

Ступени

Издание для детей и подростков

№1

(54)

«Благовест»

№ 2(266) 2016 г.

2016 год – год Греции в России
2016 год – год 1000-летия русского
монашеского присутствия на Афоне



«Афониада» -

читайте
на 2 стр.

так называется богословское
училище для мальчиков на
Святой Горе Афон.



София
Башкова:
«Добрый день
тебе, Ангел
родной...»

3 стр.



Будет
братик.
Рассказ

6-7 стр.



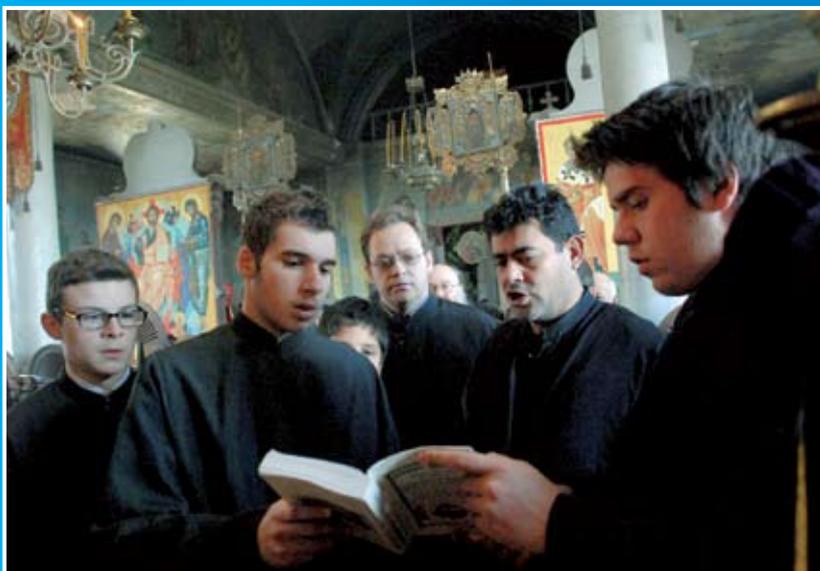
Крылатик
и Крапинка
против
чипсов

8-9 стр.



Как
заработать
авторитет

11 стр.



ТОЧКА ОПОРЫ

«Греческая вера» – так именовалось христианство в древней Руси. Оно оказало большое влияние на формирование особенностей нашей национальности. Но со временем, начиная с Киевской Руси, веру нашего народа стали называть «русское Православие». А точкой опоры, «пуговиной» соединения с истоками русского христианства осталась Святая Гора Афон. Сюда в I веке после Вознесения Спасителя прибыла Пресвятая Богородица. Выйдя на берег, как пишет святой Стефан Святгорец, Она произнесла: «Место сие да будет Моим жребием, который дан Мне Сыном и Богом Моим!..»

Связи между Русью и Афоном начались сразу после Крещения Руси в 988 году и никогда не прекращались. До 1917 года на Афоне было около четырех тысяч русских монахов, больше, чем из какой-либо другой страны...

«Россия всегда выступала защитницей Православия на Востоке, и это во многом обеспечивало безопасность Святой Горы Афон. А Святая Гора во многом обеспечивала духовную безопасность России – в первую очередь, своим влиянием на русское монашество», – сказал Святейший Патриарх Кирилл накануне празднования 1000-летия русского монашеского присутствия на Святой Горе.



«Афониада»

Училище «Афониада» основано в 1749 году, а с 1953 года располагается в Карее, на территории Андреевского скита, в котором некогда подвизались (т.е. жили и совершали монашеское служение) русские монахи.

Первым ректором богословской школы стал Евгений Вульгарис, преподаватель философии, а впоследствии – архиепископ Херсонский и Словенский.

После 1809 года школа была закрыта, а в 1844 году новая «Афониада» была организована в Карее, в келье Сакелария, которая принадлежала афонскому монастырю Кутлумуш.

В середине XX века «Афониада» переехала на свое сегодняшнее место, в южное крыло бывшего русского Андреевского скита, ранее населенного и обустроенного иноками из России.

Наряду с предметами общей школы здесь преподают богословские дисциплины, а также церковное пение и иконопись.

В этой школе есть все условия для занятий спортом. Особенно ребята любят в свободное время играть в баскетбол.

Ученики этой школы – в основном мальчики и юноши из Греции и Кипра, но среди ее выпускников недавних лет есть и ребята из России. Выпускников «Афониады» без экзаменов принимают на богословские факультеты греческих университетов, так как считается, что образование здесь высокого уровня.

Училище «Афониада» находится под постоянным вниманием сообщества афонских монастырей – Священного Кинота.

Мария НЕФЕДОВА

Ирина ЕВСИНА

Рязанская земля и Афон



Думаю, что многим известен древний Иоанно-Богословский мужской монастырь, расположенный на правом берегу Оки, в селе Пошупово Рыбновского района Рязанской области, в двадцати пяти километрах к северу от города Рязани. Этот монастырь знаменит еще и своим наместником (1989–2006) – архимандритом Авелем (Македоновым), за духовным советом к которому приезжали люди со всей страны.

Вы спросите, при чем здесь святая гора Афон? Дело в том, что отец Авель был настоятелем Афонского Свято-Пантелеимонова русского монастыря. Восемь лет управлял батюшка этой обителью, очень многое сделав для ее блага. В 1965 году

правительство Греции предоставило греческое гражданство (обязательное условие для подвижничества на Святой Горе) пяти монахам из Советского Союза и разрешило им прибыть на Афон. 27 февраля 1970 года на Афон прибыли два русских инока, получившие визы на постоянное поселение в русском Пантелеимоновом монастыре. Одним из них был архимандрит Авель. Приезд русских из СССР на Афон во многих русских эмигрантских СМИ на Западе был расценен как «великое чудо».

Архимандрит Авель сумел не только завоевать доверие и уважение греческой монашеской братии (дело для того времени не простое), но и стать в 1971 году после довольно долгого перерыва игуменом монастыря. На интронизацию отца Авеля в 1972 году собралось необычно много представителей высшей афонской власти. Посланник монастыря Иверон, хранящего главную афонскую святыню, опустил на плечи нового игумена епископскую мантию – знак особой привилегии. Монах из Великой Лавры преподобного Афанасия вручил ему игуменский жезл.

Еще один интересный факт. Архимандрит Авель постригал в монашество скопинскую старицу – матушку Феодосию, очень почитаемую в моей семье и, думаю, во всей России. Вот такая незримая нить соединяет нашу благодатную Скопинскую землю со святой горой Афон!

Аким ЗУБРИЛИН, 15 лет,
школа №2 г. Скопина Рязанской области

Символ древних наследий

Лесом покрыт и наполнен Окой
В княжестве древней Рязани,
Вольно раскинулся Спасск наш родной,
Город легенд и сказаний.

Много случилось на этой земле –
Подвигов, войн и трагедий,
Суть отпечатана в Спасском гербе –
Символе древних наследий.

Щит составляет основу герба,
Крест – наш Христос и Спаситель,
Меч – память в битвах, защита, борьба,
Спасск – непокорный воитель.

Венчает наш герб – шапка русских князей,
Единство и мудрость во власти.
Будь мудрою, власть, ты в России моей,
И нам нипочем все напасти!

Ангел в душе

София Башкова живет в старинном городе Спасске, куда приплыл на мантии святитель Василий Рязанский. Соня учится в пятом классе Спасской средней школы, активно участвует в творческих конкурсах рисунков и литературных конкурсах. У нее много увлечений: она пишет стихи, занимается в музыкальной школе, занимается вокалом, танцует в хореографическом коллективе «Озорницы», катается на коньках и лыжах, играет в большой теннис.



Мой друг

Посвящение
Михаилу Лермонтову – ред.

Мой друг, прости, что я к тебе на «ты»,
Хоть я еще юна, практически ребенок,
Но все твои поэмы и стихи из раненой, страдающей души,
Познавшей мир не с бархатных пеленок.

Как ты успел за столь короткий срок,
Отпущенный неласковой судьбою,
Понять, что гений в мире одинок,
Что путь его – под непроглядной мглою?

Твой дух, Мишель, витает надо мной,
От зависти
людской оберегает,
И сердцу дарит
тот же непокой,
И крыльями
от злобы укрывает.

