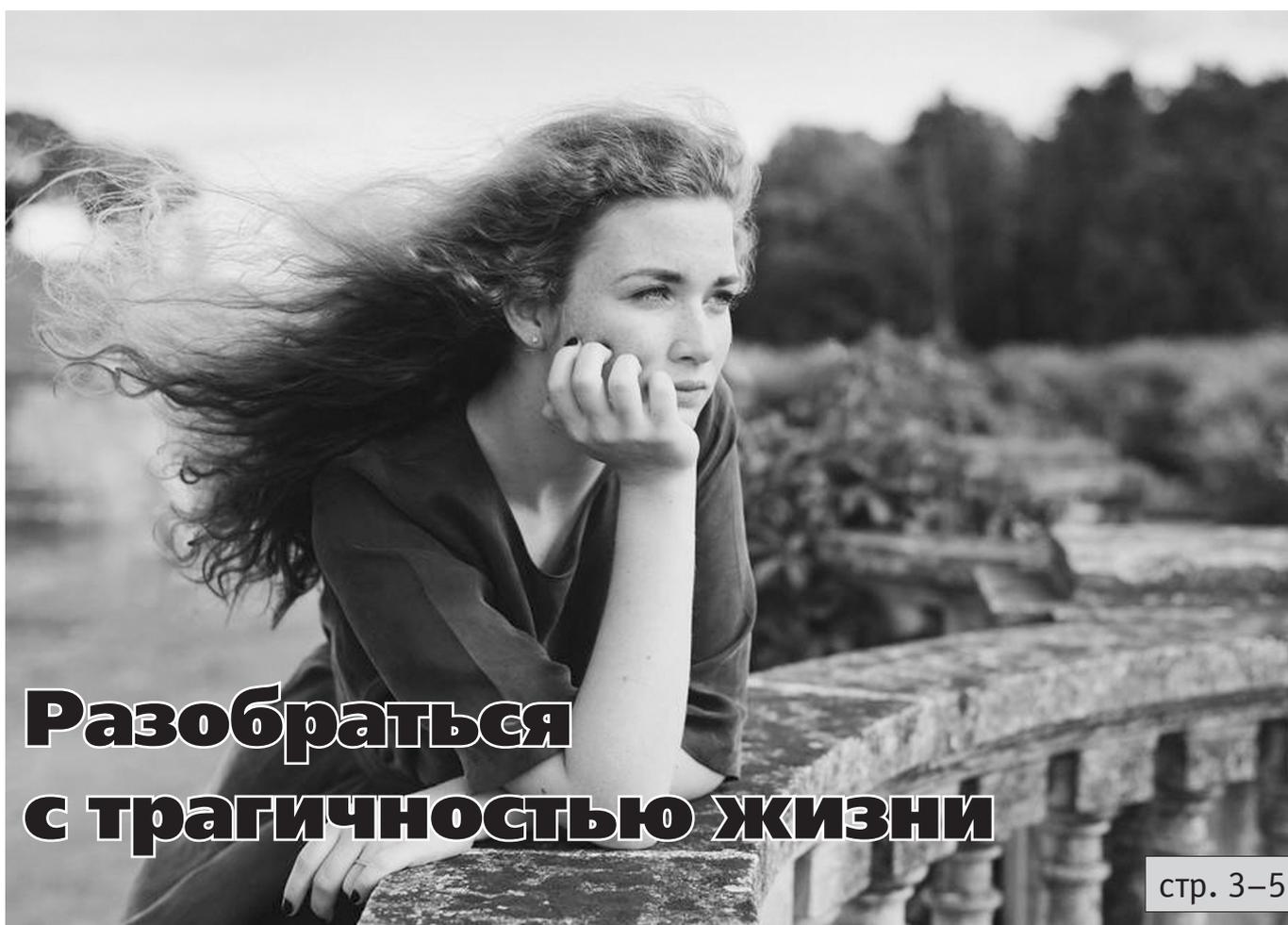


Приходская газета храма  
во имя святых первоверховных апостолов Петра и Павла  
[www.pavla-petra-hram.ru](http://www.pavla-petra-hram.ru)

№ 41 август 2018

# Петропавловский листок

По благословию Митрополита Саратовского и Вольского ЛОНГИНА



## Разобраться с трагичностью жизни

стр. 3–5

### Святые и святыни

Куда уходит  
святитель Спиридон?

стр. 6–7

### Приходской психолог

Как понять, нужна ли  
мне помощь?

стр. 8–9

### Детская страничка

Как терпеливого инок  
колдуном объявили

стр. 11

## Рассказ об Успении Божией Матери и пчелки своими руками

1 сентября волонтеры Петропавловского храма посетили детское отделение онкогематологии Клиники гематологии и профпатологии СГМУ. Вместе с ними детей навещил клирик храма священник Василий Куценко. Пациентов в этот день было очень мало, так как большинство отпустили домой в связи с началом учебного года. Отец Василий совершил молебен и причастил желающих Святых Христовых Таин. Причастился Святых Даров и мальчик Арсений, который совсем недавно принял в больнице крещение.

Затем волонтеры рассказали об Успении Божией Матери, был показан небольшой мультипликационный фильм о событиях, которые Церковь вспоминает в этот праздник. Дети и их родные рассматривали икону Успения Пресвятой Богородицы, а добровольцы объясняли, какие

уроки каждый христианин может усвоить, взирая на пример жизни и смерти Божией Матери.

