

Дубровская Светлана Валерьевна

**Календарь народной мудрости. Приметы,
пословицы, обычаи, сад, огород, кухня**



ЯНВАРЬ



Январь назван в честь римского двуликого божества Януария, или Януса, – бога времени, всех начал, истоков рек, входов и выходов, покровителя путешественников и моряков. Янус сопровождал и счастью, и бедам, и справедливости. Слово «янус» происходит от латинского «януа», что означает «дверь». Поэтому божество изображали, как правило, с ключами в руке. Как бог света, Янус ключом открывает небесные ворота и выпускает на землю день – так объясняли древние римляне прибавление светового дня в этот период года. Другими атрибутами Януса являются посох – символ путешественников – и песочные часы – символ времени. Голова Януса изображается с двумя лицами: одно обращено в прошлое, другое – в будущее. Правда, с именем Януса связаны и такие толкования, как лицемерие, двуличие. Поэтому, кроме прочего, он считался покровителем торговцев, обманщиков и политиков. Именно в Древнем Риме зародился обычай праздновать Новый год в масках – в честь Януса. Этот обычай оказался столь живуч, что и теперь итальянские карнавалы в масках очень популярны и даже распространились по многим странам мира.

Православные приметы

5 января – Федул (Феодул). Ветреная погода в этот день – к хорошему урожаю.

6 января – канун Рождества, сочельник. Морозный и ясный день – к богатому урожаю. Яркий Млечный Путь – к хорошей погоде, тусклый – к ненастью. Если в канун Рождества выпал иней, значит, к Иванову дню (21 мая) погода будет благоприятствовать севу.

7 января – Рождество. Если снежный покров глубокий, уродятся хлеб и травы. Рождество без снега – к неурожаю. Если в этот день метель, пчелы будут хорошо роиться. Иней – к обилию хлебов, ясное звездное небо – к урожаю гороха. Если санный путь проторен, будет много гречихи. Если в дни Святков (от Рождества до Крещения) ясно, после 12 июля (Петрова дня) стоит ждать хорошей погоды.

8 января – Бабы каши, праздник рожениц и повивальных бабок. Если в этот день стоит ясная погода, уродится просо. Ненастье – к недороду.

13 января – Васильева коляда, Маланья. Если ночью ветер дует с юга, год будет благополучным и теплым, с востока – к урожаю фруктов, с запада – к обилию молока и рыбы.

14 января – Васильев день. В старину в полночь было принято встряхивать яблони, чтобы в новом году получить хороший урожай. Если в этот день на землю опускается туман, значит, год будет плодородным. Вьюга – к обилию орехов.

18 января – канун Богоявления, Крещенский сочельник. Если днем начался снегопад с метелью и поземкой, год будет урожайным. Яркие звезды и иней на деревьях в ночь перед Крещением – к обилию хлебов.

19 января – Крещение (Богоявление). Если снег идет крупными хлопьями, будет хороший урожай. Ясная, солнечная и морозная погода –

к недороду и засухе. Звездная ночь обещает обилие гороха и ягод. Полная луна на небе – к разливу рек.

21 января – Емельяники-перезимники. Если ветер в этот день дует с запада, значит, лето будет грозное.

23 января – Григорий-летоуказатель. Если на стогах лежит иней, лето будет дождливым.

24 января – Федосей-весняк. Если в этот день тепло, весна придет рано. Мороз на Федосея – к позднему севу яровых.

25 января – Татьяна Крещенская. Снег в этот день – к пасмурному и дождливому лету. Ясная погода – к раннему прилету птиц.

26 января – Павел Фивейский. Если в этот день ветрено, год будет сырым. Звездная ночь – к урожаю льна.

31 января – Кирилл и Афанасий-ломонос. Солнце в полдень – к дружной и ранней весне, метель или вьюга – к затяжной.

1 января

Ст. стиль 19 декабря

Гражданский Новый год

Наступление нового года праздновалось человечеством многие тысячелетия, но дата его начала у каждого была своя. На Руси в допетровское время Новый год праздновался 1 сентября. Петр I решил изменить этот обычай, поскольку все европейские христианские страны праздновали Новый год на восьмой день после Рождества, то есть 1 января.

