



По благословению митрополита Пермского и Кунгурского Мефодия

ВЕСТЬ №25 (101), август 2020 года

Православная

Издание Лысьвенского благочиния

Господи, Иисусе Христе Сыне Божий, помилуй нас!

19 августа – ПРЕОБРАЖЕНИЕ ГОСПОДА БОГА И СПАСА НАШЕГО ИИСУСА ХРИСТА

ПРОПОВЕДЬ В ДЕНЬ ПРЕОБРАЖЕНИЯ ГОСПОДНЯ

Сегодня мы празднуем великий для нас день

Преображения Господня.

Еще раз в своей жизни в этот праздник мы духом присутствуем на Фаворской горе. Очами веры мы видим вместе с апостолами Петром, Иаковом и Иоанном, восшедшими со Спасителем на вершину этой горы, славу Божию в священные минуты этого события. Оно произошло незадолго до крестных страданий и смерти нашего Спасителя.

Вы знаете, что Сын Божий, сходявший на нашу землю для вечного спасения людей, явился не в Своей Божественной славе, – иначе Его Божественный свет ослепил бы очи грешных людей, – но пришел на землю в уничиженном виде, прикрыв Свое Божество образом человека. А здесь, на горе Преображения, Он показал Себя в сиянии той славы, в которой Он пребывает от века и в которой увидят Его те из нас, кто своей земной жизнью будет этого достоин.

На горе Преображения апостолы увидели рядом с преобразившимся Господом пророка Моисея и пророка Илию. Моисей жил за тысячу шестьсот лет до Рождества Христова, пророк Илия – за девятьсот лет. Значит, – пророки Моисей и Илия не мертвые, но живые. Они живы были и тогда, когда их видели в этот день апостолы; живы и сейчас, живы будут и в бесконечных веках, потому что Бог наш, в Которого мы веруем, как говорит Слово Божие, «не есть Бог мертвых, но живых» (Мф. 22, 32). У Господа все живы. И



«Преображение». А. А. Иванов. 1850г.
Государственная Третьяковская галерея, Москва.

апостолы, созерцая пророков, явившихся им на это мгновение из небесного мира, видели в этом явлении живое подтверждение слов Господа Иисуса Христа: «Верующий в Меня имеет жизнь вечную» (Иоан. 6, 47).

Так это священное событие, которое мы сегодня прославляем, открывает тайну о жизни вечной, в которую уже вошли наши прадеды, деды, отцы, войдет и каждый из нас. Больше того, каждый из нас уже здесь на земле, на коротком отрезке времени, данном ему Господом для земной жизни, уже начинает этот путь жизни вечной, ибо уже никогда не умрет ни моя, ни твоя, ни чья-либо душа – ни душа верующего, ни душа нераскаянного грешника. Мы все войдем в вечную жизнь, хотя и не все войдем в вечную славу. В «радость Господа Своего» войдет только тот, кто проживет земную жизнь достойно священного имени сына своего Небесного Отца; кто стремится к Господу, как дитя к груди своей любимой матери; кто ищет Господа и в скорби и в радости, ощущая прикосновение Его отеческой руки, которой Он ве-

дет каждого из нас к Себе, и видя на всем своем земном пути Божественный Промысл.

Св. Евангелист говорит нам, что пророки Моисей и Илия, явившиеся на Фаворе, не молча стояли около Спасителя: сами осененные Божественным Светом, они беседовали с Ним. И апостолы слышали о чем: о кончине Спасителя, о близких, уже предстоящих крестных страданиях Господа Иисуса Христа. Они стремились проникнуть в тайну этих крестных страданий, потому что страдания и смерть нашего Спасителя – это воистину тайна. Это – тайна любви Божией, по которой Отец Небесный послал Своего Сына для того, чтобы Он, взяв на Себя грехи каждого из нас, пострадал и принес искупительную жертву на Голгофском кресте. Это – тайна правосудия Божия, по которому Господь осуждает грех, но прощает каждого кающегося грешника во имя Своих крестных страданий.

Стр. 2.

Дорогие братья и сестры!

С великой радостью поздравляем всех вас, с Преображением Господнем!

Преображение – это будущность нашего мира. На горе Фавор в белоснежном блистании и величестве Господь показал Божественную славу, в которой пребывал весь первоначальный материальный мир до грехопадения и каким он явится в будущем веке.

