



# Благодарное *сердце*

Сентябрь – Январь  
2025–2026 год  
№ 19









Благодарность в христианине такая вещь великая, что вместе с любовью последует за ним и в жизнь будущую, где он с ними будет праздновать Пасху вечную.

*Преподобный Амвросий Оптинский*

Высшая степень счастья есть благотворить, а вторая по сей степени — быть благодарным.

*Святитель Филарет Московский*

Потерпел ли ты нечто злое — если не желаешь, чтобы оно было злом для тебя — благодари Бога, и вот уже это зло превратилось в добро, и в этом высокая мудрость.

*Святитель Иоанн Златоуст*

Начало любви — доверие ко всем. Путь любви — постоянная готовность, ради нее, к смерти. Совершенство Любви — благодарность за все.

*Преподобный Силуан Афонский*





# НАСТАВЛЕНИЯ МАТУШКИ ИГУМЕНИИ ЕРОТИИДЫ

**К**аждый сознательный человек всегда ищет возможность и повод благодарить своих наставников, родителей, руководителей. Это Господу угодно и приятно, это заповедь Божия. За то, что благодарим, за то, что оказываем послушание, мы получаем особое благословение Божие. Я в свою очередь тоже оказываю послушание начальству, оказывала послушание своим родителям, наставникам. Помню их поучения, как они воспитывали нас. Поэтому я по себе знаю, насколько это важно и действительно, насколько сильно работает эта заповедь, когда почитаешь своих наставников, руководителей, родителей, благодетелей.

\*\*\*

Монастырь — это рай на земле, место особого присутствия благодати Божией. Люди, пришедшие в монастырь, посвящают себя служению Богу. Это значит, что они работают над собой, борются со своими страстями, учатся любить ближних, любить Бога, потому что без любви нет молитвы, нет связи с Богом. Можно молиться, поститься, но если нет любви, то все напрасно. Любовь — это не та чувственная человеческая любовь, а действие, направ-

ное на благо в отношении человека. Основной смысл — это воссоединение с Богом в духе. А соединение с Богом невозможно без правильного отношения к ближнему.

\*\*\*

Связь с Богом не должна исчезать ни при каких обстоятельствах. Связь с Богом — это молитва. А молитва настоящая, искренняя, непритворная исходит из сердца смиренного. Она хочет смиренного духа, чистой совести, предпочтения ближнего, угождения Господу через ближнего, евангельской любви к ближнему — это такая почва, на которой возникает настоящая молитва. Самый короткий путь, чтобы сохранить такое богоугодное расположение, — это благодарение. Надо приучаться благодарить Господа, быть благодарными ближним, наставникам и родителям. Нужно за всё благодарить, даже если тебе еды не досталось, или тебя кто-то обидел. Благодарить надо и за скорбь, и за радость. Благодарность даёт нам познание своей немощи, нужды в Боге, что мы без Бога не можем жить. Тогда связь с Богом будет у нас крепчать.

\*\*\*

Находясь здесь в монастыре

молодежь получает семя. Семя спасительное, семя благодатное. Бывает, что семя сразу падает в хорошую почву и даёт плод во сто крат. Бывает доброе семя попадает на каменистую почву, тогда оно долго может не прорасти, находясь в каких-то обстоятельствах до принятия Божией благодати. Но семя есть, оно прорастёт в свое время. Неизвестно, когда оно взойдёт и сколько плода принесёт. Может лет через пять, через десять коснётся человека благодать...

\*\*\*

Каждому Господь показывает путь спасения. Выбор за человеком — хочет он или не хочет идти по этому пути. Когда человек полностью доверяет Богу, когда ищет волю Божию, тогда Господь творит. Он посылает скорби, посылает радость, встречаются люди, появляются различные ситуации, таким образом Господь человека ведет и формирует. Если человек хочет, он идёт навстречу и принимает от Бога. А если человек не принимает, идёт по своей воле, то есть живёт греховной жизнью, то набивает очень-очень много шишек... И в этом тоже промысел Божий, и такого человека Господь ведёт и любит... Но творить свою волю, никому



не подчиняясь, жить как тебе хочется, в своё удовольствие, греховное удовольствие, — что это даёт человеку? Разве в этом покой душе? Нет, это мнимое счастье, от которого происходит кризис. В душе не может быть мира, благодати, ум не может мыслить здраво, спокойствия не может быть, когда человек затуманен грехом. Какая же радость от этого? Люди друг на друга злятся, мстят друг другу, проклинают, обворовывают, обижают друг друга, потому что так хотят, не хотят слушать. А Господь всегда смотрит на человека, ждет его обращения, стучится в его сердце...

А у людей, которые живут для Бога, для общества, живут не эгоистично, не для себя, — у них покой в душе и благодать, они чувствуют себя хорошо. Это естественная награда за их хорошую жизнь. И они могут

делиться с другими. Они богатые люди, душевно богатые. С ними хочется посидеть рядом, погреться у этой печки, пожаловаться, спросить что-то, потому что с ними рядом хорошо и приятно.

\*\*\*

Во всех обстоятельствах надо видеть руку Божию и принимать от Господа то, что Он даёт: и радость, и скорби, и вразумление, — всё от Бога. Если мы хотим покоя, чтобы нас не трогали, чтобы нас не обидели ничем и чтобы нам было хорошо, то не будет этого. Не таков закон жизни. Нужен подвиг. Человек всегда должен быть в подвиге и просить у Бога помощи, укрепления, вразумления, принимать всё от Бога и учиться доверять Богу...

Мы должны забыть о том, чтобы искать себе покоя. Покой только в Боге, в подвиге. Если потрудишься честно — тебе спокойно на душе и хорошо. А сбежишь, поленишься, оправдаешься — тебе плохо, тебя не любят и результатов никаких нет.

Нужно проанализировать себя

и дать себе отчет: почему я так живу, что нужно делать, как надо поступать. А поступать надо в полном доверии к Богу, подвизаться надо, трудиться надо.

Надо закладывать смысл в каждое дело. Обращать внимание на то, как оно должно выполняться. Если дело выполняется со смыслом и с молитвой, то оно даёт благодать. А когда человек посещается благодатью Божией, этот повод его вновь и вновь возвращает его к состоянию чистому, богоугодному. Имея такой повод человек не может просто отвернуться. Поэтому мы должны насаждать семя веры и анализировать свои действия.

\*\*\*

Скорби нас воспитывают, приближают к Богу, они нам нужны и полезны. Нам надо это знать и не избегать скорбей, принимать их от руки Божией, потому что это лекарство для нас. Мы получаем от Бога именно то лекарство, которое нам сейчас нужно.

*Игуменья Еропида*



# ПРАВОСЛАВИЕ В АВСТРАЛИИ

*Как живут православные на другой стороне нашей планеты? В древности некоторые (например, Пифагор) всерьез полагали, что на другой стороне земного шара люди ходят вверх ногами. Но и на самом деле в Австралии по сравнению с нами «все наоборот». Например, церковный календарь не совпадает с природным. Как вы думаете, к чему это приводит? Австралия — это страна, где нет войн, а материальный уровень жизни людей очень высок. Как это влияет на духовную жизнь, веру и мироощущение австралийцев? Читайте об этом и многом другом в нашей статье.*

**П**ервые православные в Австралии появились в начале XIX века. Первая Божественная литургия была отслужена в Сиднее в 1820 году русским священником Дионисием. Но греческая православная диаспора сформировалась на континенте раньше русской, поскольку во второй половине XIX века греки и другие

православные народы Малой Азии, Балкан, Восточной Европы перебирались на жительство в Австралию, спасаясь от преследований, воздвигнутых на них в Османской империи. В XIX веке попытки российских дипломатов получить постоянного священника и образовать собственный русский приход успехом не увенчались.

Первый русский священник оказался самозванцем. Это был некто Николай Манович. Он приехал в Австралию в 1916 году, начал крестить и венчать, и брал настолько большие суммы денег за требы, что русские пожаловались на него в полицию. Русский консул, Алексей Дмитриевич Путья, узнав об этом, просил Синод найти настоящего священника, который мог бы приехать и восстановить авторитет Православия.

Так на континент был послан отец Иаков Корчинский с Гавайских островов. Это был известный миссионер в Америке, вместе с будущим Патриархом Тихоном он путешествовал по Аляске. Пять месяцев отец Иаков посещал

города Австралии, останавливаясь в русских семьях. Он крестил рожденных в Австралии русских детей, венчал образовавшиеся пары, исповедовал, причащал, наставлял.

Но, к сожалению, отец Иаков только год побыл в Австралии. Климат оказался неподходящим. Он вернулся в Россию и подал прошение в Священный Синод с просьбой назначить другого священника. Однако в Австралии вспыхнула революция и страна осталась без священников вплоть до 20-х годов XX века. В 1923 году, когда Белая армия на Дальнем Востоке прекратила свое существование, в Австралию приехали три священника. А в 1925 году в Бризбене был создан первый русский православный приход во имя святителя Николая Мирликийского. Вскоре Австралия, опасаясь «большевистской заразы», прекратила принимать русских.

