

У НАС

Published by RusCare Ltd in conjunction with the Church of Our Lady's Dormition
Dandenong Parish of the Russian Orthodox Church (Abroad)

04 (370)
Апрель 2024
Год издания: 30-й

В этом номере:

- 2** Страстная седмица
- 3** Светлая память: теракт в Москве
- 4** «Летите, журавли!» Настоящий Великий пост. *Елена Кучеренко*
- 6** Полезная информация: Продукты для хорошего гемоглобина
- 7** Постные Рецепты
Ларец духовной мудрости
- 8** Семейное чтение: Что такое соборование?
- 9** Памятный день в истории России: 19 апреля 1783 г.
- 12** Пресс-служба\Объявления

Адрес редакции:
13 Conway Street,
Dandenong South, 3175

Тел: (03) 9793 5955
Факс: (03) 9706 3298

Редакционная коллегия:
Прот. Михаил Протопопов,
Светлана Мороз

ЦЕРКОВНО-ПРИХОДСКОЙ СОВЕТ БОГОРОДИЦЕ-УСПЕНСКОГО ПРИХОДА В ДАНДЕНОНГЕ

созывает

ОБЩЕЕ ГОДОВОЕ СОБРАНИЕ всех прихожан

в воскресенье 14 апреля 2024 г. в 11 часов дня

ПОВЕСТКА ДНЯ

1. Выборы счетчиков
2. Выборы помощника председателя
3. Выборы редакционной коллегии
4. Доклад настоятеля прихода
5. Доклад старосты
6. Отчет казначея
7. Отчет заведующего киоском
8. Отчет сестричества о деятельности и финансах
9. Отчет по Русскому общественному центру
10. Отчет по приходской школе
11. Заключение ревизора по отчетам
12. Утверждение сметы на 2024 год
13. Отчеты по государственным программам: "Защита детей", "О безопасности на предприятиях", "Прхождение правил (соответствий), включая требования о конфиденциальности"
14. Выборы секретаря прихода
15. Выборы казначея прихода
16. Выборы до 5-ти членов Приходского совета
17. Текущие дела

При недостаточном кворуме собравшихся к назначенному часу - собрание переносится на один час и будет считаться правомочным при любом количестве присутствующих членов прихода. Составление явочного листа и проверка правомочия собрания будет проводиться до его официального открытия.

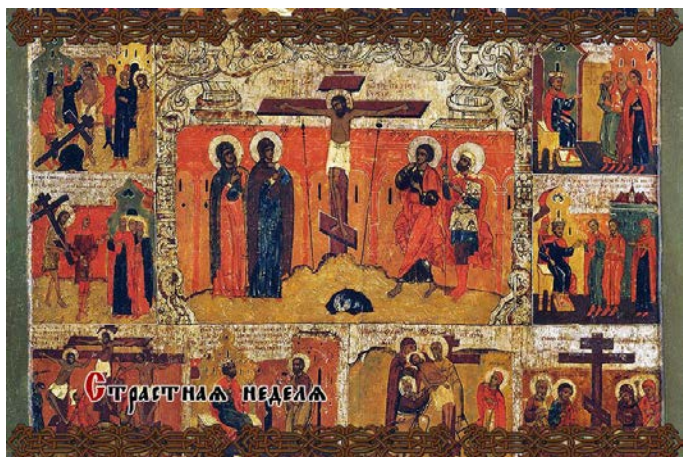
Начало Божественной Литургии в 8.30 ч. утра.



Приходской совет обращается ко всем членам прихода с просьбой уплатить членские взносы за 2023 г. и погасить предыдущие задолженности

Жизнь Вашего прихода в Ваших руках!

СТРАСТНАЯ СЕДМИЦА К вашей душевной пользе



Каждый из этих дней получил название великого. Но, к сожалению, у многих мысли и душа как никогда бывают исполненными житейской суеты в дни страстной седмицы... Ради нас самих, если не ради Господа, мы должны в настоящие дни собрать как можно более все свои мысли и чувства и очистить их. Иначе мы останемся кто во дворе Каиафы, с одним видом благочестия; кто в претории Пилата, с омытыми руками, но с оскверненной совестью; кто во дворце Ирода с глумлением над простотой веры; кто при Иуде с предательством и отчаянием...

И апостолы ходили в город за покупками, приготовляя вечерю, но смотрите, как у них все свято и чисто! А наша суетность измышляет множество мелких и ненужных дел. Будучи плотскими, мы из самого Креста Христова делаем возглавие для нашей плоти. Решитесь в эти дни как можно больше времени отдать Господу и как можно меньше миру.

Святитель Феофан Затворник так советует провести Страстную седмицу: *«Вот что сделайте: пройдите углубленным размышлением весь крестный путь Господа, воспримите чувством болезни Его, сколько сие вместимо естеству нашему, и спостраждите Ему сердцем. Начните с моления Господа в саду Гефсиманском, в туге и томлении до кровавого пота, идите с Ним по крутизнам и ущельям до двора архиерея; побудьте с ним при неправедных нареканиях на Него, при издеваниях рабов глумливых, при отречении Петра; последуйте за Ним к Пилату, от Пилата к Ироду и обратно; слушайте крик народа и ярость осудителей и неправедный приговор; понесите с Ним Крест на Голгофу – тяжелый до падения под ним, при шуме народа ослепленного и язвительных речах старейшин торжествующих; перенесите на себя пригвождение ко Кресту, когда в живую плоть вбивали гвозди, поднятие Креста, раздиравшее раны и возмущавшее круговращение жизни, плач приближенных и в среде их Матери Пречистой, глумление неразумных, крайнее истощение до «жажду» и преклонение главы с преданием духа Господу».*

Церковь советует вступить в период созерцания Страстей Господних в глубоком душевном покое и тишине, ибо пост смирил горделивость нашего духа. Образ страждущего Христа стоит перед нами в таком неизмерном величии, что все земное уже не может прийти

на сердце, ибо нет меры сравнения Бога и человека... В эти святые дни придем в храм для того, чтобы предстать очищенной душой, спокойным сердцем, глубокой мыслью перед образом ожидающего нашего спасения Господа.