Весенняя сказка

В холодную
зиму снежную
Мне теплые снятся сны.
Мечтает душа мятежная
Приблизить приход весны.

Как в сказке
из детства, кажется,
На снежной полянке весной,
Девушка в шляпке кружится,
И ландыш расцвел кружевной.

Над этой шляпкой белою
Лиловой ленты изгиб

И бусинок
россыпь небрежная,
Как солнечных зайчиков блик.

И в сказку эту весеннюю
Вложу я частичку души,
И мамину руку нежную
Найду я в тиши ночи.



Ангелина Роголо,
6 лет, г. Кемерово

РАЗГОВОР С АНГЕЛОМ

Здравствуй, здравствуй,
Небесный мой житель,
Добрый день тебе, Ангел родной.
Разреши мне тебе поклониться,
Помахать тебе в небо рукой.

Я – София, мне восемь всего лишь.
Я живу в этом милом краю,
Что любил так Есенин Серёжа,
Воспевавший Отчизну мою.

Вот и я без ума от раздолий,
Синих далей и светлой Оки.
Мне по нраву весеннее поле,
Влюблена я в изгибы реки.

Но, признаться, давно я мечтаю
Побывать в Елисейских полях,
Прогуляться вдоль Сены по краю,
Посмотреть
на Нотр-Дам в двух шагах.

Посмотреть
на Париж – и вернуться
В отчий дом, где родная семья,
Мама с папой
ждут - не дождутся,
Брат Максим и, конечно же, я.

Здесь друзья мои,
здесь моя школа,
Здесь хожу
в танцевальный кружок,
Здесь учу по-английски глаголы,
Занимаюсь здесь музыкой впрок.

На коньках здесь катаюсь зимою,
Летом езжу в луга отдыхать.
Здесь моё всё, такое родное,
Что нельзя и словами сказать.

В восемь лет увлечений немало,
Дерзких планов на жизнь – громадьё.
Но пусть рядом всегда будет мама.
Как люблю я, мой ангел, её!



Смайлик

Вряд ли есть человек, которому незнакомо чувство зависти. Ничего хорошего оно человеку не приносит, но избавиться от него трудно. Но надо. Сегодня о зависти размышляют ученики 8 «В» класса школы №44 г. Рязани.



Что такое зависть? Прежде попытаемся вдуматься в это слово. Зависть... Завидно... Глаза завидушие... Корень в этих словах – «вид», приставка – «за». И если понимать буквально, то завидовать – это значит «следить за видом». Получается, что человек завидующий обращает внимание не на внутреннее содержание, а на внешний вид.

Зависть – плохое чувство, оно разрушает самого человека, съедает душу, уничтожает всё живое, что есть в нас. Не завидовать нам надо, не считать деньги в чужом кошельке, а лучше направить силы на самосовершенствование.

Ирина Владимировна БОБРОВА, учитель русского языка и литературы школы №44

На мой взгляд, не нужно завидовать, нужно стремиться к лучшему... Зависть не поможет нам в будущем, поэтому, я думаю, не нужно тратить время на это бесполезное занятие! Зависть портит людей! От этого чувства нужно избавляться.

Аня О.

Это, несомненно, плохо. Зависть часто приводит к различным преступлениям. Из-за зависти люди часто воруют, обманывают и даже убивают других людей. Нужно пытаться самому стать таким, как и тот, кому ты завидуешь. Нужно постараться заработать больше денег, чтобы купить то, что есть у человека, которому ты завидуешь, а не сидеть сложа руки и думать, что тебя обделила жизнь.

Тимофей И.

Из-за зависти можно испортить отношения с другими людьми. Например: один человек живет богато, другой бедно, и вот у бедного возникает зависть, он пытается сделать что-нибудь плохое богатому. Это неправильно. Надо смотреть на свою жизнь. А этот богатый в любой момент может обанкротиться, и тогда завидовать будет нечему. Я знаю одну девочку, у которой проявляется зависть к своему младшему брату, так как ему уделяют больше внимания, всё покупают и т.д. Мне кажется, это плохо.

Олеся Ф.

Зависть – это грех. Нельзя завидовать кому-либо по принципу «У тебя жизнь лучше, чем у меня». Но у многих людей эта черта является, к сожалению, главной. Не многие могут с ней справиться. Захочет ли мудрый, желающий всем добра, не корыстный и не завистливый человек общаться с завистливым? У каждого свое мнение. Но я считаю, что даже в самом завистливом человеке есть что-то хорошее и доброе.

Нужно стараться избавиться от зависти, и тогда жизнь станет легче и прекраснее.

Юля О.

Зависть – это плохое явление в жизни человека, от этого сердце чернеет, характер людей меняется. Некоторые люди завидуют, например, тому, что другие живут богато, роскошно. На самом деле это неважно, главное – это хорошие отношения между людьми. Я сама, бывает, завидую некоторым друзьям, у которых «крутые» телефоны, они все из себя такие важные, насмеются над другими. Но потом это им обернется «бумерангом», уже над ними будут смеяться.

Маша А.

Бывает, что один человек завидует другому, например, когда у одного есть телефон за пять тысяч, а у другого за двадцать тысяч. Зависть – это грех, так написано в Библии. Зависть портит человека. Не надо завидовать, ведь не всё сразу удастся, нужны терпение и труд, и тогда всё получится.

Алексей А.

Зависть – это одно из самых ужасных качеств человека. Зависть обычно бывает из-за какой-то вещи, денег и т.д. Это качество портит отношения между людьми, чернит душу. Зависть – это один из смертных грехов. Лучше не завидовать, а исправлять себя.

Виктория Г.

Зависть – ужасное чувство. Я считаю, оно хуже, чем ненависть. Ведь зависть заставляет человека улыбаться другому, но при этом завидовать ему в душе, втайне. Казалось бы, это незначительное чувство, и на него не стоит обращать внимания. Но это не так. Зависть порождает злобу, из-за которой человек может сделать ужасные вещи.

Вячеслав М.

Завидовать – большой грех! Когда два друга начинают завидовать друг другу, они перестают быть друзьями. Я думаю, не бывает черной и белой зависти. Зависть в любом случае – это плохо, от нее у человека чернеет сердце. В наше время очень много завистников, чаще всего люди завидуют большому количеству денег. Думаю, от зависти нельзя полностью отучиться, она всё равно останется в глубине души.

Ксения С.

Завидовала-завидовала поганка, что ее в отличие от благородных грибов, в лучшем случае, словно не замечают, и вот что придумала:

«Это всё потому, что я маленькая и невзрачная! Вот вырасту большой и красивой – всем отомщу!»

И принялась она пить дождевую воду. Пила-пила... Захлебывалась уже. Но своего добилась: стала выше самого большого белого гриба. Потом намазала ржавчиной от консервной банки шляпку, сделала ее красней, чем у самого красного подосиновика. Да еще и белыми пятныш-

ками для пущей красоты разукрасила!

И что же?

Пришли в лес грибники. Собирают боровики, подосиновики, подберезовики. А как бывшую поганку увидели, то удивились:

«Смотрите, какой мухомор! Давайте его поскорей затопчем, чтобы кто из но-

вичков его за благородный гриб не принял!»

И затоптали, несмотря на то, что поганка стала большой и красивой.

Ведь дело не в том, кто и каков ты снаружи, а что у тебя внутри...

Монах Варнава
(Евгений Санин)

В творческой среде – у артистов, художников – чувство зависти очень развито. Я на себе это ощущаю, и мне просто становится страшно за тех людей, которые одержимы этим чувством. Это болезнь, которая не дает человеку спокойно спать. Она происходит оттого, что человек ощущает себя слабым, не таким сильным, как другие. А гордыня, из-за которой человеку хочется себя поставить выше других, и порождает мысли типа: «Я должен был быть на месте этого человека, он занял мое

место». Это, конечно, очень неприятное чувство. Надо с самого раннего детства воспитывать в себе великодушие и любовь к ближним. Только эти чувства рождают творческий подъем. Именно в них источник настоящего творчества, а вовсе не в стремлении кого-то «обскакать».

Мне Бог подарил не испытывать чувство зависти. У меня нет этого чувства, и я счастлива. Отсутствие зависти – это возможность принимать успехи других искренне и с любовью.



