

## Соціальні проекти нашого храму

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Дитячий клуб «Недільна школа»</b> Олена Фролова (067) 760-55-45</li> </ul>	<p><b>Неділя</b> 11:00</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Школа футболу</b> Леонід Ярмолинський (050) 331-38-51</li> </ul>	<p>Заняття відбуваються на стадіоні заводу «Арсенал» (вул. Грушевського, 34)</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Клуб прогресивної православної молоді</b> Галина Палійчук (067) 266-11-50</li> </ul>	<p><b>Понеділок</b> 19:00</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Сімейний клуб</b> – індивідуальне та сімейне консультування – група психологічної підтримки жінок Міла Вітем (099) 499-11-19 (098) 455-55-05</li> </ul>	<p>Індивідуальний графік <b>Четвер</b> 19:00</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Вивчення уставу православного богослужіння</b> Святослав Семак (067) 116-09-68</li> </ul>	<p><b>Середа</b> 19:00</p>



### Вітаємо наших футболістів!

Щиро вітаємо нашу футбольну команду з перемогою 4:0 над київським Оміксом у матчі за Першість м. Києва, що відбувся 15 травня 2011 р. Нехай попереду вас чекають лише перемоги!

## Розклад богослужінь

- 02.06.2011. ВОЗНЕСІННЯ ГОСПОДНЄ.**  
01.06 (ср) о 17:00 – Всенощна.  
02.06 (чт) о 09:00 – Божественна літургія.
- 05.06.2011. Неділя 7-ма після Пасхи. Свв. отців Першого Вселенського собору.**  
04.06 (сб) о 17:00 – Всенощна.  
05.06 (нд) о 09:00 – Божественна літургія.
- 12.06.2011. ДЕНЬ СЯТОЇ ТРІЦІ. П'ЯТДЕСЯТНИЦЯ.**  
11.06(сб.) о 17:00 – Всенощна.  
12.06(нд.) о 09:00 – Божественна літургія. Освячення зілля.
- 13.06.2011. ДЕНЬ СЯТОГО ДУХА.**  
12.06 (нд) о 17:00 – Вечірня.  
13.06 (пн) о 09:00 – Божественна літургія.
- 19.06.2011. Неділя 1-ша після П'ятдесятниці. Всіх святих.**  
18.06 (сб) о 17:00 – Всенощна.  
19.06 (нд) о 09:00 – Божественна літургія.

Українська Православна Церква  
Храм на честь  
Різдва Пресвятої Богородиці

01015, м. Київ,  
вул. Старонаводницька 8/6,  
Царське Село

тел.: (044) 360-04-10  
<http://www.kupol.org.ua>

Головний редактор: протоієрей Олег Мельничук  
Відповідальний редактор: Любов Дубова  
Дизайн / верстка: Катерина Недождіт  
Дякуємо родині Українських за допомогу у виданні



Адреса редакції: 01015, м. Київ, вул. Старонаводницька 8/6,  
Церква на честь Різдва Пресвятої Богородиці  
тел.: (044) 360-04-10, e-mail: [kupol\\_gazeta@ukr.net](mailto:kupol_gazeta@ukr.net)  
<http://www.kupol.org.ua>

Видається за благословенням  
Блаженнішого Митрополита  
Київського і всієї України Володимира,  
Предстоятеля Української Православної Церкви

2/май 2011

Купол

Бережи життя для Щастя!

Золотая клетка — приз или ловушка?

Это дает мне надежду...

Уроки счастья

Духовная приемная

[www.kupol.org.ua](http://www.kupol.org.ua)



## Дорогой читатель!

Вот, уже мы встретились на страницах «Купола» второй раз. Кто-то приберег наш первый журнал, а кто-то, бегло просмотрев, выбросил прямо в парадном. И в том, и в другом случае мои мысли, мой дух соединился с Вами. Даже ради одного жизненного мгновения стоит прийти в эту жизнь.

Поднявшись в Карпатах на 1760 метров над уровнем моря, смотришь вдаль, а там — красота. Там — мир и покой. Слышишь разговор ветра с деревьями, их благословляет солнышко. Вспоминаешь Моисея, его разговор с Богом, радуешься каждому своему вдоху. Хочется, чтобы эти минуты не заканчивались никогда. Какое СЧАСТЬЕ! И в этом всем — БОГ!

Думаю, а почему человек не может так жить всегда — спокойно, мирно, красиво? Ведь эта Природа создана для него. Творец дал все, что есть на земле, в управление человеку. Он не топ-менеджер, даже с долевым участием, он стопроцентный ХОЗЯИН.

К сожалению, не в силах человек управлять процессами природы правильно. Да и куда там, до глобальных вопросов... Ведь здесь, в своем доме, своей квартире, он не в силах устроить все гармонично, мудро и быть счастливым. Я понимаю СЧАСТЬЕ как гармонию, взаимопонимание без аргументов и доверие без фактов. Как труд во благо. Правильно, все это — СЕМЬЯ!

Чужая семья — темный лес, говорит пословица. Но и в темном лесу нужен какой-то ориентир. Ведь можно всю жизнь проходить в темноте, так и не увидев света.

«У меня такая судьба, ничего не поделаешь», — еще одна популярная отговорка, ставшая для некоторых аксиомой жизни. Так вот, эту жизнь для себя избрал ты САМ. Не нужно перекладывать ответственность за свою жизнь на судьбу, друга, на первого, второго, или третьего мужа. Все в твоих руках...

Бережи життя для Щастя!