Затем гости вместе с ребятами изготовили забавных пчелок из бумаги.



## Воскресная школа для детей приглашает на занятия

В воскресенье, 9 сентября, в Петропавловском храме будет совершен молебен преподобному Сергию Радонежскому на начало учебного года в воскресной школе. Молебен начнется после поздней Литургии. После молебна, в 12.00, в помещении воскресной школы состоятся организационное собрание и чаепитие, где будут обсуждаться программа занятий и план мероприятий на предстоящий год.

В воскресенье, 16 сентября, воскресная школа ждет учеников на занятия в соответствии с расписанием.

С вопросами обращайтесь по телефону 8-937-973-39-10 (директор школы Севостьянова Елена Александровна).

## Возобновляются лекции из цикла «Не дать уйти без любви»

В пятницу, 7 сентября, в актовом зале Саратовской православной духовной семинарии (ул. Мичурина, 92) состоится лекция «Все мы уйдем — все мы встретимся: богословские аспекты жизни и смерти». Лекцию читает настоятель Петропавловского храма Саратова игумен Нектарий (Морозов). Для слушателей предусмотрена возможность задать интересующие их вопросы. Начало в 19.00. Приглашаются все желающие. Вход свободный.

## Когда больница открывает дорогу к Богу

23 и 24 августа добровольцы Петропавловского храма посетили пациентов подопечных отделений городской клинической больницы № 6. Волонтеры помогли желающим подготовиться к Таинствам Исповеди и Причастия, рассказали о приходе священника. В пятницу, 24 августа, прихожанки нашего храма сопровождали священника Сергия Лобанова, настоятеля храма святителей Василия Великого, Григория Богослова и Иоанна Златоустого. Батюшка исповедовал и причастил четырех человек. Среди них была 90-летняя бабушка, ветеран Великой Отечественной войны. Она была приятно удивлена и рада возможности приступить к Таинствам, так как по состоянию здоровья не может приходить в храм регулярно. Отец Сергей совершил также молебен.

# РАЗОБРАТЬСЯ С ТРАГИЧНОСТЬЮ ЖИЗНИ

Тема одиночества в нашем разобщенном мире волнует очень многих людей — верующих и неверующих, разного возраста и различных взглядов. О том, как одиночество осмыслить и как с одиночеством бороться, шла речь на встрече игумена НЕКТАРИЯ (Морозова) с читателями, которая была посвящена выходу в свет его книги «Одиночество. Пути преодоления: в Церкви, семье и обществе» и состоялась этим летом в Москве, в культурном центре «Покровские ворота». Предлагаем вашему вниманию вторую часть беседы.

— На мой взгляд, проблема одиночества людей, исповедующих православное христианство, очень усугубляется православным пониманием жизни как трагедии. Люди других вероисповеданий такой трагичности жизни не чувствуют. Может быть, нам нужно что-то менять в своем мировоззрении, и не будет такой глобальной проблемы одиночества?

— Я думаю, прежде чем ставить этот вопрос, нужно исследовать причины, которые заставляют скорбеть христианина. На самом деле, возьмем ли мы буддизм, возьмем ли мы ислам, возьмем ли мы индуизм, мы везде увидим переживание жизни как трагедии и попытку от этой трагедии уйти. И, наверное, лишь христианство не уходит от трагичности этой жизни, а пытается ее переосмыслить, найти выход, не игнорирующий ее, и Бог действительно дает человеку такую возможность.

Если же вам кажется, что именно православным христиа-

нам свойственны какое-то особенное уныние и драматизация жизни, которые их и приводят к одиночеству, причина этого только одна: мы просто очень немощные, слабые христиане. А если посмотреть на жизнь подвижников Церкви, то мы увидим совсем другую картину. Был, например, такой святой — преподобный авва Аполлос, о котором нам повествуют различные патерики. Он, когда видел лицо кого-то из братьев своего монастыря скорбным, не мог этого понести. Он говорил: «Как ты можешь скорбеть? Христос за нас умер и даровал нам вечную жизнь. Господь бесконечно нас любит, а ты ходишь со скорбным лицом?». Это как раз то мироощущение христианина, которое должно быть всем нам свойственно, но поскольку мы не живем так, как авва Аполлос, нам не удается возвыситься над своим унынием, оно преобладает над нами зачастую.



— Здесь дело, наверное, не в унынии, а в том, что большинство людей просто не делает из жизни трагедии...

— Вообще, человек такое существо, которое способно прожить жизнь, не задаваясь очень многими важными вопросами, в том числе сознательно игнорируя все то тяжелое, скорбное, чем наполнена наша жизнь. Но разве смерть, которая уносит людей из этой жизни, и порою очень рано, и порою очень для нас близких, и порою в самый трудный для нас момент, — это не трагедия? Разве та несправедливость, которой наполнен весь мир, — не трагедия? Думаю, что не ощущать этой боли, которой буквально пронизано все наше

