

# Сольбинская Весточка

Выпуск 471  
от 9 марта 2025 г.

Торжество  
Православия

НИКОЛО-СОЛЬБИНСКИЙ ЖЕНСКИЙ МОНАСТЫРЬ

По благословению Настоятельницы Николо-Сольбинского женского монастыря Игуменнии Еротииды

## Дорогие сольбинцы!

Такими словами начинается каждый из номеров нашей газеты. Этим приветствием мы объединяем в одну добрую и дружную семью всех наших дорогих читателей, тех, кто уже побывал в Николо-Сольбинском монастыре, и тех, кто только мечтает об этом и живёт в ожидании удивительных впечатлений от поездки в обитель, кого связывают с монастырём светлые воспоминания и тёплые чувства, душевная забота о нем и желание во всем помочь.



## ТОРЖЕСТВО ПРАВОСЛАВИЯ

**М**ы празднуем сегодня день Торжества Православия; о каком торжестве идет речь? Когда мы сейчас озираемся вокруг, когда смотрим в глубины родного нам, дорогого Православия, – сколько мы видим побежденности, удручения, как мало, казалось бы, причин торжествовать.

Но мы не торжествуем только, или, вернее, мы вовсе не торжествуем о видимой славе Православия; торжество Православия мы видим... в том, что православные люди, несмотря на гонения, несмотря на громадные трудности, сохранили в чистоте свою веру, сохранили благоговейно свое богослужение, сохранили путь духовный, который нам завещан Христом в Евангелии...

Торжество Православия – это день, когда мы ликуем, что Бог остался непобежденным человеческим грехом, грехом ума, холодностью и неустойчивостью сердца, колебаниями воли, грехами плоти. Бог остался непобедим в Церкви Христовой, Бог остался непобедим в отдельных, конкретных личностях – в этом великая наша радость...

И будем ликовать о том, что из поколения в поколение Бог побеждает в нашей немощи, побеждает и покоряет нас Себе, и будем отдаваться Богу, чтобы эта победа была совершенна, чтобы Он победил до конца – не только в прошлые века, но ныне, в нас, и чтобы сияние Его славы было явлено миру, который лежит в скорби и искании. 

**Митрополит Антоний Сурожский**

## СЛОВО БОЖИЕ



«Все воды земли стекаются в океан, и, может быть, океан служит началом для всех вод земных. Писания отцов соединяются все в Евангелии; все клонятся к тому, чтоб научить нас точному исполнению заповедей Господа нашего Иисуса Христа; всех их и источник и конец – святое Евангелие».

**Святитель Игнатий Брянчанинов****МОЛИТВА ПЕРЕД ЧТЕНИЕМ ЕВАНГЕЛИЯ**

«Когда же читаешь, читай с усердием и прилежно; с великим вниманием останавливайся на каждом стихе и не листы только переворачивать старайся, но, если нужно, не поленись и дважды, и трижды, и несколько раз прочесть стих, чтобы уразуметь силу его. А когда садишься читать или слушать читающего, помолись прежде Богу, говоря: *Господи Иисусе Христе! Отверзи уши и очи сердца моего, чтобы услышать мне словеса Твои и уразуметь их, и исполнишь волю Твою; потому что пришлец я на земле; не скрой от меня, Господи, заповедей Твоих, но открой очи мои, и уразумею чудеса, явленные законом Твоим (Пс. 118, 18-19). Ибо на Тебя уповаю, Боже мой, чтобы просветил Ты сердце мое».*

**Преподобный Ефрем Сирин**

**Воскресное Евангельское чтение****ЕВАНГЕЛИЕ ОТ МАТФЕЯ**

(глава 1, стихи 43–51)

1:43 На другой день Иисус восхотел идти в Галилею, и находит Филиппа и говорит ему: иди за Мною.

1:44 Филипп же был из Вифсаиды, из одного города с Андреем и Петром.

1:45 Филипп находит Нафанаила и говорит ему: мы нашли Того, о Котором писали Моисей в законе и пророки, Иисуса, сына Иосифова, из Назарета.

1:46 Но Нафанаил сказал ему: из Назарета может ли быть что доброе? Филипп говорит ему: пойдй и посмотри.

1:47 Иисус, увидев идущего к Нему Нафанаила, говорит о нем: вот подлинно Израильтянин, в котором нет лукавства.

1:48 Нафанаил говорит Ему: почему Ты знаешь меня? Иисус сказал ему в ответ: прежде нежели позвал тебя Филипп, когда ты был под смоковницею, Я видел тебя.

1:49 Нафанаил отвечал Ему: Равви́! Ты Сын Божий, Ты Царь Израилев.

1:50 Иисус сказал ему в ответ: ты веришь, потому что Я тебе сказал: Я видел тебя под смоковницею; увидишь больше сего.

1:51 И говорит ему: истинно, истинно говорю вам: отныне будете видеть небо отверстым и Ангелов Божиих восходящих и нисходящих к Сыну Человеческому.

