

> СВЯЩЕННЫЙ
ПРАЗДНИК

Курбан-байрам

ГЛАВНЫЙ мусульманский праздник выпадает в этом году на 27 ноября, и отмечают его 3-4 дня.

За 20 дней до наступления торжественной даты не полагается устраивать веселья, надевать новую одежду, стричься. Чтобы праздник прошел радостно и спокойно – позаботьтесь об этом заранее.

Что сделать?

В дни празднования Курбан-байрама на столе обязательно должны стоять угощения из мяса жертвенного животного. Если вы не можете или не решаетесь сами резать животное:

1. Узнайте, в каких мечетях будут торговать мясом. Заказы принимаются задолго до священного праздника.

2. Чтобы сэкономить – возьмите в мечети телефоны жителей пригорода, которые занимаются продажей мяса. Как правило, у них цены ниже.

3. Если стоимость мяса дороговата – покупайте его на второй или третий день Курбан-байрама, в эти дни цены падают в 1,5–2 раза.

4. Купить и приготовить самим угощения из мяса не получается? Узнайте, где в вашем городе будет отмечаться праздник. Как правило, на массовых гуляниях бесплатно угощают пловом с мясом жертвенного животного.

Как праздновать?

Встаньте пораньше, омойте тело и наденьте новую нарядную одежду. Сходите на праздничную молитву (намаз). Перед посещением мечети есть не рекомендуется. Посетите проповедь. А после навестите могилы умерших. Приготовьте из мяса жертвенного животного угощение и накормите нуждающихся. Помните – накормив бедных, вы ограждаете себя от несчастий и болезней. Ходите в гости к родственникам, друзьям и дарите подарки.

Для детишек

Чтобы дети с малых лет чтити обычаи и традиции – организуйте для них праздник. Накройте стол со сладостями и устройте чаепитие. Раздайте подарки. Проведите веселые игры и увлекательную викторину с вопросами о религии и традициях ислама.

Постарайтесь, чтобы у детей остались только положительные эмоции от праздника Курбан-байрама. Научите их от всего сердца радоваться светлему празднику.

Радуйтесь светлему празднику и дарите хорошее настроение всем окружающим

История

Согласно Корану к пророку Ибрахиму во сне явился ангел и передал ему повеление от Аллаха принести в жертву своего первенца Исаиля. Ибрахим отправился в долину Мина и начал приготовления к обряду. Однако это оказалось испытанием от Аллаха, и когда жертва была почти принесена, Аллах заменил жертву сыном на жертву ягненком (агнцем). Праздник Курбан-байрам символизирует милосердие, величие Бога и то, что вера – лучшая жертва.



ФОТО > ДМИТРИЙ РУХМАЛЕВ

Рождественский пост: духовное очищение

> Какую пищу можно вкушать в эти дни, а от какой следует отказаться

ДЛЯ ВСЕХ верующих христиан пост начнется 28 ноября и продлится ровно сорок дней – до 7 января.

Всем, кто собирается поститься, важно помнить, что пост – это не только ограничение в еде. В первую очередь это время усердной молитвы и искреннего покаяния, борьбы со своими страстями и слабостями, избавления от скверных мыслей и плохих поступков. Пост телесный без поста духовного верующему человеку пользы не приносит, а иногда и вредит.

Как соблюдать?

Не превращайте пост в диету. Соблюдая ограничения в еде, позаботьтесь и о духовном очищении. На время Рождественского поста откажитесь от развлечений. Не ходите в ночные клубы и на шумные гуляния. Старайтесь поменьше сидеть перед телевизором и не смотреть развлекательных и криминальных программ. Также в пост следует воздерживаться от секса, алкоголя и курения. В это время старайтесь не ссориться с близкими. Обидели кого-то – попросите прощения. Обидели вас – простите всем сердцем и не копите злобу в себе. Чувствуете, что бороться с соблазнами тяжело, – помолитесь дома или сходите в храм. Но не заставляйте молиться и поститься близких против их воли. Не осуждайте тех, кто не соблюдает поста, не считайте себя лучше этих людей. Иначе вы рискуете впасть в гордыню. А это один из смертных грехов!

Как подготовиться?

В пост лучше всего вступать с легким сердцем и чистой душой. Перед началом Рождественского поста примиритесь, с кем были в ссоре, и попросите прощения у близких. Покайтесь в грехах перед Богом. Сходите в храм:



исповедуйтесь и причаститесь. Если вы собираетесь поститься впервые, поговорите с батюшкой. Неподготовленному человеку бывает сложно держать пост по всей строгости. Возможно, батюшка даст добро на послабление и благословит на такое воздержание, которое будет вам по силам.

Какие продукты под запретом?

Во все дни Рождественского поста под запретом скоромные продукты – мясо, яйца, сливочное масло, вся молочная: творог, кефир, йогурт, сыр...