ПОНЕДЕЛЬНИК СТРАСТНОЙ СЕДМИЦЫ

В Понедельник Страстной седмицы Церковь в назидание верующим творит память о ветхозаветном праотце Иосифе, в обстоятельствах жизни которого она представляет прообразы страданий, смерти и прославления Спасителя. В других песнопениях, как и в чтении Евангелия, повествует об иссохшей смоковнице, которая изображает судьбу лукавого сонмища Иудейского, хвалившегося своим благочестием и в своем ослеплении предавшего Господа на смерть.

В понедельник, вторник и среду Страстной седмицы положено прочитывать (на часах) все Четвероевангелие, до слов Евангелия от Иоанна: «ныне прославился Сын человеческий». Приготовляя нас к достойному поклонению Страстям Господним, чтение Евангелия Церковь желает привести на память все дела и все учение Господа, Спасителя нашего.

ВТОРНИК СТРАСТНОЙ СЕДМИЦЫ

Во Вторник, предлагая нам в назидание притчи о десяти девах и о талантах, Церковь побуждает нас подготовиться к встрече Небесного Жениха, вводящего в Свой чертог только людей, имеющих брачную одежду, сотканную из добродетелей. Людей, которые встречают Его со светильниками веры и добрых дел, не скрыв талантов, данных им от Господа, а приумножив их христианской жизнью.

Во всю Страстную седмицу ни панихид, ни акафистов в церкви не поется ради полного внимания к воспоминаемым в эти дня священным событиям из Евангельской истории.

СВЯТАЯ ВЕЛИКАЯ СРЕДА

Ныне день предания Господа... Святая Церковь ознаменовала его, наравне с днем смерти Господа, печатью поста в продолжение всего года. Кто предал Господа? Иуда. Тот, кто слушал все беседы в продолжение более трех лет. Что ввело его в этот ужасный грех? сребролюбие и диавол. Учитель видел и знал все. Знал и употреблял все меры, чтобы спасти несчастного ученика. Сколько вразумлений ему было дано на последней вечери. Но ни омовение ног, ни преподание Тела и Крови не тронули Иуды!

Когда предательство совершилось, Иуда пробудился и обратился к раскаянию. Оставалось, подобно Петру, омыть свой грех слезами покаяния, но диавол внушил другое: прежде соблазнял бесстрашием, теперь внушал помысл о непростительности греха предательства. Падший да не унывает и не приходит в отчаяние. Пока живет, может спастись, как бы ни были велики грехи.

Как бы для обличения сребролюбивого Иуды Церковь совершает в этот день память жены, помазавшей на вечери у Симона прокаженного драгоценным миром ноги Спасителя и тем, по слову Господню, уготовавшей Его на погребение.

В Великую Среду оканчиваются великие поклоны. Священник после чтения с главопреклонением молитвы «Владыко многомилостиве» испрашивает, как и все присутствующие друг у друга, прощения в обидах и прегрешениях.

СВЯТОЙ ВЕЛИКИЙ ЧЕТВЕРГ

Служба посвящена воспоминанию омовения Иисусом Христом ног ученикам, Тайной Вечери, молитвы Иисуса Христа в саду Гефсиманском и предания Его Иудею. Совершается Литургия Василия Великого и соединяется с вечернею в память того, что Господь установил вечером таинство Причащения. Вместо Херувимской песни, причастного стиха и некоторых других молитв, поется одна и та же песнь: «Вечери Твоя тайная днесь, Сыне Божий, причастника мя прими...»

ПЯТНИЦА СТРАСТНОЙ СЕДМИЦЫ

В Великую Пятницу (Великий Пяток) вспоминаются святые спасительные Страсти Господа нашего Иисуса Христа, «нас ради волей претерпевшего оплевания, биения, заушения, посмеяния, пригвождение ко Кресту, прободение копьем и смерть».

В ночь на Великую Пятницу на утреннем Богослужении, называемом «исследование святых и спасительных Страстей Христа Господа нашего Иисуса», положено двенадцать (соответственно 12 часам ночи) евангельских чтений о Страстях Христовых, начиная с последней беседы Христа с учениками и кончая Его погребением. Молящиеся стоят во время чтения с горящими свечами, показывая, что слава и величие не оставили Господа и во время Его страданий, а, с другой стороны, являя нашу горячую любовь к своему Спасителю.

В знак глубокой печали и сердечного сокрушения Литургии в пятницу не положено, так как считается, что в этот день Сам Господь принес Себя в жертву,

а после полудня совершается вечерня. Вечерня совершается в третьем часу дня, в час смерти Иисуса Христа на кресте, в воспоминание снятия с креста тела Христова и погребения Его. При пении тропаря: «Благообразный Иосиф с древа снем пречистое Тело Твое...», священнослужители поднимают Плащаницу с престола, как бы с Голгофы, и выносят ее из алтаря на середину храма в преднесении светильников и при каждении фимиамом полагают на особо приготовленном столе (гробнице) для поклонения и лобызания ран Господних.