Митрополит Олег Мельник  
настоятель храма Рождества  
Пресвятой Богородицы

## Золотая клетка — приз или ловушка?



Что может быть с Золушкой после того, как она выйдет замуж за принца? Она не сможет прогуляться босиком по любимым лугам, ей нельзя заскочить «на огонек» к бывшей подруге в соседскую лачугу и надеть свое простенькое любимое платье — нужно «держаться фэсон», подчиняться придворному этикету и тосковать у окна в ожидании возвращения принца с королевской охоты. И... наступает момент, когда красивая сказка превращается в «мыльную оперу» под названием «Богатые тоже плачут».

Кому-то эта проблема покажется несерьезной, вроде той, о которой гласит пословица: «Кому ши не густы, а кому жемчуг мелкий!» Ведь многие молодые девушки мечтают выйти замуж за богатого. Быть женой богатого человека — это профессия, освоить которую под силу лишь мудрой и искренне любящей женщине. Юные же красавицы,

**СТРЕМИТЕСЬ НАПОЛНЯТЬ ЖИЗНЬ СМЫСЛОМ, А НЕ МАТЕРИАЛЬНЫМИ БЛАГАМИ.**

успешно «подцепившие» богатый улов в надежде на райскую жизнь, очень часто превращаются в игрушку или же девочку для сопровождения с той лишь разницей, что их отношения с мужчиной оформлены официально.

Многие женщины попадают в

ловушку бытующих социальных стереотипов, что позволяет им, к сожалению, потакать собственной инфантильности — причем, чем более интересными внешними (а иногда и в сумме с внутренними) данными обладает девушка, тем большим соблазном ей представляется получить все блага через мужчину — самый «легкий» путь.

**БЫТЬ ЖЕНОЙ БОГАТОГО ЧЕЛОВЕКА — ЭТО ПРОФЕССИЯ, ОСВОИТЬ КОТОРУЮ ПОД СИЛУ ЛИШЬ МУДРОЙ И ИСКРЕННЕ ЛЮБЯЩЕЙ ЖЕНЩИНЕ.**

Не всегда, однако, девушка осознает, что, таким образом, предает собственные интересы. Кажется, что гораздо легче воспользоваться определенной ситуацией, чтобы получить машину, чем зарабатывать на нее годами. Но так ли уж безоблачно «легкое счастье»?

Выбирая золотую клетку, женщина снимает с себя ответственность за собственную жизнь, ее позиция по отношению к миру перестает быть активной. А без истинной эмоциональной подпитки, без раскрытия себя, без борьбы, неудач и успехов, без настоящих переживаний и чувств жизнь тускнеет. Дальнейшее развитие событий предположить несложно: женщине приходится идти на всевозможные ухищрения (а нередко даже терпеть унижения), чтобы удержать «лакомого» партнера. Мужчина же в таких отношениях

тоже лишен подлинной эмоциональной жизни, так как, оказывается, что за деньги он не смог купить настоящие чувства.

И он начинает на стороне искать «свежие» чувства, которые поначалу кажутся ему менее поддельными. Столкнувшись с изменами мужа, женщина старается поскорее родить ребенка, чтобы вернуть неверного в семью. Так, дети становятся сначала результатом, а потом и объектом манипуляции.

Однако такая картина может не устроить человека с осознанным подходом к жизни, который понимает, что дети — это не средство от скуки или клей для пары, а плод подлинных отношений между мужчиной и женщиной; что любовь — это сок жизни и источник энергии. А полнота жизни — это реализация собственного потенциала через любовь — к окружающему миру, любимому делу, мужчине.

Картина мира здорового человека должна включать свободу выбора.

**КЛЕТКА — ЭТО НЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА, КЛЕТКА — ЭТО ОБРАЗ МЫШЛЕНИЯ, КОТОРЫЙ МЫ СОЗДАЕМ СЕБЕ САМИ**

Если что-то вам не дает этого сделать — вы добровольно заключили себя в клетку. Причем, попасть можно не только в золотую. Бывает, для женщины важен сам статус замужества как подтверждение того, ▶

что она достойна любви и, вообще, «не хуже других», ведь у нее «тоже» есть семья, в которой она, к сожалению, часто бывает несчастна. Многие женщины цепляются за нелюбимого мужчину и тянут уже давно пустые отношения только потому, что в ужасе осознают, что без него они останутся ни с чем, и только через него видят свое продолжение в будущем. Однако следует помнить, что клетка — это не обстоятельства, клетка — это образ мышления, который мы создаем себе сами.

**НАПОЛНЕННОСТЬ ЖИЗНИ СМЫСЛОМ  
ВЫЗЫВАЕТ ПОДЛИННОЕ  
УВАЖЕНИЕ И ВОСХИЩЕНИЕ.**

Многие проблемы — моральные, сексуальные и даже, как это ни странно, экономические — обратная сторона той медали, которая кажется женщинам столь блестящей. Богатый деловой человек живет в очень жестком, порой стрессовом режиме, его жизненный ритм предполагает, что жена должна обладать множеством очень ценных качеств: быть и психологом, и помощником, и советчиком. И при этом уметь отстаивать свои права и интересы. Если, конечно, брак заключен по любви, а не по расчету. И если женщина не хочет быть игрушкой в руках своего богатого покровителя.

Чтобы не стать жертвой золотой клетки, вырабатывайте в себе позицию активности и осмысленности по отношению к жизни. Наполненность жизни смыслом вызывает подлинное уважение и восхищение.

А для проверки истинности своих чувств задайте себе один вопрос: если бы моя жизненная мечта внезапно осуществилась — захотела бы я и дальше быть рядом с этим человеком? ■

Саша Романова



### Комментарий психолога

Предел мечтаний многих девушек — мужчина, с которым они будут чувствовать себя как за каменной стеной. Эта высокая крепкая стена должна оберегать их от жизненных бурь и потрясений. Однако наряду с этим юные создания хотят сохранить и свою независимость. Но разве можно оставаться свободной, живя за каменной стеной? Конечно, нет. Или свобода, или зависимость. Третьего не дано. Как правило, о "сильной руке" вздыхают именно мечтательные золушки. Но поскольку они живут в мире иллюзий, то легко принимают за идеального мужчину первого встречного.