Каждому из нас нужно подняться на Фавор. Каждому достичь преобразования, увеличив свои души в небесном сиянии. Нам нужно преобразовывать свой ум непоколебимой верой так, чтобы он делался умом Христовым, мыслить и рассуждать, как учит Святое Евангелие, твердо стоять в Истине и бороться со всякой ложью и злом. Нужно преобразовывать свою волю так, чтобы она становилась послушной одному Святому Евангелию и никто, и ничто не смогло отклонить ее от исполнения заповедей Господних. Будем преобразовывать свои сердца, так, чтобы в них пребывала искренняя пламенная любовь к Богу и ближнему. Преобразовывать и самые свои чувства так, чтобы они не служили греху и беззаконию, но чистоте и правде.

Пойдемте же, братья и сестры, на вершину духовного Фавора, чтобы созерцать Свет Троицы Божества, чтобы наполнить свои сердца вечной радостью! Чтобы вместе со святыми апостолами Петром, Иаковом и Иоанном, пребывать в радости на Фаворской вершине, восклицая: «Господи, хорошо нам здесь быть!» Устремляясь по пути преобразования, будем помнить о своих ближних, о своем Отечестве! Помнить, что преобразование собственной души – это самое великое дело, которое может сделать сегодня каждый из нас для всего нашего народа. Это дело, которым мы приносим пользу всему человечеству.

Всех вас еще раз сердечно поздравляем с великим праздником Преображения Господня! И дай Бог, чтобы каждый из нас почувствовал благодать Божию, прикасающуюся к его естеству, и прошел через преобразование, которое так необходимо для укрепления веры и обретения сил, дающих возможность спасительно проходить жизненный путь.

Лысьвенское благочиние

Весь архив издания в электронном виде находится на сайте храма Святой Троицы и Николая Чудотворца (Лысьва).
Адрес: <http://svtroitsa-hram.ru>

Лысьвенское благочиние
Адрес: г. Лысьва, ул. Революции 2 «А»
Телефон: 3-61-12
Сайт: <http://svtroitsa-hram.ru>
ВК: Свято-Троицкий храм. Лысьва

19 августа – ПРЕОБРАЖЕНИЕ ГОСПОДА БОГА И СПАСА НАШЕГО ИИСУСА ХРИСТА

ПРОПОВЕДЬ В ДЕНЬ ПРЕОБРАЖЕНИЯ ГОСПОДНИИ

← **Стр. 1.** Это великая тайна премудрости Божией, по которой Господь благоволил дать людям через страдания Своего Божественного Сына право войти в вечную жизнь и наследовать в ней все те блага, какие, по слову Божию, приговорены у Господа любящим Его (1 Кор. 2, 9). Если эти крестные страдания Спасителя нужны были для спасения человечества, то разве это не является свидетельством того, что в каждом из нас есть то, что вызывало необходимость этих страданий, о которых пророки беседовали с Господом на горе Преображения? Значит, в нас есть не только плоть и кости, которые мы носим. Если бы мы состояли только из них, за что же было бы страдать за нас Господу? За прах, в который мы обратимся после смерти? Эти крестные страдания необходимы были потому, что кроме плоти и костей, которые мы носим, в нас есть бессмертная душа, и за счастье этой бессмертной души и нужна была крестная смерть нашего Господа. Так и пророк Моисей и пророк Илия не только своим присутствием с Господом на горе Фаворе, но и беседой своей с Ним говорят нам о тайне вечной жизни и о бессмертной нашей душе. На горе Преображения перед лицом изумленных учеников Господь Иисус Христос на несколько мгновений открыл не только Свою славу, но и славу Царства Небесного, горнего Иерусалима, в котором Он встретит души Своих апостолов, когда они окончат свой земной подвиг мученической смертью. И когда перед апостолами открылись двери небесного Иерусалима, и они увидели славу Спасителя и свет Небесного града, они пережили такое чувство радости, с которой воскликнул апостол Петр: «Хорошо нам здесь быть» (Лк. 9, 33). Он не нашел других слов, чтобы выразить всю радость, которая заполняла его душу и души других апостолов, свидетелей Преображения. На этой горе Господь дал почувствовать Своим ученикам то, что их ожидает в вечной жизни. Все вы хорошо знаете, что земная жизнь перейдет в жизнь, не знающую конца. И в сердце истинного ученика Христова, если мы живем по заповедям Божиим, живем с Господом на пути земной жизни, живет и предвкушение, предчувствие наших вечных благ и вечных радостей, какие ожидают истинных детей Божиих в Небесном Царстве. Священное событие Преображения Господня напоминает всем нам о том, мои дорогие, что для того, чтобы войти в ту славу, какую Господь показал на Фаворской горе, какую обещает Своим верным детям, какую мы предощущаем здесь на земле, мы должны преобразовать свою душу в дни земной жизни. Мы должны обновляться, восстанавливать в себе искажаемый грехами