**МОЛИТВА ПОСЛЕ ЧТЕНИЯ ЕВАНГЕЛИЯ**

*Слава Тебе, Господи Царю, Сыне Бога живаго, сподобивый мя недостойнаго о Божественная Твоя словеса и глас Святаго Евангелия Твоего слышати; сим убо Владычним Твоим гласом, укрепи мя в покаянии настоящия сея жизни прейти ноц, от всякаго избавляя мя навета и злобы видимых и невидимых враг.*

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

**ПОДАТЬ ЗАПИСКУ ОНЛАЙН**

*В нашем монастыре Вы можете подать записку онлайн на различные требы:*

- заказная литургия (проскомидия в алтаре)
- сорокоуст (проскомидия в алтаре 40 дней)
- год (проскомидия в алтаре)
- полгода (проскомидия в алтаре)
- молебен
- панихида
- сугубая молитва о больных (канон о болящих + свеча ежедневно в течение 1 месяца)
- молебен об учащих (молебен прп. Сергию Радонежскому + свеча еженедельно 1 месяц)

**ПРИГЛАШАЕМ ПОСЕТИТЬ МОНАСТЫРЬ**

В монастыре действует паломническая служба, и мы с радостью организуем посещение обители для Вас и Ваших близких.

Для этого позвоните нам за 2-3 дня до приезда: +7-980-749-17-75 Василий.

Обзорные экскурсии в монастыре доступны ЕЖЕДНЕВНО.

## ЕВАНГЕЛЬСКОЕ ПОУЧЕНИЕ

## СЛОВО В НЕДЕЛЮ ПРАВОСЛАВИЯ

«Се воистинну израильтянин, в немже лести несть» (Ин.1:47) Господь наш Иисус Христос сказанные сейчас слова изрек об одном израильтянине, жителе города Каны Галилейской, Нафанаиле, когда сей, по совету знакомого своего Филиппа, шел навстречу Иисусу Христу, чтобы удостовериться, Он ли именно обещанный Израилю Мессия.

Филипп сказал Нафанаилу: «Мы нашли Того, о Котором писали Моисей в законе и пророки, Иисуса, сына Иосифова, из Назарета. Но Нафанаил сказал ему: из Назаре-

та может ли быть что доброе? Филипп говорит ему: пойди, и посмотри. Иисус, увидев идущего к Нему Нафанаила, говорит о нем: вот, подлинно израильтянин, в котором нет лукавства. Нафанаил говорит Ему: почему Ты знаешь меня? Иисус сказал ему в ответ: прежде, нежели позвал тебя Филипп, когда ты был под смоковницею, Я видел тебя» (Ин.1:45–48), т. е. знал все твои помышления, твою веру, твои чаяния Мессии, твое будущее служение. Сердцеведец Господь, как видно, коснулся самой живой струны сердца Нафанаила, самой задушевней его мысли, задушевного желанья, чаяния, показав ему воочию Свое божественное всеведение; и вот Нафанаил уловлен в веру Христову. Он восклицает: «Равви! Ты Сын Божий, Ты Царь Израилев» (Ин.1:49), и потом делается Его учеником, под именем Варфоломея, значит – одним из двенадцати.

Но почему в это воскресенье, называемое неделей Православия, положено Церковью читать это Евангелие, в котором повествуется о беседе Господа с Нафанаилом? Потому что в словах Господа Нафанаилу



показан характер истинного или православного христианина и характер вообще истинной православной Церкви Христовой. Вот, подлинно израильтянин, – сказал Господь о Нафанаиле, в котором нет лукавства, т. е. вот человек, который прямо и твердо мыслит, рассуждает, верует, уповаet, говорит и действует – так как Нафанаил прямо, сразу уверовал в Иисуса Христа, как Сына Божия, и уже никогда не колебался в вере и уповании, не изменял своих мыслей касательно божественного Лица Его.

Не таков ли должен быть и истинный христианин; не таково ли должно быть все богоучрежденное общество христиан православных; не такова ли должна быть, как и есть православная Церковь? Какая высокая похвала Нафанаилу от Испытующего сердца и утробы в словах: вот подлинно израильтянин, в котором нет лукавства! Какая высокая похвала тому христианину, о котором Господь изрек: вот истинный христианин, в котором нет лукавства, и той Церкви, о которой Господь изрекает: вот Церковь, в которой нет лукавства, или

суетных измышлений человеческих, т. е. которая вся – истинна во всем ее учении, таинствах, богослужении, управлении, во всем ее устройстве.

