



# О Г Л А В Л Е Н И Е

<b>Глава 1. Мирская жизнь – насущные темы.</b> . . . . .	<b>8</b>
Пища – дар Божий. Как христианину питаться правильно? . . . . .	9
Одевание современного христианина. Что одежда говорит о нас и какой она должна быть? . . . . .	15
Честный христианин и богатство . . . . .	21
Недуг меняет сознание. Почему людям даются болезни? . . . . .	28
Как спорт влияет на жизнь христианина? . . . . .	33
Как сделать отдых осмысленным и полезным? . . . . .	39
Человек глубочайшей веры и широчайших познаний. Каким должно быть образование для христианина? . . . . .	46
Иностранные языки. Там, где есть Дух Святой, слова раскрывают свой тайный смысл! . . . . .	52
Чтение во спасение. Про книги, которые развивают душу . . . . .	57
Музыка, формирующая мировоззрение . . . . .	62
Юмор в жизни верующего. Как шутить без греха? . . . . .	68
Сила власти и тяжесть ответственности. Как соблюсти баланс? . . . . .	74
Политика для христианина. Правила восприятия и участия . . . . .	81

<b>Глава 2. Переосмысли жизнь свою</b> .....	86
Красота снаружи и внутри. Христианский путь к гармонии .....	87
Старость как подарок. Почему ее надо принимать смиренно? .....	92
Важные обязанности христианина .....	98
Подвиг большой, маленький и бесполезный. Нужны ли сегодня подвижники? .....	103
Запреты и повеления — необходимые элементы жизни верующего .....	109
Чистота — оплот нравственности. Всегда ли она достижима? .....	114
Место силы и связи с прошлым. Почему не надо бояться кладбища? .....	120
Повод переосмыслить жизнь. Зачем иногда нужно говорить о смерти? .....	125
Медицина исцеляет или калечит? О моральных основах врачевания .....	130
Желанная и недостижимая. Возможно ли получить полную свободу? .....	135
<b>Глава 3. Исцели душу свою</b> .....	140
Самооправдание христианина. Как прожить без него? .....	141
Одиночество в толпе. Кара или награда современности? .....	147
Фальшь, которая нас окружает. Как ограничить ее в своей жизни? .....	153
Наказание за грехи. Настигнет ли оно виноватых? .....	159
Уныние — болезнь века. Можно ли ее вылечить? .....	165
Простите, и прощено будет вам. Тяжелый путь к добродетели .....	171
Преображение через покаяние. Как его достигнуть христианину? .....	177
Безумие ради Христа. Как и для чего возникло юродство? .....	183

Не введи нас во искушение. Как найти силы, чтобы отказаться от соблазнов? .....	189
Обучаясь на ошибках. Почему не стоит бояться оступиться? .....	194
Страхом Божиим удержимся от зла. В чем польза боязни для праведного человека? .....	199
Разговор с Господом. Как умножить силу молитвы? .....	204
Атеизм ищущий или невежество. Как найти свой путь к Богу? .....	209
Противостояние лукавому. Как бороться с колдунами? .....	213
<b>Глава 4. Отношения</b> .....	220
Мужчина и женщина. Как построить отношения и не потерять их с годами? .....	221
Любовь в нашем сердце. Почему ее нужно беречь? ...	226
Развод в жизни христианина. Когда он неизбежен? ...	231
Отцы и дети. Ищем общий язык .....	237
О детях и для детей. Как подходить к воспитанию молодого поколения? .....	243
Почитание родителей. К чему ведет отказ от пятой заповеди? .....	249
<b>Глава 5. Праздники, обряды</b> .....	256
Крещение: когда Бог поселяется в человеке. ....	257
Рождество: забытая суть великого праздника. ....	263
Новый год: время веры в сказку. ....	268
Венчание: обряд возвращения в рай .....	273
День рождения: праздник обретения себя .....	278
Заключение .....	283

**Г Л А В А 1**

**МИРСКАЯ ЖИЗНЬ —  
НАСУЩНЫЕ ТЕМЫ**

## **ПИЩА – ДАР БОЖИЙ. КАК ХРИСТИАНИНУ ПИТАТЬСЯ ПРАВИЛЬНО?**

История сотворения мира, как ее описывает Библия, говорит о человеке не как об ангеле, а как о существе из плоти и крови, нуждающемся в питании. Бог самобытен и не нуждается ни в чем. А человек не самобытен, ему нужны воздух, одежда, общество и, конечно, еда.

О пище стоит вести разговор отдельно, поскольку это чрезвычайно важная вещь, ежедневно необходимая человеку.

Сам Христос и апостолы вкушали маслины, ячменный хлеб (кстати, презираемый раввинами, как хлеб животных), печеную или жаренную на огне рыбу, редко-редко мясо, а пили воду, непроцеженное виноградное вино, разбавленное водой. В общем, пищевой набор был очень скудный, кажется, студент сегодня питается лучше.

Один хороший товарищ однажды спросил у меня риторически: «Мы так плохо живем, потому что хорошо едим, или мы так хорошо едим в утешение тому, что мы так плохо живем?» Да, мы много едим, и хорошо едим, кстати. Но хорошо ли это? И вообще, как нужно есть и как относиться к пище? Мы затронем некоторые вопросы, которые живо интересуют людей.