образ Божий, чтобы он воссиял в каждом из нас до конца этой жизни, за которой начинается новая жизнь. Сотворив первого человека, Господь запечатлел в его душе Свой образ. Этот образ в человеке составляется из любви, милосердия, чистоты, терпения, смирения – всего того, чем Господь Иисус Христос Сам прославил Себя в дни Своей земной жизни. Чистыми мы вышли из св. купели крещения. Но нашими грехами и страстями этот образ Божий беспрерывно омрачается, покрывается грязью нашей порочной жизни. И потому мы должны обновлять его в себе в течение всей своей жизни, освобождаясь от нечистоты и пороков и украшая душу добродетелями. Так, событие Преображения Господня напоминает нам о долге преобразования нашей души. И потому с особой силой в этот день в наших сердцах звучат слова Христовы: «Бодрствуйте и молитесь» (Марк 14, 38). Господь велит нам бодрствовать сердцем, а бодрствовать – значит быть подобным страже, которая бережет какое-нибудь здание от нападения на него вора или злого человека. Эта стража обходит свое здание со всех сторон – и не один раз – из опасения, чтобы или через дверь, или через окно, или через крышу не проник в него какой-нибудь злой человек. Так надо охранять нам все ходы, через которые грех вползает в наше сердце. А он вползает бесчисленными путями: через глаза, когда они смотрят на то, что возбуждает греховное чувство и влечет ко греху; через уста, когда они произносят бранные, скверные, лживые, клеветнические, осуждающие друг друга слова. Он входит через наши помыслы, он поднимается со дна нашей души, когда мы даем свободу живущей в нас склонности к греховной жизни. Мы должны быть стражами своего сердца, потому что грех лишает нас радости чувствовать в себе Господа, отнимает сладость предвкушать и будущую радость общения со Спасителем. Мы и просим в сегодняшний день, когда Господь преобразился на Фаворе и показал славу Свою и свет нерукотворного духовного града Иерусалима, чтобы Он осветил и наши грешные души Своим светом приносущим и Своей Божественной благодатью помог нам грешным пройти земной путь достойно того призвания, к которому мы все предназначены, – быть небесными гражданами горнего Иерусалима. Живите с Господом! И пусть ваше сердце еще здесь, на земле, учится предвкушать радость увидеть Господа, Ему поклониться и с Ним быть в бесконечных веках. И радости нашей тогда никто и ничто не отнимет от нас.

Митрополит Николай (Ярушевич)

В начале было слово...

Евангелие о Преображении Господнем

О Преображении Господнем говорится в трёх Евангелиях: от Матфея, Марка и Луки. Рассказы евангелистов очень схожи. Шёл третий, последний год проповеди Христа. Вместе с учениками Спаситель дошёл до северных границ Израиля, до города Кесарии Филипповой. Затем Он отправился обратно в Галилею и дальше, на юг. Этот путь вёл Христа в Иерусалим, к месту его предстоящей казни.



Иисус с апостолами остановился у горы Фавор. Он взял с собой трёх учеников - Петра и двух братьев Иакова и Иоанна, и взшёл с ними на вершину для молитвы.

Евангелист Лука пишет, что апостолы утомились и уснули, а когда проснулись, увидели, что Христос преобразился. Сын Божий открылся перед учениками таким, каким Он был в Царстве Своего Отца. Скупыми средствами языка каждый из евангелистов попытался описать это невыразимое чудо. Лука сообщает: «вид лица Его изменился», а Матфей подчеркивает, что оно «просияло как солнце». Изменился весь облик Спасителя. Лука говорит, что одежды Его сделались белыми, блистающими. Матфей сравнивает их с белым светом. А Марк пишет, что они сделались «весьма белыми, как снег, как на земле белильщик не может выбелить». Апостолы увидели, что Христос беседовал с двумя пророками Моисеем и Илией. Евангелист Лука сообщает, что они беседовали с Сыном Божиим о предстоящих ему крестных страданиях. Ученики бросились ниц и преклонились перед величием Господа. Их переполняли и страх, и изумление, и радостный восторг. Повинуясь этому общему ощущению счастья и благоговения, Пётр дерзновенно обратился к Христу: «Наставник! хорошо нам здесь быть, сделаем три кущи, одну - Тебе, одну - Моисею и одну - Илию». Кущи - это палатки, сродни тем, в которых жили иудеи после исхода из Египта.