На сегодняшний день в стране 35 русских православных приходов, мужской Преображенский монастырь, женский монастырь во имя



Казанской иконы Божией Матери, несколько скитов. Есть приходы, где служат только на английском языке. Но у большинства приходов раннюю литургию служат на славянском, позднюю — на английском или наоборот. Язык не является проблемой, потому что большая часть духовенства выросла уже в Австралии.

Православие на австралийской земле проделало путь от первых служб, совершенных капелланами в самодельных молитвенных палатках, до прекрасных златокупольных храмов с культурными центрами в каждом крупном австралийском городе и открытия монастырей.

Главной особенностью православия в Австралии является то, что церковный календарь там не совпадает с природным. Это, собственно, традиционная вещь для южного полушария Земли, когда лето приходится на зимние месяцы, а зима — на летние. В связи с таким несовпадением в некоторые церковные традиции австралийским православным пришлось внести изменения. Вот одно из них. Как вы прекрасно знаете — ежегодное освящение овощей и фруктов в России происходит на праздник Преображения. Точно также поступают в Греческой, Сербской и иных православных Церквях. Иначе дело обстоит в Австралии — опять же из-за

несовпадения календаря с временами года. Так как лето в Австралии приходится на зимние месяцы календаря, то местными православными было принято решение освящать овощи и фрукты не на Преображение, которое приходится на зиму Южного полушария, а на праздник Сретения. Он отмечается 15 февраля. Для нас это еще зима, а для Австралии — конец лета, время созревания овощей и фруктов.

В жизни австралийских православных есть и другие особенности. Как вы помните, одним из символов церковного праздника Входа Господня в Иерусалим является расцветшая верба. Австралийские православные, потомки русских эмигрантов, захотели сохранить традицию освящения вербы, но с точки зрения климата это было сложно. Верба в Австралии растет, но зацветает в августе-сентябре и к апрелю, когда обычно празднуется Вход Господень в Иерусалим, уже теряет свои пушистые цветы. Местным православным приходится срезать зацветшую вербу и класть ее на несколько месяцев в морозильную камеру, чтобы прийти затем в храм с традиционным русским символом Входа Господня в Иерусалим, а также с пальмовыми ветвями, которых в Австралии предостаточно круглый год.

Австралия — страна очень благополучная в материаль-

ном плане, технологически развитая, с высоким уровнем жизни. Хотя Австралия и участвовала во многих войнах, но на своей территории у нее никогда не было врага. Потому австралийцы всегда жили спокойно, жизнь была очень равномерная. С одной стороны, это хорошо, а с другой — создает определенные проблемы. История показывает, что когда у людей все есть, они погружаются в этот материальный комфорт и перестают искать духовной жизни.

Клирик Русской Православной Церкви за границей, настоятель храма Успения Божией Матери в Мельбурне протоиерей Михаил Протопопов говорит: «Мне кажется, у нас в какой-то мере происходит то, что происходило в Риме в конце империи: спортивными состязаниями и прочим мы отводим мысли о том, что общество разлагается. Мы увлекаем людей футболами, скачками, гонками и чем-то еще, лишь бы они не думали о том, что христианские ценности утрачиваются... Если раньше говорили, что Австралия — это христианская страна, то теперь этого уже не скажешь... У англикан и у католиков храмы пустеют».

А что же с православием? «Православие принимают, когда женятся или выходят замуж за православных, — продолжает отец Михаил. — Иногда это происходит формально, иногда очень



Монастырь Казанской иконы Божией Матери называют «Новое Шамордино»; принадлежит РПЦЗ, английское название — Our Lady of Kazan Convent in Kentlyn

искренне. Но мне кажется, что, для того чтобы православие могло бы стать коренной верой этой страны, оно должно быть рожденным кровью мучеников. Если человек не готов постоять за что-то, он это не ценит... И потом Православие в Австралии сегодня все-таки сохраняет эмигрантский оттенок... Видите ли, когда люди уезжали из России за границу, первое, что они делали, это строили храмы. Потому что храм олицетворял потерянную родину. И вся культурная жизнь строилась вокруг прихода. И потому для нас неразделимы церковь и культура, это наше общее наследие.

Церковь была местом, где

человек, который был профессором в хорошее время, в Австралии убирал уборные, но в церковь он мог прийти и быть тем, кем был всегда. И к нему относились с тем уважением, к которому он привык. Поэтому люди в Австралии могли начинать жизнь с ничего, но в русской колонии они чувствовали себя полноценными и уважаемыми. Это было очень важно. Даже те, кого трудно назвать очень верующим, приходили в храм, чтобы побыть «со своими».

Русская Православная Церковь привлекает австралийцев по многим причинам. Во-первых, это глубина учения, переданного от Спасителя и развитого святыми

отцами, непрерывная преемственность священства от апостолов. Во-вторых, строгость моральных правил, непопулярных в либеральном обществе, но необходимых для спасения. В-третьих, красота храмов, синтез искусств, достигаемый в православном богослужении. Таким образом, Русская Православная Церковь смогла выжить и духовно расцвести в максимально отдаленном от места ее зарождения регионе, в обществе, где ее прихожане находятся в положении малой этнической группы.

**Бармакина Александра,**  
2 курс

В статье использованы материалы сайта pravmir.ru





# ПРЕПОДОБНЫЙ ФЕОДОР СТУДИТ

Святой преподобный Феодор Студит родился в 758 году в Константинополе в благочестивой и богобоязненной семье сборщика царских податей Фотина и его супруги Феокисты. С раннего возраста святой Феодор познавал книжную науку. В то время в империи широко распространилась ересь иконоборцев, которую поддерживал злочестивый император Константин Капроним (741–775). Когда начались гонения на христиан, Фотин оставил свою высокую должность. Он посоветовался с супругой и они, раздав свое имение нищим, приняли иноческий постриг.

Святой Феодор Студит был выдающимся оратором и превосходным философом. Он защищал православную веру в прениях с еретиками. В 787 году в царствование благоверного императора Константина VI он принял участие в Седьмом Вселенском соборе, на котором окончательно опровергли иконоборческую ересь. В честь этого события Православная Церковь

установила праздник Торжество Православия, который празднуется в первое воскресенье Великого поста и является символом верности Церкви, апостольскому и святоотеческому учению.

После собора блаженный Феодор вместе с дядей и двумя братьями Иосифом и Евфимием удалился Саккудион,

обитель созданную семьей святого в 782 году. Живя в монастыре он подвергал себя суровым подвигам, помогал в работах немощным братьям и был для всех слугой. По прошествии нескольких лет братья избрали святого игуменом.

Преподобный Феодор Студит считается составителем Триоди постной, богослужебной книги, которая содержит молитвословия

и песнопения на дни Великого поста и приготовительных седмиц к нему, а также Страстной седмицы до Великой Субботы включительно. Святой писал песнопения для церковных богослужений. Например, им написаны песнопения среды и пятницы, посвященные Кресту и страстям Христовым.



До нас дошли творения блаженного Феодора такие как три книги «Опровержений». Первые две написаны в форме диалога между православным и еретиком, третья излагает учение о видимом образе Христа в форме опровержения доводов, представленных иконоборцами. Также преподобный Феодор Студит является автором «Проповеди», состоящей из двух «Катехизисов».

Но более всего известны его эпиграммы — краткие стихотворения, посвященные монастырской жизни, которые отличаются простотой и непосредственностью. Через стихи святой передает наставления монахам, трудящимся на разных послушаниях.

Вот одно из них — к монастырскому повару:

О чадо, как не удостоить повара  
Венца за прилежанье целодневное?  
Смиранный труд — а слава в нем небесная,  
Грязна рука у повара — душа чиста,

Огонь ли жжет — геенны огонь не будет жечь.  
Спеши на кухню, бодрый и послушливый,  
Чуть свет огонь раздуешь, перемоешь все,  
Накормишь братию, а послужишь Господу.  
Да не забудь приправить труд молитвою,  
И воссияешь славою Иакова,  
В усердьи и смиреньи провожая жизнь...

В 826 году на шестьдесят восьмом году жизни святой Феодор Студит преставился ко Господу в уединенном скиту, окруженный верными учениками. Среди современников Феодор пользовался громадным влиянием. Завещание его несколько веков ежегодно читалось во время службы в Студийском монастыре.

*Загудаева Ольга,  
1 курс, хоровое дирижирование*



Развалины Студийского монастыря в современном Стамбуле





# СТИЛЬНО — ВСЕГДА ЛИ КРАСИВО?

**К**расота и стиль — понятия во многом родственные, но между ними интуитивно ощущается различие. Иногда их даже можно противопоставить друг другу.

Красота бывает разной. Чаще всего она подразумевает нечто возвышенное, отвлекающее от серости и скуки обычной жизни. Красота может устремить чувства к прекрасному, а может придать яркости и красок самым простым бытовым вещам. На скучный офисный стол, загроможденный нудными бумажками, падает полоса солнечного света — и человек замирает, любясь преобразившимся рабочим местом.

Мне кажется, что красота — это некое проявление Бога в этом мире, Его любви к нам, зримое подтверждение того, что Он сотворил этот мир. Пусть красоты временной жизни — всего лишь отблеск небесного великолепия, но порой люди замирают восторженно, созерцая нечто прекрасное. Возможно, душа, помнящая рай, стремится к этим отблескам.