...Москва, 15 декабря 1699 года. Барабанная дробь на Красной площади возвестила народу о чем-то важном, и он толпами хлынул туда. С высокого помоста царский дьяк громко читал указ о том, что Великий Государь Петр Алексеевич повелел «впредь лета счисляти в приказах и во всех делах и крепостях писать с 1 генваря от Рождества Христова». В знак того доброго начинания и нового столетнего века «после благодарения Богу и молебного пения в церкви, повелено было по большим проезжим улицам и знатным людям и у домов именитых духовного и мирского чина, перед воротами учинить некоторое украшение от древ и ветвей сосновых, еловых и можжевеловых».

На Руси январь назывался «сечень», то есть то время, когда происходила вырубка леса. Слово «иануарий» позже сократившееся до «январь», пришло на Русь вместе с юлианским календарем из Византии. Январь – начало года и середина зимы. Это самый холодный месяц в году: 7 января – рождественские морозы; 19 января – крещенские, или водосвятские, морозы; 31 января – афанасьевские морозы. Наши предки радовались морозам – они означали урожайный год: «январский холод наполняет закрома», «в январе снег глубокий – летом хлеб высокий». Теплый январь встречали с ужасом: «Храни нас, Бог, от теплого января», «Берегись весны в январе».

ПИР ПОСЛЕ ЗАСТОЛЬЯ

После новогоднего застолья у вас наверняка остались салаты, нарезанные ломтиками сыр и колбаса, другие закуски. Чтобы добро не пропало, сделайте на обед вкусные бутерброды. Они так и называются – «После праздника».

Вам потребуется: один или два батона, майонез, кетчуп или томатная паста, колбаса, сыр. В качестве дополнительного компонента хорош салат оливье, салат из крабовых палочек, сельдь под шубой.

Смажьте противень сливочным или рафинированным подсолнечным маслом и уложите на него кусочки хлеба. Смажьте их майонезом (примерно чайная ложка на каждый бутерброд), затем положите колбасу и на нее по столовой ложке любого салата. Накройте каждый бутерброд кусочком сыра так, чтобы большая часть начинки оказалась под ним. На сыр выдавите немного кетчупа, можно предварительно смешать его с рубленой зеленью или тертым чесноком. Остальное зависит от вашей фантазии. Поставьте противень в разогретую духовку на 10–15 минут. Сыр должен расплавиться и полностью покрыть бутерброды. Дайте им немного остыть, выньте противень из духовки и выложите блюдо на большую тарелку. При желании можно добавить в него и другие компоненты: маслины, консервированные грибы и овощи, соусы, мелко нарезанное мясо или рыбное филе.



К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ

Нередко в рецептах указывается не объемное количество, а вес продуктов в граммах. Неопытной хозяйке порой бывает трудно сориентироваться, как же отмерить, например, 10 г сахара или 200 г растительного масла. Небольшие количества ингредиентов неудобно рассчитывать по делениям мерной емкости. Предлагаемая схема поможет вам без проблем блеснуть кулинарным талантам и не ошибиться в пропорциях. Помните, что, если в рецепте упоминается «чайная ложка», ее следует насыпать без горки.

Пшеничная и ржаная мука – в стакане 160 г, в столовой ложке 25 г, в чайной ложке 10 г.

Сахар – в стакане 200 г, в столовой ложке 25 г, в чайной ложке 10 г.

Растительное масло – в стакане 200 г, в столовой ложке 17 г, в чайной ложке 5 г.

Мягкое сливочное масло – в стакане 210 г, в столовой ложке 10 г, в чайной ложке 3 г.

Топленое масло – в стакане 240 г, в столовой ложке 17 г, в чайной ложке 5 г.

Цельное коровье молоко – в стакане 250 г, в столовой ложке 20 г.

Сухое молоко – в стакане 120 г, в столовой ложке 20 г, в чайной ложке 5 г.

Сгущенное молоко – в столовой ложке 30 г, в чайной ложке 12 г.