По-настоящему счастливыми могут быть только два успешных и свободных человека, которые всею в жизни добились самостоятельно. Они не пытаются переложить свои проблемы на плечи партнера, а решают их сами. Не стоит искать виновного в неудачной личной жизни. Если отношения не складываются, значит, не правы оба. Начните с себя: станьте гармоничной личностью. И это сразу отразится самым положительным образом на взаимоотношениях с любимым.

Перейдите к реализации своих жизненных целей, желаний и возможностей. Перестаньте оперировать такими словами как "я хочу, чтобы было так, как я хочу". Это говорит о том, что вами управляет "внутренний ребенок". Любите ребенка внутри себя, но не идите у него на поводу, держите его под контролем. Вы живете среди взрослых людей, а значит, хотите вы этого или нет, вам придется этому соответствовать.

Прежде, чем выходить замуж за «богатого» бизнесмена, советую молодым девушкам ознакомиться с «психологическим портретом» своего будущего избранника. Это поможет понять им, в каком «океане» чувств и эмоций «плавают» их будущие мужья.

Если брать за основу любви — способность к жертвенности, то в бизнесе это качество не требуется, здесь нужны другие способности. Главное из них — способность к накоплению. Качество, диаметрально противоположное жертвенности. Когда бизнесмен занят делом — оно поглощает его целиком, ибо таковы законы коммерции. Здесь жесткая конкуренция: он должен расти, поглощая более слабых вокруг (своих конкурентов), либо сам будет проглочен более сильным. В этот период деловой человек не способен любить.



Оказывать внимание — да. А любить — не может, потому что сам нуждается в заботе, в уходе, в моральной поддержке.

Чтобы достигать целей, необходимо иметь хладнокровие. Поэтому жертвовать придется отношениями ради приобретения капиталов. Жертвовать, чтобы потом получить. В то время как в любви жертвовать — значит отдавать. Причем без претензий на встречную отдачу, просто ради любимого человека.

При настоящей любви мужчина и женщина беззаветно отдадут друг другу самое себя. А когда бизнес (ради которого жертвовали отношениями) будет, наконец, построен, даже тогда любить «успешному» человеку будет проблематично. Ведь эмоции и чувства были потрачены не на живых людей, а на «холодный расчет» в бизнесе. Этим и объясняется отсутствие душевных качеств в «золотой клетке». Женщина, стремящаяся выйти замуж за бизнесмена, «успешного» делового человека, должна понимать, что партнером в её жизни будет не только муж, но и его бизнес.

Конечно же, исключения возможны везде и всюду. И среди бизнесменов может встретиться такой человек, что не всё в его душе будет направлено на накопление, на «взять». Не в смысле материальном. В смысле духовном — чего так не хватает женщине. Но это редкий случай, когда говорят — «человек широкой души». И если же эта часть души, которая в себе имеет способность «отдавать», будет сохраняться и приумножаться, то потом, подобно энергии сжатой пружины, она выплеснется огромной любовью и волнами нежности на объект своей любви. Берегите вашу любовь для Счастья!

**Мила Витем**  
Встречи с психологом проходят в нашем храме по четвергам в 19:00.

Тел.: (099) 499-11-19  
(098) 455-55-05  
E-mail: vitem.mila@gmail.com

В ЖЖ В LJ.RU

Это дает мне надежду...

Например: Блоги

**В Интернете есть интересное ЖЖ-сообщество «Случаи из жизни», где люди переводят посты с [givesmehope.com](http://givesmehope.com) и пишут светлые истории о том, что помогает им надеяться.**

15 лет назад в Китае было незаконно иметь более одного ребенка в семье. Я был вторым ребенком. Мои родители бросили работу, сменили место жительства, а потом уехали из страны, только чтобы спасти и вырастить меня.

Сегодня, когда я работал в своем отделе магазина, вошла пожилая пара. Когда я спросил, нашли ли они то, в чем нуждались, женщина посмотрела на своего спутника и сказала: «Я нашла все, в чем нуждалась, 43 года назад».

Я всегда считала себя некрасивой. И вот в детстве сижу перед зеркалом и реву. А сестричка моя старшая пришла, обняла меня: «Дурочка, — говорит. — Какая же ты некрасивая? Смотри, ты же настоящая принцесса!». Сделала мне платье из своей юбки, нарядила в бусики, корону смастерила. А потом стул красным покрывалом накрыла и говорит: «За-лазь на трон!»

До сих пор вспоминаю с улыбкой. Спасибо ей!

Сегодня мой класс на уроке физкультуры бежал полтора километра. Я толстый, и меня все время дразнят. И в этот раз одноклассники говорили, что я приду последним.

Один парень из школьной элиты — и один из лучших по легкой атлетике — все время бежал рядом со мной и перед финишем пропустил вперед, чтобы я не пришел последним. Он сказал, его восхищает, что я в каждом деле стараюсь изо всех сил, как бы мне ни было трудно в классе. Он помогает мне надеяться.

В центре Парижа (там пробки редко, но бывают) останавливается машина — сзади вереница машин, и мы в том числе. Месье понравилась мадмуазель за рулем — вышел и назначает ей свидание. Все ждут. Ни одного гудка, ни одного окрика. У рядом стоящих водителей — улыбка до ушей! Пара договорилась о чем-то, и все, облегченно вздохнув, поехали дальше. Спрашиваю у нашего шофера — почему никто не возмущается? А он посмотрел на меня с нескрываемым удивлением: «Мадам, а вдруг там любовь, судьба, дети, в конце концов.. а я этому помешаю?!»