Однако грех затмевает и искажает человеческие чувства. Так и восприятие прекрасного может быть омрачено. Одни в ужасе отворачиваются от того, что другие считают красивым. Умение видеть красоту — это дар Божий, и его обладатели должны быть осторожны, чтобы не утратить его и не попасть во вражеские сети.

Чувство прекрасного зависит от состояния души, от внутреннего мира человека. Люди, способные находить красоту даже в простых вещах, обладают чуткой душой и добрым сердцем.

Что же касается стиля, то это, вроде бы, близкое понятие, но не совсем. Например, мы можем сказать, «цветы красивые», но «стильные цветы» звучит нескладно. Стильным часто называют нечто, созданное человеком. В искусстве, архитектуре, одежде существуют стили разных эпох, которые имеют свои черты. Стиль — идея, объединяющая вещи в группы.

Стильным мы можем назвать что-либо сообразное друг другу, вызывающее сходные ассоциации или какое-то общее ощущение. Стильный образ — это образ, собранный из разных дополняющих друг друга деталей. Например, взрослый мужчина с серьезным лицом, аккуратной стрижкой и в строгом костюме выглядит стильно. Или изящная женщина в широкополой шляпе и вечернем платье. Но если тот же мужчина наденет к пиджаку пижамные штаны — впечатление разрушится, даже если штаны очень красивые. То же произойдет, если вышеупомянутая леди обует дачные сапоги.

Стиль способен передавать дух времени, идеи, настроения и многое другое. Чаще всего человек стремится выразить себя, свой внутренний мир через внешнее: одежду, причёску, аксессуары, походку, манеры. Всё это можно назвать стильным, если есть соответствие и общая идея.

Стиль — это способ самовыражения. Но стильного человека не всегда можно назвать красивым. У каждого свои представления о красоте. Например, девушка, идущая на вечеринку, в ярком открытом платье с броским макияжем, вряд ли покажется красивой бабушке у подъезда. И даже если человек выглядит приятно, то в качестве комплимента слова «кра-

сивый» и «стильный» звучат по-разному.

Стиль часто созвучен чему-то современному, крутому и кажется неуместным в православии. А вот и нет! Существует и православный стиль — и это не только про монашеское облачение, и не всегда это юбка в пол и покрытая голова. Стиль — это прежде всего отражение образа мыслей. Идея православного стиля заключается в целомудрии: закрытые колени и плечи, отсутствие глубоких вырезов и чистота образа. Женщина, одетая в православном стиле, не возбуждает похоть. Православный христианин должен в первую очередь украшать свою душу добродетелями. Но если человек не склонен к лицемерию или притворству, то его внутреннее найдет отражение во внешнем. В образе православного человека отражается спокойствие духа, возвышенность и чистота. При этом не стоит забывать: все люди уникальны, ведь Бог создал каждого неповторимым. Каждый окружает себя тем, что близко его душе.

*Надежда Морнева*





# ТАЙНЫ НАДПИСЕЙ НА ИКОНАХ

*Людям, которые только начинают ходить в храм, бывает сложно прочесть, какой святой изображен на иконе.*

*А некоторые надписи и вовсе как будто сделаны на таинственном языке. Что же значат надписи на иконах?*

В первые века, когда на христиан были гонения, верующие люди должны были скрываться, и они действительно использовали символические изображения и зашифрованные надписи. Например, один из первых образов Христа — это рыба, и греческое слово ΙΧΘΥΣ (ихтис — рыба, дословно: Ιησους Χριστος Θεου Υιους, Σωτηρ — Иисус Христос Сын Божий, Спаситель).



Сейчас, конечно, надписи на иконах не несут никакого тайного послания, а лишь помогают понять, какая перед нами икона. Надпись может быть каноническая, то есть написано имя и чин святого, цитата из его жития или высказывания, название события из его жизни, тропарь праздника, которому посвящена икона, и так далее. Также она может быть историческая. Это информация о создании иконы, о работе над ней, вкладные, дарственные, владельческие записи. Почему же слова даже на современных иконах такие непонятные?

Как правило надписи на иконах сделаны на церковнославянском и греческом языках, но могут быть и на местном языке (например, в Болгарии на болгарском, в Румынии на румынском, а англоязычных странах на английском и т.д.)

В иконных надписях широко применяется контрактура (от лат. contractura — стягивание) — сокращенное написание слова с помощью начальной и конечной букв. Над контрактурами ставится надстрочный знак сокращения — титло <sup>̑</sup>. Сокращенное написание имени Христос составлено из двух пар букв под титлами: <sup>̑</sup>ΙΧ <sup>̑</sup>ΧΘ.



В крещатом нимбе Спасителя пишут три буквы с греческим словом <sup>̑</sup>ΩΝ, что значит Суший. Приём появляется примерно в XI веке. Этим надписанием подчеркивается Божество Иисуса Христа, согласно откровению, бывшему Моисею из купины: «Аз есмь Суший» (Исх. 3:14). В русской иконописной традиции греческая буква Ω (омега) часто заменяется буквой <sup>̑</sup> (от).

Стоит заметить, что библейское объяснение

букв на Руси не являлось единственным. Из старообрядческой литературы известно иное их толкование, возможно несколько наивное, но не нарушающее догматических положений Церкви. В соответствии с ним, три буквы выражают, во-первых, триипостасность Бога; во-вторых, Божество Иисуса Христа: <sup>̑</sup> (от) — «еже есть отчески», <sup>̑</sup> (он) — «оум» (ум), <sup>̑</sup> (наш) — «непостижим сый»; и, в-третьих, воплощение Сына Божия и Его страдания: <sup>̑</sup> (от) — «от небес приидох», <sup>̑</sup> (он) — «они же Мя не познаша», <sup>̑</sup> (наш) — «на кресте распята».

Как следует из этих толкований, порядок чтения букв на Руси также не был единообразным и мог изменяться, совершенно разрывая связь с греческой традицией и заменяя слово «суший» сокращением <sup>̑</sup>ΩН.

Надпись может читаться построчно или по часовой стрелке.



На любой иконе Пресвятой Богородицы непременно присутствует контрактурная надпись славянскими буквами <sup>̑</sup>ΩН. Это греческие слова Μηтер Θεου (читается Митэр Феу, переводится: Матерь Божия).

Обычно на иконах сокращаются слова Архангел, Ангел, Предтеча и все наименования чинов святых (пророки, мученики, преподобные и пр.), а также имя Иоанн, причем нередко до иероглифических знаков.

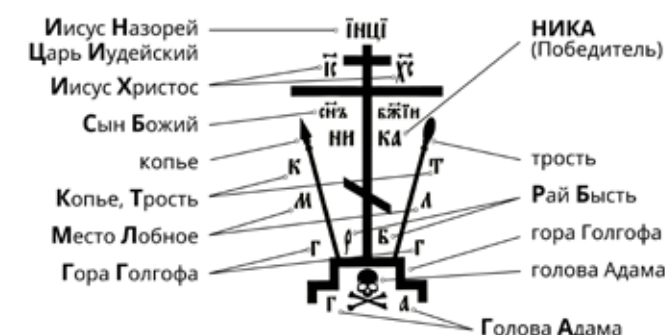


Именам святых до XIV века предшествовало греческое слово ὁ Ἅγιος и ἡ Ἁγία (святой, святая). Это написание сохраняется и на современных иконах, написанных по древним образцам.



А вот как расшифровывается надпись на Голгофском кресте.

## ЧТО ИЗОБРАЖЕНО НА ГОЛГОФСКОМ КРЕСТЕ



В завершении хочу сказать, что очень важно делать церковнославянские надписи на иконах правильно. Нужно изучить правила языка и не делать ошибок. Ведь слово — это Бог, как сказано в Евангелии, а еще это наша история, которую мы должны знать, помнить и уважать.

Попова Полина, 1 курс



## “СТАРЕЦ СИЛУАН”

Я давно находилась в поиске душеспасительной книги, которую захочется перечитывать много раз. И вот однажды на уроке нравственного богословия мы говорили о преподобном Силуане Афонском. Мать Татиана посоветовала нам прочитать книгу «Старец Силуан», написанную иеромонахом Софронием Сахаровым, учеником святого. Я ради интереса решила взять ее, и поняла, что нашла именно ту книгу, которую хотела.

Преподобный Силуан Афонский — это святой, живший в конце XIX — начале XX века. Он русский, хотя всю жизнь подвизался на Афоне.

Книга разделена на две части: «Жизнь и учение старца Силуана» и «Писания старца Силуана».

Первая часть представляет собой житие преподобного Силуана Афонского, которое в общих чертах описывает два главных периода жизни старца — детство и молодые годы, а также приезд на Святую Гору. В книгу включены фрагменты из прижизненных

бесед на разные духовные темы.

Во второй части опубликованы письма святого старца, составляющие основу книги.

Из первой части мне особенно запомнился эпизод «Встреча с книгоношей». Еще в четырехлетнем возрасте, после встречи с книгоношей, который пришел в дом отца и сказал, что Христос — не Бог, у мальчика, будущего святого, появилось сильное желание пойти «искать Бога» по всей земле, соединенное с мучающим сомнением в Его существовании.

Во второй части я открыла для себя много душеспасительных советов. Например: «Научиться Христову смирению есть великое благо... Только смиренным являет Себя Господь Духом Святым, а если не смиримся, то Бога не узрим».