Сметана негустая – в стакане 250 г, в столовой ложке 25 г, в чайной ложке 10 г.

Гречневая крупа неизмельченная – в стакане 210 г, в столовой ложке 25 г.

Манная крупа – в стакане 200 г, в столовой ложке 25 г, в чайной ложке 8 г.

Перловая крупа – в стакане 230 г, в столовой ложке 25 г.

Овсяная крупа – в стакане 190 г, в столовой ложке 20 г.

Хлопья овсяные «Геркулес» – в стакане 90 г, в столовой ложке 12 г.

Рис – в стакане 230 г, в столовой ложке 20 г.

Пшенная крупа – в стакане 220 г, в столовой ложке 20 г.

Горох очищенный – в стакане 200 г.

Фасоль – в стакане 220 г.

Панировочные сухари (молотые) – в стакане 125 г, в столовой ложке 15 г, в чайной ложке 5 г.

Соль поваренная – в стакане 325 г, в столовой ложке 30 г, в чайной ложке 10 г.

Черный перец горошком – в чайной ложке 3,5 г.

Черный перец молотый – в чайной ложке 6 г.

Красный перец молотый – в чайной ложке 1,5 г.

Перец душистый горошком – в чайной ложке 3,5 г.

Перец душистый молотый – в чайной ложке 4,5 г.

Гвоздика молотая – в чайной ложке 3 г.

Корица молотая – в чайной ложке 3 г.

Томатная паста – в столовой ложке 30 г, в чайной ложке 10 г.

Желатин сухой – в столовой ложке 15 г, в чайной ложке 5 г.

Уксус столовый – в столовой ложке 15 г, в чайной ложке 5 г.

Мед натуральный – в столовой ложке 30 г, в чайной ложке 9 г.

Кислота лимонная – в столовой ложке 25 г, в чайной ложке 8 г.

6 января

Ст. стиль 24 декабря

Рождественский сочельник

В этот день полагается уладить все разногласия, примириться с врагами, создать особую атмосферу покоя, приветливости и доброжелательности.

По погоде в этот день предсказывали погоду на будущее. Признаком хорошего урожая ягод и грибов являлось ясное звездное небо. Снегопад обещал успешное ведение хозяйства, а крепкий мороз – любовь и согласие в семье.

Деревенские жители в сочельник совершали один обряд: они перевязывали ножки стула или стола с тем, чтобы домашний скот не пропадал и всегда отыскивал дорогу домой. Кроме того, женщины в этот вечер сматывали пряжу в тугие клубки, чтобы капусты уродилось много и ее хватило до следующего урожая.

Сочельником называют день перед Рождеством Христовым. В этот день истинно верующий человек должен придерживаться строгого однодневного поста.

Разговение разрешалось православной церковью только после того, как на небосклоне появлялась первая звезда. Данная традиция напоминает нам о Вифлеемской звезде, которая указала дорогу волхвам.

В сочельник у православных христиан было принято подавать милостыню нищим, посещать тюрьмы и приюты. До наступления Рождества каждый старался помириться с теми, с кем был в ссоре, простить обидчиков, сгладить все неприятности и конфликты, чтобы встретить светлый праздник с чистой душой.

Рождественский сочельник – семейный праздник. После появления на небе звезды все родные и близкие собирались за большим столом, на котором неизменно были сено и солома в память о яслях, послуживших колыбелью Спасителю. Перед иконами зажигали свечи, при свете которых детишкам рассказывали о появлении на свет Иисуса Христа, читали молитвы.

Меню сочельника было разнообразным, но обязательными кушаньями считались сочиво, а также рыба и взвар.

Сочиво, в честь которого и был назван праздник, ставилось в центре стола. Прежде чем начать трапезу, глава семьи брал горшок с этим блюдом и, выйдя на улицу, трижды обходил вокруг избы, затем, вернувшись в дом, выбрасывал три ложки сочива на улицу через распахнутое окно или дверь. По народному преданию, на земле в ночь перед Рождеством на равных правах властвуют добро и зло. Если привлечь силы добра угощением с рождественского стола, они будут охранять дом от беды.