Раиса ЛЫСЕНИНА,
скульптор

ЧТО ГОВОРЯТ ВЗРОСЛЫЕ

Интересное определение понятию «зависть» дал кто-то из святых отцов: зависть – это скорбь о радостях ближнего. Они же говорят о том, что это самый сатанинский грех, его нельзя ничем оправдать. В какой-то мере можно оправдать



многие грехи: вор часто крадет потому, что хочет есть, хулиган рисует на стене, потому что мама и папа не занимались его воспитанием... А вот зависть происходит от какой-то необъяснимой злобы, наверное, той же самой, из-за которой змий – диавол – привёл к грехопадению наших прародителей Адама и Еву. В моей душе живёт очень много грехов, но зависти среди них, слава Богу, наверное, нет. Ведь человек, который болен этой дурной привычкой – всем завидовать, точно уж не попадёт в Царствие Небесное, потому что он и там, в силу привычки, начнёт, глядя на блаженство святых, скорбеть об их счастье и радости.

Иерей Дмитрий ФЕТИСОВ

Зависть – это грех, вызванный ощущением того, что тебе чего-то в жизни не хватает, недовольством своим положением, тем, что Бог дает лично тебе. Поэтому чувство зависти обычно сопровождается и ропотом, раздражительностью и т.д.

Бывает, что завидую, когда накатывается полоса уныния. В нормальном состоянии пытаюсь бороться с этим пороком.

Зависть, конечно, мешает, портит отношения между людьми, портит настроение и, как всякий грех, разлагает душу, делает ее больной.

Марина ГОСУДАРЕВА, преподаватель РВВДКУ

Мария ХАИТ, мастер по валянию игрушек из шерсти:

– Зависть для меня – это когда ты видишь разницу между своим и чужим, но реагируешь не совсем правильно. То есть считаешь, что где-то трава зеленее и она там зеленая незаслуженно. Такая зелень должна расти у тебя. Можно сравнивать свою жизнь и чужую, стремиться к лучшему, работать над этим. А можно сидеть и завидовать. Я не завидую людям. Потому что понимаю, что чаще всего их высокие результаты достигнуты благодаря упорному труду. И не представляю, каких усилий стоил этот прорыв. Я лишь осознаю, какой жизни я не хочу и к чему стремлюсь. И каждый день стараюсь делать шаг в этом направлении. И зависть мне не помогает, а помогает стремление к лучшему.



Наша новая тема: СЕМЬЯ

1. Какой в твоём представлении должна быть семья?
2. Хотелось ли тебе иметь много братьев и сестер? Если да, почему?
3. Есть ли в вашей семье свои традиции?

Варианты ваших окончаний этих фраз присылайте до 5 апреля на адрес электронной почты: blago@mail62.ru или почтой в редакцию: 390023, г. Рязань, ул. Горького, 14.

Не забудьте перед началом фразы вставить символ нашей рубрики [©] Интересные варианты мы обязательно опубликуем!

Будет братик

Инна ГРИШИНА



— **А** у меня скоро будет братик или сестричка! — радостно сообщила подружкам Лерочка.

— Ну и чему ты радуешься? — спросила Оля.

— Как же, Оленька, разве ты не радовалась, когда у тебя появилась сестра?

— Ну, сначала радовалась. А потом...

— Что потом?

— А потом она болела, ночью кричала, моя мама плакала. Мне маму жалко было. А ещё, — продолжала Оля, — когда ходить начала, у меня в комнате беспорядок стала наводить. Хоть на ключ от неё запирайся!

— Точно-точно, — добавила Катя. — У меня, когда брат появился, я тоже рада была. Думала, с ним играть будем. Ждала, когда он подрастёт. А его в мою комнату поселили. Он свои машинки разбрасывает, а я убираю. И полку ему пришлось одну освободить. Теперь моим куклам тесно. Представляешь, у них теперь столовая — в спальне.

— Хорошо тогда, когда один ребёнок в семье, — заключила Оля. — Вот посмотришь. Теперь про тебя все забудут, будут вокруг малыша только носиться.

— Я не верю! — сказала Лерочка и убежала к себе во двор.

Во дворе мама читала книгу. Лерочка прижалась к ней и спросила:

— Ты про меня никогда не забудешь?

— Что за ерунду ты говоришь? — удивилась мама. — Как же я забуду про тебя? Ведь ты — самое дорогое, что у меня есть.

— Правда? Дороже колечка, которое подарил тебе папа?

— Ну конечно. Дороже всего, — сказала мама и поцеловала Лерочку.

— Все дев чонки — врушки, — подумала Лерочка. — Как

же можно про меня забыть, если я — вот она. И моя мама самая лучшая на свете...

Однажды Лерочка проснулась, осмотрелась и поняла, что находится не дома. Она, конечно, узнала бабушкину комнату. Ей не было страшно. Раньше Лерочка не раз оставалась у бабушки. Но сейчас совсем другое дело. Она же помнила, что засыпала дома, в своей кроватке. Наверное, ее перенесли сонную, ведь у Лерочки очень крепкий сон. Тут вошла бабушка.

— Проснулась, солнышко, — обратилась она к Лерочке.

Лерочка улыбнулась. Она всегда рада видеть бабушку.

— А почему я здесь? Где моя мама? — спросила девочка.

— Мама приболела, — ответила бабушка. — Её ночью отвезли в больницу. Папа поехал с ней. Он ведь сейчас нужнее маме. А ты побудь у меня, крошка, пока мама поправится. А сейчас умывайся, одевайся — мы пойдём в храм. Нужно помолиться за здоровье мамы.

Лерочка собралась быстро. В храме было всё красиво и торжественно. Батюшка вышел в голубом одеянии и что-то рассказывал. Но Лерочка совсем его не слушала.

— Господи-Боженька, и ты, Матушка-Богородица, сделайте так, чтобы с моей ма-

мой было всё хорошо. Пусть она поправится и приедет ко мне, — шептала она.

Когда все вышли из храма, к Лерочке подошла Катюша.

— К бабушке идёшь? — спросила она. — У неё теперь жить будешь? — И, не дожидаясь ответа, сказала:

— Я ведь тебя предупреждала. Вот ребёнок ещё не родился, а тебя уже к бабушке отправили. Ты больше не нужна.

— Это неправда, за мной сегодня папа приедет, — ответила Лерочка и побежала домой.

Но папа не приехал. Наступила ночь, а папы не было. Чтобы не расстраивать бабушку, Лерочка пошла, улеглась в постель. Но стоило только закрыть двери, как она залилась слезами и плакала долго-долго, не заметив, как уснула. То же самое повторилось и на следующий день. Папа звонил бабушке, но Лерочка была так сердита на него, что не хотела подходить к телефону. Бабушка сообщила ей, что у неё родился братик. Ночью Лерочка опять плакала...

Чез несколько дней бабушка подошла к Лерочке, взяла её за руку и сказала:

— Мама сегодня вернулась из больницы, пойдём, я отведу тебя домой.

— Нет, — закричала Лерочка и выдернула руку. — Они меня бросили, я не пойду. Я очень люблю мамочку, но если ей лучше без меня, пусть будет с этим малышом. Может, он будет лучше, не будет огорчать маму, как это иногда делала я.

Лерочка ходила по дорожкам сада. Её звал играть

Даня, Алиса подарила ей плюшевого котика. Увидев папину машину, Лерочка убежала в ванную комнату, закрылась там и разревелась. Все взрослые пытались утешить её, пока бабушка не сказала:

— Оставьте её, девочке надо повзрослеть самостоятельно.

Папа уехал. Все занялись своими делами. Лерочка вышла, немного поиграла с подаренной игрушкой, потом стала поливать с Алисой цветы. Пообедав, ребята вышли во двор и стали играть в прятки. Лерочка спряталась очень хорошо. Конечно, её смогли бы найти Сонечка или Оля, но Алиса никак не могла этого сделать. Она была мала, и даже когда подошла близко, не увидела Леру.

— Какая потешная эта малышка, — подумала Лерочка. — Какие у неё маленькие ручки, как смешно она хмурит бровки и морщит носик. Интересно, а мой братишка, какой он? Может, пойти глянуть, хоть одним глазком...

Дорогу до дома Лерочка знала отлично. Это совсем не далеко. Она зашла во двор и бесшумно открыла дверь дома. На цыпочках Лерочка поднялась в свою комнату. Тут было всё как всегда. Никаких машинок и мальчишечьих игрушек не было. Тогда она прошла в комнату мамы и увидела крошечную кроватку, накрытую занавесочкой. Лерочка заглянула за занавеску и ахнула. Какой замечательный малыш! Он открыл глазки и посмотрел на Лерочку. Лерочка улыбнулась малышу.