Папа погиб в 2007 году, в автомобильной аварии. Было так тяжело тогда, так одиноко. Моя четырехлетняя двоюродная сестра подошла ко мне и обняла. Не отпуская меня, она прошептала мне на ухо: «Я буду держать тебя вечно». Четырехлетние дети, они всегда знают, что сказать. Они помогают мне надеяться.

Когда я еще хромал и ходил с палочкой, зашел как-то в школу, где учится дочь. Шли уроки, в коридорах было тихо. Ожидая звонка, я изучал стенд со стенгазетой, объявлениями и т.д. Внимание привлекла бумажная «ромашка» — на ее лепестках дети написали свои желания, то, чего бы они больше всего хотели. Было разное: «Хочу компьютер...хочу новый велосипед...хочу поехать к бабушке...хочу, чтоб закончился мировой финансовый кризис...» Вдруг я увидел знакомый почерк дочери: «Хочу, чтоб у папы поскорее перестала болеть нога».

Мне исполнилось семнадцать. Мой старший брат служит в воздушных войсках, и я знала, что его не будет на празднике.

Я сидела в классе и плакала в свой собственный день рождения. Вошел директор и попросил меня выйти во двор. У школы стоял брат, одетый в военную форму. В одной руке он держал воздушные шарики, в другой — пакет с пирожными. Любовь моего старшего братишки помогает мне надеяться!

Видел сегодня пожилую пару на скутерах. Они специально сделали рычаги управления на противоположных сторонах, чтобы можно было ехать рядышком и держаться за руки. Их взаимная любовь помогает мне надеяться.

Когда смотришь на своего взрослеющего ребенка, невольно вспоминаешь себя в его годы, сравниваешь, пытаешься оценить самостоятельность, предсказать, как бы он выжил один в этом мире. Год назад друга моего сына сбили на переходе. Он был в коме почти две недели, почти без шансов на жизнь, даже его родители опустили руки. Сын выяснял диагноз у врачей реанимации, организовал сдачу крови, сам возил группы желающих на станцию переливания, взял на себя ответственность за деньги, которыми хотели помочь друзья, отвозил эти деньги родителям в полный горя дом, пытался их ободрить... А когда друг умер, согласился нести его гроб, хотя страшно боялся не справиться... Год назад сыну было всего семнадцать лет. Теперь я знаю, что он не бросит и не отступит, и с ним можно стоять плечом к плечу.

На днях я был в торговом центре и наблюдал за пожилой парой на скамеечке. Мужчина посмотрел женщине в глаза и сказал: «Дорогая, мы сделали это. Мы стареем вместе». ■

# Я живу изнутри

Я — женщина. Я умею создавать пространство тепла, красоты и широких границ. Умею петь так, чтобы трепетала душа, чтобы мурашки по коже. Умею вдохновлять, помогать человеку чувствовать свою силу и свою внутреннюю опору.

Анна Вахрамеева

*Впервые я увидела Анюшки, когда она вдохновенно пела на молодежном празднике в Новосибирске. Анюша — удивительная. Она глубока, прекрасна и волевова, как и ее голос. Секрет этого, я думаю, в той самой базовой уверенности в себе, о которой она рассказывает. Когда ты ощущаешь свое богатство, когда у тебя самого нет сомнений, то ищешь для того, чтобы дарить и делиться не существованием. Вдохновение, любовь и женственность — слова, которые в первую очередь ассоциируются у меня с этим замечательным человеком.*

— Я счастливый человек. Вне сомнения. Мое счастье в том, что я - знаю себя. Это, наверное, громко сказано... Я очень чутка к себе, очень чувствительна по отношению к своему внутреннему пространству. У меня есть ощущение, что я внутренне богата, что в какой бы ситуации я не оказалась, буду уверена, не растеряюсь, у меня будет что сказать, что дать.

Я живу изнутри. Делаю то, что мне хочется, а не то, что кому-то от меня нужно. Я пою, красиво говорю, мне это очень нравится, и я могу этому научить. Причем не просто внешней стороне, а знаю, как помочь человеку распаковать внутри себя колоссальные ресурсы, которые не просто сделают звучание голоса красивее, а его внутреннее пространство — богаче. Так что я считаю, что счастье, оно от исследованности своего внутреннего мира. И чем больше я исследую его — тем больше счастья. Может быть, поэтому меня не тянет снаружи путешествовать, что столько внутренних путешествий.

На первом месте в моей жизни сейчас семья. Это главное и здесь сконцентрирована моя основная энергия, основное внимание. Плюс профессиональная деятельность — проведение голосовых тренингов, индивидуальная работа с голосом. Есть у меня еще работа, которая занимает достаточно времени — внутренний тренер в компании. Но я бы хотела эту деятельность перевести в разряд «free» и уже близка к этому.

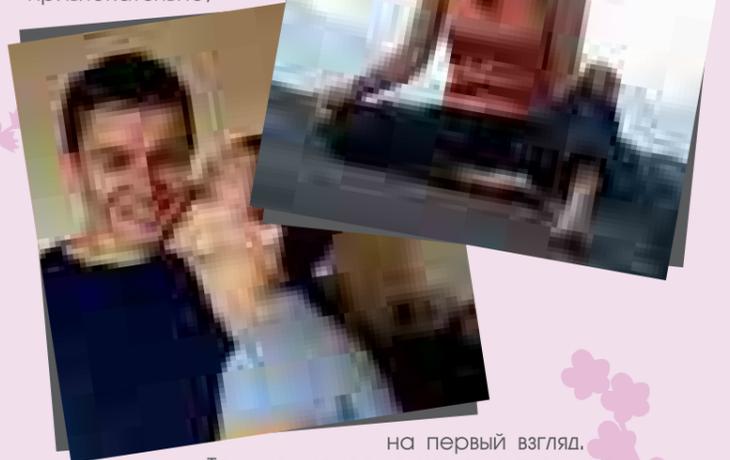
Фоновое состояние счастья у меня было всегда — всегда было больше энергии, чем в среднем у окружающих. Но тогда счастье не было стабильным состоянием. Я окончательно поняла, что счастлива — так по-честному и стабильно — не так давно. Наверное, когда встретила Стаса. Счастье для меня связано, как и у многих женщин, с пространством любви, с семейным пространством. Когда такие пространства появлялись в моей жизни, я все время чувствовала, что это что-то НЕ ТО. И вот совсем недавно я нашла ТО! Я совершенно точно знаю, что это оно. Я просто это чувствую. Тогда-то я стала счастливой окончательно и бесповоротно, похоже.

