



Вестник Владимирского храма

№ 36. 24 ноября 2019г.

Наставления на Рождественский пост

28 ноября начинается Рождественский (Филиппов) пост, мы готовимся к приходу в мир Богомладенца Иисуса Христа.

Пост - это целенаправленная и усердная работа над душой, время перемен. Пост – это поток свежей чистой горной воды, которая стекает по камушкам и пробивает наносные плотины, забитые места. Это чудесное время для того, чтобы настроить рассеянную, расслабленную жизнь, серьезно наметить планы: что я хочу, какова цель моего поста, какие результаты хочу увидеть, к чему прийти. Такими целями могут быть, например:

- Настроить духовное делание, молитву, строго выполнять положенное ежедневное правило, присутствовать на богослужениях в церкви, более тщательно готовиться к Таинствам. Во время поста допустимо приступать к Святой чаше раз в неделю по благословению духовника.
- Приобрести важнейший духовный навык внимательно следить за собой, смотреть на себя со стороны. Быть внимательным к тому, что говорим, как реагируем, особенно на неприятные скорбные обстоятельства, жить по закону Божьему и все время помнить о Христе: как бы Он поступил, что бы Он сказал, как отреагировал. Мы многое пропускаем, сравнивая себя с другими людьми, а не со Христом, поэтому остаемся довольны собой. Но тем меньше доволен нами Бог.
- Строго ограничить свое пребывание в интернет-пространстве. Бесконтрольное время в сети поставить под учет - начать записывать на листе бумаги, какое время проводим впустую, чтобы побродить, почитать новости. Нужно понимать, что время - бесценное сокровище, необходимое нам, чтобы подготовиться к вечности.

- Ограничить посещение развлекательных мероприятий. Христианин должен различать времена, есть время для праздников, и есть - для подвига, молитвы и духовных упражнений.

- Ограничить прием пищи и наладить режим питания. За время многодневного поста можно сбросить лишние калории, накопленные из-за нашей невоздержанности, пресыщения, нарушения режима. Мы много себе позволяем и часто злоупотребляем естественным процессом, который Господь положил в основу питания.

Но время поста - это не только упражнения для себя, но и принесение пользы нашим ближним. Нужно задать себе вопрос: кому от моего поста хорошо? Мы, христиане, должны быть солнечными зайчиками для других людей. От христианина человек должен ощущать тепло, ласку, внимание, заботу. Поэтому важно прекратить осуждать, обижать и обижаться, помнить слова апостола Павла: "откуда у вас споры и распри? Не лучше ли вам всегда оставаться обиженными?". Прекратить постоянно качать свои права. Научиться уступать. Не обращать внимание на недостатки. Снисходить и прощать. Во время поста давайте почитаем книгу **Никодима Святогорца «Невидимая брань»**. Каждый должен иметь опыт невидимой духовной брани, понимать природу, стратегию и тактику ведения войны на уровне помыслов с духами злобы, иметь опыт победы над ними.

Так собравшись и потрудившись во время Рождественского поста, подготовим для Бога драгоценный подарок - чистое сокрушенное любящее Христа сердце.

Протоиерей Евгений Попиченко

Пост и дети

Не принижайте значения поста, приучайте детей к посту с самого раннего возраста... Многие не понимают, и сами не соблюдают постов, и детей не учат соблюдать; и не только не учат, но и подают тлетворный пример попрапия поста... В пост мать кормит своих детей мясом и приговаривает: «Кушайте, кушайте, детки! Ничего, что пост. Бог видит, что мы всегда плохо питаемся. Бог простит, Бог не взыщет за это...» О нет, взыщет, если будешь развращать своих детей! Каждая мать с раннего возраста должна приучать своих детей к посту, как это было в старое время, когда весь народ наш соблюдал посты. Не забывайте о посте, но крепко-крепко, как маленький ребенок держится за подол матери, держитесь всех уставов Церкви»
Святитель Лука (Войно-Ясенецкий)

«Сегодня люди следуют мирской логике: «Не надо детишкам поститься, чтобы не заболели, всего у них должно быть в достатке, нужно оберегать их от

трудностей». Так и живут, бедолаги, требуя всё время котлет, но с этого им никакого толка. Когда человек радуется, что не ест ради любви Христовой, тогда он по-настоящему питается. Если он ради любви Христовой предпочитает невкусное вкусному, тогда через невкусное наслаждается Христом».

Преподобный Паисий Святогорец

Пословицы и поговорки о посте

1. Одно спасенье — пост да молитва.
2. Пост приводит к вратам рая, а милостыня открывает их.
3. Мимо моста — в реку, мимо поста — не дожить веку.
4. Рада б душа посту, так тело бунтует.
5. Не все коту Масленица — настал и Великий пост
6. Великий пост подождёт тебе хвост.
7. Все посты постимся, а никуда не годимся!
8. С поста не мрут, а с обжорства дохнут.

Объявления.

- В нашей Воскресной школе открыт набор детей с 4-блет, 7-10лет, с 11лет и старше.
- Каждое воскресенье после Божественной Литургии в храме св.кн.Владимира проводятся занятия для взрослых

Расписание Богослужений

24.11 Воскресенье. Память святых: вмч. Мины (304). Мч. Виктора и сщ. Стефанды (II). Мч. Викентия диакона, Валенсийского (304). Прп. Феодора Студита, исп. (826). 07.30 Исповедь 08.00 Божественная Литургия, лития, водосвятный молебен. 16.00 Вечерня, Акафист	08.00 Божественная Литургия, лития водосвятный молебен. 16.00 Вечернее богослужение
25.11 Понедельник. Память святых: свт. Иоанна Милостивого, патриарха Александрийского (620). Прп. Нила постника (V) 07.30 Исповедь 08.00 Божественная Литургия, лития, водосвятный молебен. 16.00 Всенощное бдение	28.11 Четверг. Начало Рождественского поста. Память святых: мучеников и исповедников Гурия, Самона (299-306) и Авива (322). Прп.Паисия Величковского (1794). 07.30 Исповедь 08.00 Божественная Литургия, лития, водосвятный молебен. 16.00 Полиелейная служба
26.11 Вторник. Память святых: свт. Иоанна Златоустого, архиеп. Константинопольского (407) 07.30 Исповедь 08.00 Божественная Литургия, лития, водосвятный молебен. 16.00 Полиелейная служба	29.11. Пятница. Память святых: апостола и евангелиста Матфея (60). 07.30 Исповедь 08.00 Божественная Литургия, лития, водосвятный молебен. 16.00 Славословная служба
27.11 Среда. Память святых: апостола Флппа (I). Свт. Григория Паламы, архиеп. Фессалонитского (1357). 07.30 Исповедь	30.11. Суббота. Начало индикта – церковное новолетие. Память святых: свт. Григория чудотворца, еп. Неокесарийского(ок.266-270). Прп. Никона, игумена Радонежского, ученика прп. Сергия (1426). 07.30 Исповедь 08.00 Божественная Литургия, лития, водосвятный молебен. 16.00 Всенощное бдение

«Вестник Владимирского храма». Издательство: Храм равн.ап.кн.Владимира Кировского района г.Самара
Тираж: 100 экз. Над вестником работала редколлегия прихода храма равн.ап.кн.Владимира.
Адрес редакции: 443028 г.Самара, пр.Металлургов, 37. **Группа храма в VK: https://vk.com/kn_vladimir**
Электронный адрес вестника на сайте храма: <http://kn-vladimir.ru/vestnic.htm>