В определенные дни нельзя вкушать рыбу, растительное масло и горячую пищу. Сладости есть можно, но только постные: мед, варенье, постные пирожки и булочки (без добавления яиц, молока и сливочного масла). Также во время поста разрешается вкушать соевые продукты. К примеру, во многих магазинах сейчас можно найти постный майонез на основе сои и растительного масла. Но прежде чем покупать товар с меткой «постное», прочитайте

состав – нет ли в нем скоромных продуктов.

В пост разрешается есть майонез из сои.

Что такое
сухоядение?

По монастырскому уставу в самые строгие дни поста разрешается вкушение только сырой пищи без растительного масла: соленых, квашеных и свежих овощей, соленых и маринованных грибов, постного хлеба, свежих и сушеных фруктов, орехов и меда. В эти дни под запретом и горячие напитки: чай, кофе, компоты и кисели. Можно пить лишь соки и воду. Такое воздержание называется сухоядением. Но столь строгое ограничение в еде неподготовленным людям может быть не по силам. Сомневаетесь, что сможете придерживаться сухоядения? Поговорите с батюшкой. Возможно, он даст вам послабление и разрешит вкушать горячую пищу с маслом во все дни поста.

Как встречать
церковные
праздники?

В Рождественский пост выпадают два значимых церковных праздника: Введение во храм Пресвятой Богородицы (4 декабря) и День Святителя Николая Чудотворца (19 декабря). В эти дни верующим разрешается вкушать горячую пищу с рас-

В это время
старайтесь
не ссориться
с близкими

тительным маслом и рыбные блюда, а также выпить бокал церковного красного вина – кагора. Но не забывайте, что церковные праздники отличаются от светских застолий. В эти дни соблюдайте меру в вине и еде. Если есть возможность, непременно сходите в храм на праздничную службу и освятите вино к вечерней трапезе ☺

ФОТО > АНДРЕЙ СЕРЕБРЯКОВ

> МЫСЛИ В СЛУХ

Против общего течения

ВЫДЕРЖАТЬ Рождественский пост психологически труднее Великого.

Мы с детства привыкли воспринимать декабрь как предвкушение праздников – что само по себе праздник. Предновогодний ажиотаж нагнетается со всех сторон. Попробуй этого не замечать, держаться подальше от телевизора. А как быть с Новым годом?

– Да, чтобы поститься, необходимо плыть против общего течения, – говорит в интервью газете «Известия» настоятель саратовского храма игумен Нектарий. Можно сказать еще точнее: для того и необходим пост, чтобы научиться плыть таким образом. Пост дается трудно не столько организму, сколько еще неокрепшей душе. Но именно преодолевая трудности, душа становится сильнее. То есть то, что является сложностью поста, составляет его сущность. И называется словом «подвиг». В какой-то момент человек, живущий церковной жизнью, просто забывает, что есть такой праздник – Новый год. Все сосредотачивается на подготовке к Рождеству. Думаю, новогодний ужин в семейном кругу, в кругу друзей не будет большим грехом. При определенной изобретательности постный стол будет по-настоящему праздничным. Вообще трудно бывает сразу перепрыгнуть от одной жизни к другой. Если вдруг жестко закрутить в себе все гайки, это приведет к срывам и полной расслабленности в итоге. Поэтому некоторые компромиссы нужны. Только чем дальше, тем меньше их должно становиться, а не наоборот.

> ЮБИЛЕЙ

Не теряйте свой задор

11 ЛЕТ ЗНАЕМ этого человека и до сих пор не перестаем удивляться его кипучей энергии, жизнелюбию, веселому нраву и главное – работоспособности, умению и желанию помочь людям.

Речь о Викторе Моисеевиче Рекечинском, помощнике депутата городского Собрания по 27-му избирательному округу. В наших микрорайонах редко встретишь человека, который не знал бы его. Частенько останавливает на улице, чтобы просто поздороваться, спросить, как дела, как здоровье, и пожелать всего хорошего. В общем, это очень популярный человек в наших 129, 132 микрорайонах. Популярность ему приносят его дела. Депутат Горсовета Г. Никифоров и его помощник В. Рекечинский давно и очень плодотворно работают в своем округе. Достаточно сказать, что все руководители учреждений, расположенных на данной территории, приносят много слов благодарности в их адрес за их дела. Это отремонтированные детские клубы, кровли, помощь в приобретении оборудования для детских клубов, помощь школам...

30 ноября Виктору Моисеевичу исполняется 75 лет. Поздравляем его с юбилеем и желаем долго не терять молодой задор и любовь к жизни. Крепкого здоровья и долгих-долгих лет жизни!

Руководители учреждений и общественных микрорайонов № 129 и 132

> Не осуждайте тех, кто не соблюдает поста