А таковы именно – все наши святые угодники; такова вся православная Церковь от начала ее и донныне, как свидетельствует беспристрастная история Церкви и Сам Бог различными знаменами и чудесами, содеваемыми в Церкви. Она есть, по Апостолу, «столп и утверждение истины» (1Тим.3:15); есть «славная церковь, не имущая скверны или порока, или нечто от таковых» (Еф.5:27). И какими подвигами кровавыми, какую борьбу с врагами истины, какими и сколькими смертями ревнителей чистоты, святости и православия веры и Церкви приобретено нам с вами, братия мои, православие нашей веры, руководительницы нашей к вечному животу! Как за сохранение и целость отечества нашего и в нем нашей веры православной пролиты реки крови нашими предками – русскими воинами и вождями, воевавшими и с язычниками, и с магометанами, и с христианами, чуждыми Церкви православной, так за сохранение православной веры пролиты реки крови апостольской, пророческой, мученической; много перенесено страданий преподобными отцами и другими поборниками веры.

Но что же мы, чада Церкви православной? Храним ли мы это драгоценнейшее наследие – веру православную, следуем ли ее учению, заповедям, правилам, уставам, советам? Любим ли службу приносить Богу, «плод устен исповедающихся имени Его» (Евр.13:15)? Обновляемся ли ею; освящаемся ли на всякий день, исправляем ли себя, достигаем ли совершенства, которого достигали святые? Совершенствуемся ли в любви к Богу и ближним; дорожим ли своею верою; считаем ли за величайшую милость Божию, за величайшее и первейшее благо жизни то, что мы имеем счастье принадлежать к Церкви православной, которая есть единая, святая, соборная и апостольская? Что мы ответим на эти вопросы, если хотим отвечать по совести?

К стыду нашему мы должны сознаться, что у многих, многих из христиан православных не только нет в сердце и в жизни веры православной, а нет даже и на языке, и она

у них совсем испарилась, или же обратилась в совершенное безразличие относительно какой бы то ни было веры: католической, лютеранской, иудейской, магометанской, даже языческой. Слышим от многих, что во всякой вере можно угождать Богу, т. е. будто бы всякая вера угодна Богу, и как будто ложь и истина, правда и неправда для Бога безразличны. Вот до чего дошло у многих незнание своей веры, незнание духа и истории своей Церкви, отчуждение от ее жизни и богослужения, до чего затмилось понятие о православии, о неправославии и иновении!

Хроника современных происшествий рассказывает случай, что где-то в России один начальник на испытании учеников назвал нелепою историю о приношении Исаака в жертву. Это тьма, хаос, гибельное невежество! Христианин, как член Церкви, должен знать свою веру и стараться жить по вере, спасаться своею верою, потому что враги спасения нашего не дремлют и ищут нашей гибели на всякий час, – и не бросать свою веру, как какую специальность некоторых только людей, или как ненужную игрушку, свойственную только детскому возрасту, или как достояние якобы только необразованной черни. Мечтающим таким образом не мешало бы помнить почтенную древность нашей веры, современной началу человеческого рода и ее непосредственное происхождение от Бога, и то, что в этой вере жили и спаслись люди всякого рода, звания, состояния, пола: и цари славные, и мудрые философы, и законодатели, и величайшие витии, знатные и простые, богатые и бедные, мужской пол и женский, краса и слава человечества.

Следует и то сказать к славе веры православной, что ни одна религия, кроме веры православной, не может привести человека к нравственному совершенству или святости и совершенному угождению Богу, что показывает и история Церкви и нетленные, чудотворные останки святых угодников Божиих и дивные подвиги святых православной Церкви, коими они совершенно угодили Богу, быв еще при жизни прозорливцами и чудотворцами. Так и быть должно по здравому смыслу: к совершенству может привести только совершенная

вера со всеми божественными силами, со всем духовным всеоружием Божиим против страстной плоти, мира и диавола.

Если же ныне многие и христиане православные живут хуже магометан и язычников, так что глава магометан в России публично, во всеуслышание всех недавно в Петербурге провозгласил похвалу своим единоверцам за то, что между ними нет таких нечестивых, как между христианами, посягающих на жизнь царей, то такая подлинно нечестивая жизнь христиан не должна ни мало, конечно, ставиться в упрек вере православной, которая непоколебима в своих началах истины и святости, по обетованию Самого Спасителя и по свидетельству истории. Такие люди, хотя вышли от нас, но они не были наши по существу, а только по имени.

Да, братья мои, только вера православная очищает и освящает оскверненное грехом естество человеческое, растлившее обновляет, особенно посредством таинств крещения, покаяния и причащения; омраченное просвещает; уязвленное грехами врачует; оледеневшее согревает; смердящее страстями делает благоухающим посредством благодати Духа Святого; омертвевшее оживотворяет; отринувшееся от Бога воссоединяет, отчужденное от Него присваивает Ему; расслабевшее укрепляет; обезображенное возображает и украшает; падшее восстанавливает; работное делает свободным; враждебное исполняет любовью, как Павла апостола и многих других; богохульное исполняет непрестанным славословием Богу; отчаянное исполняет надеждой; унылое утешает; повинное избавляет от осуждения и наказания в геенне; смятенное умиротворяет; изнемогшее укрепляет; утесненное распространяет; неправедное обогащает правдою; лукавое делает простым; злое – благим; развращенное исправляет; алчное творит воздержным; блудное целомудренным; скупое щедрым; безумное умудряет; оземленевшее творит небесным; грубое утончает; плотяное одуховляет; вещлюбивое делает боголюбивым; самолюбивое – самоотверженным и вселюбящим; бесподобное – богоподобным и – о чудо! – божественным! Вот какие чудеса творит в человеке вера православная!