## О ПОТРЕБЛЕНИИ МЯСА

Животное создано для определенных целей, для службы человеку, а не для блаженной вечности. Но у него есть своя душа, которая, согласно Библии, содержится именно в крови. Поэтому всякого рода бифштексы с кровью, все непрожаренное мясо запрещено нам прямым указанием Священного Писания: «Крови не ешьте».

В православной традиции мяса на столе каждый день никогда не было даже у богатых. Это всегда считалось чем-то неправильным, несерьезным, в конце концов, некрасивым. Нет, я не против того, чтоб есть мясо. Но, конечно, против того, чтобы употреблять его постоянно и превращать человеческую цивилизацию в бесконечный поток животной крови.

Прекрасный проповедник митрополит Антоний Сурожский говорил, что, когда мы не едим мясо, мы извиняемся перед природой за то, что ранее пожирали ее. И действительно, природа страдает от нас. Мы как будто стараемся все вокруг себя испачкать, загадить и сожрать. Но ведь не для этого появился человек. Он был создан царем, а не тираном.

Есть четыре продукта, без которых, по мнению ООН, человечество умрет. Это не мясо, не карамель, не кока-кола. Это рис, кукуруза, картофель и пшеница.

У нас во главе стола был и остается хлеб. Причем Господь сам сказал: «Я — хлеб жизни». То есть на этот продукт мы можем смотреть как на вечное напоминание о Господе Боге. Конечно, это не значит, что в меню у вас должен быть только хлеб. Там могут быть и борщ, и галушки, и, может быть, что-то из японской или португальской кухни. Но это все равно называется «поесть хлеба». Благословите хлеб — все остальное будет благословенно.

## ОСОЗНАННАЯ ТРАПЕЗА ХРИСТИАНИНА

Давайте пройдемся по глагольной базе. Сейчас почти не используется глагол «вкушать». А ведь предполагается, что еду мы именно вкушаем. Что еще с ней можно делать? Кушать, есть, жрать, чавкать, жевать, заглатывать... Скорее всего, современный человек не то что не вкушает, он уже даже и не ест. Причем делает это в суете, механически, и обращается с пищей совершенно не как с даром Божьим.

Возможно, ситуация изменится, если ввести молитву главным компонентом приема пищи. Как-то одного батюшку, который служил в селе, позвали в гости городские друзья. Перед трапезой он прочел «Отче наш», потом от усердия прочел еще «Богородице Дево, радуйся», благословил еду и сел за стол. А его интеллигентные товарищи, живущие в столице, сказали ему: «Это у вас в глухомани все так долго перед едой молятся по старинке?» Он не растерялся и ответил: «Да нет: собаки, свиньи, ослы так едят».

Человек должен благодарить Бога за то, что ему дано свыше. Калорийность, содержание витаминов – это вообще 148-й вопрос. Первый вопрос о том, что пища – дар Божий. А об этом современный человек стал часто забывать.

## О ЧРЕВОУГОДИИ

Нет греха, который был бы только один, они всегда идут в связке. И нет добродетели, которая одна. Невозможно сделать только один добрый поступок или выполнить одну заповедь. Вот начните давать милостыню, и захочется молиться. Захочется молиться – простите древнего врага. Простите древнего врага – найдете свое счастье. Такие цепочки выстраиваются.

И обжорство – редко единственный грех, он всегда подтягивает за собой еще целый ряд вещей, и, конечно

же, он симптоматичен. Очень часто человек заедает свои проблемы, стресс. Он наедается на ночь, например, сладеньким, вкусненьким, пышненьким, потому что в душе у него как-то жиденько, хлюпенько, гаденько. Здесь, пожалуй, к практикующему психологу можно обратиться. А можно просто заметить эти изменения в себе и взять себя в руки, контролировать свое душевное состояние, а значит, и аппетит.

## **ПИЩА, КОТОРАЯ ЛЕЧИТ**

Аристотель говорил, что все болезни мы заглатываем вместе с едой. Эта древняя мысль не теряет своей актуальности и сегодня.

Чтобы пища приносила организму не вред, а пользу, вовсе не обязательно становиться сыроедом. В первую очередь нужно задуматься, кто и как ее готовит, в каком настроении, с какими мыслями. Если повар во время приготовления ругается или щиплет свободной рукой соседку за пухлую часть тела, или что-то еще ненужное делает, то мы все «это» съедим вместе с тем, что он нам сварит. Люди, которые формируют хлеб в буханки на конвейере, по сути, влияют и на наше здоровье. Мы же понимаем, что в человеческом мире существует круговорот негативных эмоций, мыслей.

Очень вкусно всегда есть в монастырях, там, где молитва – это фундамент жизни. Там оказывается особенно аппетитным и хлеб, и сметана, и огурец, и редис, и постный суп. Многие это проверили на собственном опыте.

