

ИМЕНИНЫ В СЕНТЯБРЕ

1 сентября - Андрей, Николай, Тимофей.
 2 сентября - Виктор, Владимир, Деметрий, Иоанн, Максим, Тимофей, Феодор.
 3 сентября - Александр, Ефрем, Марфа, Павел.
 4 сентября - Александр, Алексей, Афанасий, Василий, Гавриил, Иоанн, Макар, Михаил, Феодор.
 5 сентября - Ефрем, Иоанн, Николай, Павел.
 6 сентября - Арсений, Георгий, Петр.
 7 сентября - Владимир, Иоанн, Моисей.
 8 сентября - Адриан, Виктор, Димитрий, Георгий, Мария, Наталия, Петр.
 9 сентября - Александр, Анфиса, Владимир, Дмитрий, Иоанн, Михаил, Степан.
 10 сентября - Анна, Василий, Георгий, Иоанн, Леонтий, Макар, Моисей, Николай, Павел, Савва, Серафим, Сергей, Стефан, Феодор, Феодосий.
 11 сентября - Иоанн.
 12 сентября - Александр, Арсений, Афанасий, Гавриил, Григорий, Даниил, Елизавета, Ефрем, Иоанн, Игнатий, Леонид, Макар, Никодим, Павел, Петр, Спиридон, Феодор, Иаков.
 13 сентября - Александр, Владимир, Геннадий, Дмитрий, Иоанн, Михаил.
 14 сентября - Марфа, Наталия, Семен, Татиана.
 15 сентября - Анатолий, Антоний, Василий, Виктор, Владимир, Герман, Иоанн, Ксения, Леонид, Михаил, Николай, Павел, Петр, Серафима, Стефан, Феодор, Феодосий, Филипп.
 16 сентября - Алексей, Андрей, Василий, Василиса, Владимир, Ефим, Иоанн, Илья, Константин, Михаил, Николай, Петр, Роман, Сергей, Филипп.
 17 сентября - Александр, Афанасий, Василий, Григорий, Елена, Иоанн, Михаил, Моисей, Николай, Павел, Петр, Стефан, Феодор, Юлиан.
 18 сентября - Алексей, Афанасий, Глеб, Давид, Елизавета, Ефим, Захар, Максим, Раиса, Феодор.
 19 сентября - Андрей, Всеволод, Давид, Димитрий, Иоанн, Кирилл, Константин, Макар, Михаил.
 20 сентября - Александр, Андрей, Василий, Григорий, Евгений, Иоанн, Лев, Макар, Михаил, Николай, Петр, Стефан.
 21 сентября - Иоанн, Георгий.
 22 сентября - Александр, Алексей, Анна, Афанасий, Василий, Григорий, Дмитрий, Захар, Никита, Сергей.
 23 сентября - Андрей, Василий, Гавриил, Глеб, Евгений, Иоанн, Касьян, Кириент, Константин, Николай, Павел, Петр, Семен, Татиана.
 24 сентября - Виктор, Герман, Дмитрий, Ия, Карп, Лев, Николай, Роман, Сергей.
 25 сентября - Алексей, Афанасий, Даниил, Иоанн, Никодим, Николай, Семен, Феодор, Юлиан.
 26 сентября - Александр, Валериан, Илья, Леонтий, Николай, Петр, Стефан.
 27 сентября - Иоанн, Николай.
 28 сентября - Андрей, Валериан, Герасим, Григорий, Дмитрий, Евдокия, Иоанн, Игнатий, Леонид, Людмила, Макар, Максим, Мария, Никита, Николай, Петр, Стефан, Федот, Иаков.
 29 сентября - Алексей, Виктор, Григорий, Иосиф, Людмила, Сергей.
 30 сентября - Александра, Вера, Иоанн, Илья, Ирина, Любовь, Надежда, Никодим, Павел, Серафим, Софья, Феодосий.

Святитель Николай Сербский

О ВАЖНОСТИ БОРЬБЫ С ГНЕВОМ

Из письма святителя Николая Сербского, в ответ женщине, которая жаловалась, что постоянно гневается на мужа и детей.



Это признак болезненности души. Надо с этим бороться. Вот что говорит святой Григорий в слове о гневе: «Не дайте, братие, места гневу в себе, потому что муж гневливый благодати Божией не получит, ибо с высоты добродетели терпения он впадает в ров пагубной ярости. Какой из зверей настолько лют и неукротим, как муж гневливый и не удерживающийся от ярости? Что может быть хуже человека в гневе? Гнев приводит его в неистовство, делает безобразным и злым, и Дух Божий удаляется от такого.