Сочельник также называют Колядой. Связано это с тем, что вечером этого дня было принято колядовать.

Одни веселой компанией ходили по домам и пели песни, в которых прославляется рождение Сына Божьего, другие же наряжались в звериные маски, тулупы, вывернутые мехом наружу, и пугали незадачливых прохожих. Ряженые и славильщики получали в награду выпеченные из теста фигурки птиц и животных.

К РОЖДЕСТВЕНСКОМУ СТОЛУ

Сочиво

Сейчас не придерживаются строгих правил сервировки стола на Рождество, тем не менее, если вы приготовите рождественское сочиво, ваши гости наверняка будут в восторге. Самое главное – соблюдать технологию приготовления.

Вам потребуется: 1 стакан промытых пшеничных зерен, 100 г кондитерского мака, 100 г очищенных грецких орехов, примерно 3 столовые ложки светлого меда, изюм по вкусу. Изюм можно заменить мелко нарезанной курагой.

Если зерна пшеницы очищенные, просто размельчите их в ступке, промойте теплой водой и сварите из них на воде жидкую кашу без масла. В процессе приготовления постепенно добавляйте мед. Его допустимо заменить обычным или фруктовым сахаром.

Отдельно в эмалированной или фарфоровой емкости разотрите маковые зерна с медом так, чтобы получилась кашка однородной консистенции, затем добавьте полученную смесь к пшеничной каше. Если блюдо кажется вам чрезмерно густым, разбавьте его прохладной кипяченой водой и хорошо перемешайте. Последний компонент – грецкие орехи и изюм или курага. Их можно смешать с сочивом или выложить из них узор на поверхности готового блюда. При необходимости возьмите вместо пшеничных зерен рис

(неразваривающихся сортов). Другие ингредиенты остаются неизменными.

Калитки

Это блюдо также считается исключительно рождественским. Его название произошло от наименования древнего праздника язычников Коляды. Сразу же вспоминаются всем известные колядки – веселые рождественские песенки, за которые исполнителям полагается угощение.

Для настоящих калиток необходимо несколько компонентов: вода, мука, кислое молоко, обычное молоко, соль, жирная сметана и варенье или повидло для начинки. Разумеется, можно видоизменять рецепт в соответствии с вашими вкусовыми предпочтениями.

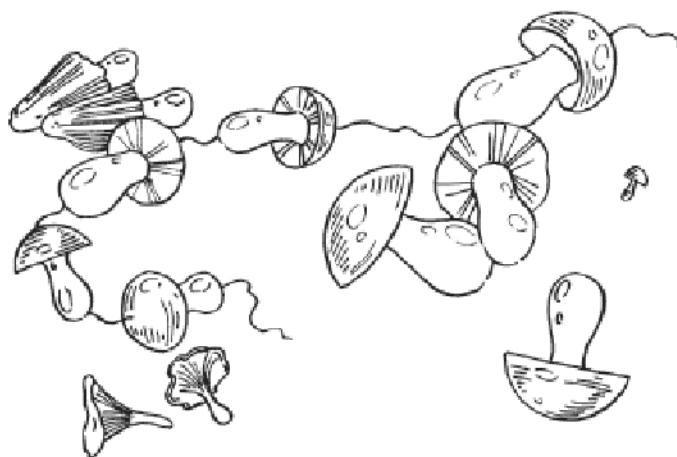
Для начала займемся тестом. Вам потребуется: 2 стакана пшеничной муки (половину объема можно заменить ржаной тонкого помола), 1 стакан воды или смеси молока, сметаны и кефира (простокваши), щепотка соли. Просейте муку через сито и замесите тесто. Выложите его в чистую фарфоровую или эмалированную емкость, накройте марлей или салфеткой и оставьте минут на двадцать отстаиваться. Приступим к изготовлению калиток. Скатайте тесто в жгут, нарежьте небольшими кусочками. Каждый кусочек раскатайте в тонкую ровную лепешку, можно придать заготовкам любую форму. На середину уложите начинку, края залепите или слегка подогните, выложите калитки на смазанный жиром противень и выпекайте в духовке до готовности.