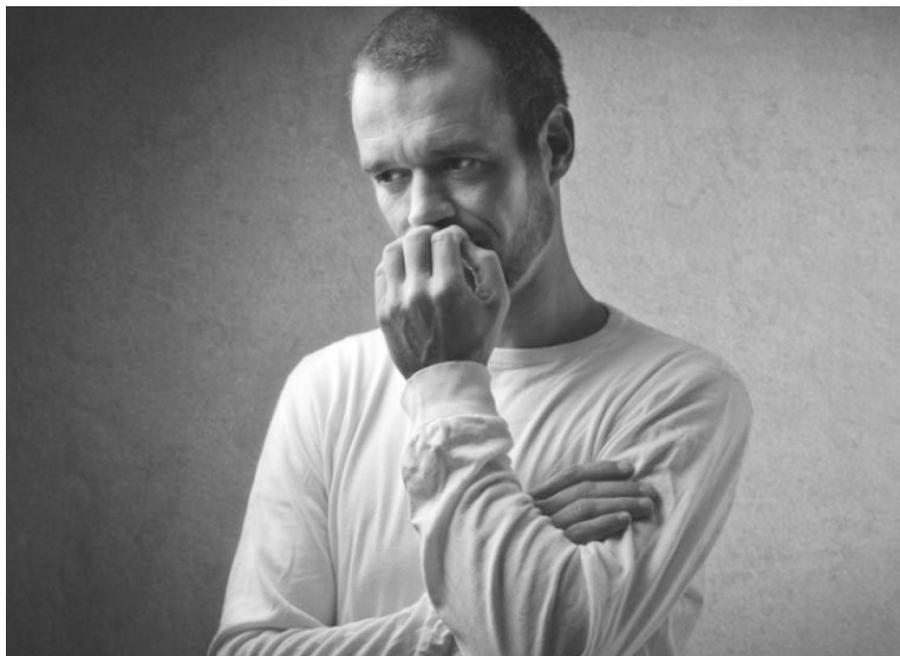
*Окончание на стр. 4–5*

*Окончание.*  
*Начало на стр. 3*

бытие, можно только в одном случае: если сердце омертвело и ничего не чувствует. Если же сердце живое, ты от этой трагичности никуда не уйдешь. И «не делать трагедии» ни из чего — это ложный путь. А верный путь — перерастить ее. Понять, как это сделать, можно только опытным путем: мы что-то преодолеваем, мы чувствуем боль, мы всем сердцем стремимся при этом к Богу — и в нас появляется совершенно другое измерение этого преодоления. И так человек способен перерастить абсолютно все, любую свою беду. И одиночество — тоже.

**— Как выбраться из своих обид, которые приводят к одиночеству и отравляют отношения с людьми?**

— Как выбраться? Взрослеть. И опять же в каждой конкретной ситуации раз за разом перерастать то, что для нас трудно. Из-за чего, например, плачет и на что обижается двухлетний ребенок? Из-за того, что мама или папа не дали ему сесть в лужу и вымазаться песком, например. А для семилетнего ребенка это уже просто неактуально, он это перерос. Но он может плакать оттого, что игрушка сломалась, может швырнуть ее от обиды. И в семь лет такая реакция еще может быть, но когда взрослый человек ведет себя примерно так же — сидит и плачет над какими-то своими сломанными «игрушками», это говорит только об одном: он не хочет взрослеть, не хочет выстраивать адекватные отношения



с окружающими вопреки каким-то проявлениям своего самолюбия. И более того, человек находит для себя в этом обиженном, безутешном состоянии какую-то странную сладость. Она порочна, и из этого обязательно надо выбираться.

**— А как выбираться?**

— На самом деле вопрос «как» очень сложен и даже неразрешим для человека, который не собирается ничего делать, и достаточно прост для человека, который с твердым намерением что-то делать начинает. Представьте, например, что вам задают вопрос: «Как выбраться из ситуации, когда утром очень хочется спать, а прозвонил будильник и нужно вставать?». Практически каждый из нас более или менее часто в такой ситуации оказывается. Что мы тогда делаем? Сначала с усилием хотя бы открываем глаза, затем приподнимаемся, спускаем одну ногу на пол, потом вторую... Здесь не существует каких-то сложных способов; есть только один способ — начать совершать какие-то

действия, переходя от более простых к более сложным.

Очень важно в повседневной жизни регулярно преодолевать себя в чем-то элементарном, тогда и в более сложных, болезненных обстоятельствах нам будет более понятно, как справляться с ними и справляться с собой. Поэтому так важен опыт поста: это один из тех элементарных навыков преодоления себя, которые человеку обязательно нужны.

**— Я так понимаю: для того чтобы избавиться от одиночества, нужно найти самого себя. Какие шаги для этого можно предпринять?**

— А как вообще можно познакомиться с каким-либо человеком, как можно его узнать? Для этого недостаточно просто видеть его изо дня в день, знать о его существовании — нужно вступить с ним в общение. И чем больше мы способны в этом общении сами открыться человеку, тем, соответственно, мы глубже сможем познать его. А открываться бывает

непросто, это всегда определенный риск. Мы можем столкнуться с чем-то, что будет для нас больно, но если мы всего этого не боимся, нам может в свою очередь открыться в этом человеке нечто такое, чего бы мы никогда не узнали, на всё это не решившись. И, как это ни чудно прозвучит, нужно точно так же общаться с самим собой — как можно чаще, глубже, искреннее, не проходить мимо самого себя.