Феодосий Печерский приглашал к себе в монастырь князя. Тот приходил и хлебал монашескую юшку с большим удовольствием, аж за ушами трещало. И спрашивал: «Почему так вкусно?» Феодосий отвечал: «Потому что твои повара воруют, блудят, ругаются, а у меня келарь зажигает от лампы у Божией Матери, у иконы, раньше всех свечечку, растапливает с молитвой огонь

и, что бы ни делал, все с молитвой делает. Поэтому пища наша и вкусная, и полезная».

В отношении к пище очень важна умеренность. Не передайте! Я сомневаюсь, что современный городской человек может полностью превратиться в сыроядца. Но то, что нам очень не хватает природы, это очевидно: и пищи более естественной, и прогулок босиком по росе.

## ТАИНСТВО ПРИЕМА ПИЩИ

Собрание людей вокруг стола – это литургия домашняя после литургии. Людей должен объединять стол, а не телевизор. К этому тоже можно готовиться, потому что все, что связано с едой, напрямую связано с Богом и напрямую пронизано мистикой. Все это свято, это от неба и должно быть человеком прочувствовано и понято.

Перед едой, сваренной лучше всего материнскими руками при помощи детей, должна прозвучать молитва, прочитанная отцом. И разговор за столом должен сближать людей. После трапезы тарелки можно быстро помыть, мамочку поцеловать и потом дальше уже планировать свой день, вместе или по отдельности, как Бог благословит.

### ВОПРОС ХРИСТИАНИНА

– *Может ли православный христианин покупать продукты в халяльном магазине или, например, заказывать кошерную еду?*

– *На Востоке есть такая пословица: «Ночуйте у арабов, ешьте у евреев». Дело в том, что у евреев хорошо поесть – это национальный спорт. Они плохо не едят. Если еврей съел, значит, и всем можно. Это*

факт. Им нельзя употреблять в пищу многое из того, что нам можно, например, морепродукты, свиное сало и т.д. Но то, что они едят, нам тоже разрешено. В халяле или кошерной пище нет ничего греховного, никакие демоны над ней не призывались, ничего злого не совершалось. Просто при ее приготовлении соблюдались некие законы, правильным образом было убито животное, чтобы оно не почувствовало боли, страха. Поэтому христианин не оскверняется от этой еды. Он вообще не оскверняется от еды, если уж брать веру апостола Павла. Потому что Павел говорил: «Все, что продается на торгу, ешьте без всякого исследования, для спокойствия совести». Потому что пища освящается благодарением и молитвой.

## **ОДЕЯНИЕ СОВРЕМЕННОГО ХРИСТИАНИНА. ЧТО ОДЕЖДА ГОВОРИТ О НАС И КАКОЙ ОНА ДОЛЖНА БЫТЬ?**

Одежда сопровождает нас с самого рождения, и нет ни одного дня, когда бы мы не сталкивались с ней. Но давайте вернемся в начало истории.

В начале Адам и Ева были наги и не стыдились. Отголосок этого невинного состояния мы видим в детях, которые голыми могут возиться до определенного возраста, не замечая, что они не одеты. Но потом наступает период сознательности, где уже есть место стыду.

Стыд и слабость сопутствуют человеку после грехопадения. И то и другое прикрывается одеждой. Солнце враждебно, вода враждебна, воздух враждебен. Человеку надо как-то закрываться от них жилищем и одеждой. Ну, и существует некий стыд – мистическое чувство. Вот корни возникновения одежды.

Первым модельером был Господь Бог, потому что Он сделал первую одежду Адаму и Еве, Он облек их в некие кожаные ризы.

Изучая традиции разных народов, мы видим, что без одежды не обходится ни одно племя. Даже те, которые живут в очень жарком климате, прикрывают

определенные места обязательно из ритуальных соображений.

Внутри этого есть целая вселенная – как одеваться, много ли времени отдавать одежде и еде, что говорит об этом Евангелие.

## **СКРОМНОСТЬ В ОДЕЖДЕ**

Христианину должно одеваться соответственно полу, возрасту, климату проживания и неким моральным ценностям. То есть нельзя одеваться пошло, вызывающе, грязно. Человек может быть одет бедно, но чисто. Все-таки чистота не покушается, чистота – это естественная вещь.

Одежда всегда символизировала род занятий и обозначала социальный статус. К одной женщине нельзя было подойти с непристойным предложением, потому что одежда не выдавала в ней ничего, говорила только, девица она или замужняя женщина. А другая женщина, ждавшая внимания, как-то маркировала свое поведение. Вот история Патриарха Иакова: человек шел по дороге, увидел женщину в одежде блудницы. Что это значит? Библия не отвечает нам, какие атрибуты одежды позволяли ему безошибочно узнать, что это блудница, но, очевидно, какие-то маркеры были.

Поэтому, безусловно, в выборе одежды должны быть моральные барьеры. Скромность, даже избыточная, красивее разврата. Как бы ни был страшен, например, хиджаб для европейской толерантности, в нем больше красоты, чем в вызывающем гардеробе некоторых наших соотечественниц.

Как-то лицемерно воевать, например, против людей другой культуры, которые закутались в свои коконы, но при этом спокойно терпеть, например, голых людей на улицах своих городов. И очень