Можно сделать калитки к обеду, тогда начинка должна быть несладкой. Отварите несколько клубней картофеля, заранее очищенных от кожуры, разомните их в эмалированной емкости, добавьте 1 яйцо,

примерно 2 столовые ложки крестьянского масла, посолите и взбейте миксером или венчиком. В пюре можно добавить по вкусу ваши любимые специи.

Для творожных калиток возьмите 100 г нежирного свежего творога, 1 яичный желток, примерно 1 чайную ложку сахарной пудры, немного соли. Протрите творог через сито, перемешайте с остальными ингредиентами до однородной массы и выложите по 1 столовой ложке на каждую лепешку. Можно посыпать калитки тертым сыром. Вкусные калитки получатся, если сделать начинку из свежих грибов (можно использовать вешенки, которые имеются в продаже в любое время года). Вам потребуется: примерно 1 кг грибов, 2 столовые ложки рафинированного растительного масла, 1 небольшая луковица, полстакана густой сметаны, зелень укропа и петрушки, специи по вкусу. Хорошо промойте грибы, отварите, нарежьте мелкими кусочками и обжарьте в масле. Отдельно спассеруйте мелко нарезанный репчатый лук. Смешайте грибы и лук, добавьте сметану и снова хорошо перемешайте. Выложите по 1 столовой ложке начинки на каждую лепешку, посыпьте мелко нарубленной зеленью и защипните края. И еще одна начинка для калиток – из каши. Можно использовать для нее пшено, пшеничную, гречневую или перловую крупу. На 1 стакан крупы возьмите 2 стакана воды или молока, 2 столовые ложки крестьянского масла, соль на кончике ножа. Промойте крупу проточной водой, засыпьте в кастрюлю, залейте водой или молоком и сварите кашу. Перед окончанием варки добавьте масло и посолите. Каша должна получиться рассыпчатой, аппетитной. Можно добавить в начинку кусочки отварного мяса или нежирной колбасы, а также специи. К готовым калиткам подайте в отдельных сосудах жидкую сметану, растопленное сливочное масло, джем или варенье. Сейчас существуют специальные украшения для рождественского стола. Если вам они кажутся слишком дорогими или же вы просто не видите в них необходимости, используйте детали новогоднего декора: еловые веточки, игрушки, мишуру. Непременным атрибутом Рождества являются свечи. Очень красиво смотрятся

самодельные подсвечники с еловыми шишками, хвоей, шелковыми лентами, декоративной лепкой. Над столом повесьте звезду (ее можно прикрепить к люстре), выполненную из блестящей бумаги или фольги. Не забудьте и об ангелочках. Они могут быть сделаны из фарфора, гипса, пластмассы, картона или же просто вырезаны из открыток.



7 января

Ст. стиль 25 декабря

Рождество Христово

На этот день приходится празднование второго по значимости для православных людей события – Рождества Христова. История данного праздника насчитывает несколько веков. Первые сведения о нем относятся к IV веку. Интересно, что установленное церковью число – не истинная дата появления на свет Сына Божьего. Известно несколько версий того, почему именно 7 января стало днем для воспоминания о рождении Иисуса Христа.

По одной из теорий, с момента зачатия до мученической смерти Спасителя должно было пройти совершенное, или полное, число лет. Таким образом, если ото дня смерти Иисуса отсчитать девять месяцев, получится дата его рождения.

По другой версии, установление празднования Рождества Божественного Младенца связано с языческим праздником рождения Солнца Непобедимого. После распространения православной веры поклонение языческим богам ушло в прошлое, а дни их особого почитания были заменены днями памяти о деяниях Иисуса Христа и его последователей.

Однако, какие версии ни выдвигались бы, 7 января христиане вспоминают евангельскую историю явления на свет Иисуса Христа.