нена наша жизнь, и заглядывая вглубь своего сердца. Это на самом деле еще труднее и еще болезненнее, чем глубокое общение с другими людьми, потому что другой человек может нас обидеть, может нас оттолкнуть, и мы можем от него отойти, а то, что сокрыто в нашем собственном сердце, бывает гораздо тяжелее и прискорбнее для нас, но уйти нам от этого решительно некуда. Однако не нужно бояться того, что мы внутри самих себя мо-

---

*Как только человек начинает пытаться с самим собой общаться, он понимает, о чем идет речь. И для начала, наверное, нужно постараться почаще задаваться вопросом: «Кто я?», упраздняясь при этом от всего того, чем наполнена наша жизнь, и заглядывая вглубь своего сердца. Это на самом деле еще труднее и еще болезненнее, чем глубокое общение с другими людьми, потому что другой человек может нас обидеть, может нас оттолкнуть, и мы можем от него отойти, а то, что сокрыто в нашем собственном сердце, бывает гораздо тяжелее и прискорбнее для нас, но уйти нам от этого решительно некуда. Однако не нужно бояться того, что мы внутри самих себя можем обрести. Когда человек находит самого себя, он может изжить с Божией помощью всё то, что его душу уродует.*

---

Что это значит? Опять-таки ответ на этот вопрос лежит в области практики. Как только человек начинает пытаться с самим собой общаться, он понимает, о чем идет речь. И для начала, наверное, нужно постараться почаще задаваться вопросом: «Кто я?», упраздняясь при этом от всего того, чем напол-

жем обрести. Когда человек находит самого себя, он может изжить с Божией помощью всё то, что его душу уродует. И это единственный путь к Богу, в котором и заключается подлинное избавление от одиночества — познать самого себя, познать свое сердце и это сердце к Богу обратить.

**— Вы употребили здесь образ человека, который плачет по сломанной игрушке. У меня есть такое предположение, что это на самом деле есть то, через что человек идентифицирует себя — через отношение к этой игрушке. Через это внутренний мир человека приобретает какие-то очертания...**

— Понимаете, здесь есть риск свою жизнь формализовать. Когда мы держимся за что-то просто потому, что считаем, что должны за это держаться, что без этого потеряем самих себя, в этом, как ни парадоксально, и есть самая большая опасность потери самих себя. Ведь жизнь, безусловно, это путь, который нам Господь дает, и она наделена смыслом уже постольку, поскольку это Божественный дар, а какие-то частные смыслы человек отыскивает уже самостоятельно. И в каждом мгновении этого пути тоже заключается смысл — его нужно проживать, нужно идти туда, куда нас Господь ведет. А когда мы решаем, что должны остановиться, потому что сломалась игрушка, к которой мы были так привязаны и которая была так для нас важна, мы оказываемся неспособны идти дальше. И понятно, почему в этой ситуации мы чувствуем себя одиночками: потому что не смотрим на то, что Господь хочет нам еще в этой жизни показать, чем Он хочет нас удивить, чему Он хочет нас научить. Мы остались там, у этой песочницы, и около нее горько проливаем слезы и опять-таки не хотим взрослеть. Мне кажется, что не имеем мы на это права.

*Подготовила Елена САПАЕВА*

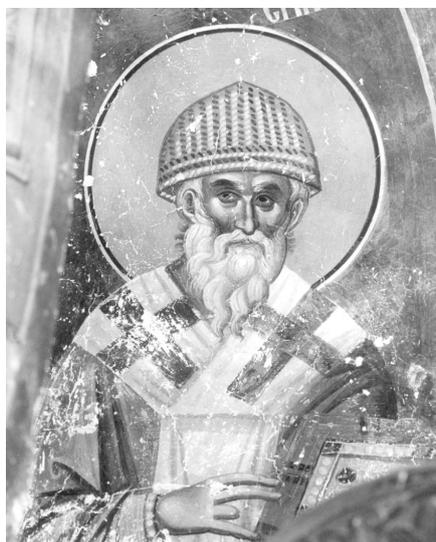
## КУДА УХОДИТ СВЯТИТЕЛЬ СПИРИДОН?

**17 и 18 сентября в Саратове будет находиться величайшая христианская святыня — ковчег с десницей святителя Спиридона Тримифунтского. Поклониться святыне можно будет в Покровском храме г. Саратова (ул. Максима Горького, 85) в любое время, храм будет открыт круглосуточно. А пока предлагаем познакомиться с жизнеописанием святого, из которого становится понятно, как святитель снискал такую огромную любовь своей паствы при жизни и почему его так любят во всем мире и по сей день.**

Святитель Спиридон Тримифунтский начинал свою жизнь простым деревенским пастухом. Он родился на Кипре, в местечке под названием Аския, и провел отрочество и юность среди безлюдных красот природы, присматривая за мелким скотом. Ведя уединенный образ жизни, будущий пастырь не стал ни замкнутым, ни грубоватым: сердечная молитва и псалмопение, которым он предавался среди полей и лугов, соделали его душу целомудренной, трудолюбивой и сострадательной к людям.

Тогда же, в юности, будущий святитель вступил в законный брак и стал отцом. Но супруга его вскоре умерла, и он всецело посвятил себя служению Богу. Ревностный, простой по натуре подвижник был спущен в священный сан, а затем возведен в архиереи. Господь по милости Своей удостоил его стать предстоятелем церкви города Тримифунта.