Тут в комнату вошла мама. Она посмотрела на Лерочку, поцеловала её и спросила:

— Как мы с тобой его назовём?

Лерочка задумалась. Малыш сморщил носик и заворочался.

— Ему нужно сменить пелёнки, — сказала мама. — Хочешь помочь мне?

Мама подошла к комоду и ахнула.

– Мурзик, – крикнула она, – ну-ка брысь!

Кот Мурзик спал на стопочке чистеньких пелёнок. От маминого крика он проснулся и бросился бежать. Прыгая, он оттолкнулся от кровати, и та сильно закачалась. Малыш заплакал. Лерочка вместе с мамой бросились к кроватке, чтоб не дать ей упасть. Лерочка готова была отдать всё на свете, чтоб с малышом ничего не случилось. Они остановили кроватку. Мама взяла малыша на руки и осторожно положила его на свою кровать. Лерочка заплакала от счастья, что ничего не случилось. Она пошла к двери и стала прогонять Мурзика. Мурзик выскочил за дверь, и девочка закрыла её. Побежав к маме, она споткнулась о ковёр и упала. Мама кинулась к ней.

– Да со мной всё в порядке, мамочка, я не ушиблась, – шептала Лера, глядя на маму.

На глазах у мамы тоже были слёзы. Они подошли к малышу.

– Ты понимаешь, дочка, вы для меня одинаковы. Я люблю вас обоих. Ты не бойся, – сказала мама, обняв Лерочку. – Моей любви хватит на всех.

– Я поняла, – сказала Лерочка, – что у нас с тобой есть самое дорогое на свете: этот малыш.

Тут вошёл папа. Он тоже обнял Лерочку и сказал:

– Прости меня, дочка.

– За что ты просишь прощения, папа? – удивилась Лерочка. – Я же знаю, что вы меня не бросали!

– Прости меня за то, что я не рассказал тебе. Не рассказал, что в семье все любят друг друга, хоть вдвоём, хоть втроём, хоть всемером. У кого большая душа, в ней хватит места и на семерых. Я думал, ты у нас ещё маленькая девочка, а ты уже совсем взрослая.

– Да я и сама всё поняла, – засмеялась Лерочка. – Как же мы его всё-таки назовём?

Младший брат

У меня родился брат.
Я, конечно, очень рад.
Только этот братик
Не встаёт с кровати.
Как не будешь тут сердит?
Днём мой брат всё время спит,
Плачет среди ночи,
А играть не хочет!
В доме всё теперь вверх дном.
Все заботятся о нём.
Даже мне для брата
Быть примером надо.
Я стараюсь, я готов!
Только брат не знает слов.

Говорит лишь «мама»,
Да и то так странно!
Время медленно идёт.
Долго братик мой растёт,
Но уже я знаю –
В нём души не чаю!
Я его не тороплю!
Я его и так люблю!
Он такой хороший!
Он немножко на меня...
На меня похожий!

Татьяна БОКОВА

При солнышке
тепло, при матери
добро.

Дитяtko –
что тесто:
как замесил, так
и выросло.

Твоя опора

Любили тебя

без особых причин

За то, что ты – внук,
За то, что ты – сын,
За то, что малыш,
За то, что растёшь,
За то, что на папу и маму похож.
И эта любовь до конца твоих дней
Останется тайной опорой твоей.

В. Берестов

В семье любовь
да совет, так
и нужды нет.

Изба
детьми
весела

Ольга ИВАНОВА,
9 лет

**Анастасия
ТОСАКОВА,
15 лет**

Мама

«Ищите истину!» –
Призвал мудрец один.
И ищет человек
Среди песков и льдин,
И смело покоряет океан,
И видит сотни городов,
Десятки стран...

Чем больше пьёшь воды,
Тем больше хочешь пить...
Но об одном не должен
ты забыть –
Вернуться.

И, отряхнув пыль
тысячи дорог,
Переступи родной порог
И перед мамой
голову склони.
И руки поцелуй. И помолчи...
В её любви к тебе –
от истины ключи.

**Артём САМСОНОВ,
15 лет,
г. Новомичуринск**

Божья коровка



Крылатик и Крапинка, довольные покупками, возвращались вместе со своим другом Бельчком из города. Мальчики весело бежали по лесной тропинке домой, обгоняя друг друга. Девочка спешила за ними, доедая по дороге чипсы.

– Такая вкуснятина, и почему мы раньше не пробовали! – с наслаждением заметила Крапинка, запивая чипсы «кока-колой».

– Да, надо было побольше купить, а то ещё хочется, – ответил Крылатик.

– Ой-ой-ой-ой! – вдруг остановился Бельчонок, схватился за живот и запричитал.

– Что случилось? – испугались брат и сестра.

– Ой-ой-ой, живо-о-от! – только и смог от боли повторить бедняга.

Ребята были уже около дома Крылатика и Крапинки, поэтому они взяли под руки друга, осторожно довели его до кровати и уложили. Они уже думали,



что с ним делать, и собирались налить ему для успокоения газировки. В этот же момент как раз подросла тётя Люба.

– Что такое, что с Бельчком? – беспокойно спросила она.

– Сами не знаем, шли вот после прогулки по городу, а он вдруг резко остановился и за живот схватился. Вот сейчас ему «колы» нальём, может, полегчает, – ответила Крапинка.

– Вы что! – испугалась тётя Люба. – Ни в коем случае! Принесите лучше активированный уголь и чистую воду.

Крылатик быстро достал из шкафа аптечку, а Крапинка налила воды и нашла нужные таблет-

ки. Когда гостя привела Бельчонок в чувство и он уже смог сидеть, ребята попросили её объяснить, почему же всё-таки их другу стало плохо.

– Что вы покупали в городе? – спросила тётя Люба.

– Да мы в магазин заходили за хлебом и молоком. А там чипсы,

«кока-колу» привезли. Мы их и решили попробовать, – ответил Крылатик.

– И пару «сникерсов» ещё купили, – добавила его сестра.

– Тогда всё понятно, – сокрушённо сказала гостя. – Вы не знали, насколько эти иностранные сладости вредные?

– Нет, – ответил Бельчонок. – Но уже, кажется, почувствовал.

– Так вот слушайте. В сильногазированных напитках вроде «колы» очень много вредных кислот. Впрочем, кислот совсем безвредных вообще не бывает. Если почитать состав сладкой шипучки, мы найдём там такое количество синтетических (то есть искусственных, не натуральных) красителей, ароматизаторов и кофеина, что станет плохо не только желудку, но и печени, костям и особенно зубам.

– Ой, что, и зубы могут выпать, и косточки сломаться? – испуганно воскликнула Крапинка.

– Зубы действительно могут и заболеть, и вы-



пасть, а кости станут хрупкими, – ответила тётя Люба.

– Зато «кока-кола» такая вкусная и сладкая, особенно со «сникерсом»! – попытался её оправдать Крылатик.

– Очень сладкая, потому что в стакане газировки содержится суточная норма сахара, а в батончике шоколада не меньше. А он, кроме того, содержит почти одну пятую от нормы калорий в организме, а люди, которые её превышают, начинают толстеть. Сахар в сильногазированных напитках и шоколадках вроде «сникер-

са» особенно вреден тем, что понемногу разъедает зубы.

– А я-то думаю, чего это у меня зуб заболел, – заметила Крапинка.

– Тебе же не хочется идти к зубному врачу? – спросила гостя.

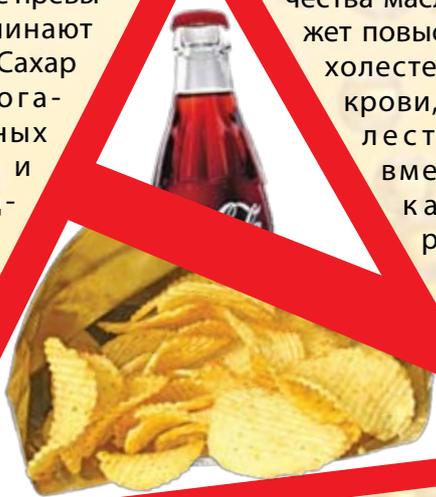
– Нет-нет-нет! – испугалась девочка.