Книга написана простым языком, она будет понятна даже неискусному читателю. В ней перед нами открывается, как бы портрет души святого человека. Его мысли и советы будут полезны любому православному христианину.

*Загудаева Ольга, 1 курс*

## ПОВАРСКАЯ ПРАКТИКА



По благословению Матушки игумении Еротииды наши девочки-повара проходят практику не только в монастыре, но и в Москве, в кафе-столовой на предприятии «Технополис». Так получилось, что и я оказалась там.

Первые дни было физически тяжело, но я заметила, что через некоторое время к нагрузкам привыкаешь. Было очень приятно, что нас дружелюбно и гостеприимно приняли. Со стороны сотрудников не чувствовалось никакой надменности, предвзятости. У всех прекрасное чувство юмора, было весело. Если кто-то пророй приходил не в настроении, то окружающие всячески пытались его подбодрить, поддержать. Мы очень быстро подружились со всеми. Вообще, о таком пре-

красном коллективе можно только мечтать!

Иван Юрьевич для меня идеал шефа. Даже за какие-то недочеты он не ругался, а пытался объяснить, как правильно. Он для всех был другом, но никто и не думал оспаривать его старшинство. Наоборот все старались оправдывать его доверие и хорошее отношение.

Мы с девочками очень много чему научились, попробовали себя в разных ролях: как повара мясо-рыбного или горячего цехов, на раздаче или даже как бариста. Мы готовили и на столовую, и на заказы, поступающие из кафе. Я попробовала всё и определилась с тем, что мне больше нравится и что лучше получается. Самую большую радость мне приносили моменты, когда из кафе поступало одновременно много заказов, и мы с Сергеем едва успевали всё сделать. Еще мне очень нравилось готовить разные пасты, варить небольшие порции каши, собирать сэндвичи, жарить сосиски и яйца для завтрака и варить кофе.

А потом меня поставили в кафе. Там нужно было делать кофе, лимонады, шейки, смузи, айс-кофе, и в то же время принимать заказы, разносить их, следить за чистотой на столах и еще много всего. Было интересно, хотя и совсем непросто. Надо много всего знать, уметь и быстро соображать. У меня был опыт работы в чайном домике на Сольбе, благодаря этому я перестала бояться людей, хотя в монастыре я встречалась с абсолютно другими людьми. Этот опыт мне помог.

Я очень благодарна нашей Матушке за такую прекрасную возможность пройти такую полезную практику. Спаси Господи!

*Снегирева Анастасия*



# РУССКАЯ КУХНЯ

## Хворост

В документах Древней Руси упоминаются «хворостные пироги», что подтверждает наличие этого лакомства в русской кухне.

Издавна хворост пользовался популярностью в монастырях, ведь из состава печенья с лёгкостью можно было убрать яйца, а сливочное масло заменить на растительное. Таким образом получался настоящий постный продукт, который соответствовал канонам церковной кухни, но при этом всё равно был очень вкусным.

Предлагаем вам вместе с нами его приготовить!

## Хворост (скромный)

### Ингредиенты

- мука пшеничная — 600 г;
- молоко — 100 мл;
- масло сливочное — 50 г;
- желтки яичные — 4 шт.;
- коньяк — 1 ст. л.;
- соль — ½ ч. л.;
- сахарная пудра — 100 г;
- масло подсолнечное рафинированное для жарки — 500 г.



## Приготовление теста

Смешиваем желтки с солью в миске. Вливаем молоко и растопленное сливочное масло. Тщательно все перемешиваем. Добавляем коньяк. Просеиваем муку и замешиваем крутое тесто. Накрываем тесто и оставляем «отдохнуть» на 20 минут.



## Хворост (постный)

### Ингредиенты

- масло подсолнечное рафинированное для жарки — 300 мл;
- сахарная пудра — 100 г;
- мука пшеничная — 4,5 стакана;
- минеральная вода газированная — 1,5 стакана;
- сахар — 2 ч. л.;
- куркума — 0,5 ч. л.;
- соль — 0,5 ч. л.;
- сода на кончике ножа



## Приготовление теста

Минеральную воду влить в глубокую миску. Туда же всыпать куркуму, сахар и соль, перемешать венчиком до растворения. Муку просеять в большую ёмкость. Постепенно вливать в муку минеральную воду, энергично помешивая все венчиком до исчезновения комков. Замесить тесто. К концу замеса добавить в тесто 2 столовые ложки растительного масла и вымесить.

## Формовка

Раскатываем тесто в тонкий пласт 1,5 – 2 мм и нарезаем его на ромбики. В центре заготовки делаем надрез и один край ромба продеваем внутрь.

## Доготовка

Полуфабрикат обжариваем в кипящем масле.

## Оформление и подача

Готовый хворост выкладываем на тарелку и посыпаем сахарной пудрой.

Ангела за трапезой!

Клинкова Ольга, Бармакина Александра, 2 курс





# КАК В ХОЛОДА ПОРАДОВАТЬ БЛИЗКИХ

## Тыквенно-творожный пирог «Зебра» — новое прочтение старого рецепта

Наш творожный пирог с тыквой под названием «Зебра» является разновидностью знаменитого на весь мир десерта. Мраморный кекс, который впервые был приготовлен в конце XIX века, сегодня так же популярен, особенно в США, где и был придуман. Секрет его красоты в использовании сразу двух видов теста: обычного ванильного и шоколадного. Причем по стандарту шоколадного теста должно быть в десерте не менее 33,5%. В качестве альтернативы шоколадным полоскам современные кондитеры охотно используют тесто с другими добавками, что придает десерту более веселый, но менее изысканный вид.

А вот наш кекс «Зебра» получился не простым смешиваем, а попеременным вливанием в формы теста разных цветов. В нашем случае творожно-тыквенная запеканка «Зебра» едва ли похожа на классическую, ведь полосы в ней бело-оранжевые. Традиционный вариант не предполагает добавления тыквы, но непременно содержит какао-порошок.

### Рецепт на 6 порций:



#### Ингредиенты

- тыква — 800 г;
- яйца куриные — 4 шт.;
- сахар — 160 г;
- мука пшеничная — 4 ст. л.;
- творог (9%) — 300 г;
- сметана (20%) — 3 ст. л.;
- ванилин — 2 г;
- масло сливочное — для смазывания формы.

### Приготовление

Тыкву вымыть, очистить от кожи и семян, нарезать кусочками и запечь в духовке до мягкости (25–40 минут). Дать остыть.

Пока тыква запекается, сделать творожное тесто. Для этого в глубокую миску выложить творог, 2 яйца, 100 г сахара, 2 ст. л. просеянной муки, сметану и ванилин. Пробить блендером до однородного состояния. Должно получиться тесто, слегка более густое, чем на оладьи. К остывшей тыкве добавить 2 яйца, 60 г сахара, 2 ст. л. просеянной муки, 2 ст. л. Пробить блендером до однородности.

Круглую форму для запекания смазать сливочным маслом и по очереди выливать два вида теста — по 1–2 ст. л., начиная с центра формы.

Отправить в разогретую до 170–180 °С духовку на 40–45 минут. Готовность проверить зубочисткой.

Подавать, разрезав на порционные кусочки. По желанию украсить шариком сливочного мороженого.

Вот так быстро и просто приготовилась в духовке наша творожная запеканка «Зебра», да еще и с тыквенным слоем. И вкуса, и пользы от такого десерта будет немало. Представьте себе, как хорош творог со всеми его витаминами и кальцием, а еще прибавьте к этому волшебные свойства вкусной, сочной, сладкой и ароматной тыквы. Красота да и только! Так что наслаждайтесь отличным десертом без вреда для здоровья.

Генсеровская Марина, Звонарёва Анна,  
Звонарёва Елизавета, 1 курс





# СОЛЬБИНСКИЙ ЗООПАРК

*Сегодня я проведу вам экскурсию по сольбинскому зоопарку.  
Он появился не так давно, но в нем есть разные  
интересные животные.*

**В** наличии имеются шиншиллы: Зефирка, Масяна, Снежок, Кефир, Сушка, Беляш, Шустрик. Да, клички довольно забавные, есть даже «съедобные». Масяна и Снежок – это маленькие шиншиллы. Есть подростки: Зефирка, Кефир и Сушка. Это очень веселые и задорные ребята, которые постоянно бегают, играют, что-то грызут, крутятся в колесе. Есть пенсионеры (даже шиншиллы стареют), знакомьтесь: Шиша и Шуша.

## Немного о шиншиллах

Шиншилла — это очень милое и непоседливое существо, из породы грызунов, родом из южноамериканских Анд. Как уже было сказано, это активисты, ведущие в основном, ночной образ жизни. Так что, решив завести это прекрасное животное, подумайте, нужны ли вам бессонные ночи. Лучшие держать клетку подальше от спального места на всякий случай. Шиншиллы среднего размера с тонким телом, короткими передними и длинными задними конечностями. Потомство рождается у них уже с полноценным мехом. Здорово, а? Шиншиллы живут в среднем 10-15 лет, есть долгожители, которые доживают и до 20 лет.