Вскоре после избрания отца Спиридона епископом на острове Кипр случилась страшная засуха. Сострадательный ар-



хиерей молил Господа помиловать тримифунтскую паству, послав на землю обильный дождь. Особенную боль его христианскому сердцу причиняли спекуляции на чужой беде. Перекупщики зерна поднимали цены, и жители, разоряясь, оказывались под угрозой голодной смерти. Как-то раз к одному из таких торговцев пришел голодающий крестьянин из предместья. В отчаянии он даже пал в ноги преуспевающему дельцу, прося хоть сколько-нибудь хлеба под проценты, но эти мольбы не трогали окаменевшее сердце купца. Затем крестьянин отправился к святителю и поведал

о своем отчаянном положении. Владыка утешил и успокоил беднягу, сказав, что назавтра богач сам будет упрашивать взять у него как можно больше зерна. С наступлением ночи на землю обрушился мощный ливень. Он затопил и амбар перекупщика: бобы и злаки были разбросаны стихией по всей округе. Хозяин вместе со слугами бегал по окрестностям и, надеясь выручить хоть что-то за валявшееся на дороге зерно, предлагал его прохожим. Но изголодавшиеся люди не слушали его; они собирали намокшую пшеницу в мешки и уносили по домам. Так посрамил Господь алчность и жестокость и Промыслом Своим напитал бедных.

Уроки славного святителя не прошли бесследно для его паствы. Люди каялись, исправлялись и старались уклоняться от греха, становились теплее и милосерднее к бедным. Нуждающиеся, обремененные скорбями тримифунтцы приходили к своему архиерею, зная, что он всегда постарается им помочь. Однажды святой Спиридон, не имевший средств, чтобы выручить очередного просителя, горячо помолвившись, превратил обыкновенную змею в золотое украшение. Это чудо, дарованное Господом, Владыкой природы и естества, позволило спасти от гибели целую семью: разорившийся земледelec получил под залог драгоценности семена для посева.

По молитвам Тримифунтского чудотворца произошли и другие чудеса: обрушилась статуя языческого кумира, воскрес умерший младенец, был вразумлен языческий оратор на I Вселенском Соборе. И вместе с тем он, будучи истинным подвижником, продолжал вести скромную повседневную жизнь. Святой архипастырь принимал в своем доме странников и питал их с собой за одним столом. Однажды во время Великого поста к нему постучался голодный путник. В доме владыки не нашлось никаких постных припасов, поскольку он в то время полностью воздерживался от пищи. Тогда он повелел сварить для уставшего гостя запасенное впрок мясо и сам, по закону гостеприимства, разделил с ним эту трапезу. Бесстрастный подвижник преступил строгий устав, чтобы утешить страждущего человека, поскольку имел в своем сердце как наивысшую заповедь милосердия и любви.

Народ тоже очень любил святого Спиридона. Простой и кроткий святитель посещал многие города и села Кипра, и местные жители везде спешили к нему за благословением. Порой Господь посылал к славному чудотворцу язычников или тяжких грешников, и он, беседуя, провидчески вразумлял их.

25 декабря — память святителя Спиридона. Господь открыл ему приближение его кончины. Последние слова святого

было о любви к Богу и ближним. Около 348 года во время молитвы святитель Спиридон преставился ко Господу. Погребли его в храме в честь святых апостолов в г. Тримифунте. В середине VII века мощи святителя перенесены в Константинополь, а в 1453 году — на остров Керкира в Ионическом море (лат. название острова — Корфу). Здесь в одноименном городе Керкира (главный город острова) и ныне сохраняются святые мощи святителя Спиридона в храме его имени. Пять раз в году на острове совершается торжественное празднование памяти святого.

В православном мире святой Спиридон известен как «ходящий» святой: бархатные башмачки, надетые на его ступни, изнашиваются, и несколько раз в год их заменяют новыми. А изношенную обувь разрезают на части и как великую святыню передают верующим.

По всему храму и над саркофагом с мощами на цепочках висят тамы — серебряные пластинки с выпуклым изобра-

жением фигуры всего человека или отдельных частей тела: сердца, глаз, рук, ног, а также серебряные лодочки, машины, множество лампад — это подарки людей, получивших исцеление или помощь от святителя Спиридона.

Рака с мощами святого запирается на ключ, но бывают случаи, когда ключ просто не поворачивается в замке, и тогда местные священнослужители знают — святителя Спиридона в раке нет, он ходит по земле, гостит у тех, кому нужна его помощь.

Тем, у кого были денежные или семейные проблемы, святой Спиридон Тримифунтский говорил: «Пусть у тебя будет настоящая любовь к Богу, и Бог тебе все даст. Ты не должен использовать то, что имеешь, лишь для себя одного; нужно помогать и тем людям, которые живут рядом с тобой».

На Руси почитание святителя Спиридона известно издревле, к нему обращались за помощью в материальных нуждах, просили его молитв об урожае, при поисках работы и проблемах с жильем.

### Молитва святителю Спиридону Тримифунтскому

О преблаженне святителю Спиридоне! Умоли благосердие Человеколюбца Бога, да не осудит нас по беззаконием нашим, но да сотворит с нами по милости Своей. Испроси нам, рабам Божиим (имена), у Христа и Бога нашего мирное и безмятежное житие, здравие душевное и телесное. Избави нас от всяких бед душевных и телесных, от всех томлений и диавольских наветов. Поминай нас у престола Вседержителя и умоли Господа, да подаст многих наших грехов прощение, безбедное и мирное житие, да дарует нам кончины же живота непостыдная и мирная и блаженства вечнаго в будущем веце сподобит нас, да непрестанно возсылаем славу и благодарение Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков.