Плащаница находится в середине храма в течение трех (неполных) дней, напоминая этим трехдневное нахождение Иисуса Христа во гробе.

На утрени Великой Субботы Плащаница обносится вокруг храма в воспоминание о погребении Иисуса Христа и положении Его во гробе.

СВЯТАЯ ВЕЛИКАЯ СУББОТА

Литургия в этот день обычно бывает позже и соединяется с Вечернею. Читаются 15 паремий, в которых собраны важнейшие ветхозаветные прообразы и пророчества о спасении людей Страданиями и Воскресением Иисуса Христа. После паремий и Апостола предначинается праздник Воскресения Христова. В алтаре черные одежды престола и священнослужителей сменяются на светлые, так же как и в самом храме. Это изображение события, что жены-мироносицы рано утром видели во гробе Христовом Ангела и слышали от него известие о Воскресении Христа. Чтением Евангелия диакон возвещает людям эту радостную весть. Затем следует обычный порядок литургии Василия Великого.

После литургии бывает благословение хлебов и вина, а затем начинается чтение книги Деяний святых апостолов до начала полунощницы, совершаемой в двенадцатом часу ночи. В конце ее Плащаница переносится в алтарь и остается там на престоле до самого Вознесения Господня, в память о 40-дневном пребывании Христа на земле после воскресения Его из мертвых.

Светлая память

Журнал "У Нас" присоединяется к акции «Журавли» в память о жертвах теракта в «Крокус Сити Холле».

Вечером 22 марта в подмосковном Crocus City Hall раздались выстрелы. Четверо налетчиков открыли огонь по людям, собравшимся в концертном зале на выступление группы «Пикник», а после подожгли здание. По актуальным данным МЧС, в результате теракта пострадали 152 человека, погибли 139. Не все погибшие еще опознаны.

Точное количество жертв теракта в «Крокусе» до сих пор неизвестно, но уже стало ясно, что трагедия стала одной из самых смертоносных за историю современной России. Но даже в самые темные времена стоит помнить, что мир — не без добрых людей.

Самые разные люди, невзирая на собственный страх, нашли в себе силы помочь другим — кто-то вывел сотню людей, удостоверившись, что никто из его колонны не пострадал, кто-то вернулся, поняв, что не может не помогать выносить тела пострадавших.



«ЛЕТИТЕ, ЖУРАВЛИ!»
Настоящий Великий пост
Елена Кучеренко

Православная писательница Елена Кучеренко Замужем, живет в Москве. Домохозяйка, мама пяти дочек. Публикуется в журнале «Фома», на портале «Правмир», в интернет-журнале «Прихожанин», Православие.ру.

До этого дня я просто не ела скоромного
 ...хотела потом рассказать еще парую-
 тройку забавных «великопостных» историй и
 тогда уже отправить в редакцию. Потому что
 есть правда забавные.

Но...

Но случилась трагедия в Крокус Сити Холле.
 То, что не вмещается ни в голову, ни в сердце, ни в
 душе, нигде вообще! Бетонная плита, которая
 раздавила.

Ничтожества, трясущиеся потом на камеру,
 расстреливали в упор безоружных мужчин и
 женщин, подростков, детей, пожилых людей,
 инвалидов. Мирных абсолютно людей. Не на
 фронте, нигде... В торговом центре! Эти бедные
 люди метались по темным
 коридорам, горели, задыхались в
 дыму. На их глазах гибли близкие.

Невозможно даже
 представить, что они чувствовали
 и что чувствовали родные, когда
 пришли первые новости. Мать, чей
 сын там был. Муж, который
 подарил жене билет на концерт.

Всё остальное стало глупым,
 мелким, ничтожным и отодвинулось не то что на
 второй или третий план. А вообще – в небытие. ...

И ни вдохнуть, ни выдохнуть, ни подобрать
 никаких слов.

Да и что тут скажешь? Что тут напишешь в
 соцсетях? Любые твои слова о том, что «мы
 вместе», «мы рядом», «мы сможем», «мы
 выстоим» теряют всякий смысл перед лицом
 страшной боли, которую испытывают сейчас
 близкие погибших. Эта невместимая боль как
 будто вышла из берегов и черной волной накрыла
 нас всех. Я иду по улицам и вижу эти лица – черные
 лица, на которых черная боль. Мы смотрим друг
 другу в глаза и всё знаем.

И вдруг я поняла, что начался мой личный
 Великий пост. До этого дня, 22.03.2024, я просто
 неделю не ела скоромного. А теперь...

А теперь через силу, через боль пытаться
 сохранить в себе крохи христианина. Или
 взрастить. Да просто человека.

Не впасть в панику и уныние.

Не перейти на крик и ор.

Не читать злобных пабликов, не публиковать всё
 это у себя.

Не читать ерничающих и не отвечать им.

Не множить зло.

Не ненавидеть всех подряд и не проклинать всех
 подряд. Да, хотя бы так: «всех подряд».

Обратить гнев и злое темное бессилие хоть в
 какое-то созидание.

Помочь тем, кому я могу помочь.

Обнять того, до кого могу дотянуться.

Слушать тех, кому нужно выговориться.

Говорить с теми, кому это надо.

Плакать с плачущими.

Плакать одной.

И главное – молиться, молиться, молиться.

Это то, что я сейчас действительно могу
 сделать для погибших, пострадавших, их семей и
 для себя самой.

Молиться, иначе – конец.



«И свет во тьме светит»

Но молиться не
 получалось. Я ныряла в
 интернет, не могла не нырять.

Видео расстрелов, крики,
 горящее здание.