Хотите убедиться в этом? Читайте истории жизни святых, историю Церкви: и вы воочию увидите все эти чудеса в жизни святых. Вы увидите волков обратившимися в агнцев, блудников и блудниц в праведников и в равноангельных; сребролюбцев – в милостивых, сластолюбцев в воздержников, людей власти и земного величия и роскоши увидите в смиренном одеянии инок. Вот подлинно были истинные христиане; вот ангелы во плоти; на земле – небесные граждане, и вместе верные слуги отечества земного, как и воспоминаемые сегодня 40 мучеников Севастийских! Вот что может делать наша вера православная с теми людьми, которые искренно ее содержат и следуют ее руководству!

От чего же она в нас не производит такой спасительной перемены? От нашего маловерия или безверия, от легкомыслия, от испорченности и нераскаянности сердца; от усилившихся в нас и овладевших нами страстей, от удаления от Церкви, оттого, что многие нисколько не проникаются духом и жизнью Церкви, а многие – только слабо и более формально, неискренно держатся ее. От того же родились у нас и все современные общественные пороки: убийства, самоубийства, цареубийства, поджоги, похищение общественного имущества, непомерная роскошь, разврат, мотовство, погоня за всякими чувственными удовольствиями.

Чтоб нам быть настоящими православными христианами, нам, прежде всего, надобно иметь живое, постоянное общение с православною Церковью, или участие в ее молитвах, учении, таинствах; прилежно изучать свою веру и проникаться и жить ее духом, руководствоваться ее правилами, заповедями, уставами, главное же – восстановить в себе истинным и глубоким покаянием образ истинного православного христианина по образу древних и новых святых или лучше – по образу Самого Господа нашего Иисуса Христа, говорящего: «образ дах вам, да яко же Аз сотворих, и вы творите» (Ин.13:15), да речет и о нас Господь, как некогда о Нафанаиле: «се воистину новый израильтянин в немже льсти несть» (Ин.1:47). Аминь. 

**СВЯТОЙ ПРАВЕДНЫЙ  
ИОАНН КРОНШТАДТСКИЙ**


**НОВОСТИ**

# КОНКУРС «БЛИННОЕ РАЗДОЛЬЕ 2025»

На сырной неделе, которую в народе называют масленицей, по старинной русской традиции принято печь блины. Вот и студентки Первого православного колледжа поддержали эту замечательную традицию. В колледже прошел ежегодный конкурс «Блинное раздолье».

Студентки специальности «Поварское и кондитерское дело» показали свое мастерство в выпечке блинов. Они представили на суд жюри фантастическое разнообразие настоящих кулинарных шедевров: несколько блинных тортов, шпинатные блины с красной рыбой и творожным сыром, блинную регату с соусом тар-тар, шашлычки весенние с солёной карамелью, царские блины со сгущенкой и кедровыми орешками, курник с картофелем и грибами, несколько блинных композиций и многое другое.

Каждая команда красиво оформила свой стол, представила технологические карты и блюда для дегустации.

Попробовать блины смогли все посетители праздника: сестры, студентки колледжа, воспитанницы «Доброй школы на Солыбе», гости и паломники.

По итогам конкурса члены жюри вручили грамоты командам-победителям в номинациях: «Самый вкусный блин», «Самый пышный и мягкий», «Самый оригинальный», «Креативность идеи», «Самый аппетитный блин», «Композиция. Творческое оформление», «Самый сложный блин» и «Кулинарный шедевр».







# ЧЕМПИОНАТ «ПРОФЕССИОНАЛЫ» ПО КОМПЕТЕНЦИИ ТЕХНОЛОГИЯ МОДЫ



Студентки Первого православного колледжа приняли участие в необычном конкурсе. Чемпионат «Профессионалы» по компетенции Технология моды – это уникальное соревнование по швейному делу. Основной задачей участников стал целый проект по созданию швейного изделия.

Конкурс состоял из нескольких этапов и проходил с 24 по 28 февраля в Ярославском колледже управления и профессиональных технологий.

Сольбинские студентки, обучающиеся на специальности «Конструирование, моделирование и технология изготовления изделий легкой промышленности», соревновались со студентами Ярославского и Ростовского колледжей.

Участники должны были продемонстрировать не только навыки шитья, но и знание теории, техники безопасности и умение организовать свое рабочее место. Каждый этап сопровождался новой задачей, в ряду которых было конструирование изделий, изготовление комплекта лекал, раскрой и пошив, макетирование и другие. Наши девочки показали мастерство в работе, беспорное качество выполнения всех задач и превосходные навыки.