«Когда он еще говорил, - повествует евангелист Матфей, - се, облако светлое осенило их; и се, глас из облака, глаголющий: Сей есть Сын Мой Возлюбленный, в Котором Мое благоволение; Его слушайте». Господь обратился к лежавшим в страхе ученикам: «Встаньте, не бойтесь». Чудесное явление кончилось. Вместе они спустились с горы. Их ждал путь в Галилею, а потом в Иерусалим. Спаситель заповедал никому не говорить о видении до тех пор, пока Он не примет страдания и смерть и не воскреснет в третий день. Тайна Преображения должна была укрепить в вере его ближайших учеников в скорбные дни уныния и сомнений. Иисус стремился дать апостолам залог надежды на то, что с Его смертью Его пребывание с верующими не только не завершится, но напротив - лишь начнётся.

Господи, просвети очи мои сердечные светом разума Святого Евангелия Твоего.

Душеполезного вам Успенского поста!

Историческое содержание праздника

В православном календаре этот праздник называется «Преображение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа» и совершается сейчас 19 августа. Для многих любителей литературы он ассоциируется с замечательными стихами Бориса Пастернака.

Вы шли толпою, врозь и парами, Вдруг кто-то вспомнил, что сегодня Шестое августа по старому, Преображение Господне.

Обыкновенно свет без пламени Исходит в этот день с Фавора, И осень, ясная, как знаменье, К себе приковывает взоры!



Преображение.
А. Егоров. 1823–1824. Эскиз. Государственный Русский музей, Санкт-Петербург.

Эти стихи выражают настроение праздника – такого аристократического изысканного, блистательного. В народном же календаре, сверх меры озабоченном кулинарными проблемами, он именуется Вторым, или даже Яблочным, Спасом. Преображение (греч. метаморфосис, лат. transfiguratio) – значит «превращение в другой вид», «изменение формы» (отсюда «метаморфозы»). Так называется одно из важнейших событий евангельской истории, происшедшее незадолго до последней Пасхи Иисуса Христа. О нем рассказывают три евангелиста: Мф.17:1-13, Мк.9:2-13 и Лк.9:28-36. В Православной Церкви Преображение имеет статус двенадцатого праздника. В Католической Церкви его литургический ранг ниже и соответствует праздникам в честь апостолов и евангелистов. Литовский философ и богослов Антанас Мацейна в связи с этим писал: «Основа возникновения праздника на Востоке – богословская: это размышления писателей и отцов Греческой Церкви о Боге как о Свете, Который сияет в глубинах бытия и поэтому человек может не только Его ощущать, но иногда даже ясно

Успенский пост, три Спаса. Как не стать жертвой суеверий?

О вреде и пользе существующих традиций

БЕСЕДА.
Митрополит Бориспольский Антоний (Паканич)

– Идет Успенский пост. Он окутан приметам и суевериями, связанными с празднованием т.н. “трёх Спасов” (Медовый, Яблочный, Ореховый). Многие православные верят в них и следуют народным традициям. Хотелось бы внести ясность: что правильно, а что категорически плохо в этих традициях?

– Само название «Спас» указывает на то, что эти праздники связаны со Спасителем мира, Господом нашим Иисусом Христом, и напоминают нам о необходимости веры в Него. Примечательно, что кроме сугубо религиозного контекста, празднование этих событий имеет также измерение народной жизни, откуда и возникли наименования трёх Спасов.