Ключевые события жизни начались со старших классов. Тогда стали издавать первые книги по психологии и появился психологический кружок у нас в школе. Я стала задумываться про себя,

про жизнь, голова заработала. Потом я переехала из Нового Уренгоя в Новосибирск. Наверное, этот переезд — самое переломное событие. В 17 лет оказалась вне семьи, родного города. У меня не было здесь друзей, родителей, я не знала города, стала студенткой, училась сама вести хозяйство и обращаться с деньгами... Полностью все изменилось в жизни, и это перевернуло все внутри, вызвало глубочайшую депрессию. И одновременно завело внутри меня моторчик по поиску ответа на вопрос — как жить счастливо. А потом все начало складываться само собой, в потоке, легко.

Я встречала людей, которые помогали мне расти, углубляться, расширяться, обогащаться... Внутренняя работа, которую мы совершаем — это то, благодаря чему в жизни случаются желаемые изменения. Она может быть осознанная или нет, но без нее жизнь не будет двигаться вперед.

Для меня внутренняя работа похожа на туристические походы, в которые я очень люблю ходить. Человек собирает рюкзак килограмм 10-15, отправляется в горы, идет целыми днями под этим рюкзаком в любую погоду, ночует в палатке, где между ним и землей лишь тонкая пенка, ест простую еду два раза в день, а, просыпаясь, чувствует, как болят мышцы ног и спины... Не особо привлекательно,



на первый взгляд.

Тем не менее, с каждым днем, по мере продвижения вперед и вверх ему открываются такие виды, такие удивительные красоты, такие чистые пространства, от которых захватывает дух и внутри наступает подобная чистота и тишина... Снежные горные пики, звонкие реки с чистой водой, огромное небо с летящими облаками днем и звездами ночью, танцующий костер, ароматы цветущих полей, чай из свежесобранных трав, тишина... Какая там тишина! Тело укрепляется и обновляется от чистой горной воды, сознание успокаивается, душа очищается, настраивается на высокий лад... А рюкзак с каждым днем становится все легче.

Еще много всего ценнейшего происходит в походах. Все не описать словами... То есть усилия, которые человек совершает вначале, кажутся мелкими и незначительными по сравнению с тем, что он получает благодаря им...

А когда человек ходит в поход не в первый раз, то эти усилия и усилиями-то не кажутся вовсе. Это то, что надо сделать — собранно и спокойно. Потому что знаешь ради чего и просто не можешь иначе. ■

Алена Симонова



всё прекрасно знают «даже лучше батюшки». Из их уст можно услышать много слов о своем поведении в храме, до такой степени нелестных, что в следующий раз уже точно никуда идти не захочется.

Прежде всего, надо сказать: «Не обращайтесь на этих людей. Их всезнание мнимое. Может быть, они пришли в церковь на день раньше вас, а теперь кичатся своей набожностью».

Начнем с азов. Вы нашли время, убедили своих домашних хоть на час отпустить вас из дому и подошли к храму.

Давайте определимся: Зачем? Ответов может быть много, но суть одна: познать Господа, поговорить с Ним, помолиться, попросить помощи, защиты. Поэтому все наши действия должны быть подчинены этой главной цели. И никакие внешние факторы не должны нас отвлекать от нее.

Перед входом в храм (на паперти) принято осенить себя крестным знаменем. Когда вы вошли в храм также нужно перекреститься.

Если вы пришли до начала службы, то сначала подходят к центральной иконе. Она установлена на аналое (специальном высоком узком столике с наклонной поверхностью). Икона обычно посвящена ближайшему церковному празднику. Иногда на аналое лежит храмовая икона.

Вы можете подойти к любой другой иконе и поставить свечу.

Если вы пришли помолиться об усопшем, то свечу принято ставить на канунник, т. е. на низенький столик на котором стоит распятие и устроена подставка для свечей.

Перед канунником служатся панихиды (заупокойные молитвы). Стоит заметить, что ничего страшного не случится, если вы по незнанию поставили свечу не на то место. Господь слышит наши молитвы, и по ним воздает нам. Поэтому никакого вреда живущему человеку, свечу за которого поставили на канунник, нанести невозможно.

Перед службой можно подать специальное письменное прошение о молитве о здравии, или об упокоении. В подобных записках упоминаются лишь крещенные люди. О них молится вся Церковь и ▶

## с Ним наедине

Я помню свое первое посещение храма. Это было в Коломне, куда весь наш шумный и веселый класс отправился на экскурсию. В нашей стране уже отпраздновали тысячелетие христианства на Руси.

Отношение между церковью и государством потеплели. Многие заброшенные храмы начали отдавать верующим. В один из таких храмов мы тайком от учителей побежали посмотреть службу.