– Тогда советую есть таких сладостей поменьше.

– Ну а чипсы? – напом-

ГЛАВНЫЙ враг зубов

Это не просто сахар! А САХАР, РАСТВОРЕННЫЙ В КИСЛОТЕ. Когда углекислый газ растворяется в воде, как в любой «шипучке», образуется слабый раствор угольной кислоты. Кислота + большое количество сахара = прощай, зубная эмаль!



нил Бельчонок. – Они же не такие сладкие.

– Но не менее вредные, – заметила тётя Люба. – В них содержатся другие вещества, плохо влияющие на наш организм. Из-за большого количества масла может повыситься холестерин в крови, а холестерин вместе с канцерогенами

нами приводит к ожирению и изжоге, как у Бельчонка.

– А ведь так трудно прекратить есть, хочется ещё... – вздохнул Крылатик.

– Конечно, ведь в этих продуктах есть ещё такие вещества, которые вызывают привыкание. Чем больше их потреблять, тем чаще будет возникать желание съесть ещё.

– Но хочется же иногда чего-нибудь вкусного, – сказала Крапинка.

– А как же молоко? Знаете, это настолько полезный напиток, если натуральный, что давать пить его можно даже самым маленьким детям. Молоко – лучший источник энергии и витаминов.

– Я вот не очень люблю молоко, – заметил Бельчонок.

– А мороженое любишь? – спросила тётя Люба.

– Очень! – воскликнул мальчик.

– И мы любим, кто ж его не любит! – сказали Крылатик и Крапинка.

– А ведь оно состоит в основном из молока. Предлагаю сегодня вечером приготовить домашнее мороженое. Хотите?

– Да-а-а! – радостно закричали дети.

– А что для этого нужно? – спросила девочка.

Тогда тётя Люба подробно рассказала рецепт приготовления мороженого. Все вместе они приготовили

Домашнее мороженое

Вам понадобятся:

220 мл сливок 20%-ной жирности, 220 мл молока, ванильный ароматизатор, 70 г сахара, 1 яйцо, закрывающиеся пакеты для пищевых продуктов, дроблёный лёд, каменная соль

Рецепт приготовления:

В закрывающемся пластиковом пакете необходимо смешать сливки, молоко, сахар, яйцо, ванильный аро-

матизатор и перелить около четверти смеси в другой закрывающийся пакет.

Наполнить третий пакет дроблёным льдом.

Добавить в тот же пакет несколько горстей каменной соли.

Положить плотно закрытый пакет с молочной смесью в пакет со льдом и закрыть наружный пакет.

Аккуратно сжимать смесь в течение примерно 20 минут.

Мороженое готово!



это лакомство, которое оказалось настолько вкусным, что ребятам больше не захотелось «колы», «сникерсов» и чипсов. И мы предлагаем вам приготовить такое домашнее мороженое самостоятельно.

Мария ЕВСИНА

Спасая стерхов

Модным нынче словом «экотуризм» можно было бы назвать наш семейный выезд на природу. Но цель субботней поездки была не столь банальна, а вполне определена – посетить родину моих предков. Нам предстоял путь в почти забытую деревеньку в Спасском районе, которую не на всякой карте и сыщешь...

Всю дорогу разглядываю пейзажи за окном, красоты родного края, и тут же замечаю следы непочтительного, недоброго отношения людей к природе. Что же значит на самом деле быть добрым человеком по отношению к своей земле? Отдавать ей столько же добра и любви, а может, и частичку своей души, а не быть просто потребителем? Ответ всплыл в моей памяти в ту же секунду. Я точно знаю, где эти люди! Решив скорректировать свой маршрут, мы едем немного дальше – в Брыкин Бор.

Многие любители природы некоторое время назад могли воочию, посредством веб-камер, наблюдать жизнь редких журавлей-стерхов в режиме онлайн. Трансляция проходила в интернете в



рамках проекта «Полет надежды». Именно тогда, поразившись кропотливой и сложной работе орнитологов, я нашла ответ на риторический вопрос, заданный известной литературной героиней: «Почему люди не летают, как птицы?» Они не только летают, но и учат самих птиц без боязни расправлять крылья и подниматься в небо.

И вот мы в рязанском Окском биосферном заповеднике. Вместе с нашим

гидом по заповеднику Натальей Давыдовной Бем мы подошли к стерхам.

– Расскажите, пожалуйста, о проекте «Полет надежды». С какой целью он проводился?

– Сейчас в местах миграции этих птиц – Пакистане, Афганистане, Иране – ведутся военные действия. Страдают не только люди, но и птицы. Журавлей отстреливают и причиняют им тяжелый ущерб. Стерхов осталось очень мало, они занесены в Красную Книгу России. Поэтому, чтобы спасти вид, было решено провести программу «Полет надежды».

– А как стерхов подготавливают к миграции? Ведь они не должны привыкать к человеку.

– Процесс подготовки очень трудный и кропотливый. Сотрудники надевают белые мешковатые халаты

и искусственный клюв на руку. Таким образом, своим родителем птенец считает существо, которое он видит, вылупившись из яйца. Это называется импринтинг. Дальше дело за мотодельтапланом. Птиц приучают к звукам мотора работающей машины, чтобы они впоследствии не боялись его. Ведь именно «стальная птица» должна стать для них «родителем». После периода привыкания журавли спокойно следуют за мотодельтапланом куда угодно. Затем присоединяются к мигрирующей стае и улетают с ней на зимовку.

...Вот наша экскурсия подошла к концу. Как же приятно осознавать, что есть такие замечательные люди, которые каждый раз надевают белые халаты, чтобы стать «родителями» для малышей-птенцов. Конечно же, стоит добавить, что, кроме журавлей, в заповеднике помогают восстановить популяции и других видов животных. Можно сказать, эти люди пытаются вернуть «здоровье» нашей матери-природе! И правда, наш край родной полон добрых дел!

**Екатерина
КВАРДАКОВА,
Дворец детского
творчества, г. Рязань**

ДОБРЫЕ ДЕЛА

КТО если не мы?



Недавно в Рязани волонтерский отряд «220 вольт» провел акцию «СТОП КУРЕНИЮ»! Активисты подходили к курящим людям с агитационными надписями: «Подари себе рак!», «Отличный день, чтобы бросить курить!», «Мы против курения!». Ссылаясь на закон Российской Федерации от 2013 года, оповещали курильщиков о том, что в том или ином месте

курить запрещено! Курильщики неохотно реагировали на просьбы волонтеров отойти в место, отведенное для курения, многие употребляли в разговоре с волонтерами ненормативную лексику, огрызались, оскорбляли. Активисты, однако, не отступали. Невзирая на оскорбления, они продолжали агитировать курильщиков пройти

в отведенные места.

Волонтерский отряд «220 вольт» создан не так давно. По мнению самих волонтеров, курение – это, действительно, глобальная проблема современности. Если в каждом городе будут проведены такие акции, курильщики задумаются, и, если даже не бросят курить, хотя бы будут курить только в отведенных для этого местах.

Так и хочется сказать всем курящим людям: «Задумайтесь... Ведь вы убиваете не только свой организм, но и вредите обычным прохожим».

Скажем «стоп» курению!

**Аня ОРЕХОВА, 14 лет,
школа №44 г. Рязани**

Как заработать АВТОРИТЕТ?



Здравствуйте! Мне очень трудно жить, потому что почти все девочки обращают внимание на других мальчиков из нашего класса и хотят с ними дружить. А меня будто никто не замечает. Я очень всем завидую и из-за этого не хочу ходить в школу. Что мне делать?

Миша К., 11 лет

Наталья ЛАРИНА,
психолог



Возрасте 10-11 лет чаще всего возникает первая влюбленность или потребность внимания со стороны противоположного пола. В первую очередь обращают внимание на тех, кто является более ярким внешне, заметным среди одноклассников. Выделяются чаще те, кто обладает лидерскими качествами, кто может поддержать любой разговор, обладает чувством юмора. Что же делать менее заметным ребятам?

Здесь не помешает критически посмотреть на себя. Но не в поисках недостатков, а своих достоинств. Они есть в каждом человеке. Полезно задать себе вопрос: а какой я человек? Что во мне может привлечь внимание? Возможно, это будет доброта, отзывчивость, умение выслушать, понять другого. Это очень важные качества, они гораздо ценнее, чем внешняя привлекательность.