Пресвятая Дева Мария родилась в Вифлееме. Девочка воспитывалась в храме и в 14 лет решила посвятить свою жизнь Богу. Поскольку Мария дала обет целомудрия, ее мужем стал благочестивый 80-летний старец Иосиф из Назарета. Он заботился о юной супруге как родной отец, не посягая на ее непорочность.

Однажды в дом Иосифа явился архангел Гавриил. Божий посланник принес благую весть о том, что в скором времени Марии суждено стать матерью Спасителя, и назначил срок. Незадолго до того момента, как он должен был истечь, римский император Август издал указ, согласно которому всем жителям Иудеи полагалось отправиться туда, где они родились, для переписи населения.

Итак, Иосиф и Мария прибыли в Вифлеем. Однако все гостиницы города были переполнены, и странникам пришлось укрыться в пещере, где пастухи прятали от дождя свой скот.

В ту ночь Мария родила Младенца. Пастухи из Вифлеема стали первыми людьми, узнавшими о появлении на свет Спасителя.

В те дни в Иерусалим, столицу Иудеи, пришли с Востока мудрецы-волхвы. Заметив на небе удивительно яркую звезду, которой прежде не

было видно, они поняли, что родился Спаситель. Мудрецы отправились к царю Ироду, чтобы сообщить ему это радостное известие.

Не будучи иудеем, Ирод опасался, что новорожденный может угрожать его власти. Коварный царь решил впоследствии уничтожить Младенца, а пока пожелал узнать о Нем как можно больше. Для этого Ирод отправил волхвов с подарками в Вифлеем.

Определяя дорогу по свету Рождественской звезды, мудрецы двинулись в путь и в конце концов пришли в тот дом, где, покинув пещеру, остановились Иосиф и Мария с Младенцем. Поклонившись новорожденному Спасителю, волхвы преподнесли Ему дары: золото, ладан и смирну.

В старину на Руси Рождество было самым веселым праздником. Существовало поверье: как проведешь этот день, таким будет весь год. Поэтому каждый старался приготовить к торжеству щедрое угощение, одеться во все самое лучшее, отметить Рождество весело и богато. По обычаю, ходили в гости к родственникам, в качестве подарков преподносили печенье, конфеты или небольшие сувениры.

Согласно традициям отмечать праздник следует в теплом семейном кругу за накрытым столом. В старину скатерть посыпали сеном (младенец Христос появился на свет в яслях), затем стелили еще одну – отглаженную, белоснежную. В центре стола ставили большое блюдо с ритуальным рождественским кушаньем – сочивом. Вокруг него располагали 12 других яств: студни, заливное, мясо, рыбу, блины, пряники и другие.

РОЖДЕСТВЕНСКИЕ СЯТКИ

Время с Рождественского сочельника до Крещения принято называть Святками. Для православных эти дни связаны с очищением

души и тела. В начале Святков обычно делали уборку в доме и хозяйственных постройках, уничтожали старые, отслужившие свой срок вещи. Не забывали и о духовной чистоте: запрещалось ссориться, ругаться, вспоминать обиды и говорить о смерти. В Святки не разрешалось выполнять тяжелую работу. Известно множество суеверий, связанные с нарушением этого запрета. Например, согласно одному из них, если в Святки заниматься шитьем, в семье родится слепой ребенок.



Долгими зимними вечерам дети собирались в избе и играли в «Курилку». Участники садились в круг, зажигали тонкую лучину и, пока она тлела, передавали ее из рук в руки. Так делали до тех пор, пока лучина не переставала куриться. Тот, у кого она погасла, должен был исполнит какое-нибудь пожелание. Во время игры пели:

Жил-был Курилка,
Жил-был душилка.
Уж у Курилки,
Уж у душилки —
Ножки маленькие,
Душа коротенька.
Не умри, Курилка,
Не умри, душилка!
Уж у Курилки,
Уж у душилки —
Ножки маленькие,
Душа коротенька.
Жив-жив Курилка,

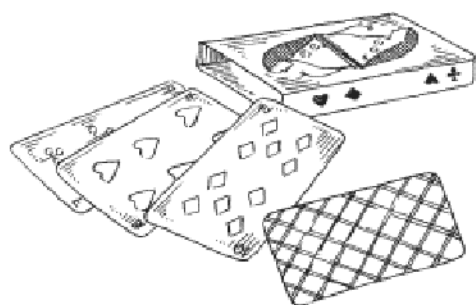
Жив-жив душилка.