Полуразрушенное здание церкви, в котором раньше размещался склад противогаров, казалось таинственным и немного страшноватым. В то время был восстановлен лишь один предел. Сквозняки гуляли по храму, дрожали в вечернем сумраке огоньки свечей. Голые, свежесмытые стены были пусты. Прихожане принесли из дому сохраненные в годы лихолетья иконы. Большие, деревянные, темные от времени, они стояли на стульях, и поэтому глаза православных святых были на одном уровне с моими. И от этого строгого, неземного взгляда стано-

вилось немного не по себе. Верующих было не много. Человек 15-20. Из алтаря вышел батюшка. Пожилой, невысокий священник. Мне казалось, что он смотрит только на меня. Стало страшно и неуютно. Но тут он улыбнулся доброй, мягкой, всепонимающей улыбкой. Мне захотелось подойти к нему и спросить, почему он выбрал именно этот путь в жизни, узнать о вере, о Боге, о службе. Но как? И что я могу сказать? Как правильно подойти к священнику, о чем можно с ним говорить? Вдруг я буду выглядеть глупо и смешно! Конечно же, в этот вечер я не подошла к батюшке, да и потом очень долго не решалась.

Прошло много лет. Но я по себе хорошо знаю, что часто все наши благие намерения сходить в храм разбиваются об один практический вопрос: Как? Как прийти в храм и не выглядеть там нелепо. Нам не хватает элементарных знаний обрядах, традиций. Ситуация усугубляется большим количеством околослужбных «знатоков», которые

священник в алтаре. За каждого упомянутого вами человека священник вынимает частицу хлеба (называемого просфорой). После окончания службы вы можете взять просфору. Этот хлеб нужно вкушать утром, перед едой, запивая святой водой.

Если вы решили остаться на службу, то следует помнить, что во время службы не принято ходить, разговаривать, поворачиваться к алтарю спиной.

Человеку, первый раз попавшему на службу, очень трудно понять слова богослужения, которое ведется на церковнославянском языке. Не отчаивайтесь! Не уходите сразу. Постепенно, с Божьей

помощью вы начнете понимать сначала общий смысл, а потом и более тонкие моменты богослужения. Иногда чисто физически человеку тяжело выстоять более 2-х часов на одном месте. Начинает затекать спина, ноги, кружиться голова. В храме, возле стен стоят скамьи. Нет ничего зазорного, чтобы часть службы дослушать сидя. Как говорят воцерковленные люди: «Лучше сидя думать о Боге, чем стоя о ногах!» Сначала вам нелегко будет сосредоточиться. Житейские проблемы начнут беспокоить в самый неподходящий момент. Будет казаться, что я зря здесь стою, что дома множество неза-

*Зачем мы приходим в храм? Ответов может быть много, но суть одна: познать Господа, поговорить с Ним, помолиться, попросить помощи, защиты. Поэтому все наши действия должны быть подчинены этой главной цели. И никакие внешние факторы не должны нас отвлекать от нее*

вершенных дел, что я не сходил на рынок, не убрал в квартире. Гоните эти мысли прочь! Помните, зачем вы сюда пришли.

Если вам тяжело, или по каким-то причинам вы не можете присутствовать на богослужении до конца, то мысленно попросите у Бога прощения, и тихонько идите к выходу. Принято креститься на выходе из храма, и на улице, уже после того, как вы покинули церковь.

Стоит заметить, что по всем вопросам, касающимся обрядовых и организационных сторон можно обращаться к дежурным в храме. С вопросами, касающимися спасения души, можно (и нужно!) обращаться только к священнику.

Не бойтесь приходить в храм. Пусть наше незнание, боязнь показаться смешными не останавливают нас на трудном пути к Господу. Постепенно мы разберемся во всех «непонятных» правилах и традициях, и с каждым разом, приоткрывая для себя завесу неизвестного в церковной жизни, будем становиться ближе к Богу. Ведь это так нужно нашей бессмертной душе. ■



## Делать то, что велит сердце

Дело было в школьном дворе. Возле одного из зданий школы появился фургон с мороженым, и продавец предлагал мороженое всем детям бесплатно. Сначала с недоверием, потом с радостью дети подходили к мороженщику и выбирали себе угощение по душе — шоколадное, сливочное или ягодное.

Детей мучил вопрос, почему мороженщик раздает мороженое бесплатно.

Как выяснилось, мечта путешествовать и дарить бесплатно мороженое детям была у продавца давно. А теперь она сбылась. Хоть и путь к ней не был гладок.

Сейчас у него договор на спонсорство с крупнейшей корпорацией Levi's, который позволяет ему заниматься тем, о чем он мечтал. Этот человек уже подарил детям 125 000 фургончиков, полных мороженого.

Продавец мороженого сказал, что ему интересно вдохновлять людей делать в жизни то, что велит им сердце. И ему нравится путешествовать по миру, дарить людям мороженое и улыбки.

Маленькие поступки с большой любовью очень часто приводят к счастью.

## Где живут самые счастливые люди?

Недавно аналитики британского исследовательского центра составили новый «Всемирный индекс счастья» для государств мира. Согласно их отчету самой счастливой страной мира признана Коста-Рика. За ней следуют Доминиканская Республика, Ямайка, Гватемала, Вьетнам, Колумбия, Сальвадор, Бразилия и Гондурас.

Первый подобный рейтинг был составлен в 2006 году в противовес известному «Индексу развития человека» ООН с целью показать относительный успех или неудачу стран обеспечить своим жителям счастливую жизнь. Тогда самой счастливой страной на планете исследователи назвали одну из беднейших стран мира – небольшое островное государство Вануату, расположенное в Тихом океане. Составители рейтинга подчеркивают, что там, где упор делается на развитие производства, а с ним и на экономический подъем страны, люди счастливее не становятся.

Эксперты сравнивали страны по следующим критериям: жизненные ожидания, удовлетворенность граждан своим уровнем жизни и экологическое благополучие.