Иногда мальчишки, чтобы выделиться, прибегают к довольно нелепым способам. Например, нарушают дисциплину, дерзко ведут себя с взрослыми, думая, что таким образом показывают свою «крутость». В итоге они кажутся хуже, чем есть на самом деле. И последствия их поведения довольно плачевные. Хотя авторитет в определенном кругу они, мо-

жет быть, и заработают, но едва ли надолго.

А ведь авторитет, без сомнения, очень важен для мальчика. Но совсем необязательно создавать его искусственно. Нужно быть собой, не бояться ответственности, уметь уступать тем, кто слабее. С девочками важно проявлять благородство, уступая место, предложив помощь (например, донести школьную сумку).

Немаловажен и внешний вид. Приятнее общаться с человеком опрятным, аккуратно одетым. Конечно, более привлекательными выглядят физические крепкие ребята. Поэтому занятия физической культурой и спортом совсем не помешают. Но и это бывает не



важным, если человек интересен сам по себе, чем-то увлечен. Необходимо развивать свой кругозор, не замыкаясь только в рамках школьной программы. Всегда хочется общаться с начитанными людьми, но хорошо бы при этом иметь свою точку зрения на разного рода информацию.

Очень важно развивать в себе ответственность и самостоятельность. Они ценны, так как являются признаком взрослости и

Примером настоящего мужчины, сильного человека, любящего людей и Бога, является **Ник Вуйчич**,



биография которого трогает до глубины души. Серб по национальности, родившийся без рук и ног, но совершенно здоровым, прошел через множество жизненных испытаний, которые могли бы сломать жизнь любому. Однако он не только не сдается, но еще и помогает людям всего земного шара поверить в свои силы, развивая Богом данный ему потенциал.

«Я научился плавать, набирать на компьютере 43 слова в минуту, самостоятельно чистить зубы. И продолжал молиться о чуде, прося Бога о руках и ногах. Но Бог не дал мне чуда. И тогда я понял, что именно в таком виде я яв-

надежности. Девочкам необходимо ощущать себя в безопасности и уверенности, что на тебя можно положиться. Умение держать слово также очень важное мужское качество. Вот то, над чем необходимо работать.

Что касается зависти, важно помнить, что это враждебно против Бога. Если тебе важно, чтобы тебя заметили, оценили по достоинству, необходимо работать над собой, бороться со своими недостатками и развивать положительные качества. Закаляя себя, свой характер. И когда наступит испытание – а этого в жизни не избежать никому, – ты сможешь встретить его как настоящий мужчина.

ляюсь чудом для других людей. Сейчас я езжу по миру со служением «Жизнь без ограничений». Есть много людей с руками и ногами, но они инвалиды в разуме. Им нужно помочь найти правду и счастье», – считает Ник. И все люди, которые узнают этого замечательного человека, отвечают ему взаимностью, он никого не оставляет равнодушным, а его необычная внешность отходит на второй план, когда он искренне говорит с людьми. В него влюбляются девушки. Одна из них стала его женой, и у них родился ребенок.



РУССКАЯ КУХНЯ

Здравствуйте, дорогие ребята! Снова с вами я, Софья Олеговна! Сегодня наша тема – русская кухня для мальчиков. Я думаю, девочки на нас не обидятся, а с удовольствием присоединятся к трапезе, приготовленной мужчинами.



Софья
НИКУЛИНА

Д
О
М
О
С
Т
Р
О
Й

На Руси всегда существовало деление на мужской и женский труд. Мужчина должен был построить дом, сложить печь, запахать поле, добыть пищу и всё необходимое. Воспитать сына.

Женщина должна быть верной и надёжной помощницей мужу. Её долг – накормить, обшить, обстирать, воспитать детей, передать все навыки дочерям.

Мальчики с семилетнего возраста ходили с отцами и старшими братьями на охоту, рыбную ловлю, обучались воинскому искусству, в крестьянских семьях помогали в пахоте. Помните сказку «Мальчик с пальчик», как жадный барин купил у бедняка умную лошадь, которая якобы сама пахала землю? На самом деле крохотный сынишка старика сидел у неё в ухе и управлял ею.

Конечно, приготовление пищи считалось женским занятием, но и мужчины не были от этого в стороне.



Само собой, надо было наколоть дров, разжечь печь, прочистить дымоход. Остальное делали женщины. Но вот в дальних походах с ночёвками, будь то военный поход или охота, или рыбацкая артель, мужчины готовили себе еду сами.

Известный своей силой и храбростью киевский князь Святослав, всегда предупреждавший врага о нападении знаменитым «Иду на вы», приучал своих воинов к скудной трапезе. Походы на тысячу вёрст совершались ратью Святослава без обозов и станов. Пища у каждого воина была с собой за седлом в перемётных сумках. Вяленое мясо,

белоярое пшено, хлеб, сушёный лук, – вот чем питались воины Святослава. В летописи читаем: «Он ходил на неприятеля с быстротой барса, в походах не возил с собой ни котлов, ни обозов; питался кониной или мясом диких зверей, которые пёк на углях».

Современная традиция приготовления шашлыков отдалённо напоминает древнее мастерство, причём считается, что такое приготовление мяса – «женских рук не терпит».

Надо сказать, что и уха, и каша – тоже дело мужских рук. Как в армии называют повара? Правильно, кашевар. Вспомните

кого Захар Кузьмин. Он так приготовил кашу для гостя своего хозяина графа Дмитрия Гурьева, что вдохновил выкупить его, Кузьмина, к себе в поместье. Каша, к сожалению, стала называться гурьевской, а не кузьминской.

ВОПРОС: Как вы думаете, из какой крупы была приготовлена гурьевская каша?

Рыбная ловля – мужское занятие, поэтому и уха – изобретение отнюдь не женское. Мне как-то посчастливилось побывать в



Мужское дело

гостях у друзей в замечательном посёлке Тума под Рязанью, где сохраняют русские традиции, и отведать уху, приготовленную исключительно мужчинами, под открытым небом, на костре. Вкус этой ухи с дымком по сей день помнят мои вкусовые рецепторы как нечто волшебное! В этой же большой семье мужчины занимаются копчением рыбы и сала. Вкуснятина, скажу я вам, невероятная!

Во всём мире считается, что лучшие повара – это мужчины. Настоящий мужчина всегда впереди, всегда лидер. Он по природе своей смел и независим, не растрчивает себя на мелочи, берётся за главное, делает это просто и разумно. Просто женщина более вынослива и терпелива, и ей не скучно готовить еду по несколько раз в день, не требуя признания.

Приготовление пищи также всегда считалось делом семейным, но первые общественные повара стали появляться, во-первых, при больших княжеских дворах, во-вторых, при общежитных монастырях. Первый



известный нам повар – это Торчин, который служил при князе Глебе.

В монастырях велись расходные книги. Из них современники узнали секрет выпечки долго не черствеющего ржаного хлеба монахами Киево-Печерской Лавры. До нас дошли столовые книги Патриарха Филарета и боярина Бориса Морозова.

Кулинария как наука оформилась на Руси в XVIII веке, хотя профессия повара существует с XI века. Центром

осваивать незнакомые доселе продукты, такие, например, как финики, кокос, имбирь, перец, корицу, и обогащать ими стол.

Современный Домострой очень демократичен. Всё полезное и доступное русская кухня с радостью внедряет в жизнь. Сегодня мы с удовольствием употребляем в пищу и итальянские макароны, и японские суши, и восточный плов.

Существует заблуждение, что мужчина не может обходиться без мяса. Да, мясо – это животный белок, но, во-первых, он также имеется в рыбе. Во-вторых, белок, теперь уже растительный, содержится в бобовых (горох, фасоль, бобы, чечевица).

В-третьих, вспомним досточтимых русских монахов (а в традиции русского монашества – неядение мяса):

Известный всем быллинный русский богатырь Илья Муромец. Многие историки считают, что он совершал свои подвиги в том числе и уже будучи монахом Киево-Печерской Лавры.

Монах Александр Пересвет. Одним ударом он поразил татарского великана Челубея на Куликовом поле.

Наш современник, отец Василий (Росляков), монах Оптиной пустыни, павший от руки сатаниста в 1993 году.