На Святки также издавна было принято гадать. Девушки старались узнать свою судьбу различными способами: высматривали долгожданного жениха в зеркале, клали под подушку гребешок, жгли свечи, бросали башмак за ворота (если он упадет носком к дороге, значит, этот год сулит замужество, если же носком к дому – еще год в девках оставаться).

Некоторые девушки вешали на ночь у дверей чистое полотенце, сопровождая свои действия особыми словами. Наутро ощупывали ткань: если она сухая, значит, не торопится жених, если же мокрая (суженый приходил, умывался, утирался) – выйдет красавица замуж в скором времени.

Считалось, что очень важно заранее знать имя жениха, чтобы не пройти мимо своей судьбы. В полночь следовало выйти за ворота и спросить у первого встретившегося мужчины, как его зовут. По народному поверью, именно такое имя будет носить нареченный.

Способов гадания существовало великое множество. В каждой деревне были распространены особые обряды. Но прежде чем приступить к определению своей судьбы, подумайте, так ли это необходимо. Дело в том, что любое гадание есть не что иное, как открытое общение с потусторонней силой. Церковь даже считает подобные занятия грехом. Нередко вместо правдивого описания будущего человек получает совершенно не соответствующую действительности информацию: это шалют мелкие бесенята, которые обожают устраивать проказы и запутывать легковверных людей.



Любые обряды, связанные с использованием живого огня (свечей) и зеркал, таят в себе реальную опасность, поскольку являются замаскированными приемами черной магии. Не обладая специальными знаниями и необходимой подготовкой, гадающий рискует навлечь на себя и своих близких несчастья.

На Святки богатые люди занимались благотворительностью. Считалось, что помощь больным и неимущим – богоугодное дело. Раньше в святочные дни устраивали бесплатные обеды для бедняков, раздавали сладости детям.

Даже если ваш доход невелик, вы тоже можете отметить праздник, отнеся ненужные вам вещи в районный центр «Милосердие», купив продукты для старенькой соседки. В старину в это время в городах и деревнях устраивались народные гулянья. Непременными участниками торжеств были ряженые. Люди веселились, кружились в хороводах, играли в различные игры, распевали песни. На Святки было принято наносить визиты близким и дальним родственникам. Кроме того, именно в эти дни устраивали так называемые смотрины невест: девушек выводили в свет, знакомили с молодыми людьми, возили к родне.

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

У большинства людей любимым праздником долгое время остается день рождения, день, когда человек появился на свет. Рождение долгожданного младенца – праздник не только для папы и мамы, но и для многочисленной семьи. На Руси ожидание малыша считалось одним из самых опасных и непредсказуемых периодов в жизни будущей матери, ведь во время беременности женщина становилась особенно уязвимой. Соответственно, существовало множество суеверий и преданий.

В крестьянских семьях, например, очень важен был пол ребенка: мальчик должен был стать помощником, дополнительной рабочей силой, а девочке отводилась роль «ненужного довеска» – получив подготовленное родителями приданое, она неизбежно покидала дом,

уходя к мужу. Издавна люди старались определить пол младенца по внешнему виду беременной женщины: при быстром увеличении массы тела, излишней стеснительности, округлых очертаниях живота считалось, что должна родиться девочка, а если живот «торчит уголком», ожидали мальчика.

Раньше роды принимала специально обученная, опытная бабушка-повитуха. Родственникам и супругу присутствовать при таинстве рождения запрещалось. Чтобы ускорить родовой процесс, женщину заставляли трижды пройти вокруг стола, поставленного на середину комнаты, отпирали в избе все замки, развязывали узлы, открывали сундуки и ящики. Существовали и специальные молитвы, способствующие родоразрешению. Если же роды затягивались более чем на сутки, в церкви служили молебен, перед иконами зажигали красивые праздничные свечи.