По итогам конкурса обе сольбинские студентки стали победителями. Мария Медведева заняла 1 место, послушница Вероника Журавлева – 2 место. Поздравляем девочек с такой значительной победой!

Благодаря администрации ярославского колледжа - организаторам мероприятия - и непрестанной заботе Матушки Еротиды студентки получили незаменимый опыт, который пригодится им не только в учебе, но и в жизни. 





### ИЗ ГЛУБИНЫ СЕРДЦА



\*\*\*

Не смотрите на внешность, люди,  
Не спешите судить торопясь.  
А ещё, вас прошу я, не будем  
Обличать всех, за властью гонясь.

Может, кажется кто-то нам хмурым,  
Может, слышали сплетни о нём,  
А на самом-то деле он мудрый  
С ясным сердцем, как солнышко днём.

Может, скажем, что злой он и грозный,  
Осуждаем, боимся, бежим,  
А он бьется за правду серьёзно.  
Божий план для нас непостижим...

Мы не любим и тех, кто без лести  
Скажет правду ничуть не боясь,  
Мы лжецам отдаём больше чести,  
От правдивых навек отстраняюсь.

Но не может же быть в человеке,  
Только то, что снаружи видать,  
От грехов все мы с вами калеки,  
Свет, добро нужно в людях искать.

**Послушница Анна (Акулякова)**



# В "ДОБРОЙ ШКОЛЕ НА СОЛБЕ" ПРОШЛИ ЛЫЖНЫЕ ЭСТАФЕТЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 И 5-8 КЛАССОВ



МОНАШЕСКОЕ ДЕЛАНИЕ

# ПОДВИГ ВЕЛИКОЙ ЧЕТЫРЕДЕСЯТНИЦЫ

*Старец Ефрем Филофейский*



**В** эти дни мы вступаем на великое духовное поприще благословенной святой Четыредесятницы. Святой и Великий пост — время сокрушения, период для покаяния, для слез, для преобразования человека, для нового этапа в духовной жизни. Наша Церковь как любящая мать, заботящаяся о своих чадах-христианах, определила это время Четыредесятницы как время особо интенсивного бодрения, чтобы помочь нам стать более непорочными, очиститься и сблизиться с

Богом, для того чтобы мы удостоились праздновать великий день пресветлого Воскресения.

Христиане, и в особенности монахи, всегда уделяли большое внимание этому духовному этапу и считали его священным, потому что этот период предусматривает как духовные, так и телесные бодрения. Это подвиг поста, подвиг бдения, подвиг очищения и подвиг хранения духовных обязанностей, которых намного больше, нежели в другое время.

Происходит духовное перестроение, и человек более внимательно прислушивается к голосу совести, чтобы исправить то, что он возможно упустил, и чтобы духовно усовершенствоваться. Наша Церковь помогает нам как различными умильными тропарями и последованиями, так и наставлениями, чтобы вооружить и укрепить в борьбе за очищение наших душ.

У нас есть умильные Божественные литургии Преждеосвященных Даров.

---

## Преждеосвященная литургия приносит великую пользу

---

Ее Херувимская песнь исполнена духовности, созерцания и ангельского присутствия. Поэтому следует в особенности на этих Литургиях Великой Четырнадцатидесятицы молиться с величайшим благоговением. Насколько нам, причащающимся Тела и Крови Христовой, подобает быть непорочными и чистыми, насколько праведными духовно и телесно, чтобы Божественная благодать смогла воздействовать на нашу душу и тело!

Посему жизнь наша должна быть очень внимательной. Как в келии, так и в церкви следует орошать наши лица слезами, чтобы омыть таким образом и нашу душу, дабы стала она достойной Причастия. Конечно, нередко диавол лишает нас, и прежде всего меня, умиления. Тогда не приходят слезы, и зачастую в нас вселяются скверные помыслы. Скверные помыслы и соответствующие греховные образы мы должны изгонять сразу, как только они появляются. И когда нас одолевают злые помыслы, или когда наша душа холодна и равнодушна по отношению к какому-либо брату, тогда не следует приближаться к Богу Любви, столь чистому и столь святому.

Через преподобного Ефрема Сирина Церковь говорит нам: *«Господи и Владыко живота моего, дух праздности, уныния, любоначалия 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 Церковь пытается дать нам понять, что помимо прочих добродетелей особенное внимание требуется уделять тому, что упоминается в конце: самоукорению и неосуждению брата, ведь без любви к брату, к нашему ближнему, невозможно сколько-нибудь продвинуться на пути к духовному очищению.

Осуждение является великим злом. Если мы постимся, но не следим за своими мыслями, словами, сердцем, если осуждаем нашего брата и не судим самих себя, то пост не принесет нам пользы. *«Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог в нем».*

---

## Любовь к Богу и ближнему — две великие добродетели, на которых зиждется все духовное устройство

---

Если же нет этих двух великих добродетелей, то все другие остаются без опоры. Что говорит премудрый Сирах? *«Лучше пасть с высоты, чем с языка».* Лучше пасть с высоты и удариться, и стать хромым, чем пасть из-за языка своего.