У одних там пропал друг.

Всё, погиб. У другой женщины погиб внук. Муж не
 может найти жену. Отец – дочь. Погибла...
 «Помолитесь. Может быть, мой сын жив. Нет в
 списках опознанных». И боль-боль-боль, надежда
 и опять боль, темнота...

Но даже в крошечной тьме бывает свет.
 Иногда он до боли режет глаз, потому что тяжело и
 без него. И думаешь, что лучше бы его не было.
 Лучше бы всего этого не было. Проснуться – а это
 сон... Но это не сон, и свет во тьме светит. И
 больно.

Люди, закрывающие друг друга от
 автоматных очередей.

Парень-колясочник, который загородил
 собой свою девушку и получил пули в грудь.

Простой безоружный мужчина, который
 отнял автомат у террориста, расстреливающего
 людей в упор.

Обычный подросток Никита, который учится
 на автомеханика и вечерами подрабатывал в
 Крокусе. И вывел десятки людей...
 ...Четырнадцатилетний красногорский школьник...
 Он работал в гардеробе вместе с Исламом.

С другими ребятами они поняли, что толпа бежит не в ту сторону, и смогли ее развернуть...

Другие подростки, спасающие людей, девушка среди них. Уверена, мы узнаем их имена!

Папа с младенцем на руках, который организовал и вывел несколько десятков детей...

Охранники с дубинками, пытавшиеся остановить убийц...

Простые москвичи, которые тысячами пришли сдавать кровь раненым. Стояли часами, под дождем, ждали...

Такие же простые студенты, которые организовали горячий чай и разносили его людям в этих огромных очередях.

Врачи... Таксисты, которые сами, без указки, развозили людей бесплатно.

Это моя настоящая Москва!

А сколько всего мы не знаем... Сколько еще нам откроется, я уверена.

Люди, низкий вам поклон! Живым и ушедшим! Улетевшим в небо журавлям!

Время моего покаяния

Я читала об этом, плакала, пыталась молиться. А потом... А потом я просто не могла поверить своим глазам.

«Он (парень, который закрыл собой девушку), не знал, что Великий пост – не время развлечений? Сидел бы дома, молился, был бы жив».

«В пятницу первой седмицы Великого поста пойти на рок-концерт?.. Ад призывает, собирает своих...»

Ну и так далее, что сами виноваты.

Я не беру нашумевший пост в соцсетях. Он был удален автором, значит, человек посчитал, что не время. Всё, вопрос закрыт! Но почему-то люди подхватили, понесли дальше. Главное – снабдив своими «благочестивыми» пояснениями... Даже повторять не буду. И коронное:

«Просто вам правда о вас глаза колет».

И создавалось ощущение, что эти люди считают себя безгрешнее всех погибших и пострадавших. Ладно меня: быть безгрешнее меня не надо ни ума, ни усилий. Но безгрешнее тех, кто в прямом смысле отдавал душу свою за други своя?! Быть людьми, у которых есть какие-то гарантии, просто потому, что в ту пятницу они не пошли на тот концерт?

...Я кипела, спорила, ругалась, доказывала. И летел под откос мой Великий пост.

И вдруг я получила сообщение от одной моей украинской знакомой. Она даже не на новых территориях живет, а на Украине. Подозреваю, что с риском для своей свободы человек писал мне:

«Лена! Я хочу, чтобы ты знала. У нас не все радуются и беснуются по поводу этой трагедии. Это

то, чего не должно быть никогда!»

Она прислала мне скрины переписки из украинских православных групп, где люди (опять же, наверное, рискуя) выражали нам соболезнования, молились и плакали с нами. Те, кто сейчас является нашими врагами на поле боя, сочувствовали и сопереживали. Понятно, что не все, а часть. И все же... А свои, москвичи даже... Неужели непонятно, как ударит это по тем, кто и так размазан и раздавлен, прочитай они это?..

«Если не слышишь чужие стоны, не помогут ни посты, ни поклоны», – говорил архимандрит Кирилл (Павлов).

Ну да ладно. Всё равно стало чуть теплее...

Но знаете, что я подумала потом? Меня возмутило, что кто-то, казалось, считал себя безгрешнее погибших. Но почему я думаю, что сама безгрешнее этих обличителей чужих грехов? В конце концов, все мы такие, что, если бы всплыла вся правда о нас, мы бы просто не смогли общаться друг с другом. Не все, но многие...

– Что еще я должна делать сейчас? – думала я.

Не судить, не осуждать. Не злиться, не доказывать, не обвинять.

Увидеть и понять, наконец, как хрупка наша жизнь. Как тонка грань между благополучием и бездной. Мнимым благополучием и настоящей бездной. Как всё может измениться в одну секунду. Ты есть – и вот тебя нет. У тебя есть всё – и ничего.

Для себя я должна понять, что всё очень серьезно. Что я правда «внутри Библии». Не писать это другим, а повесить на стену **себе**.

Понять, что сейчас время покаяния! **Моего** покаяния. Не соседа, не другого прихожанина, не жертв теракта, не тех, кто их изобличил. **Моего!**

Только **себя** я могу и должна обличить, изменить, приблизить к Богу и вразумить. И никого больше!

Вспомнить наконец, что идет Великий пост – время тишины. **Моей** тишины. Я и Бог! И больше никого! И это для **меня** нет развлечений. Не для другого. Для **меня** – молитва за живых, погибших, за себя и близких. И плач.

...А вы, журавли, невинные жертвы озверевших убийц, летите в Небо! Вы точно лучше меня. Хотя я и не была на том концерте. Многие из вас отдали душу за други своя. Пока я сидела в интернете. И вот это та правда, которая колет глаза...