## Интересные факты

Шиншилл нельзя мыть в воде, они купаются в вулканической золе, и для них надо, соответственно, ее покупать, тогда их шерстка будет мягкой и пушистой. Спасаясь от хищника, шиншилла может сбросить кусочек шерсти, за которую ее схватили, и убежать, так что противник останется с куском шерсти во рту. Прыжок шиншилл может достигать двух метров. Еще эти забавные грызуны умеют спать как летучие мыши — вниз головой. Они могут задремать на боку или стоя. Если увидите шиншилла с красными глазами, не пугайтесь, для них это норма. Удивительно, но у шиншилл не бывает блох. Вот ведь повезло! Шиншиллы могут издавать смешные звуки, например, лаять как собаки, свистеть или фыркать. Лающие звуки они издают, когда им больно или страшно, а вот фырчат, когда не хватает внимания. Резкие и громкие звуки пугают их. От этого они могут как минимум — облысеть, как максимум — умереть. Так что будьте осторожны! Если дома есть шиншилла, придется отказаться от громкого прослушивания музыки и шумных посиделок.



В Сольбинском зоопарке еще есть кролик с красивыми голубыми глазами — Голубчик. Также первопроходец — старичок Кузя. У одного кролика долго не было имени, мы думали, как его назвать, и выбрали имя Пятнышко, так как он был трехцветный. А еще есть три маленьких черненьких безымянных крольчонка. Их мама Ночка очень красивая.

Все эти животные невыразимо милые, а попадая к вам в руки, они становятся просто лапочками! И вы ни за что на свете не захотите их отпускать.

Затем мы идем в сторожку к маме Досифее и видим бесподобную шикарную кошку породы мейн-кун — Ерошку, с кисточками на ушах, как у рыси и с роскошным хвостом.

Казалось бы, всё, да не тут-то было. По территории монастыря важно, хоть и неуклюже, прогуливаются индоутки, их еще называют «немыми утками».

Есть козье семейство: мама, папа и козленок. Они не прочь полакомиться травкой, так что, когда будете проходить мимо, не забудьте их угостить.

Имеются три павлина: два цветных и один белый. Как ни странно, кричат они... как кошки. Удивительно, правда? Так что не пугайтесь, услышав дикий вопль — это всего лишь павлины.

И наконец, два белых лебедя, грациозно плавающие в пруду, к которым часто прикован взгляд паломников.

Если хотите увидеть этих животных, мы будем очень рады показать их вам. Вы точно не пожалеете, что пошли с нами! До встречи на Сольбе!

*Наталухина Арина, 2 курс*





### У страха глаза велики

Пошли мы на прогулку с девочками и воспитателями. Гуляем, в снежки играем. Решили в лесу погулять, по дороге нашли следы лосей, да и обратно повернули. Шли, шли, и вдруг, уже на самом выходе из леса, одна девочка говорит: «Там медведь». Как мы перепугались! Давай присматриваться, где. Она всё: «Там что-то черное движется». Я уже про себя батюшку Серафима звать стала. Стоим, дрожим, но не сдаемся, спорим: «Не может быть, тебе показалось, это, наверное, человек». В общем, решили: будь, что будет. Пошли. И тут нас разобрал смех: это была всего лишь мать Параскева со своей таксой Игрушкой!

### Про картофельные отчистки

Наш курс сидел в классе, мы дружно разбирали тему, и учитель, решив проверить, как мы ее поняли, спросила Сашу: «Что получают из отходов картошки?» А она ответила: «Из отходов очистки получают картофель». Видели бы вы лицо учителя...

### Немного не так

Были мы на сводном хоре, пели «Господи помилуй», спели. Регент заново задает тон для каждой партии: «И-И-И...» – «Го-Го-Го...», — нестройно вступает хор. Да, весело было...

### О чем смеются повара

Урок. Повторяем, что писали на прошлом уроке: мы проходили оборудование в мясо-рыбном цеху. Все было хорошо до одного момента: ванна для мытья курицы с душем и шторкой. Мы долго не могли успокоиться, перед нашими глазами проходила курица, которая направлялась мыться в ванную с душем и шторкой... Бедная наша учительница ждала пока мы перестанем смеяться.

### Заработалась

Воскресенье. Мытье посуды после общей трапезы. Как всегда это тележки с посудой, ее много, но к нам пришла на помощь Настя Снегирева. Очередную тележку она вытащила со словами удивления: «Как много нам привезли тележек в кастрюлях». Да, подняла нам настроение.

### Грозный хомячок

Сидим на уроке, все как обычно. Вдруг учитель что-то спрашивает у меня. Ну а я, как всегда мысленно в тридевятом царстве, в тридесятом государстве... Учительница: «Не буди во мне хомячка». С тех пор я стала побаиваться хомячков.

### Мы писали, мы писали...

Пишем конспект, и угораздило же меня написать: «Приготовления отделочных полуфабрикатов, а также: кремов, си-

роток, помадок». Мне потом так жалко стало бедных сироток... А моя однокурсница тоже выдала: «Расстройка дождевого теста». Наши пальчики устали...

### Готова ли ты?

Убиралась я после трапезы спокойно, и тут приходит воспитатель и говорит: у вас сейчас в 14:10 подготовка к экзамену по философии. У меня чуть глаза на лоб не полезли. Значит, учусь-учусь, а тут бац — философию сдавать, о которой я впервые слышу. Заикающимся голосом я спросила: «Сейчас?» Но тут произошло чудо: оказывается, это у третьего курса подготовка. Да...от таких сюрпризов страшно делается.

### Не проснулась

Проснулась я как-то и побрела на кухню. По пути встречает меня Настя и спрашивает: «Ты сдавала вещи на этой неделе?» (в прачку для стирки). Я отвечаю машинально: «Нет». И думаю: «С чего бы нам деньги сдавать?» А потом поняла, что мне послышалось спросонья: «Ты сдавала две тысячи на этой неделе?» На самом деле она спросила про вещи.

### Иероглифы

На завтраке Елена Александровна читает нам расписание. Доходит до нашего курса. У нас написано: МДК 07.01. Она спрашивает: «А МДК это что? Мир, дружба, котятки?» Мы аж покраснели от смеха. Наши предметы кроме нас самих никто не понимает! На самом деле МДК это междисциплинарный курс. И никаких мирных, дружелюбных котятков там нет!

### До скольких лет человек растет

Мы спорили с кем-то до скольких лет человек растет. Я говорю: «Человек до двадцати трех лет живет». М-да...у моего собеседника сразу же все доводы отпали, больше мы эту тему не затрагивали.

### Помойка посуды

Дали Маше послушание быть старшей по мойке посуды. И вот как-то нужна была мне Маша, я бегала, искала ее и у каждого спрашивала, а все смеялись в ответ, потому что слышалось: «Где Маша, которая главная по мойке посуды?»

Наталухина Арина, 2 курс



**Моя мечта**

Есть много профессий прекрасных  
И нужных везде и всегда.  
А чтобы все кушали вкусно,  
На свете нужны повара.

Мечтаю я с самого детства  
Кормить ребятишек любя,  
Особенно тех, кто без дома остался,  
Я их вспоминаю всегда.

Вперёд за мечтою своею дорогой  
Я за руку с Богом иду.  
Учебой, трудом и с молитвой Господней  
Препятствия все обойду.

*Шопырева Татьяна*

**Молитва**

Когда душа твоя болит и плачет,  
И не к кому тебе здесь обратиться,  
Ты вспоминай тогда про Бога чаще  
И начинай скорей Ему молиться.

Господь тебя поддержит в трудный час  
И правильную мысль на ум положит.  
Ты только не ленись молиться чаще,  
И Он тебе всегда поможет.

*Шопырева Татьяна*

\*\*\*

Свет витражей за березой.  
Воздух — чище горного.  
На глаза навернулись слезы —  
Боже, как я далек от горнего.  
Звездное небо, ночной монастырь,  
Мои думушки заблудились.  
А мне бы почитать Псалтирь,  
Чтобы время остановилось,  
Чтоб душа моя очистилась,  
Прокаженная нечувствием,  
Чтобы сердце слезами омылось,  
Освященное Божьим присутствием.