Что делает человек гневливый? Сам собою не владеет, не помнит себя, от ярости делается подобным пьяному, не хочет знать даже делавших ему добро; ко всем привязывается, всех оскорбляет, хулит начальствующих. Всем противится, без ума многословит, клянет, бьет, ни перед кем не хочет покориться и не принимает слов от тех, которые его уговаривают; и его ярость подобна яду, который носят в себе гады ползающие. Возбесившись

от гнева, он, как пес, на всех лает, как скорпион, жалит и, как змея, пожирает.

Бегайте, братие, такого зла: ибо гневливый безчестит свой сан, позорит свои седины, его жертва Богу неприятна, и перед Ним оправдаться он не может».

Вот почему бесы весьма уважают гнев, как верное орудие погубления людей.

Одному благочестивому иноку было видение: будто привели его Ангелы Божий к дверям преисподней и оставили там. Вот слышит инок за дверьми разговор бесов. Старший бес говорит:

— Ну, злые, выходите скорее на работу! Да смотрите мне, чтобы нынче побольше привели сюда душ человеческих. Вот, берите каждый себе оружие.

Тут бесы подняли страшную возню, шум и ругань, каждый кричал и требовал себе свое любимое оружие.

Тогда старший диавол зарычал, как сто кровожадных львов, и всех заставил смолкнуть. Потом говорит:

— Подходите, смрадные, поодиночке и говорите, кому какое оружие нужно.

Подходит первый бес к старшему, тот спрашивает:

— Тебе какое оружие?

— Гнев! — завизжал бес. Подходит другой:

— Тебе какое? — спрашивает старшой.

— Гнев! — прогунгивил второй бес. Так подходило много бесов, и все требовали себе для погубления людей гнев.

Когда все это оружие было роздано, тогда, старшой стал раздавать прочим бесам другие пороки: кому пьянство, кому блуд, кому зависть, кому злоязычие, кому састолобие и прочие пороки, но все они подняли ропот и говорили:

— Почему нам не дал гнев — это самое верное и острое оружие? При помощи гнева мы можем кого угодно, даже святого человека погубить; при помощи гнева можно человека обратить и в пьяницу, и в блудника, и в завистника, и в убийцу, и в богохульника...

СПАСАЕТ ЛИ ИКОНКА В АВТОМОБИЛЕ ОТ АВАРИИ?



Говорят, что иконка или четки в автомобиле — оберег от аварии.

На самом деле. Самый лучший «оберег» от аварии — безукоризненное соблюдение правил дорожного движения в сочетании с уважительным отношением к другим водителям. Что же касается иконы, то специально для водителей Церковью была составлена молитва, по которой можно понять, о чем просит Бога верующий человек перед такой автомобильной иконой:

«**Боже, Всевластный и Всемилостивый, всех хранящий Своєю милостью и человеколюбием, смиренно молю Тебя, заступничеством Богородицы и всех святых, сохрани от внезапной смерти и всякой напасти меня, грешного, и вверенных мне людей и помоги невредимых доставлять каждого по его потребе.**

Боже Милостивый! Избави меня от злого духа лихачества, нечистой силы пьянства, вызывающих несчастья и внезапную смерть без покаяния. Сподоби меня, Господи, с чистой совестью дожить до глубокой старости без времени убитых и искалеченных по моему нерадению людей, и да прославится имя Твое Святое, ныне и присно, и во веки веков. Аминь».

Православный журнал Фома

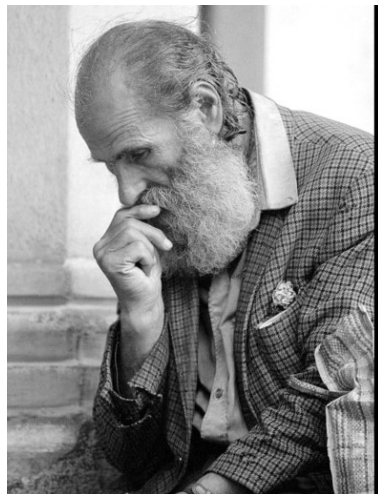
«Что-то с памятью моей стало»

По подсчётам учёных, возможности человеческой памяти таковы, что она может вместить информацию, равную 10 миллионам книг по 600 страниц. Мы рождаемся с огромным запасом нервных клеток, задача каждой - найти свою функцию в организме. И если нейрон не будет задействован, например, в двигательной системе или в памяти, он отомрёт. Поэтому самая действенная профилактика сохранения памяти - активная умственная работа. Нужно не только больше думать, анализировать и читать, но и пересказывать и запоминать. Старение не всегда сопровождается интеллектуальной немощью. Многие пожилые люди, особенно те, кто всю жизнь был занят умственным трудом и не оставляет любимого дела, до конца жизни сохраняют ясность ума. Наша память устроена наподобие банковского сейфа, где каждая ячейка хранит свой объём информации. Когда нам понадобится что-то вспомнить, сигнал передаётся к нужной ячейке, и она тут же открывается. Но если из-за нервного перенапряжения, спазмов сосудов и других причин мозгу не хватает кислорода или его атакуют токсины, связь между клетками нарушается, и мы не можем вспомнить нужную информацию.