...Есть у меня еще про Великий пост. Не забавное, серьезное... Но потом, потом...

26 марта 2024 г.



Апрель

**По всем вопросам
работы социальных
программ Вы можете
обращаться к
менеджеру
программы
Марии Элии или
к ее русскоговорящим
помощницам**

**По тел.:
9793 5955**

**БОРИС ЛЕОНИДОВИЧ ПАСТЕРНАК
«УЧИСЬ ПРОЩАТЬ»**

Учись прощать... Молись за обижающих,
Зло побеждай лучом добра.
Иди без колебаний в стан прощающих,
Пока горит Голгофская звезда.

Учись прощать, когда душа обижена,
И сердце, словно чаша горьких слез,
И кажется, что доброта вся выжжена,
Ты вспомни, как прощал Христос.

Учись прощать, прощать не только словом,
Но всей душой, всей сущностью своей.
Прощение рождается любовью
В творении молитвенных ночей.

Учись прощать. В прощеньи радость скрыта.
Великодушье лечит, как бальзам.
Кровь на Кресте за всех пролита.
Учись прощать, чтоб ты был прощен сам.

Б. Пастернак

Полезная информация

ПРОДУКТЫ ДЛЯ ХОРОШЕГО ГЕМОГЛОБИНА

Железо – микроэлемент, необходимый организму для выработки красных кровяных телец (эритроцитов). Главная функция этих клеток – обеспечивать снабжение кислородом тканей и органов. Железо также входит в состав многих белков и ферментов, которые помогают поддерживать здоровье. В случае если в организме не хватает этого элемента, возможны серьезные нарушения в работе сердечно-сосудистой системы, нервной системы, органов дыхания и пищеварения.



Для того чтобы поддерживать уровень железа в организме, при составлении рациона необходимо выбирать продукты с высоким его содержанием. Рекомендуем обратить внимание на следующие продукты.

- Порция говядины или говяжьего фарша весом 100 г, поданная в любом виде, – верный способ снабдить организм 2,7 мг железа.
- 100 г тыквенных семечек обеспечат организм 13 мг железа. При этом неважно, сырых или обжаренных.
- Бобовые – идеальный источник железа для вегетарианцев. Отварные фасоль, нут, горох, соя, чечевица в среднем содержат 3,3 мг микроэлемента на 100 г.
- Шпинат – абсолютный рекордсмен среди овощей по концентрации железа. Листья овоща содержат 3,6 мг железа на 100 г.
- Популярная крупа киноа содержит около 1,5 мг на 100 г порции.
- Отдельного упоминания заслуживают **яйца**. Куриные, перепелиные и другие – они не только хороший источник железа, но и надежный поставщик магния, ненасыщенных жирных кислот и витаминов.
- Хорошая новость для сладкоежек. Из **темного шоколада** мы тоже получаем этот незаменимый и очень ценный микроэлемент.
- Орехи, семечки

Железо растительного и животного происхождения усваивается по-разному. Гемовое (животное) железо усваивается полностью, без потерь, в отличие от железа растительного происхождения. Но вы можете помочь организму, если будете:

- употреблять продукты или добавки с повышенным содержанием витамина С во время одного приема пищи. Например, продукты с витамином С – апельсины, другие цитрусовые, томаты, брокколи и клубнику;
- сочетать продукты с железом как животного, так и растительного происхождения;
- использовать чугунную сковороду для приготовления продуктов с высоким содержанием железа.

А вот некоторые действия, которые затрудняют усвоение железа организмом. Следуйте приведенным ниже рекомендациям:

- Если вы пьете кофе или чай, выпивайте их между приемами пищи, а не во время них.
- Не употребляйте больше 30 г клетчатки в день.
- Не употребляйте одновременно продукты с повышенным содержанием кальция (например, молочные продукты или обогащенные кальцием соки) и железа.

Полезная информация

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ПОСТА

КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНЫЕ ЗРАЗЫ С ГРИБАМИ

Ингредиенты:

Картофель -1 кг (лучше жёлтый);
Морковь - 200 гр; Шампиньоны - 500 гр;
Лук репчатый - 200 гр; Мука пшеничная 6-7 ст.л; Соль, перец - по вкусу; Растительное масло для жарки.



Приготовление:

Картофель и морковь очистить, порезать шайбочками и отварить на небольшом огне, в конце варки посолить. В растительном масле обжарить мелко нарезанный лук и шампиньоны, посолить и поперчить. Если осталась жидкость то слить.

Когда картошка с морковью сварятся, слить всю жидкость и размять в пюре, попробовать на соль, если мало, - досолить. Остудить, добавить муку и замесить тесто. Сформировать зразы: руки обмакивать в муку и на ладонке делать лепёшку, в середину положить начинку из грибов и защипнуть. Жарить в разогретом растительном масле с двух сторон по 2-3 минуты.

ПОСТНАЯ КОВРИЖКА НА ВАРЕНЬЕ

(Для дней без масла)



Постные кексы можно приготовить, используя варенье. Они получаются очень ароматными и вкусными, а если взять варенье с кусочками фруктов или ягод, будет кекс с цукатами.

Ингредиенты:

700 гр. варенья; 100 мл. воды; 500 гр. муки; 1 ч.л. соды.

Приготовление:

Варенье выложить в миску, добавить соду, произойдет реакция - сода погасится. Хорошо размешать и ввести воду и муку. Если варенье жидкое, воду можно не добавлять. Тесто по консистенции должно быть, как на оладьи. Выпекать при $t=180^{\circ}$ около 30-40 минут. Один важный момент: обязательно при выпечке используйте качественный пергамент.

