобы молитва стала для него потребностью. Совершайте регулярно со своими детьми утренние и вечерние молитвы, а также и пред и после принятия пищи, чтобы они не шли к столу, как животные к корыту, но чтобы знали, что кто хочет пользоваться дарами Божиими, должен просить их и благодарить о них. Отче наш, Богородице Дево и другие краткие молитвы должно знать всякое дитя, умеющее хорошо говорить».

**Святитель Игнатий (Брянчанинов).**

## Кулинарная страничка.



### ВКУСНЫЙ ЗАВТРАК.

Что делать субботним утром, когда хочется чем-то порадовать близких на завтрак? **Приготовьте яблочки в кляре на скорую руку!**

Рецептов кляра очень много, но этот хорош тем, что содержит минимум ингредиентов и легко подходит для постных дней. Так что если кто-то из домашних держит пост, то яблочки в постном кляре — просто выручалочка.

#### **Что нужно для яблочек в постном кляре (на 4 порции):**

- 1) 1 крупное яблоко (лучше зелёное, но подойдёт любое)
- 2) мука 4-5 столовых ложек с горкой
- 3) немного воды (около 5 столовых ложек)
- 4) сода чуть меньше половины чайной ложки
- 5) соль четверть чайной ложки
- 6) сахар 2-3 чайных ложки с горкой (количество сахара зависит от того, насколько кислое яблоко)
- 7) ваниль, корица по вкусу



#### **Готовим яблочки в постном кляре:**

1) Порезав яблоки на 4 части, очищаем их от кожуры и серединки. Далее режем эти куски поперёк тоненькими дольками и отправляем в миску для замешивания теста.



2) Добавив к яблочкам воды, насыпаем муку. Муки указано очень примерное количество: нужно чтобы получилось густое тесто, которое в то же время легко сползает с ложки.

3) Добавив сухие ингредиенты, хорошо перемешиваем. Кстати, соду можно гасить 6% уксусом, а можно оставить как есть — она практически не чувствуется.

Жарим под крышкой маленькими кусочками на среднем огне на растительном масле до золотистой корочки.

5) Готовые яблочки в тесте можно присыпать сахарной пудрой. Очень вкусно с любым вареньем.



**Ангела за трапезой!**

Уважаемые читатели!

Просим Вас не использовать этот приходской листок в хозяйственных целях.

Если он стал Вам не нужен, подарите его другим людям.

Храм Святителя Николая сприделом прп. Кирилла Белоезерского с.Лямцино  
Домодедовского района Московской области.

Наш сайт: [www.lyamcino.ru](http://www.lyamcino.ru)

Эл.почта: [nik.hram@yandex.ru](mailto:nik.hram@yandex.ru)

т. 8-909-938-55-38

**Храни Вас Господь!**