В сумасшедшем ритме жизни мы постоянно забываем, куда положили нужный документ, ключи, деньги. Существует закономерность - чем лучше память, тем медленнее наступает старость. В пожилом возрасте необходимо тренировать мозг. Физическая активность оживляет участки мозга, ответственные за память. Установлено, что ежедневные прогулки значительно улучшают память

у пожилых людей.

При забывчивости Учители Церкви благословляли каждый день больше молиться, тогда и память будет натренирована. Утром на память поминать всех близких о здравии и упокоении; призывать на помощь Матерь Божию, святых, молиться Архангелам, Ангелам, Херувимам, Серафимам. И когда мы так молимся, память начинает работать лучше. Перед сном хорошо со вниманием прочитать главу Евангелия и Послания. А утром, проснувшись, снова прочитать, и в памяти всё восстанавливается.



Об улучшении памяти молятся преподобному Сергию Радонежскому.

«**Иже добродетелей подвижник, яко истинный воин Христа Бога, на страсти вельми подвижался еси в жизни временней, в пених, бдених же и пощених образ быв твоим учеником. Темже и вселеня в тя Пресвятый Дух, Бгоже действием светло украсен еси; но яко**

имея дерзновение ко Святей Тронце, поминай стадо, еже собрал еси мудре, и не забуди, якоже обещался еси, посещая чад твоих, Сергие, Преподобне отче наш».

Известен случай чудесного возвращения памяти мальчику, который после автокатастрофы забыл свою фамилию, разучился писать и читать, не мог ничего запомнить. Мать много молилась о нём, а потом повезла к мощам преподобного Сергия. Мальчик приложился к мощам и постоял, прислонившись головой к раке, некоторое время. А потом поднял голову и сказал, что очень соскучился по школе. Вспомнил свои имя, адрес и вообще всё. Затем сумел наверстать два пропущенных месяца учёбы.

ПРИРОДНЫЕ СРЕДСТВА ПРИ ОСЛАБЛЕНИИ И ПОТЕРЕ ПАМЯТИ

Мёд. Для питания мозга, укрепления сердца и памяти людям после 45 лет необходимо систематически употреблять мёд.

Грецкие орехи. Укрепляют мозг, нервную систему. Съедать по 5 орехов в день. Богаты витаминами А, В, С, Е, а также железом и кобальтом.

Кедровые орехи. Укрепляют память, омолаживают организм. Лечебными свойствами обладает и скорлупа орехов. Залить ½ стакана скорлупы 1 стаканом кипятка, настаивать 40 мин. в плотно закрытой посуде. Выпивать в два приёма за полчаса до еды.

Миндаль. Содержит много магния и марганца. Съедаемые 2-3 ядра в день хорошо питают мозг.

Шалфей. Применяют при старческой слабости. Шалфей лечит гастрит с пониженной кислотностью. Заварить 1 ст.л. листьев и цветков

шалфея 1 стк. кипятка, настоять 20 минут. Пить по 2 ст.ложки 3 раза в день за полчаса до еды. Такие настои способствуют нормализации мозговой деятельности, укрепляют нервную систему и понижают артериальное давление.

При остром воспалении почек и изнуряющем кашле шалфеем не принимать.

Свёкла столовая. Для укрепления памяти употреблять как можно больше в пищу. Для усиления эффекта - с грецкими орехами, хреном или чесноком.

Морковь с растительным маслом. Принимать по 150 г утром натощак и днём на пустой желудок.

Мокрица огородная. Выводит яды из организма, чистит сосуды и улучшает память. Заварить 1 ст.л. сухой травы 1 стакан кипятка, настоять 40 минут, пить полстакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Клюква с апельсином. Измельчить 2 апельсина с кожурой, перетереть с 0,5 кг клюквы. Добавить мёд по вкусу. Принимать утром и вечером за полчаса до еды по 1 ст. л. Уже через неделю улучшается сон, снижается артериальное давление.

Клевер красный. Очищает сосуды, укрепляет память, убирает шум в ушах, улучшает состав крови. Для приготовления настоя 200г цветков заливают 1 л воды и кипятят 10 минут на слабом огне. Доливают до первоначального объёма, добавляют 1 ст. л. мёда и настаивают 2 часа. Пьют по 150 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

Льняное масло. Принимать утром по 1 десертной ложке за час до еды. Улучшает и поддерживает память, лечит атеросклероз, остеохондроз, ишемическую болезнь сердца.