## КОГДА ПОМОЩЬ НЕОБХОДИМА?

**«Психолог нужен каждому» — говорит один из героев замечательного христианского фильма «Огнеупорный». Соглашусь с небольшим уточнением: психологическая помощь может понадобиться каждому на определенном этапе жизни. Но как понять, пора ли уже записываться на прием или еще можно подождать? Давайте разбираться вместе!**

Мое глубокое убеждение — знания по психологии нужны человеку гораздо больше, чем, скажем, высшая математика или органическая химия. Основа жизни — коммуникация, то есть общение, и если с этим возникают проблемы, человек не развивается, топчется на месте, не реализует вложенный в него Богом потенциал и в результате проживает не свою жизнь. Итогом чего становится горькое разочарование. Но прежде чем учиться общению с другими людьми, необходимо научиться общению с собой. Да, да, с собой! Очень многие люди не знают себя, своих потребностей, чувств и желаний, игнорируют их или подавляют, запуская в организме психосоматические процессы, отсюда болезни — не только психики, но и тела. Так что для начала общения с психологом вполне достаточно будет интереса к себе, желания узнать себя получше. Консультант в этом случае станет для вас попутчиком, который уже проходил этот маршрут и сможет привести к цели быстрее, чем если бы вы блуждали в одиночку.

Но бывают ситуации, в которых помощь психолога необходима так же остро, как помощь

врача. И оттягивать обращение к специалисту означает запустить болезнь, а, как мы знаем, хронические болезни лечить труднее, чем острые. Какие же это случаи?

### **Когда у вас возникают трудности с тем, что легко дается окружающим**

Например, вы понимаете, что не умеете отказывать, даже если не хотите делать то, что вас просят сделать, и чувствуете от этого внутренний дискомфорт. Или вам сложно прервать разговор, от которого вы плохо себя чувствуете. Возможно, вам никак не удастся устроиться на работу из-за того, что вы с огромным трудом приступаете к общению с новыми людьми и поэтому не можете заставить себя сходить на собеседование. Вроде бы поводы незначительны, но для вас они вполне серьезны и определяют вашу жизнь.

### **У вас был травмирующий опыт**

Неважно, как давно это случилось. Если вы стали жертвой нападения, психологического или физического насилия или свиде-

телем чего-то для вас страшного и этот опыт мешает вам нормально жить дальше — это повод для встречи с психологом.

### **Вы потеряли близкого человека и не смогли справиться с этим**

Бывает, что глубина горя, связанного с потерей близкого человека, такова, что с ним не справиться в одиночку. Если вы живете в ощущении острой боли и спустя год после потери, если у вас мысли о никчемности существования, если вам с трудом даются даже обычные повседневные дела, вам определенно нужна помощь.

### **Низкая самооценка**

Любой человек может вспомнить эпизоды, когда он не нравился себе. Обычно это связано либо с конкретными неудачами, либо с возрастными кризисами. Но если вы не нравитесь себе постоянно, если вы решительно не видите в себе плюсов, если ваше самоедство лишает вас жизненных сил и энергии развиваться, это прямой повод искать помощи.

### **Возрастные кризисы**

Некоторым людям трудно смириться с естественным переходом в следующую возрастную категорию. Но застревав психологически на предыдущей ступени, человек обедняет свою жизнь, поскольку отказывается от возможностей, которые дает

каждый этап. Нам всем придется взрослеть, а потом стареть. Задача — научиться проживать все эти этапы в гармонии с собой и окружающими. Не получается? Получится — при поддержке психолога.

### **Зависимости**

«Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною» (1 Кор. 6:12). Слова апостола Павла по смыслу напоминают ответ великого французского скульптора Огюста Родена на вопрос: «В чем состоит искусство скульптора?». «Взять глыбу мрамора и отсечь от нее все лишнее», — ответил мастер. Апостол Павел использует похожий принцип отсека ненужного. Он полагает два ограничения свободе христианина. Первое — всякое дело должно совершаться с пользой для спасения моего и ближнего. Второе — человек должен быть господином своих желаний, а не рабом. Если же желания или привычки начинают владеть нами, вести нас за собой, причем, как правило, к гибели, сначала разрушая нашу земную жизнь, а потом и закрывая дорогу к Царствию Небесному, то здесь уже речь идет о зависимостях.

Зависимости бывают разные. Например, кто-то чувствует себя счастливым, только когда влюблен. Но при этом выбирает «объекты», которые заставляют его страдать. Ценностью для такого человека становятся не отношения с реальной личностью, а состояние «высокой любви».

Хотя это не любовь, а болезнь. К той же категории относятся: игровые автоматы, переедание, привычка оказываться в постели неизвестно с кем и потом жалеть об этом, зависимость от работы... Если вы попадаете под чье-то влияние и эта зависимость лишает вас свободы, достоинства, то данная проблема не ситуативная, а психологическая.

### **Тревожность**

Если вы постоянно сомневаетесь, никак не можете совершить необходимое действие, беспокоитесь по любому поводу, причем тревога не мобилизует, а парализует вас, это классический повод для обращения к специалисту.

### **Депрессия**

Плохое настроение бывает у каждого, но когда оно сохраняется постоянно, все и всё вокруг раздражают, жизнь кажется безрадостной, тяжелой и бессмысленной, у вас нет сил ни на что, вы замыкаетесь в себе и ограничиваете контакты с внешним миром, возникают мысли о возможной тяжелой болезни у вас или ваших близких, вам необходима поддержка. В современном мире примерно треть обращений к психологам связана именно с депрессией.