У этого вопроса есть два аспекта. С одной стороны, религиозные традиции, которые вошли в плоть и кровь нашего народа, свидетельствуют о том, что православная вера всегда являлась неотъемлемой частью его жизни, быта и мировоззрения. Религия играла такую значимую роль в жизни людей, что нашла свое отображение во всех ее важнейших аспектах. Хороший урожай или засуха, благоприятные климатические условия или опасность стихийных бедствий – все это было вопросом жизни и смерти. И все свое упование в житийских заботах люди возлагали на Господа. Работу начинали с молитвы, служили молебны на полях, обращались в тяжелых обстоятельствах к Богу и получали реальную помощь, так как молились от всего сердца, с глубокой верой. Получив хороший урожай, люди несли его символическую часть в храм как знак благодарности Богу. Не случайно в народе существует пословица: «Без Бога ни до порога». Наши предки хорошо знали, что любые бедствия – это ре-

зультат греха и нарушения Божиих заповедей, а потому спешили в храм, каались, причащались.

Приносил Богу начатки первого урожая – обычай, который берет свое начало еще с Ветхозаветных времен. На протяжении многих веков народ свято хранил древние религиозные обряды. Народное благочестие, которое всегда было связано с глубокой церковностью, почитанием православных праздников, хранением Евангельского идеала жизни – неукоснительно хранило христианскую душу нашего народа.

Совет номера:
Когда совсем прижмет помыслом либо какой другой немощью, моли, моли и кричи даже: «Господи, спаси меня!» И как Петра вытащил Господь из пучины морской, так и здесь Он прострет тебе руку. Победы вам в невидимых войнах!

С другой стороны, нужно отметить также печальный факт распространения многих суеверий, связанных с почитанием праздников и святых. Суеверие – то есть суетная, пустая вера, вера в пустоту, когда обычным предметам приписываются сверхъестественные свойства – это результат религиозного невежества и потери живой связи с Церковью. Суеверия возникают тогда, когда второстепенные, внешние, обрядовые вещи ставятся во главу угла, а то, что действительно является главным и важным – внутреннее содержание – попросту забывается, теряется. Взять, к примеру, традицию освящать в храме на особые праздники мед и плоды. То, что мы приносим в храм (в данном случае фрукты и мед), имеет второстепенное значение, ведь, по сути, Богу все это не нужно. Просто таким образом мы символически выражаем благодарность Творцу как Щедрому Даятелю благ и Промыслителю о нашей жизни.

Окончание на стр. 4.

Цитата номера:
Ибо кто постыдится Меня и Моих слов в роде сем прелюбодейном и грешном, того постыдится и Сын Человеческий, когда придет в славе Отца Своего со святыми Ангелами. Мк. 8:38.
Толкование:
Не довольно одной внутренней веры: требуется и исповедание уст. Ибо как человек двойствен, то двойное должно быть и освящение, то есть освящение души посредством веры и освящение тела посредством исповедания. Итак, кто «постыдится» исповедать Распятого Богом своим, того и Он «постыдится», признает недостойным рабом Своим, когда «придет» уже не в смиренном виде, не в унижении, в котором являлся здесь прежде и за которое некоторые стыдятся Его, но «в славе» и с воинством Ангельским.

Сей есть Сын Мой возлюбленный; Его слушайте. Мк: 9: 7-7

Успенский пост, три Спаса. Как не стать жертвой суеверий? О вреде и пользе существующих традиций

Окончание. Начало на стр. 3. А главное выражение нашей благодарности заключается в покаянии, молитве, приобщении Святых Христовых Таин. Церковный народ это хорошо знал. И отсюда народное благочестие, основанное на благоговейном страхе Божьем – в воскресные и праздничные дни оставить все земные заботы и прийти в храм на Литургию, исповедаться, причаститься, помолиться Богу о себе и своих близких.

Кроме того, нужно отметить, что приносили люди то, что выращивали своими руками и добывали собственным трудом, потому и отношение к данной традиции, наверное, было несколько иным. Но когда человек видит лишь внешние атрибуты праздника, не понимая его духовного значения, не участвуя в таинственной жизни Церкви, он начинает приписывать этим предметам разные сверхъестественные свойства и таким образом впадает в грубые суеверия.

Яблочный Спас празднуется в день Преображения Господня 19 августа. Преображение имеет важный богословский смысл, так как показывает то состояние,

в котором мы будем находиться после Второго Пришествия. Слава Преображения станет достоянием тех людей, которые разделят со Спасителем радость Царства Божьего. «Господь преобразился не без причины, но дабы показать нам будущее преобразование естества нашего и будущее Свое пришествие», – писал святитель Иоанн Златоуст. В этот день христианин должен исповедаться и причаститься, почтить праздник молитвой в храме, чтобы посредством приобщения к этому великому событию хоть на шаг приблизиться к своему собственному преобразению.