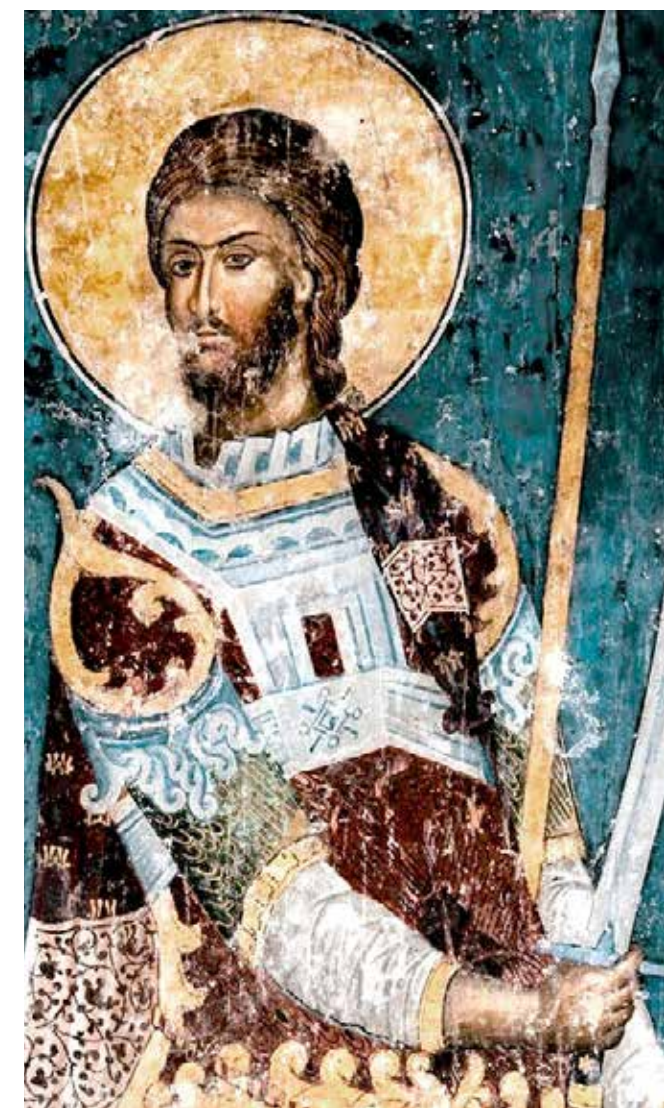
*Мария Зацарная*

**Памяти святого мученика  
Никиты Готфского\***

Сигила Стан, сегодня день твоих страданий.  
Ты был великим воином и победил в конце.  
Победа — твое имя, и средь испытаний  
Ты вышел *ανιχτος*-ом везде.  
И, как звезда, средь готов засиял ты,  
Свет веры им принес и подавал пример,  
Ты был силен, как лев, и крепок, словно  
камень,  
Но вера — главный стержень был в тебе.  
Тебя приравнивали к готов божествам,  
Но ты боролся с ними не на жизнь.  
Тюр, Водан, Фригг — все пали пред тобой,  
Сарматов побеждал ты наряду с бесами,  
Владел ты наравне молитвой и мечем.  
Ты мудро правил своим стадом, спас от  
гуннов  
Ту часть народа, что за тобой и за Христом  
пошла.  
Ты был красотой и славой рода,  
Тебя ж то не прельщало никогда.  
Вписал ты в книгу Жизни свое имя,

Поправ земное — славу, силу, жизнь.  
С тобой была, молилась за тебя супруга  
Адельсинда.  
Она и дочь — боролись бок о бок с  
язычеством и вознеслись  
Быстрее тебя, за веру пострадав.  
Ты опечален был, узнав  
Об их кончине. Уныние ж тебя не охватило.  
Ты помолился, их убийц простив,  
Лихих жрецов Беленоса, Водана,  
Коварной, вредоносной Фригг —  
Они ведь в вечность родили твою жену,  
Свою же душу сами погубили.  
Ты ж думать о народе дальше стал,  
Ты за него и за Христа и пал.  
Почтим твою пресветлейшую память,  
Твой день рожденья в мир иной,  
А ты нам ниспосли с небес благословенье  
На готов предков нас славян. Порой  
Мы разделяемся, и как во времена Твои  
Идем мы брат на брата.  
Ты помолился о нас, пусть Бог простит,  
И прекратит течение битв ратных.  
И мир, ради которого почил Ты,  
Между славянами возобновит.

*Мария Зацарная*



*Илл.: Вмч. Никита Готфский. Фрагмент  
фрески. До 1418 г. Церковь Св. Троицы в мон.  
Манасия (Ресава), Сербия*

\*Стихотворение написано по мотивам книги  
С. Марковой «Его имя — Победа».  
*Ανιχτος* (греч.) — непобедимый.  
Тюр, Водан, Фригг — языческие божества древних  
готов. Интересно, что эти названия мы можем  
встретить и сейчас в английском языке: *Vensday* —  
изначально *Vodnsday* — день Водана, *Tuesday* — день  
Тюра, *Friday* (*Frightday*) — день Фригг.  
Фригг — языческое божество древних готов.  
Отличалось особой жестокостью. Ей приносили

человеческие жертвы, для нее топили в болотах скот,  
рабов и младенцев.  
Готы — древнегерманские племена, они первыми из  
европейских народов приняли христианство.  
Сарматы — народ, живший восточнее готов,  
кочевники, очень воинственные, совсем не занимались  
земледелием.  
Гунны — неизвестно откуда взявшийся народ, это до  
сих пор загадка для историков.



# Про благодарность



Благодарность — это чувство, которое исходит от сердца. Каждый день мы говорим слово «спасибо». Это слово, как и слово «пожалуйста» — «волшебные». Конечно, они не открывают двери и с их помощью не читают мысли, в них совсем другое «волшебство».

Даже просто сказанное слово «спасибо» способно вдохновить человека, поднять настроение. Как известно, слово имеет силу. Например, ты помогла своей однокурснице сделать домашнее задание, и она получила 5. Приходит она к тебе, обнимает и говорит:

— Спасибо большое за то, что ты мне помогла.

Ты сияешь, и она — от благодарности к тебе. Было такое?

Или у девочки скоро экзамены, а ей сказали, что она должна мыть посуду вечером всю неделю. Времени на подготовку совсем не остаётся, и она снова просит тебя помочь — помыть за неё посуду, пока она не сдаст экзамены. Ты, конечно же, соглашаешься, и она от радости благодарит:

— Спасибо, спасибо, что бы я без тебя делала!

В общем, конец хороший: ты послушно моешь посуду, она готовится, сдаёт экзамены блестяще и в знак благодарности решает мыть посуду вместо тебя. Как-то так. И тебе хорошо — ты спасла ближнего от двойки, и ей хорошо — она всё сдала.

Кого же мы ещё можем благодарить?

Мне кажется, всех. Ведь что бы я без всех делала? Каждый вложил в меня частичку себя, и за это я им благодарна.

Раньше я не умела звонить на колокольне и вообще думала, что это опасно, можно упасть или лишиться слуха. Но благодаря мать Антонии я научилась звонить и теперь каждое воскресенье бегу на колокольню — ведь это моё самое любимое место.

На Сольбе я многому научилась. Например, я не умела чистить картошку ножом, только овощечисткой. (Да, сейчас это кажется смешным, ведь чистить картошку ножом — это база.) Однако, побывав на послушании под названием «Овощи», я быстро научилась — как будто с пелёнок картошку чистила. Спасибо воспитателям, которые меня ставили на это послушание.

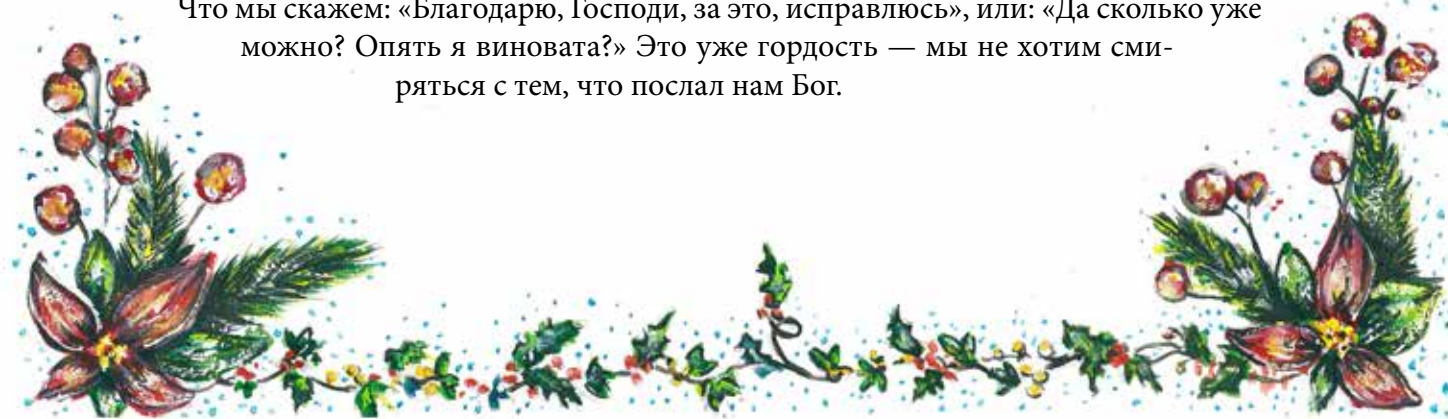
Поначалу я ворчала, когда снова видела себя в списке. Думала: «Что? Овощи? Да когда же это прекратится?» Но потом смирялась и шла, потому что, если не я, то кто? Кстати, за это тоже спасибо! Благодаря этому я научилась смиряться, всё принимать и не роптать. И как только я стала смиряться, а не возмущаться, меня начали ставить на другие послушания.

Помню, поставили меня лестницу убирать — ладно. Неделя прошла. Потом снова вижу себя в списке. Хорошо... Вторая, третья недели... Тут я уже стала злиться, но всё равно убирала. И вот наконец снимают меня с этого «мучения». И тогда я поняла, что потеряла нечто очень важное для своей души — повод к смирению и благодать. Я даже просила потом, чтобы меня обратно поставили. Так что выводы делайте сами.

Можно без остановки писать о благодарности.