Результаты этого отчета повергли в шок многих читателей. Что общего со счастьем имеет бедная Коста-Рика или Колумбия с ее торговлей наркотиками? Да и остальные страны в списке отнюдь не отличаются богатством и изобилием.

Оказывается, счастье жителей этих стран не имеет ничего общего с материальным достатком и относится в большей мере к социальной активности, общению с семьей и друзьями.

Жизненную философию Костариканцев можно описать двумя словами *vida pura*, что переводится как «чистая жизнь» и отражает действительно важные аспекты жизни. В отличие от американцев и жителей других стран, которые измеряют свое процветание количеством заработанных за год денег или маркой машины, для костариканцев критериями счастья являются более банальные и простые вещи — экологичность образа жизни, возможность проводить время с семьей и друзьями, а также возможность делать то, что они любят.

Кстати, правительство этой страны использует на 99% альтернативные источники энергии, и большое внимание уделяет сохранению природных запасов, уменьшая, таким образом, загрязнение окружающей среды и выстраивая экологически чистое пространство.

Похоже, жителям цивилизованного мира, у которых жизненные цели ограничиваются исключительно материальными ценностями, есть чему поучиться у Южной Америки в расстановке приоритетов.

## Три миллиона деревьев за один день

Тысячи жителей республики Македония взяли выходной специально для того, чтобы за один день посадить 3 миллиона деревьев, и, как оказалось, посадили даже немного больше.

Причем это уже далеко не первые миллионы. Инициатива по озеленению Македонии принадлежит оперному певцу и послу доброй воли Юнеско Борису Траянову. Именно он три года назад предложил правительству начать восстановление лесных массивов, которые были уничтожены лесными пожарами в 2007 и 2008 годах.

За 3 года, благодаря подобным масштабным акциям было посажено уже более 30 миллионов деревьев! В основном это сосны и кипарисы. Совместные посадки деревьев не только делают Македонию зеленее, объединяют семьи и друзей, но и дают возможность почувствовать свою страну уютным домом, за который ты в ответе.

А ведь в Македонии живет чуть больше двух миллионов человек. Просто представьте, сколько деревьев при желании могли бы посадить за один день жители Киева...



**ПИСЬМО  
В РЕДАКЦИЮ**

Мы познакомилась с о. Олегом всего лишь месяц назад, когда он приехал поздравить ветеранов с Пасхой. Тогда я просто обмолвилась при о. Олеге, что очень хочется разбить перед нашим домом клумбу, но нет возможности привезти землю... Каким же было мое удивление, когда спустя совсем немного времени, под окном подъехал огромный самосвал с черноземом! И мы засадили клумбу цветами, которые будут радовать всех до глубокой осени.

На этом наше общение с о. Олегом не закончилось. 19 мая 2011 г. в Совете ветеранов 607 микрорайона он освятил офис по ул. Аистова, 5. Обряд прошел просто замечательно! Батюшка подарил Совету ветеранов икону «Нечаянная радость» с надписью: «Хочу жить с вами долго и счастливо!», а каждому из нас – Иверскую икону Божьей Матери со Святой Горы Афон. Ветераны организовали для нашего гостя угощение, были даже вареники с картошкой по особому рецепту Марии Николаевны - нашей активистки.

Мы благодарны о. Олегу за дружбу и любовь к ветеранам.

Желаем ему крепкого здоровья и надеемся дружить с ним и дальше!

Член Совета ветеранов Печерского района, Иванова Лидия Константиновна



**на питання відповідає  
отець ОЛЕГ МЕЛЬНИЧУК**

Здрастуйте. Я маю чоловіка, дітей. Але в сімейному житті нещаслива, почуваю себе самотньою. Не відчуваю, що мій чоловік мене любить. Мені здається, що він найбільше любить себе, а любити когось — дружину, своїх дітей, навіть свою матір — він просто не здатний. Такі висновки я роблю не лише з відчуттів, але й з його вчинків. Замучилася вже шукати рецепти «як закохати в себе чоловіка» на всяких сайтах. Все не те.

Дякую за питання. Протягом пастирського служіння мені досить часто доводиться чути подібного роду запитання. А Ви не думали над тим, що таке Церква? Церква — це не лише прийти поставити свічку і кілька разів перехреститися, це цілий світогляд, це інституція, яка дає відповіді й практичні поради в різних життєвих ситуаціях. Порада перша. Починайте любити Ви, проявляйте любов, дійте любов'ю в усіх сферах Вашого життя. Друга порада: створіть фундамент живої, справжньої віри для усієї сім'ї. Що це таке? Це — виховувати всіх членів родини в душі Любові Божої. Третя порада — розкажіть своєму чоловікові про те, що Вас хвилює, про те, що Вам необхідна його увага. АЛЕ пам'ятаєте: сидіти весь час і дивитися на Вас, Красиву, — це теж не життя. Принаймні, не щасливе сімейне.

У мене два вопроса, связанных с взаимоотношениями детей и родителей. Вопрос первый. Насколько я понимаю, православие призывает к послушанию родителям. А как быть, если родители — деспоты? Я спрашиваю об этом потому, что моя мама очень властная и регулярно «ломает через колено» и меня, и папу, не понимая, что у нас с ним свои головы и по некоторым вопросам свое мнение, отличное от ее мнения. Я понимаю, мать не обязана слушать свою дочь, но довольно дико смотреть, как мама начинает ругать папу, когда он с ней не согласен, даже если он говорит вполне разумные вещи. И второй вопрос. Когда мы говорим о необходимости уважения к родителям детей, правильно ли сказать, что это требование накладывает определенные обязательства не только на детей, но и на родителей? Ведь уважение — такая вещь, которая даром не достается, его надо заслужить и постараться не потерять. Быть достойным уважения — это, наверно, достаточно большая ответственность. Спасибо.