В этот праздник принято освящать в храме яблоки, виноград и другие поспевшие фрукты. Очень часто далекие от Церкви люди придают освящению плодов магические свойства, что является заблуждением. Смысл освящения в день Преображения состоит только в том, что мы приносим Богу начатки нового урожая.

Эта традиция берет свое начало еще со времен Ветхого Завета, когда Богом было установлено приносить в храм все, что появлялось первым на поле или в хлеву – пшеницу, плоды, ягнен-

ка. Христиане переняли эту традицию и тоже стали приносить в храм плоды своих трудов. В Палестине праздник Преображения приходился на момент созревания винограда, который и приносили для освящения, тем самым благословляя новый урожай, из которого делали вино для Евхаристии. Когда праздник пришел на Русь, то вместо винограда, который еще не научились разводить, освящали яблоки. Но смысл остался тот же – принести Богу все первое и лучшее.

Типикон предписывает воздерживаться от вкушения яблок до их освящения. И смысл этого предписания заключается не столько в воздержании от плодов на определенный период, сколько в том, чтобы первые начатки урожая сначала обязательно освятить и только после этого потреблять. В некоторых монастырях есть традиция освящать плоды первого урожая сразу, как только они созреют, и после этого вкушать их за трапезой, не дожидаясь праздника Преображения.

– Что бы Вы хотели пожелать всем нам во время Успенского поста?

– Прежде всего, хотел бы всех православных христиан от всего сердца поздравить с идущим постом. Мы молимся, чтобы Господь явил милость нашему народу и «благословил люди Своя миром» (Пс. 28, 11). Церковь же призывает нас к покаянию, потому что это единственный путь к мирной жизни и вечному спасению. «Жизнь и смерть предложил я тебе, благословение и проклятие, – читаем мы в Священном Писании. – Избери жизнь, дабы жил ты и потомство твое» (Второзак. 30, 19).

Человек сам делает свой выбор и несет за него ответственность. И если только искренне обратиться к Отцу Небесному с покаянной молитвой, Он даст нам все необходимое, чтобы мы могли преодолеть зло и возродиться к жизни вечной. Для этого и предлагаются нам покаянные дни поста, чтобы через небольшой духовный труд мы сделались способными чувствовать и принимать Божественную благодать, которая преобразует человека и мир вокруг него. Очищая себя от скверны греха и страстей, мы приближаемся к Богу, а значит, возвращаемся в Отчий дом. «Сам же Господь мира да даст вам мир всегда во всем. Господь со всеми вами!» (2 Фес. 3, 16).

Притча об Унынии

Много лет назад Дьявол решил похвастаться и выставил на всеобщее обозрение все инструменты своего ремесла. Он аккуратно сложил их в стеклянной витрине и прикрепил к ним ярлыки, чтобы все знали, что это такое, и какова стоимость каждого из них.

Что это была за коллекция! Здесь были и блестящий Кинжал Зависти, и Молот Гнева, и Капкан Жадности.

На полочках были любовно разложены все орудия Страха, Гордыни и Ненависти. Все инструменты лежали на красивых подушечках и вызвали восхищение каждого посетителя Ада.

А на самой дальней полке лежал маленький неказистый и

довольно потрепанный деревянный клинышек с ярлыком «Уныние».

На удивление, он стоил больше, чем все остальные инструменты вместе взятые.

На вопрос, почему Дьявол так высоко ценит этот предмет, тот ответил:

— Это единственный инструмент в моем арсенале, на который я могу положиться, если все остальные окажутся бессильными. — И он с нежностью погладил деревянный клинышек. — Если мне удастся вбить его в голову человека, он открывает двери для всех остальных инструментов...

От Юности Моея † Православие †

Преображение Господне

Божественное всюду

Дорогие братья и сестры! Посмотрите, пожалуйста, 30 секунд на четыре точки, что в центре сей фотографии. Затем переведите взгляд на потолок и часто-часто моргайте.

Христос Воскресе!



Самое лучшее средство от Уныния – это благодарить Бога. Слава Богу за все! Слава тебе, Боже наш, слава тебе! С праздником вас, братья и сестры! С Преображением Господнем!