Ангела за трапезой!

МИНУТКА ЗДОРОВЬЯ

Наклоны вперед нормализуют давление!

При перепадах давления полезно делать простые упражнения, которые тренируют сосуды и сердце, нормализуя артериальное давление.

Упражнение:

На вдох поднять руки вверх, а на выдохе медленно наклониться к полу.

Медленно выпрямиться, отдохнуть. Повторить.



Женский клуб
Women's club

Женский клуб
собирается
каждый четверг

По всем вопросам
обращаться к

Алевтине Антонию
0412081187

Ларец духовной мудрости

Целование икон – форма богопочитания – приветствие и выражение любви тому, кто на иконе изображен – Господу, Божией Матери или иным святым. Веруя в вездесущие Бога, а также в то, что по благодати Божьей и святые слышат молитвы, обращенные к ним с разных концов земли, мы целуем икону, не сомневаясь, что благоговейный поцелуй принимает тот, кто на иконе изображен.

То же самое можно сказать и в отношении почитания мощей святых. При прикладывании ко Святому Евангелию, Кресту, честным мощам и иконам следует проходить в должном порядке, не спеша и не теснясь, полагать два поклона перед целованием и один после целования святыни.

ЧТО ТАКОЕ СОБОРОВАНИЕ



Соборование, или Елеосвящение — одно из семи таинств Церкви, целью которого является призывание исцеляющей Божией благодати на человека, страдающего от телесных и духовных болезней.

Это таинство было установлено Самим Христом, о чем говорится в Евангелии от Марка. Когда апостолы, распространяя Благою Весть по земле, сталкивались на своем пути с людьми, страдающими от болезней или одержимыми злыми духами, то исцеляли больных именем Божиим, наложением рук, молитвой. Епископы и священники приняли от апостолов дары благодати Божией — отпускать грехи, крестить, учить вере, а кроме того, исцелять болезни. Для этого было установлено таинство Елеосвящения — помазание елеем во имя Господне во исцеление души и тела.

Случается так, что болезни являются следствием греховной жизни. И с прощением грехов может прийти и выздоровление. Об этом молится священство и сам участник таинства, и такие чудесные исцеления нередко случаются. Однако не следует говорить о том, что Соборование предназначено для того, чтобы излечить физическую болезнь. Нельзя быть уверенным, что это произойдет, — лишь молиться и надеяться.

Елеосвящение именуется Соборованием, потому что совершается оно обычно соборно — несколькими священнослужителями (по чину их должно быть семь, но в практике может совершаться и меньшим числом).

Что такое забытые грехи

Церковь учит, что в таинстве Соборования дается прощение забытых грехов. Что такое забытые грехи? Это то, что ускользнуло от нашего внимания из-за общей рассеянности и расслабленности, то, о чем мы не сказали на

исповеди, а потом просто забыли. Либо это могут быть те проступки или мысли, которые мы даже не считаем греховными. Не стоит путать с забытыми грехами то, что мы утаили умышленно, побоялись или постеснялись исповедовать.

Кто может собороваться

Принимать участие в Соборовании могут православные христиане старше семи лет. Чаще всего таинство происходит в храме, но, если человек тяжело болен, может совершаться дома или в больничной палате.

Приступать к таинству Соборования можно и нужно тем людям, кто страдает не только от физических болезней, но и от душевных (например, если человек печалится об ушедших родных или испытывает сильное уныние).

Таинство Соборования — не магическая процедура, к ней следует приступать осознанно, как к духовному событию. Важно понимать, что Соборование не «очищает от всех грехов». Человек должен жить церковной жизнью, а не приходить в храм раз в год.

Когда совершается Соборование

Люди, которые живут последовательной церковной жизнью, обычно приступают к таинству раз в год — во время Рождественского или Великого поста.

Елеосвящение осуществляется и во время других постов, а бывает, и по частным обращениям людей — в случае тяжелых болезней. Церковь рекомендует соединять Соборование с Исповедью и Евхаристией.

Если человек опоздал на богослужение, может ли он участвовать в Соборовании?

Церковь говорит, что если человек успел получить даже одно помазание — оно будет действенным. Однако священники рекомендуют все-таки отнестись к этому вопросу как можно ответственнее и приходить на службу заранее, а в случае опоздания пособороваться в другой раз.

Как часто можно собороваться

Традиционно христиане, даже здоровые, участвуют в Елеосвящении раз в год. Если кто-то внезапно заболел тяжелой болезнью — можно приступить к таинству по необходимости.

Что мы ожидаем от Соборования

Даже среди православных людей существует предвзятое представление о Соборовании как о «последнем помазании», а значит, к нему приступают тогда, когда надежды на выздоровление нет. Бытует также представление, что сам обряд может привести к скорому концу. Конечно же, такие суждения в корне неверны. Как уже говорилось выше, Елеосвящение — это таинство, приносящее в первую очередь исцеление души от грехов, вследствие чего может прийти и излечение от

физических недугов.

О Соборовании перед смертью

Таинство Соборования действительно часто совершается над умирающими людьми. Оно необходимо для человеческой души, которая с его помощью может подготовиться к переходу в иной мир. Особенно важно Соборование для тех, кто уже не способен покаяться физически из-за тяжелого состояния.

Обычно священник совершает подряд три таинства — Исповедь, Причастие и Соборование.