Апостол Павел в Первом Послании к Коринфянам гл. 11, ст. 2-16 «... мужу глава Христос, жене глава - муж, а Христу глава - Бог ...!» Вот это система иерархии. Если это нарушается, значит, кто-то в этом виновен. Думаю, в первую очередь, муж, так как он это допустил; во-вторых - жена, которая заняла не свое место, которое ей наделено Творцом.

По поводу второго вопроса. Вы ответили не него сами. Уважение — это, в первую очередь, ответственность за свое положение, которое предоставлено нам окружающими, то ли это детьми, или друзьями, или просто знакомыми. Ответственность имеет две стороны: ответственность перед Богом и перед окружающими. Поэтому, если Бог дал этот дар, то нужно смиренно беречь его, не примешивая к этому дару гордости.

Скажіть, будь ласка, чи обов'язково мати духівника? Ніби говорять, що не обов'язково, але завжди запитують — а чи є він у вас? Хіба не досить ходити в церкву, слухати проповіді, духівник же скаже те ж саме — просто особисто. Його присутність в житті потрібна або все-таки можна без нього? Велике спасібі за відповідь!

Це тема досить широка, глибинна і дуже актуальна. Священник у храмі та особистий духівник — це люди, наділені однією благодаттю священства. Але, по відношенню до мого особистого «я», — різні. Уявіть собі, у Вас болить живіт, але там знаходяться різні органи. Приходите до лікаря, він призначає курс лікування, заздалегідь не вивчивши історію хвороби, до кінця не знаючи Ваш організм. Ви почали приймати препарати, і раптом Вам стає ще гірше, виявилось, що Ваш організм не сприймає ці ліки, почалася сильна алергія, піднявся тиск тощо.

У духовному житті такий же принцип лікування, але набагато відповідальніший. Адже права на помилку у священника немає! Він повинен повністю увійти до духовного світу людини, побачити його зсередини, прожити ним і лише тоді, «консультуючись» з благодаттю Божою, приймати рішення і радити «пацієнтові». Я це називаю «ДУХОВНЕ СПІВЖИТТЯ». Мати духівника — це щастя для людини.

Чекаємо на ваші запитання за адресою: [kupol\\_gazeta@ukr.net](mailto:kupol_gazeta@ukr.net)

**Наследники**

1	2		3	
4		5		
6				
7	8		9	
10				

**ОТГАДАЙКА**

Хозяин лесной,  
просыпается весной,  
А зимой, под вьюжный вой,  
Спит в избушке снеговой.  
(Медведь)

Я по дереву стучу,  
червячка добыть хочу,  
Хоть и скрылся под корой -  
Все равно он будет мой!  
(Дятел)

Кто без ног и без свирели  
Лучше всех выводит трели,  
Голосистее, нежней?  
Кто же это? ...  
(Соловей)

На окне — стеклянный пруд,  
А рыбачить — не дают!  
(Аквариум)

Прыгает пружинка —  
зеленая спинка —  
С травки на былинку,  
с ветки на тропинку.  
(Кузнечик)

Довгі вуха, куций хвіст,  
До мисливства в нього хист:  
Все знаходить навмання  
Це маленьке ....  
(Цуценя)

Край дороги, по обніжку,  
Йде тваринка — тонконіжка,  
Одна ніжка, п'ята ніжка...  
Там іде ...  
(Сороконіжка)

Ходить диво по рівнині,  
Дві гори несе на спині.  
(Верблюд)

Засвітився на травинці  
Вогник, ніби маячок.  
Це з ліхтариком на спинці  
Спочиває ...  
(Світлячок)

Господар по стежці повзе,  
На собі хатинку везе.  
Друзі кличуть його Павлик,  
Звісно, це рогатий ...  
(Равлик)

1. Детская игрушка для девочек
2. Орган слуха
3. Краска для ногтей
4. Домашнее животное с усами и пушистым хвостом
5. Куда дети пойдут после садика?
6. Верхняя часть комнаты, откуда висит люстра
7. Мягкая, зеленая, растёт весной из земли
8. Часть лица, нужна чтобы есть
9. Нехороший человек, который крадёт вещи
10. Начало спортивных соревнований

Разгадывай кроссворд — и приходи в наш храм за подарком в любое воскресенье в 11.00! Ждем встречи!

**СКОРОГОВОРКИ**

Бурі бобри брід перебрели,  
Забули бобри забрати торби.

Черепаха чаплю вечером  
Пригощала чаєм з печивом.

Тигрєнятко з тигром-татом  
Тренувалися стрибати.

Мила митися не вміла.  
Мила мило з рук не змила.

Мишка раз прийшла до кішки,  
Уклонила кішці в ніжки,  
Кішці — смішки,  
Мишці — нітрішки.

У долині жив удав.  
Удавав, що він все знав.  
Удавав, що все умів.  
У траві хвостом вертів.

На окошке крошку мошку  
Ловко ловит лапой кошка.

Черной ночью  
Черный кот  
Прыгнул в черный дымоход.  
В дымоходе чернота.  
Отыщи-ка там ката.

Саша шустро сушит сушки,  
Саша высушил штук шесть.  
И смешно спешат старушки  
Сушек Сашиных поесть.

Жили были три японца:  
Як, Як-Цедрак и Як-Цедрак-  
Цедрони.

Жили были три японки:  
Ципа, Ципа-Дрипа и Ципа-Дрипа-  
Дрипопони.

Все они переженились:  
Як на Ципе, Як-Цидрак на Ципе-  
Дрипе,  
А Як-Цидрак-Цидрони на Ципе-  
Дрипе-Дрипопони.