развития кулинарии считается Санкт-Петербург. Первая кулинарная книга С. Друковцова «Поваренные записки» вышла в 1779 году. Первая кулинарная школа была открыта 25 марта 1888 года по инициативе профессора И.Е. Андриевского и кулинара Д.В. Каншина тоже в Петербурге.

Между народами всегда происходил культурный обмен. Русская кухня тоже вбирала в себя много полезного из традиций поварского искусства разных стран. Знаменитая книга Афанасия Никитина «Хождение за три моря» (1466 – 1472) стала открытием, в том числе и в области кулинарии.

Книги Василия Гагары (1637 г.) обнародовали традиции питания жителей Кавказа и Ближнего Востока. Наши «кухари» стали

Добрый повар стоит доктора

В миру его знают как прославленного спортсмена Игоря Рослякова. Во время Великого поста этот подвижник на пике соревнований питался одной гречневой крупой, замоченной на ночь. И побеждал!

Даже уже на этих примерах подтверждаются слова Христа: «Сила Божия в немощи совершается». Имеется в виду немощь как смирение, предание себя в Волю Божию.

В Православии известен и покровитель всех поваров святой преподобный Евфросин, египетский монах IX века. Он готовил еду на 400 монахов. Из его жития мы узнаём чудесную историю:

Не имея возможности находиться на Богослужении из-за трудоёмкой работы на кухне и в трапезной, Евфросин очень скорбел. Непрестанно молился он Иисусовой молитвой и смиренно сносил обиды со стороны монастырской братии, называвшей его грязным, чумазым. Но однажды игумену монастыря приснился сон, будто ходит он по прекрасному райскому саду и видит в нем Евфросина. Он просит того сорвать ему три

яблока, и Евфросин выполняет его просьбу. Проснувшись, игумен огорчается тому, что это видение было всего лишь сном, но тут с удивлением обнаруживает райские яблоки у себя в келье... Он собирает всю братию в храм и объявляет о случившемся. Единственным, кто не удивился этому, был сам святой Евфросин, смиренно сказавший игумену: «Ты просил, отче, и я дал тебе».



Память святого преподобного Евфросина совершается 24 сентября по новому стилю.

И по сегодняшний день в монастырях на послушаниях в трапезных звучит молитва: «Господи, благослови приготовить пищу сию во славу Твою по молитвам Евфросина повара».

Мне думается, что после всего сказанного мальчики перестанут скептически относиться и к профессии повара, и к «женскому» труду на кухне. Возьмите часть этой каждодневной работы на свои плечи и порадуйте близких своей заботой. Вот тогда вы станете настоящими мужчинами, готовыми к любым испытаниям. А испытания при приготовлении пищи могут быть ого-го какими!

(Окончание на 14 стр.)

За вкус не ручаюсь, но горячо будет

Хороший повар и в бою кашу сварит

Кроссворд

1. Лучший повар – ...
2. Любовь повара – ...
3. В сказках берега – ...
4. Реки в сказках – ...
5. Оружие повара – ...

Ключевое слово: автор картины «Три рыбака»

1									
2									
3									
4									
5									

Герой, студент, повар

«В жизни всегда есть место подвигу», – эта фраза из «Старухи Изергиль» Максима Горького словно говорит о студенте Евгении Целищеве, который 11 декабря 2012 года, будучи школьником старших классов, по дороге с тренировки задержал вора, выбежавшего с кассовым аппаратом из магазина. Тогда об этом геройском поступке много писали в газетах, и наш журнал «Ступени» не исключение (статья «Стрела» в действии»). В 2015 году Евгений стал лауреатом всероссийской премии «Выбор», которая вручается за гражданское мужество и противостояние преступности.

Награждение героев проходило в музее им. А.С. Пушкина. Отличительный знак лауреата «Выбор» и ценные подарки Евгению вручал Александр Носик, чемпион мира по самбо.

– Здорово, что существует эта организация и собирает замечательных людей



со всей России. Всего нас, лауреатов, было десять человек. Два парня обезвредили грабителя с обрезом, который ворвался в ларек, врач-кардиолог остановил маньяка, молодая девушка дала отпор преступнику, – рассказал Женя. – Я с удовольствием пообщался с этими достойными гражданами и в очередной раз убедился, что они обычные люди, которые просто не смогли остаться равнодушными к ближним, оказавшимся в беде.

Самому Жене преступники больше не попадаются, но это не мешает ему делать добрые дела. Так, он всегда уступает место женщинам и бабушкам в общественном транспорте, а когда едет из дома, который находится за городом, в Рязань или обратно, всегда подвозит желающих.



Когда мы писали о Жене в «Ступенях», он учился в 11 классе и находился перед выбором: поступать в гражданский или военный вуз? Все-таки он склонился к профессии инженера-строителя и сейчас учится на 3 курсе рязанского Сов-

ременного технического института. Как настоящий мужчина, он уже не хочет сидеть на шее у мамы и папы, поэтому в свободное от учебы время подрабатывает. Сначала на первом году обучения он был поваром в суши-баре, летом устроился разнорабочим.

– С осени я стал подрабатывать официантом. Это хорошая профессия, особенно, если ты трудишься в приличном заведении. Меня она привлекает своими строгими требованиями и стандартами обслуживания. Я люблю, когда всё четко и грамотно в работе, – поделился своими впечатлениями Евгений.

Благодаря занятиям в «Стреле» Женя и сейчас находится в прекрасной форме, и если на его глаза попадет преступник, он сможет дать ему отпор.

Анна ДОБРОЛЕЖА.
Фото из архива
Евгения ЦЕЛИЩЕВА.

(Окончание.

Начало на 12-13 стр.)

Помните, в рассказе Носова «Мишкина каша» мальчики чуть не остались голодными, когда воевали с таким неприятелем, как крупа, разбухавшая на их глазах до непредвиденных размеров! В результате всё их вариво сгорело. А надо было всего лишь поинтересоваться нехитрыми правилами приготовления, да попробовать хоть разок вместе с мамой приготовить.

Дорогие мои мальчики!
Предлагаю вам удивить своих домашних вкусным пловом, рецепт которого перед вами.

ОТВЕТЫ

Ответ на вопрос: гурьевская каша готовится из манной крупы.

Ответы на кроссворд: 1. Голод. 2. Кухня. 3. Кисельные. 4. Молочные. 5. Половник.
Ключевое слово: Гусев.

Плов от Софьи Олеговны

Этот плов может быть как с мясом, так и без него.

ПОНАДОБИТСЯ:

2 стакана риса, 1 стакан растительного масла без запаха, 2 крупных моркови, 2 крупных луковички, 1 головка чеснока, горсть крупного цельного гороха (если есть), соль по вкусу, перец горошком (штук 10), вода.

Промоем рис, горох (если есть) и замочим на час в подсоленной холодной воде (примерно 4 стакана воды). Почистим морковь, лук и крупно порежем. Заготовим кусочки мяса (например, полкурицы вместе с косточками). Головку чеснока освободим от общей шелухи, оставив каждый зубчик на общей плодоножке и в одежке.

Готовить будем на большом огне в неэмалированной кастрюле. Для плова используют толстостенную



посуду типа казана, утятницы, но главное, чтобы была не обливная.

Выложим кусочки мяса на дно кастрюли, зальём частью масла и немного обжарим. На мясо выложим морковь, затем лук. Выльем оставшееся масло и ещё чуть-чуть пожарим. Масло должно немного покипеть. Равномерно разбросаем чёрный перец. В центр поместим головку чеснока. Воду из-под риса выльем в другую посуду. Рис и горох (если был) также равномерно раскладываем в кастрюле. В этот момент её лучше снять с огня или убавить огонь.

Затем осторожно выльем нашу подсоленную воду так, чтобы она покрыла весь рис на два пальца. Включаем большой огонь, и пусть кипит без крышки, пока вся вода не выкипит. Делаем проколы ножом или вилкой, проверяя уровень воды. Пройдет минут 10-15. Не дайте подгореть! Затем прикройте крышкой, обверните бумагой, одеялом и оставьте на час «доходить».

На большом блюде выложим слоями наш плов: рис, овощи, мясо (если с мясом).

Чесночинки берут по желанию. Но лично в нашей семье желают все, так как это пикантная добавка к плову! Можно украсить плов зёрнами граната, крупной зеленью. Можно не выкладывать, а выдавать порционно, чтобы было горячее!