СОБОРОВАНИЕ В БОГОРОДИЦЕ-УСПЕНСКОМ ХРАМЕ

1-3 Morwell Ave., Dandenong

Во вторник 23 апреля в 5 ч вечера

ПАМЯТНЫЙ ДЕНЬ В ИСТОРИИ РОССИИ

19 апреля 1783 г.

ДЕНЬ ПРИНЯТИЯ КРЫМА В СОСТАВ РОССИИ

Крым был принят в состав России с того самого дня, когда в 1783 году императрица Екатерина II подписала Манифест.

ЕСЛИ КРАТКО

19 апреля 1783 года императрица Екатерина II подписала высочайший Манифест «О принятии полуострова Крымского, острова Тамана и всей Кубанской стороны под Российскую Державу». В Манифесте Екатерины говорилось о «счастливом превращении из мятежа и неурядицы в мир, тишину и порядок законный». Крымский референдум 2014 года продолжил события тех дней, подтвердив историческую принадлежность полуострова России. Непрерывность пребывания Крымского полуострова и города Севастополя в составе Российского государства отмечали и авторы закона, который установил новую памятную дату – 19 апреля – День принятия Крыма, Тамани и Кубани в состав Российской империи.

ЦИТАТЫ

Потемкин – Екатерине о Крыме:

«Вы сим приобретением безсмертную славу

получите и такую, какой ни один государь в России еще не имел. Сия слава проложит дорогу еще к другой и большей славе: с Крымом достанется и господство в Черном море».

Манифест Екатерины:

«Возвещая жителям тех мест силою сего Нашего Императорского манифеста таковую бытия их перемену, обещаем свято и непоколебимо за Себя и Преемников Престола Нашего, содержать их наравне с природными Нашими подданными, охранять и защищать их лица, имущество, храмы и природную веру».

Дословно (и «добуквенно») Манифест:

«Въ утушение вредныхъ волнованийъ»

МАНИФЕСТ Великой Императрицы Екатерины II о присоединении Крымского полуострова, острова Тамани с всея Кубанской стороны к России,

1783 год, 8 апреля.

Божією Милостію МыЕкатерина Вторая Императрица и Самодержица Всероссийская, и прочая, и прочая, и прочая.

В прошедшую с Портою Оттоманскою войну, когда силы и победы оружия Нашего давали Нам полное право оставить в пользу Нашу Крым в руках наших бывший; Мы сим и другими пространными завоеваниями жертвовали тогда возобновлению доброго согласия и дружбы с Портою Оттоманскою, преобразив на тот конец народы Татарские в область вольную и независимую, чтоб удалить на всегда случаи и способы к разпрям и остуде производившим часто между Россією и Портою в прежнем Татар состояниии.

В прошедшую с Портою Оттоманскою войну, когда силы и победы оружия Нашего давали Нам полное право оставить в пользу Нашу Крым в руках наших бывших; Мы сим и другими пространными завоеваниями жертвовали тогда возобновлению доброго согласия и дружбы с Портою Оттоманскою, преобразив на тот конец народы Татарские в область вольную и независимую, чтоб удалить на всегда случаи и способы к разпрям и остуде производившим часто между Россиею и Портою в прежнем Татар состоянии.

Не достигли Мы однако ж в пределах той части Империи Нашей тишины и безопасности, кои должны были быть плодами сего постановления. Татары, преклоняясь на чужия внушения, тотчас стали действовать вопреки собственному благу, от нас им дарованному. Избранный ими в таковой перемене бытия их самовластный Хан был вытеснен из места и отчизны пришлецом, который готовился возвратить их под иго прежнего господства. Часть из них слепо к нему прилепилась, другая не была в силах противоборствовать. В таковых обстоятельствах принуждены Мы были для сохранения целости здания, нами воздвигнутого, одного из лучших наших от войны приобретений, принять благонамеренных Татар в наше покровительство, доставить им свободу избрать себе на место Сагид-Гирея другого законного Хана и установить его правление: для сего нужно было привести военные силы наши в движение, отрядить из них в самое суровое время знатный корпус в Крым, содержать его там долго, и, наконец, действовать против мятежников силою оружия; от чего едва не возгорелась с Портою Оттоманскою новая война, как то у всех в свежей памяти. Благодарение Всевышнему, миновала тогда сия гроза признанием со стороны Порты законного и самовластного Хана в лице Сагид-Гирея. Произведение сего перелома обошлось Империи Нашей не дешево; но Мы по крайней мере чаяли, что оное наградится будущю от соседства безопасностью. Время да и короткое воспрекословило однако ж на деле сему предположению. Поднявшийся в прошлом году новый мятеж, коего истинная начала от нас не скрыты, принудил нас опять к полному вооружению и к новому отряду войск наших в Крым и на Кубанскую сторону, кои там донныне остаются; ибо без них не могли бы существовать мир, тишина и устройство посреди Татар, когда деятельное многих лет испытание всячески уже доказывает, что как

прежнее их подчинение Порте было поводом к остуде и разпрям между обеими державами, так и преобразование их в вольную область, при неспособности их ко вкушению плодов таковой свободы, служит ко всегдашним для нас безпокойствам, убыткам и утруждению войск наших.

Свету известно, что имел со стороны Нашей толь справедливыя причины не один раз вводить войски наши в Татарскую область, доколе интересы государства нашего могли согласовать с надеждою лучшего, не присвоили Мы там себе начальства, ниже отпустили или наказали Татар действовавших неприятельски против воинства нашего поборствовавшего по благонамеренным в утушение вредных волнований.