### **Семейные проблемы**

Мой дом — моя крепость, — говорил английский юрист, живший в XVI веке. Смысл выражения: мой дом — это то место на земле, где я могу и должен чувствовать себя в полной безопасности. Люди создают семью, чтобы быть в ней счастливыми, но если семейная жизнь превращается в поле битвы, если члены семьи не союзники, а соперники, а то и враги, если один всячески подавляет другого, с этим необходимо разбираться. Семейные проблемы нельзя пускать на самотек: модель токсичных отношений в родительской семье станет примером для детей, и они снова и снова будут воспроизводить несчастливые семьи, семьи, в которых муж и жена мучают друг друга, в которых нет развития, нет радости, нет понимания, нет удовлетворения. Хорошая новость: в 99 процентах случаев паре можно помочь выстроить гармоничные здоровые отношения. Правда, при условии, что партнеры хотят работать над собой. Но поскольку семья — это система, для начала добрых изменений достаточно и желания одного из супругов.

*Ольга ПРОТАСОВА*

**Если вы узнали в этой статье себя или свою ситуацию, приходите на прием в Центр психологической помощи «Надежда», работающий при Петропавловском храме г. Саратова.**

**Прием ведут:**

**Протасова Ольга Борисовна, телефон для записи 8-987-374-62-58**

**Пенкина Тамара Юрьевна, телефон для записи 8-908-540-97-87**

**ЦПП «Надежда» располагается в ДЦ «Международный» на 3-м этаже, кабинет 312.**

## ОКРОПИШИ МЯ ИССОПОМ

**Вот и начинается новый учебный год... И мы всей редакцией тоже, набравшись сил, продолжим учиться — тому, чему нужно продолжать учиться всегда: постигать свою веру. Сегодня нас с вами ждут очередные трудные и интересные выражения из Псалтири.**

***Не даст Богу измены за ся (Пс. 48, 6)***

Слово *измена* употреблено здесь в значении «выкуп». Человек не может дать Богу что-либо в качестве выкупа за себя, так как и весь мир не стоит одной человеческой души.

***Пожри Богу жертву хвалы (Пс. 49, 14)***

То есть принеси хвалу в жертву Богу. В этих словах открывает Господь народу Своему, что богопочитание по закону Моисееву Он некогда заменит богопочитанием новым — по духу Евангелия, ибо жертва, соединенная с хвалением Бога, дана впоследствии в удел именно христианам. Слово *хвала* здесь имеет значение «благодарение».

***Грешнику же рече Бог: вскую ты поведаеши оправдания Моя, и восприемлещи завет Мой усты Твоими; ты же возненавидел еси наказание, и отвергг еси словеса Моя вспячь (Пс. 49, 16–17)***

*Поведаеши оправдания Моя* — проповедуешь уставы Мои. Слово *наказание* здесь употреблено в значении «наставление, изучение закона». Таким образом, Господь предо-

стерегает нас от следования лицемерам, которые по внешнему виду и манерам кажутся людьми благочестивыми, душа же их не привержена тому, что они проповедуют.

***Окропиши мя иссопом, и очищуся (Пс. 50, 9)***

Иссоп — ароматная горькая трава, которую в ветхозаветные времена погружали в кровь или воду и кропили грешников из народа. Это служило символом очищения и являлось прообразом будущего очищения всех Кровью истинного Агнца — Христа.

***Возлюбил еси вся глаголы потопныя (Пс. 51, 6)***

*Глаголы потопныя* значит словеса губительные — те, что потопляют душу человека.

***И рех: кто даст ми криле яко голубине? и полещу и почию (Пс. 54, 7)***

Святитель Григорий Богослов, трактуя эти слова, говорит о том, что Давид, болезнуя внутренне, желает, чтобы ему даны были голубиные крылья, потому что они легки и быстры, каков и всякий праведник, ибо его душа не отягощена. Он также отмечает, что полет голубя

изображает дух, коим одним избегаем бедствий.

***Мужие кровей и лесты не преполовят дней своих (Пс. 54, 54)***

Псалмопевец говорит здесь о том, что кровожадные и коварные люди не доживут и до половины дней своих. Как пишет ряд толкователей, *мужами кровей* он пророчески именуется здесь иудеев, живших во времена Христа и провозгласивших: *кровь Его на нас и на детях наших* (Мф. 27, 25). Многие из их детей действительно не дожили и до половины естественного срока жизни, погибнув от мечей римлян или в огне пожара при разрушении Иерусалима в 70 году н. э. Шире это высказывание относится ко всем грешникам: не все злые и коварные люди умирают преждевременно, но некоторым сокращает Господь по человеколюбию Своему дни их — чтобы не умножались вместе с днями земной жизни тяжкие их грехи.

По материалам книг: Амвросий Медиоланский, еп. Псалтирь в святоотеческом изъяснении. М.: Летопись, 2016; Разумовский Г., прот. Объяснение священной книги псалмов. М.: ПСТГУ, 2016; Евфимий Зигабен. Толковая Псалтирь. М.: Эксмо, 2017; Лопухин А. П. Толковая Библия: В 7 т. М.: Дарь, 2015.

Подготовила Елена САПАЕВА

# ДОБРЫЕ ПРИМЕРЫ

## Детский патерик (выпуск 8)

### Смирение аввы Арсения

Когда преподобный Арсений объявил о своем намерении принять монашество, его отвели к старцу, исполненному Святого Духа. Когда пришло время трапезы, старец решил испытать смирение послушника. Он не пригласил его за стол. Арсений спокойно стоял поодаль, пока все принимали пищу. Тогда старец, продолжая испытывать подвижника, взял сухарь и кинул его на пол перед Арсением. Но и это не произвело в душе святого никакого раздражения. «Видимо, старец этот, подобный Ангелу Божию, прозрел, что я в грехах своих подобен псу, — подумал он. — Съем же я этот хлеб так, как едят его псы». После этого размышления святой встал на четвереньки и взял сухарь зубами.