Язык — орудие, дарованное нам Богом, чтобы мы благословляли Его, славословили Его, благодарили Его. Могу сказать, что все преступления начинаются с языка.

Приходит скверный демон и обращает язык для оскорбления Бога и насмешки над Ним. Он склоняет несчастного человека к тому, чтобы совершить величайшее преступление в мире — хулить Бога. Многие люди, завлеченные этим диавольским духом богохульства, извергали грязные слова против Святого Бога, забывая, что Христос был распят за нас, излил все-святую Кровь Свою, простер пречистые руки на Кресте и дал пригвоздить их, окровавленные и пронзенные, чтобы исцелить сей язык.

Другое дело, в отношении которого мы должны понуждать себя как можно усерднее, это молитва. Будем молиться именем Христовым без небрежения и не теряя времени. Во время бдения в нашей келии будем понуждать себя, дабы не допустить того, чтобы нас охватил сон, или нерадение и вялость, но будем с готовностью посвящать себя духовному. Сразу после пробуждения первым делом обратимся к молитве, а в продолжение дня — к канону, четкам, к духовным поучениям и созерцанию. Будем ходить в храм с большой ревностью, и так пройдем этот период с как можно большей самоотдачей.

---

## Пост вместе с телесным трудом способствует прощению грехов и очищению

---

*«Виждь смирение мое, и труд мой, и остави вся грехи моя».* (Призри на труд мой, Боже мой, и на смирение мое, ибо не могу сделать ничего



без Тебя, и прости мне всё, что я Тебе сделал). Когда мы подвигаемся в посте, в коленапоклонениях, в молитве, в труде сердца и ума, то этот труд, совершаемый во имя Божие, является святым и получает большое воздаяние от Господа, и за него мы удостоиваемся венца, славы и чести. Демоны очень боятся поста, потому что пост умерщвляет их. *«Сей же род (то есть демонов) изгоняется только молитвою и постом»*, — сказал Господь.

Поэтому святые отцы каждое дело во имя Божие всегда начинали с поста. Они верили в великую силу поста и говорили, что Дух Святой не осеняет, когда человек насыщен, когда его желудок полон. Но и каждый христианин, желающий очищения, должен начинать с основ, которыми являются пост, молитва и трезвение. Когда соединяются пост, молитва и трезвение, тогда человек поднимается на высокую духовную ступень.

В былые времена у отцов был благочестивый обычай. Перед Великим постом они уходили из монастырей и удалялись в глубокую пустыню, где жили в суровой аскезе до Лазаревой субботы, в которую они возвращались, чтобы всем вместе отпраздновать Вербное воскресенье. Одни брали с собой только самую необходимую пищу, другие питались лишь травой, чтобы еще больше подвизаться в пустыне. Далее на Страстной седмице они проводили всё время в храме, ежедневно питаясь лишь кусочком сухаря и несколькими сухими плодами. Господь

сподобил и благословил нас знать таких подвижников, которые пребывали в посте и аскезе не только во время Великого поста, но и в течение всего года.

Мой духовный наставник, блаженной памяти старец Иосиф Пещерник — получивший такое имя за то, что он жил в пещерах, где я и встретил его, — в Великую Четвергедесятницу налагал на себя суровейший пост. Конечно, такой же пост он налагал и на нас. С понедельника по пятницу, пять дней в неделю, не было другой еды, кроме как 80 граммов муки, из которой мы делали похлебку на воде. Вот так. Одна тарелочка еды за целые сутки. И одновременно с этим — работа целый день, с грузом на спине, а всю ночь множество, сотни поклонов и часы молитвы. Всё это для того, чтобы очистить внутреннего человека, чтобы он стал более светлым, более праведным в глазах Божиих, чтобы он обрел дерзновение к Богу и молился за весь мир. Ибо мир нуждается в молитвах святых, и особенно подвижников. Антоний Великий своей молитвой поддерживал всю вселенную.

---

**Конечно, подвиг поста  
надлежит совершать по  
силам, с рассуждением,  
потому что не все мы  
одинаковы**

---

Добро, если происходит не добрым образом, не есть добро. То есть благо, если оно не происходит по-доброму, недобрым образом или благим способом, не в то время, не в меру, без рассуждения, принесет не благо, а зло. Так

и пост, хотя и крайне необходим, он есть благо, но он средство, а не цель. Средства имеют свою цель, и целью является смирение.

Поэтому нам следует сообразовывать все с рассуждением духовника, просвещенного Святым Духом. Духовник скажет тебе, как следует поститься, когда причащаться, как поражать врага, что тебе надлежит делать здесь, а что там. И так, с рассуждением духовника, ты сообразовываешь самого себя.