Но ныне, когда с одной стороны приемлем в уважение употребленные до сего времени на Татар и для Татар знатныя издержки, простирающиеся по верному изчислению за двенадцать миллионов рублей, не включая тут потерю людей, которая выше всякой денежной оценки; с другой же, когда известно нам учинилось, что Порта Оттоманская начинает исправлять верховную власть на землях Татарских, а именно: на острове Тамане, где чиновник ея, с войском прибывший, присланному к нему от Сагид-Гирея Хана с вопрошением о причине его прибытия публично голову отрубить велел и жителей тамошних объявил Турецкими подданными; то поступок сей уничтожает прежния наши взаимныя обязательства о вольности и независимости Татарских народов; удостоверяет нас вящше, что предположение наше при заключении мира, сделав Татар независимыми, не довлеет к тому, чтоб чрез сие исторгнуть все поводы к разпрям за Татар произойти могущие, и поставляет нас во все те права, кои победами нашими в последнюю войну приобретены были и существовали в полной мере до заключения мира; и для того по долгу подлежащаго нам попечения о благе и величии отечества, стараясь пользу и безопасность его утвердить, как равно полагая средством на всегда отдаляющим неприятныя причины, возмущающия вечный мир между Империями Всероссийскою и Оттоманскою заключенный, который Мы навсегда сохранить искренно желаем, не меньше же и в замену и удовлетворение убытков наших решились Мы взять под державу нашу полуостров Крымский, остров Таман и всю Кубанскую сторону.

Пресс-служба

Возвещая жителям тех мест силою сего Нашего Императорского манифеста таковую бытия их перемену, обещаем свято и непоколебимо за Себя и Преемников Престола Нашего содержать их наравне с природными Нашими подданными, охранять и защищать их лица, имущество, храмы и природную веру, коей свободное отправление со всеми законными обрядами пребудет неприкосновенно; и дозволить напоследок каждому из них состоянию все те правости и преимущества, каковыми таковое в России пользуется: напротив чего от благодарности новых наших подданных требуем и ожидаем Мы, что они в счастливом своем превращении из мятежа и неустройства в мир, тишину и порядок законный потщатся верностию, усердием и благонравием уподобиться древним Нашим подданным и заслуживать наравне с ними Монаршую Нашу милость и щедроту.

Дан в Престольном Нашем граде Святого Петра, Апреля 8 дня от рождества Христова 1783, а государствования Нашего в двадесят первое лето.

На подлинном подписано собственною Ея Императорского Величества рукою тако: Екатерина Вторая.

Печатан в Санкт-Петербурге при Сенате Апреля дня 1783 года.

ЧТО ПОТОМ?

В июне 1783 года на вершине горы Ак-Кая князь Григорий Потемкин принял присягу на верность России крымской знати и представителей всех слоев крымского населения. Потемкин лично руководил присоединением Крымского ханства к России. Указом Екатерины II от 2 февраля 1784 года учреждена Таврическая область под управлением князя Григория Потемкина.

АТЕЛЬЕ «ИРИША»

**при Русском благотворительном обществе им. Св. Прав. Иоанна Кронштадтского
ПРИГЛАШАЕТ ВСЕХ МОДНИЦ
НА МАСТЕР-КЛАСС
ПО ИЗГОТОВЛЕНИЮ ВЫКРОЙКИ ДЛЯ ЮБКИ-ПОЛУСОЛНЦЕ (продолжение)**

Если вы хотите сшить юбку-полусолнце, которая будет только в единичном экземпляре, то у вас появился такой шанс.

Предлагаем Вам мастер-класс по созданию выкройки для юбки-полусолнце.

После изготовления выкройки состоится демонстрация по пошиву юбки.

Мастер-классы планируются проводиться каждый месяц.

В АПРЕЛЕ:

По средам и пятницам с 5 до 6 ч вечера.

По субботам с 10 до 11 ч утра.

Вы можете выбрать один из подходящих для Вас дней.

Стоимость класса: \$ 30.00

Все необходимые материалы включены в стоимость.

**Адрес 30 Morwell Ave, Dandenong
(на территории комплекса «Кронштадтские сады»)**

Телефон для справок и регистрации:

0423060530 (Ирина)



**Обучение
проводит
конструктор-
модельер**

**Ирина
Джересик,**

**зарегистрированный
преподаватель
в Австралии**

На курсах кройки и шитья при ателье «Ириша» вы сможете не только научиться шить самые простые вещи, но и получить навыки изготовления индивидуальных сумок, жакетов, декоративных цветов и украшений для одежды, причесок и даже умение изготавливать шляпы

Масленица в прицерковной школе при Богородице-Успенском храма

Последний школьный день в первой четверти выдался на субботу перед Прощеным воскресеньем. Родители, учителя и дети собрались за праздничным столом отметить широкую Масленицу. После застолья все участвовали в русском хороводе с песнями и играми.



Наталья Агафонова, организатор «Хоровода», и директор школы о. Михаил Протопопов.



Спасибо Всем, кто помогал, кто участвовал, кто провел ярмарку и всем гостям!

СЕСТРИЧЕСТВО

при Богородице-Успенском храме в Данденонге

предлагает для продажи:

КУЛИЧИ

ПЕЛЬМЕНИ



\$ 30.00
100 штук

\$ 30.00

\$ 15

\$ 10



По вопросам заказа и покупки кулечей обращаться к Екатерине Лободиной по тел: 0400 824 080

Вы также можете купить куличи при храме по адресу:
1 Morwell Ave, Dandenong

УБОРКА ХРАМА

Уборка храма назначена на **20 апреля** (суббота). Общий сбор к 8 ч утра. Все желающие могут прийти в любое удобное для себя время.