Немного затрону тему о том, что делать, если совсем не хочется благодарить. Вот не хочется, и точка. А зря. Надо! Ведь это проверка на прочность.

Что мы скажем: «Благодарю, Господи, за это, исправлюсь», или: «Да сколько уже можно? Опять я виновата?» Это уже гордость — мы не хотим смиряться с тем, что послал нам Бог.





Любое искушение послано нам неспроста. Это всегда испытание, проверка. Это не значит, что Господь нас не любит. Ведь сказано: «Кого Я люблю, тех обличаю и наказываю».

Не бывает в жизни всё гладко — надо где-то потерпеть, где-то простить. Спасибо, что есть кому подсказать и указать нам на наши ошибки. И не только Богу спасибо, но и сестрам, и родителям, и каждому, кто помогает нам встать, когда мы падаем. Ведь, набив 1045 шишек, мы поймём, что 1046-ю уже не набьём. Да, это больно. Но ты знаешь, что рядом есть люди, которые вместе с тобой падают и встают, не бросая тебя, когда ты уже отчаялась.

Так что спаси Господи всех, кто рядом с нами и поддерживает. Имею то, что заслужила. Как говорится: «Слава Богу за всё!»

*Наталухина Арина, 2 курс*

## БЛАГОДАРНОСТЬ НАСТАВНИКУ

**М**ы живем в монастыре. Да, мы учимся, получаем профессию, нужную в обществе, но все равно мы находимся в монастыре. И вокруг нас не обычные люди, а монахини, то есть люди, посвятившие свою жизнь служению Богу. Они не живут с родственниками, не имеют своей семьи и собственного имущества, не носят разноцветную модную одежду, много молятся, трудятся и не получают зарплату за свой труд. Иногда сложно представить, насколько это непростое служение. А тем более на Сольбе сестер окружает множество мирских людей, особенно детей и молодежи. Мне кажется, что это только усугубляет их монашеский подвиг. Меня подобные мысли приводят в умиление и просыпается чувство благодарности сестрам.

На первом курсе у нас была возможность выбрать сестру, которая стала бы твоим наставником, а ты ходила бы к ней на послушания и помогала ей. Мне это общение дало очень хороший духовный опыт. Мы разговаривали о разных вещах, и многое становилось понятным, я многому научилась. Например, ценить каждый день жизни, каждого человека, которого посылает Господь, радоваться любым послушаниям и не унывать. Сестры мне бесконечно помогают и поддерживают. Не знаю, есть ли такие прекрасные люди в миру...

Я очень благодарна сестрам и Богу, за то, что послал мне таких друзей и наставников.

*Снегирева Анастасия*



## БЛАГОДАРНОЕ СЕРДЦЕ

**О**днажды в маленьком городке зимним вечером возвращались с прогулки две подруги. Раздумывая от мороза девочки проходили мимо магазинов, где в преддверии праздника уже появились разные товары для украшения дома или подарков близким. Мерцали огоньки, под ногами хрустел снег, люди весело шумели, и в воздухе, смешиваясь со снежными хлопьями и запахом корицы, витала праздничная атмосфера. Девочки уже наговорились и шли молча. — Слушай, Даша, а у тебя какой цвет любимый? — вдруг спросила одна из подруг, выпуская из рта облако пара.

— Ну, не знаю. Может быть, белый или синий. А тебе зачем?

— Да так, просто любопытно.

Подруга явно чего-то недоговаривала и девочку осенило:

— Ты что решила мне подарок сделать?

— Ну, ты же моя подруга, — и девочка хитро улыбнулась Даше.

Оставшийся путь Даша пыталась узнать, какой же подарок готовит подруга. Но это так и осталось секретом.

За ужином Даша решила, что надо и ей сделать подарок. Раздумывая над этим, она вспомнила про двух других подружек. Девочка только в этом году пошла в школу, и у нее не было больших сбережений. Она уже хотела попросить у родителей, но сейчас с деньгами были какие-то трудности. Пришла мысль о бабушке, и девочка побежала ей звонить.

Бабушка ответила сразу и начала благодарить за звонок, говорила, как ей приятно услышать внучку. Оказалось, что она уже неделю лежит в больнице, в которой ей одиноко и тоскливо. Даша застенялась просить денег, но рассказала о своей идее с подарками. Мудрая бабушка сказала, что для того, чтобы сделать подарок деньги не обязательны: вещь, сделанная своими руками, гораздо приятней. Они поговорили еще немного и настало время готовиться ко сну. Даша попрощалась с бабушкой, обещая позвонить еще.

На следующие утро она решила записывать в блокнотик все идеи о подарках, которые придут ей в голову, а после выбрать лучшую. Папа уехал на работу пораньше, и Даша начала расспрашивать маму, но той было некогда. Сев на кровати, девочка обняла мишку. Жаль, что он не умел разговаривать и ничего не мог посоветовать. Пока ей на ум приходила только открытка, но она казалось совсем детским подарком.

И вот однажды после уроков Даша встретила на лестнице учительницу, которая несла много коробок. Девочка решила ей помочь. Так она познакомилась с пожилой учительницей технологии.

Вечером в тот же день Даша обыскала весь дом и нашла, помимо пыли, цветные лоскутки, бусинки, нитки, ленты, и коробку с бисером. Они вдвоем со старой учительницей делали браслетики, бусы, колечки. У Даши хорошо получалось делать фигурки из бисера, и она сделала пару брелоков. Еще учительница помогла ей сшить шапку для мишки.

Бабушке Даша звонила почти каждый вечер, и всегда очень жалела ее, что она лежит в больнице. Вдруг ей в голову пришла замечательная мысль. И как она раньше не додумалась, что бабушке тоже нужен подарок! Праздники были уже на носу и в гостиной стояла искусственная елка, которую еще предстояло нарядить. Сидя в кабинете технологии, Даша делала для бабушки, которая любила возиться в маленьком садике у подъезда, цветок из бисера. Цветок должен был быть голубой, но





бисера не хватило, и он получился наполовину фиолетовым. В кабинет зашла учительница и протянула ей конфету.

— Засиделась ты у меня, дома хоть не потеряют?

— Нет, не потеряют. А вы почему не уходите после уроков? Вас не потеряют?

— Меня терять некому. Я живу одна, — с грустной улыбкой сказала учительница.

Даша задумалась. Родители были очень заняты на работе, оттого терять ее никто не спешил. Она часто гуляла, играла с подругами. Пока родителей не было дома Даша могла рисовать, лежа на полу, есть в своей комнате, прыгать и бегать, в общем, — полная свобода. А когда родители дома, ее связывают многочисленные запреты, единственный смысл которых, по мнению девочки, заключался в том, что она как кукла должна сидеть, не двигаться, не мешаться и вообще быть максимально незаметной для родителей, при этом желательно делать уроки.

— Наверное, здорово жить самостоятельно и самому за себя решать.

— Это грусть, быть одному, — покачала головой учительница и напомнила ей ее бабушку, одинокую в скучной больнице.

Даша знала много страшных историй как дети, оставшиеся без родителей, горько жалели, что мало их ценили. Но она же не желала зла маме и папе. Ей просто хотелось жить как любому живому ребенку. И вообще, если ее так любят, то зачем все эти строгости?

— У меня есть сын и дочка, а у сына две внучки, но они живут в другом городе и приезжают только летом, — сказала учительница, задумчиво глядя в окно, на закатное небо.

Она стала рассказывать о своей семье, о родителях, пытавшихся прокормить семью в трудное военное время, о том, как умерла ее мама, когда ей было восемь лет. Ее отец и старший брат пытались заработать денег, а на ней был весь дом: уборка, стирка, готовка и два младших брата.

Даша возвращалась домой в сумерках и все время думала о рассказах учительницы. От них на душе было как-то неуютно. Сейчас, слава Богу, жизнь была спокойнее и с голоду никто не умирал. Она продолжала размышлять, мысленно сравнивая себя с той восьмилетней девочкой. Наверное, в определенных жизненных обстоятельствах Даша тоже могла бы стать такой. И как-то вдруг вспомнилось, что мама уже почти неделю просит протереть пыль...

Подходя к подъезду, она увидела машину, заезжавшую во двор. Машина была папина, и Даша побежала его встречать. Папа обнял дочку, стал расспрашивать, как прошел у нее день. Когда они зашли в квартиру, рассказ пришлось закончить, потому что мама пылесосила и шум стоял жуткий.

На ужин был вчерашний рис. Это навело Дашу на мысли о тяжелых временах из рассказа учительницы. Она переглянулась с папой, ему тоже надоело уже рис. Мама отчитывала за то, что Даша поздно вернулась. Выглядела она при этом очень уставшей и говорила без энтузиазма, зная, что слова пропадут тут же. Поев, Даша побежала звонить бабушке. Она поделилась с ней услышанной историей. Бабушка рассказала, что тоже была маленькой в эти же годы и переживала похожие события. А потом стала рассказывать о том, как растила и воспитывала маму, что родители старались обеспечить своих детей в трудные времена. Подумав над этим Даша спросила, почему мама с папой такие грустные и уставшие. Помолчав, бабушка ответила, что они много работают, а денег не хватает.

— Как в тяжелые времена? — уточнила Даша.

— Да, можно сказать, сейчас у твоих родителей тяжелые времена.