Ангела вам за трапезой!

– Как попасть в рай и быть там вместе с семьей?

– Если вы действительно хотите гулять всей семьей в Эдеме сладости и радоваться обилию Божиего света в Царствии Небесном, вы должны эту земную жизнь и ваше взаимное общение в лоне семьи под кровом вашего дома сделать раем. По крайней мере, выполнить все, что зависит лично от нас. И, когда мы станем ангелами послушания, так что служение близким людям станет для нас и внутренней потребностью, и радостью, и отдыхом, мы сделаем серьезную заявку на исполнение нашего заветного желания. Не зря русский народ говорил: «Где мир и любовь, там Сам Бог пребывает». Будем всеми силами поддерживать в семье атмосферу доверия, искренности, нежной предупредительности друг ко другу и широко улыбаться поутру, когда мы встречаемся. И тот, кто будет жить по этому правилу, несомненно, встретится в раю со всеми своими сродниками.

– Кого надо слушать, когда выбираешь профессию, – родных или себя?

– Когда выбираешь профессию, слушать нужно и родных, и себя. Только прежде выбора профессии учителя, музыканта, скрипача-исполнителя, летчика-испытателя, земледельца, агронома, нужно выбрать свое призвание, а это понятие более глубокое и широкое, чем профессия. Много профессий хороших и разных, но для начала



нужно оп-
ределиться,

хочешь ли ты общаться с людьми и служить им непосредственно, или тебя более интересует наука, общение с книгами, умственный труд, интеллектуальный поиск. Кто ты – физик или лирик, то есть чувствуешь ли призвание к изучению точных, естественных дисциплин, или тебя влечет к себе комплекс гуманитарных наук: языки, литература, искусство.

Конечно, же, родные и близкие, а особенно родители, тебе могут многое полезное подсказать. Кто лучше знает свое дитя, чем его мать, носившая слезиночку-кровиночку под сердцем. Яблоко от яблони падает, как правило, недалеко, поэтому умение прислушиваться к мнению родителей – признак ума.

С другой стороны, родители иногда хотят воспитать ребенка по своему образу и подобию, желают, чтобы дитя, повзрослев, шло уже проторенной дорожкой. Мы стоматологи – и ребенок путь будет дантистом. Мы знатоки в области нотариальных дел – и дочка наша

пусть учится на нотариуса. Не будем забывать, что каждый человек уникален и неповторим. В душу каждого из нас Бог вложил таланты, и нет двух человек абсолютно и во всем схожих друг с другом. Вот почему в семье математиков может родиться гениальный музыкант, а человек, наделенный вкусом и чувством слога, языка, поэт, как Сергей Есенин, может выйти из семьи простых сельских тружеников. И так, будем слушать свое сердце, упражняться в занятиях, нам наиболее симпатичных, трудиться не покладая рук с тем, чтобы найти свой путь в этой жизни, обрести свое служение Отечеству. Но при этом хорошо пользоваться подсказками родителей, которые плохого дитяти никогда не пожелают.

Вместе – в рай!**С Л О В А Р И К**

Н А Ш

ДАРЫ СВЯТЫЕ

– хлеб (частицы просфор) и вино после пресуществления их в Тело и Кровь Христовы в Таинстве Евхаристии.

ДАРОНОСИЦА

– один из малых священных сосудов, металлическая шкатулка, в которой переносят Святыне Дары для причащения больных в домах и больницах.

ДЕМОН (бес, черт) – падший ангел, который сбивает человека с пути истины к деланию зла. Все ангелы сотворены были Богом святыми, но, когда ангел Денница был свергнут с небес во тьму кромешную и стал именоваться сатаной, были свергнуты и те ангелы, которые вместе с ним уклонились ко злу.



ДЕСНИЦА – правая рука. Символ правды, правоты.

ДИКИРИЙ (греч. – двухсвечник) – переносной подсвечник с двумя свечами, употребляемый при архиерейском служении.

ДИСКОС (греч. – круглое блюдо) – один из главных священных сосудов, употребляемых при Литургии. Небольшое по величине блю-



до на подставке, на котором приготавливается, освящается и раздробляется часть главной просфоры, пресуществляющаяся в Тело Христово в Таинстве Евхаристии.

В последнее время огромную популярность среди рукодельниц приобрело валяние из шерсти. Мастерицы изготавливают различные изделия, начиная от войлочных бус, сережек, брошек и заканчивая игрушками. Недаром шерсть называют еще войлочной скульптурой.

По легенде, первая валяная вещь появилась в Ноевом ковчеге. Овцы, плившие в нем, стояли в тесных стойлах. Когда их шерсть падала на пол и намокала, овечки копытами взбивали и стаптывали ее. Когда все покидали ковчег, то увидели на полу красивый валяный ковер. В нашей стране валяние из шерсти появилось вместе с началом татаро-монгольского ига. Самое известное на Руси валяное изделие – конечно же, валенки.

Мария Хаит занимается валянием игрушек более шести лет, проводит мастер-классы в Рязани, Луховицах, Коломне.

– Иногда игрушки получаются милые, иногда немного странные и забавные. Всё зависит от настроения. Делать всё это не сложно. Но мне, наверное, так кажется, потому что я давно занимаюсь таким рукоделием. А начинать



всегда сложно. Дети валянием занимаются с удовольствием, – рассказывает Мария.

В студии «Арт-Сова» в Луховицах, где Мария ведет кружок валяния, занимаются дети от десяти лет.

– Детишкам нравится многое: и натуральная шерсть, и то, что материал удобный в работе, и, конечно, главное, что они могут воплотить в жизнь любые творческие идеи, – говорит Мария. – Валяние бывает разное: сухое, мокрое. Можно, например, картины из шерсти сделать. Поэтому и особенности разные. Нужно уметь обращаться с острыми иглами, быть терпеливым и внимательным. Но самое главное – это желание. А если очень хочется, то всё обязательно получается!

Вероника ШЕЛЯКИНА.
Фото автора



Внимание, подписка!

Подписаться на журнал «Ступени» (приложение к газете «Благовест») можно в любом почтовом отделении России по каталогу агентства «Роспечать» «Газеты. Журналы. I полугодие 2016 года» (красному).

Т Р Е Б У Й Т Е К А Т А Л О Г И Н А П О Ч Т Е !

Подписной индекс **31614**. Подписка по интернету на сайте: <http://vipishi.ru/>

Информация о подписке на наше издание в Рязани – по межрегиональному подписному индексу **42510** в объединенном каталоге «Пресса России» (зеленом).

Газета продается в киосках «Роспечать», в церковных лавках Рязани и Рязанской области.

Одобрено Синодальным информационным отделом Русской Православной Церкви.
Православная газета. Издаётся по благословению митрополита Рязанского и Михайловского Марка.

Ступени №1 (54) «Благовест» № 2 (266) 2016 г.

Подписной индекс газеты «Благовест» **31614**.
Адрес редакции: **390023, г. Рязань, ул. Горького, 14**.
Адрес издателя: **390000, г. Рязань, ул. Кольцова, 110**.
Телефон: **(4912) 45-18-64**.
E-mail: blago@mail62.ru
www.stupeny.com

ОТВЕТСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР – **иерей Евгений АЛЕНИН**.
РЕДАКТОР – **Ирина Ивановна ЕВСИНА**.
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ: **протоиерей Артемий Владимиров; Наталья Ларина**.
УЧРЕДИТЕЛИ:
И.И. Евсина, Рязанская ассоциация предпринимателей.

Над номером работали: **Софья Никулина, Юлия Горбунова, Ирина Петрова, Наталья Ларина, Анна Незнаева**.

Ответственность за публикуемые материалы несет автор. При перепечатке ссылка на газету обязательна. Газета зарегистрирована в Министерстве печати и массовой информации РФ. Регистрационный № 012100.

Отпечатано в ГУП РО Рязанская областная типография (г. Рязань, ул. Новая, 69/12) с готовых оригинал-макетов. Печать офсетная. Сдано в печать 12.02.16 в 21.00, по графику – 12.02.16 в 21.00. Выход в свет 16.02.16. Цена свободная. Общий тираж 5000 экз. Заказ № 535. ИНН 6231004620, р/с 40703810600010000106, Прио-Внешторгбанк ОАО, г. Рязань, БИК 046126708, к/с 30101810500000000708, АНОРППР газеты «Благовест».