---

**Не будем делать что-  
либо сверх должного,  
во всем нужна мера,  
ибо неумеренность  
уничтожает пользу**

---

Так что пост свят, но он является средством. Нужно его упорядочивать в соответствии с указанием духовника и нашими душевными и телесными силами. Лишь бы только было произволение. Василий Великий говорит, что существует такая разница в выносливости тел разных людей, какова разница между железом и травой.

Святая Синклитикия в последние годы своей жизни тяжело болела, страдая горловой чахоткой. Покрылось гноем ее благословенное горло, непрестанно возглашавшее Слово Божие. Ее уста спасли бесчисленное количество душ. Дьявол испросил позволения испытать ее, и Бог позволил поразить ее чахоткой. Гниение достигло такой степени зловония, что даже монахини стали испытывать трудности при уходе за ней. Они использовали всевозможные благовония,

чтобы хоть на несколько минут принести ей облегчение в болезни. Эти уста, когда они были здравы, возглашали и приносили благо, а когда они заболели, то стали проповедовать еще сильнее. Что же говорили молчащие и гноящиеся уста? Они беззвучно проповедовали великое смирение и терпение в испытании, посланном от Бога. Святая вела титаническую борьбу, чтобы противостоять бесу нетерпения, ропота, усталости и мук болезни. Какой еще ей требовался пост?

### Поэтому болезнь считается невольной аскезой

У одного — рак, у другого — диабет, у третьего — множество других проблем со здоровьем, которые его изнуряют. Как очистятся эти люди? Как они увидят свет Божий? Они увидят его через терпение и благодарение Бога. Терпение и благодарение заменяют тот пост, который они не могут соблюдать по причине немощи, и они совершают в десять раз больший подвиг, чем воздержание в еде.

В этот период следует особенно подвизаться, чтобы очистить себя. Из аскетической традиции мы знаем о подвижниках, которые всю свою жизнь провели в пустыне, в трудах, в страданиях, в посте, в слезах, спали на земле и лишены были всякого удовольствия. И весь этот труд, вместе с душевой борьбой против различных помыслов при восстании вожделений, родил святость. Так и всякий христианин, не являющийся монахом, но желающий очи-

щения, имеет право потрудиться и принять воздаяния за свой труд.

Целомудрие имеет великое дерзновение пред Богом, ибо и Бог непорочен, и Пресвятая Богородица была непорочной, и святой Иоанн Богослов сохранял девство, и многие другие святые. Вся красота Церкви основывается на непорочности и чистоте.

### Когда наше сердце чисто и прекрасно, оно будет источать благоухание и красоту

Напротив, человек, имеющий в своем сердце смрад, извергнет его наружу. Будем бороться, чтобы очистить внутреннее нашего сосуда, наше сердце, чтобы в глазах Господа мы были чистыми и благоугодными.

В Церковной истории есть примеры многих людей, которые угодили Богу и стали великими.

Авва Пафнутий, подвижник с великими духовными дарованиями, некогда молился Богу и сказал:

— Боже, с кем рядом Ты меня определил? Кому я равен в добродетели?

И услышал голос, говорящий ему:

— Живет в Александрии в подвале один бедный человек, сапожник. Ему ты равен в добродетели.

— Я, аскет, с юных лет в пустыне, равен человеку мирянину, равен женатому?

— Да, ему ты равен.

На следующий день святой берет свой посох и торбу, кладет в нее немножко сухарей и идет в Александрию. Прихо-

дит он в город, находит мирянина и говорит ему:

— Брат мой, чем занимаешься здесь?

— Чем мне заниматься, отче, я грешный человек. Я худший человек в этом мире.

— Можем мы поговорить?

— Можем.

— В чем твоя добродетель, каково твое делание?

— Какая у меня добродетель? Ты же видишь меня. Я живу в миру, и я часть мира. Это у вас есть добродетели.

— Нет, ты в чем-то подвизаешься.

— Ни в чем я не подвизаюсь.

— Мне указал на это Господь, и ты не можешь обмануть меня. Я молился, и Он указал мне на тебя как на равного мне в добродетели. Ты не можешь быть случайным человеком.

— Простите меня, отче. Если то, что происходит, считается чем-то важным, то я скажу вам об этом. Я женился, и с того момента, как я возложил на себя венец, я сказал своей жене: — Если ты меня любишь, то давай жить в девстве, будем жить как брат и сестра, для того чтобы бороться за освящение душ наших! Согласна ли ты? — Согласна. — И с тех пор мы живем в чистоте и девстве.

Преподобный Пафнутий, живя в пустыне в аскетизме и воздержании чувств, стремился очистить себя, в чем ему способствовали и условия жизни. Другой жил с женой в девстве в миру, среди всех соблазнов мира, и с помощью Божией достиг той же степени святости. И его борьба была большей, чем борьба аскета. Свидетельство того, что пред Богом он был велик.

В продолжение истории вот что случилось с этим сапожником. Однажды некий



христианин пришел к преподобному Пафнутию и сказал ему:

— Отче, я поссорился с одним священником и не знаю, проклял ли он меня или сказал дурное слово, но он уже преставился, а мы не испросили другу друга прощения. Как быть?