— Из этого человека выйдет искусный инок, — сказал своим гостям старец.

И это действительно важно для христианина: уметь смириться и не обижаться.

### Буду терпеть!

Один монах жил в скиту, где был любим пятью братьями, а один брат испытывал к нему неприязнь. Из-за этого брата он перешел в другой монастырь. Там хорошо относились к нему восемь братьев, а двое невзлюбили. Инок убежал и оттуда и пришел через некоторое время к воротам еще одной обители. Прежде чем постучаться туда, он сказал себе:

— Вспомни все поводы, побудившие тебя выйти из прежних монастырей, — все эти поводы ты найдешь и здесь. Будешь ли терпеть? Ведь если каждый раз будешь повиноваться своим порывам, не хватит мест на земле для переходов твоих.

И сам себе ответил:

— Буду терпеть!

После этого он вынул из дорожной сумы небольшой свиток и написал на нем: «Во имя Иисуса Христа, Сына Божия, буду терпеть». Положил написанное в котомку и, помолившись, вошел в монастырь.

Каждый раз, когда братья чем-то огорчали инока, когда кто-либо выказывал к нему неприязнь, он доставал свиток и прочитывал написанный на нем обет

свой. Это укрепляло его в терпении. При этом он говорил себе: «Ты дал обещание Богу — проси же у Него помощи в том, чтоб сдержатъ его». В молитве он получал утешение, его сердце успокаивалось.

Кто-то из монахов увидел, как подвижник вынимает свиток, и рассказал об этом другим. Сообща они решили, что у терпеливого инока есть особое заклинание, которое тот прочитывает, чтобы оставаться неуязвимым в любой ситуации.

— Мы не желаем жить с этим братом, он колдун, — сказали они игумену монастыря.

После этого игумен призвал подвижника и повелел ему при всех достать и прочесть свиток. Узнав, что там написано, братья устыдились: они поняли, как милосерден и терпелив был к ним собрат. Они попросили у инока прощения и стали жить в хороших отношениях.

Подготовила Елена САПАЕВА



**СДАЮ**

Комнату в трехкомнатной квартире со всеми удобствами. За 4000 руб. Возле Экономического университета (Волжский р-н). Т.: 8-960-341-83-78, 33-40-17.

**ПРОДАЮ**

- Дом под дачу, 34 кв. м, есть сени, чулан, веранда. Пос. Готовицкий. К дому примыкает участок 15 соток. Возможна аренда. Т.: 34-44-80.

- Участок 15 соток, на участке есть хозпостройка. Пос. Готовицкий, свет, 100 м до реки Курдюм. Возможна аренда. Т.: 8-987-384-59-30.

- 2-комнатную квартиру, 56 кв. м (вторая комната темная). «Сталинка», на 5-й Дачной. Т.: 8-951-881-59-00.

- Комнату 18 кв. м на Гвардейской (третий этаж девятиэтажного дома). 380 тыс. Т.: 8-908-545-34-08.

**ПРОЧЕЕ**

Отдам художественную литературу (60 книг) бесплатно. Т.: 8-960-351-47-61.

**Строительство продолжается**

Братья и сестры! Произошло долгожданное событие — Великое освящение нашего храма. Но до окончательного завершения строительных и отделочных работ еще далеко, и предстоит сделать очень много: продолжают работы в цокольном этаже и по фасаду, по благоустройству территории. Храм будет благодарен за пожертвования денежными средствами или строительными материалами. Также мы с благодарностью примем посильную помощь от тех, кто сам может заниматься отделкой, имеет необходимый для этого опыт и квалификацию.

Реквизиты для перечисления денежных средств:

Местная религиозная организация православный Приход храма Первоверховных апостолов Петра и Павла г. Саратова Саратовской епархии Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)

**ИНН 6450608978 КПП 645001001**

**р/с 40703810056390100118** в Поволжский банк ПАО Сбербанк, г. Самара

**к/с 30101810200000000607 БИК 043601607**

**ОГРН 1056400001800 Яндекс. Деньги: 410011127650878**

Желающие пожертвовать строительные или отделочные материалы, принять участие в работе могут обратиться за свечной ящик к монахине Евфросинии, тел. 8-917-215-20-41, позвонить по телефону: 98-70-33 либо обратиться к настоятелю игумену Нектарию.

*Уважаемые прихожане, вы можете разместить свое объявление на страницах нашей газеты. Для этого необходимо вырезать купон бесплатного объявления, заполнить его, указав свои контактные данные, и отдать купон в свечную лавку. Ваше объявление выйдет в следующем номере газеты «Петропавловский листок».*

<b>Купон бесплатного объявления</b> <i>Петропавловский листок</i>	
Адрес: пр-т 50 лет Октября (ост. 3-я Дачная). Тел.: 98-70-33	<b>ПОДЧЕРКНИТЕ НУЖНОЕ</b>
Ф.И.О. _____	<b>ПРОДАЮ</b>
Тел.: _____	<b>КУПЛЮ</b>
Текст объявления _____	<b>СНИМУ</b>
_____	<b>СДАМ</b>
_____	<b>ПРОЧЕЕ</b>
<b>Внимание! Один купон — одно объявление</b>	