После телефонного разговора Даша в задумчивости заглянула на кухню. Стол после ужина был не убран, а мама сидела, опустив голову на сложенные руки, спала. Даша растерянно замерла, ей вдруг вспомнилось, что, когда она была в гостях у подружек, каждый мыл за собой посуду, а иногда всю посуду мыла одна девочка. Когда девочка убежала говорить по телефону, ее тарелка осталась стоять на столе с недоеденным рисом. Пока она убирала со стола, пришел папа и тоже растерянно замер. Он подошел к маме и стал ее будить. А потом стал расспрашивать, как она себя чувствует и не заболела ли. Мама завершила, что с ней все хорошо и пошла к раковине. Но Даша заявила, что

посуду помоем сама, а маме надо отдыхать.

Лежа в кровати Даша размышляла, что и учительница, и бабушка в свое время были главными по дому. Но кто должен следить за домом, если мама и папа на работе, а у нее учеба? Но и бабушка с учительницей тоже ходили в школу.

На следующий день вечером вернувшиеся с работы родители замерли в дверях, гадая не ошиблись ли они квартирой. Их семилетняя дочь сама убралась в доме и теперь, стоя на табуретке, наряжала елку. Это был теплый и радостный вечер, первый за долгое время.

Через два дня наступил Новый год и у всей семьи был выходной. Родители проспали дольше обычного и, придя на кухню, с удивлением обнаружили, что Даша уже встала и приготовила завтрак: чай с бутербродами. В их семье Новый год никогда не праздновался с большим размахом, зато праздник получался семейным и уютным. Вот и в этот день они гуляли по городу, катались на коньках и слепили пару снеговиков. Вечером все вернулись уставшие, но довольные и пили чай на кухне. У мамы на лице расцветала искренняя улыбка, которая не казалась вымученной, а папа не хмурился и не вздыхал.

Было поздно, но Даша все равно позвонила бабушке. Ей становилось лучше и к Рождеству ее должны были выписать. Неделя пробежала незаметно. Бабушку, не иначе как по всеобщему молитвам, в самом деле выписали в сочельник, и она пошла со всеми вместе на ночную службу.

Праздничное торжество, ощущение чуда. Сначала Даше очень хотелось спать, но потом сонливость как рукой сняло. В какой-то момент она заметила пожилую учительницу по технологии. Даша подумала о том, как много сделал для нее это человек и стала молиться за нее. А потом и за других учителей, за друзей, одноклассников и за родителей. Мама и папа так много работают. Они любят ее и заботятся о ней, а у многих детей нет кого-то из родителей или даже обоих. А у некоторых родители бывают такие, что и представить страшно. Один Дашин одноклассник пришел с огромным синяком на лбу, говорили, что это мама его так. А еще у Даши есть бабушка, не строгая и не навязчивая. У некоторых бабушки все время за ними следят, каждый шаг контролируют. Даша подняла глаза к иконостасу и увидела икону Христа. Он создал ее, родителей и бабушку, теплое лето, ясное небо, белый снег зимой...

— Благодарю тебя, Господи! — тихо прошептала девочка.

*Снегирева Анастасия, 3 курс*





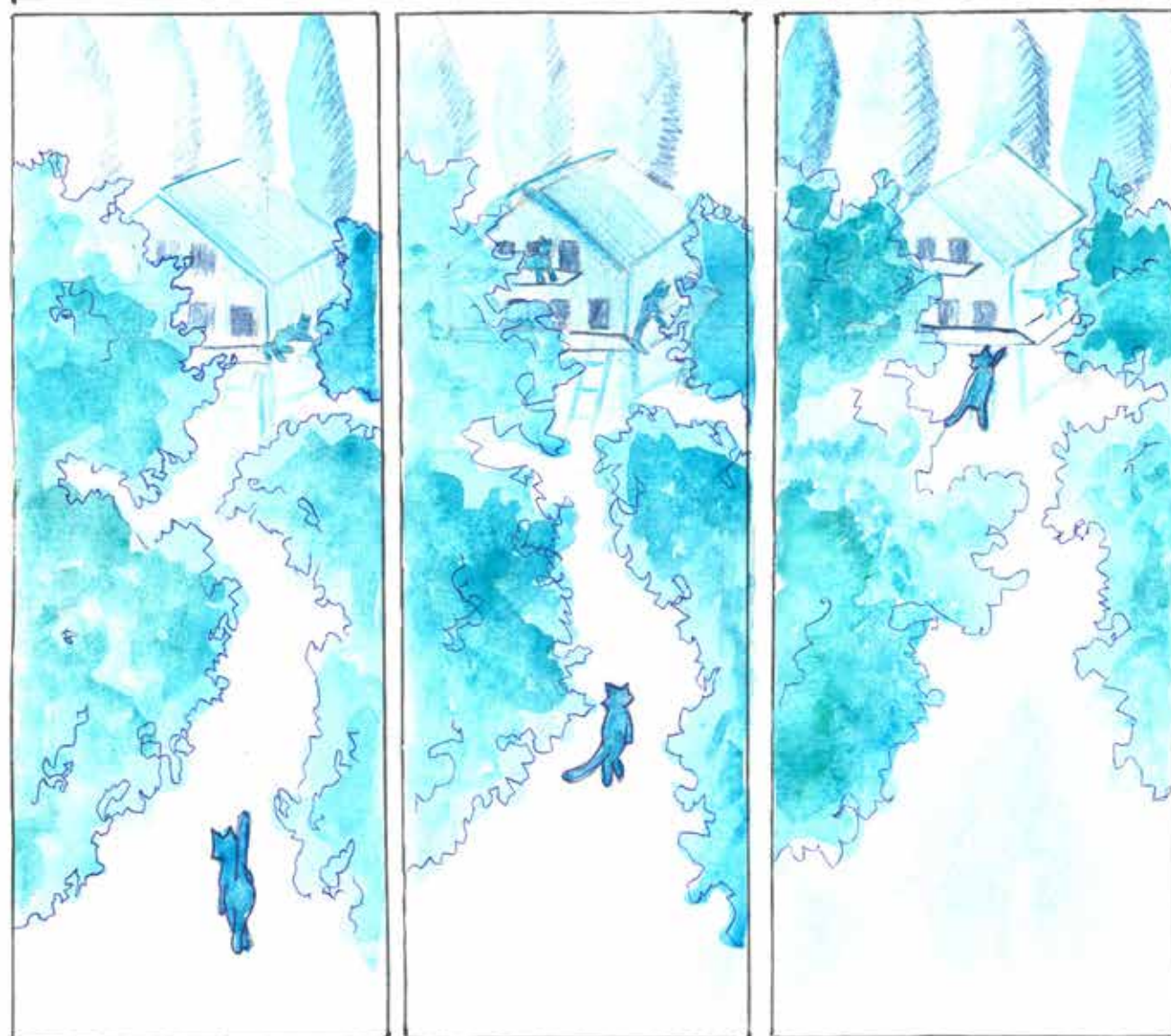




На Солнце для каждого найдется своё место и дом



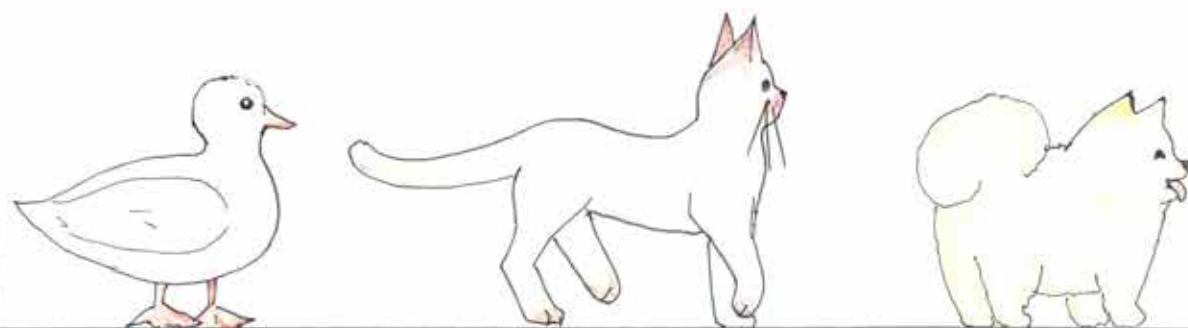
и для многих он может стать домом в большом мире.







Работу выполнил  
ученица I курса



Кельбасович Мария, автор комикса





# Содержание

Цитаты .....	1
Наставления Матушки игумении Еротииды .....	3
Православие в Австралии.....	5
Преподобный Феодор Студит .....	8
Стильно — всегда ли красиво? .....	10
Тайны надписей на иконах .....	12
“Старец Силуан” .....	14
Поварская практика.....	15
Русская кухня.....	16
Как в холода порадовать близких .....	18
Сольбинский зоопарк .....	20
Мемы .....	22
Стихи .....	24
Про благодарность .....	26
Благодарность наставнику.....	28
Благодарное сердце .....	29
Комикс.....	32



По благословию Настоятельницы Николо-Сольбинского  
женского монастыря игумении Еротииды

Учредитель: ЧПОУ Первый православный колледж

Редактор, корректор: монахиня Антония

Верстка: Е. Лысова









Журнал Первого православного колледжа