— Я не могу помочь тебе в твоём деле, но есть некий святой человек, к которому я отправлю тебя, и он поможет тебе.

— Кто это?

— Отправляйся в Александрию. Там в одном подвале живет сапожник. Скажи ему, что это я тебя послал. Расскажи ему всё о своём случае, и он тебе поможет.

И христианин сказал про себя: «Господи, помилуй! Подвижник не может мне помочь, а мирянин справится?» Но послушания ради он отправился в Александрию, нашёл сапожника и рассказал о своём деле. Тогда сапожник сказал ему:

— Подожди-ка здесь, пока не стемнеет.

Он подождал. Наступил вечер, и с наступлением темноты они пошли к одному из городских храмов. Сапожник сказал ему:

— Подожди здесь.

Идет сапожник к главным вратам храма, осеняет их крестом этот святой и целомудренный христианин, и врата открываются сами. Внутри храм сиял от света, и слышались небесные песнопения. Сапожник заходит в храм, смотрит, вновь выходит и говорит этому человеку:

— Войди внутрь и посмотри по сторонам на хорах. Увидишь ли ты там своего священника?

Человек входит в храм, смотрит и выходит со словами:

— Да. Там он на левых хорах

поет.

— Пойдем со мной.

Они заходят, и этот святой христианин проходит вперед и говорит священнику:

— Отче, прости раба Божия... ибо согрешил он как человек. Ты же, как святой человек, даруй ему прощение.

— Пусть будет прощен и разрешен!

Сапожник выводит его и говорит:

— Никому не рассказывай о том, что ты видел. Ступай с миром, брат мой, и спасайся.

Видите, чада мои, что делает подвижнический труд? Что творит духовный подвиг? Что сделал этот мирянин, чтобы очистить свою душу? Разве лишь в том было дело, что он предложил девушке, на которой женился, жить как брат и сестра? Нет. Они постились и молились по ночам вместе, и клали поклоны, и читали Евангелие, и читали творения святых отцов, и ходили в церковь, и исповедовались, и причащались, и изгоняли дурные помыслы, и со всем вниманием вместе подвизались. И так они достигли святости в миру,

Так что и здесь подтверждается, что

---

**И в миру, когда христианин вступит в добровольную борьбу, благодать Божия никого не исключает**

---

Но прикрываясь предложениями, мы говорим, что мы живем в миру и не можем. Нас побеждают желания. Что же нам нужно? Борьба, и не только телесная, но и душевная. То есть нужно управлять своими мыслями. Приходят

мысли, греховные фантазии, образы, лица, изображения и картины. Будем их немедленно изгонять с помощью: «Господи, Иисусе Христе, помилуй мя». Когда ум наш бдит, чтобы не принимать всё это, вооруженный Божественным оружием — Именем Христовым, — тогда уничтожается всякий сопротивный враг души нашей, который называется диаволом, который именуется греховной фантазией, который называется греховным помыслом. И если мы так охраняем нашу душу, наши ум и сердце, то наше внутреннее состояние будет чистым и непорочным.

Будем же подвизаться, чада мои, с еще большей силой, и польза будет для нас великой. Никто не обретает благодать, не потрудившись. И земледелец, не вспахав свое поле, не увидит плода. Когда наш пост сопровождается, усиливается, окаймляется молитвой, духовным поучением, трезвением, посещением церкви, исповедью, Божественным Причастием, добрыми делами и милосердием, тогда всецело вершится красота приготовления души для встречи со Страстной седмицей. Тогда мы сильнее почувствуем Святые и Честные Страсти Христовы, поскольку сердце наше умягчится, преобразится и познает, сколь безбрежна любовь Бога к человеку. И тогда мы будем способны наиболее сильно переживать внутри себя Святое Воскресение, торжественно отмечать его самым богословным образом и праздновать вместе с ангелами Святую Пасху. Аминь. ✨

**Старец Ефрем  
Филофейский,**

**«Искусство спасения»,  
том 2, издание монастыря  
Филофей, Святая Гора Афон**



Telegram



www.solba



ВКонтакте

# Подписывайтесь на нас в соцсетях!

Rutube



You Tube



Яндекс Дзен



## СОЛББА



Главный редактор – Игуменья Еротида  
**НИКОЛО-СОЛБИНСКИЙ ЖЕНСКИЙ МОНАСТЫРЬ**  
152030 Ярославская обл., Переславский р-н, местечко Сольба  
сайт: solba.ru  
электронная почта: solba@solba.ru  
телефон: +7-915-970-24-74,  
посещение монастыря: +7-980-749-17-75

**Просим Вас**  
НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ГАЗЕТУ В БЫТОВЫХ  
ЦЕЛЯХ. ЛУЧШЕ  
ПЕРЕДАЙТЕ ЕЕ  
ВАШИМ ДРУЗЬЯМ.