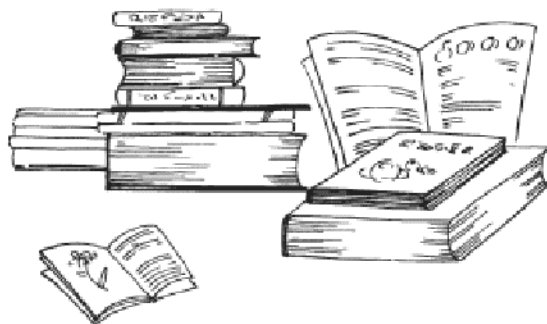
После завершения родов повитуха обрабатывала пуповину и купала младенца. Перед первым омовением в ванночку или корыто следовало положить несколько серебряных монеток: считалось, что данный обряд сулит малышу в будущем безбедную счастливую жизнь. После купания девочки воду непременно выплескивали в заросли малины (это растение у славян символизировало красоту), а омыв мальчика, выливали на пересечении дорог «на счастье и удачу».

Сразу после завершения родов к женщине не пускали даже близких родственников. Лишь через несколько дней разрешалось прийти с подарками и поздравлениями. Соседки и подруги роженицы непременно приносили с собой угощение, так как хозяйка еще не оправилась от пережитого. А в ближайшее к рождению ребенка воскресенье или какой-либо праздник устраивали торжество – родины. В дом приглашали музыкантов, гости приносили новоиспеченным родителям подарки, угощение. Существовал и специальный обычай – «спор за бабкину кашу». Повитуха приносила горшок с гречневой кашей и ставила его на стол, одновременно желая новорожденному счастья, богатства и удачи. Рядом с горшком ставили блюдо или глубокую тарелку, на которую гости по очереди клали деньги. Родственник или

сосед, пожертвовавший большую по сравнению с остальными сумму, получал право отведать каши и выпить чарку.

Чтобы младенец не пострадал от дурного глаза, его старались быстрее окрестить, а до этого времени не показывали посторонним людям. Нельзя было также покачивать пустую колыбельку или люльку, так как это предвещало беспокойство и капризы ребенка. Если, несмотря на все меры предосторожности, малыш тяжело заболел, его выносили на улицу и предлагали первому встречному за небольшую сумму денег. Человек, «купивший» ребенка, через некоторое время вносил его в избу и передавал родителям. Считалось, что после данного обряда недуг отступит.

Разумеется, сейчас большая часть поверий забыта. Очень редко женщины решаются на роды в домашних условиях, поскольку слишком велика опасность непредвиденных осложнений. Но некоторые разумные рекомендации наших предков не потеряли смысла и в настоящее время.



После приезда из родильного дома женщина должна отдохнуть, поэтому не следует сразу же являться к ней с поздравлениями и подарками. В день выписки из стационара новорожденного вместе с матерью забирают супруг и мать родильницы или ее свекровь. Молодой папа должен заранее позаботиться о цветах, подарках персоналу роддома, красивой одежде для ребенка (вышитом конверте, красивом стеганом одеяльце). Но следует знать, что цветы с сильным или слишком резким запахом могут стать причиной дискомфорта или даже аллергической реакции. При появлении на свет девочки маме преподносят красные или розовые цветы, при рождении мальчика принято дарить цветы голубой или сиреневой окраски.

Родственников и друзей заранее предупреждают, что навестить молодых родителей и младенца можно не ранее чем через месяц после их возвращения домой. В качестве подарков можно принести детскую одежду, игрушки или крупную вещь, купленную на собранные вскладчину деньги, – манеж, стульчик со столиком и так далее. Хорошим презентом станет толковая книга, содержащая рекомендации по уходу за маленьким ребенком. И разумеется, не будут лишними несколько букетов.

13 января

Ст. стиль 1 января

Новый год по старому стилю

Исторически сложилось так, что мы отмечаем наступление нового года дважды. Это прекрасная традиция, ведь в ночь с 13 на 14 января мы можем снова встретиться с друзьями, зажечь елочные огни и поздравить всех с праздником.

До революции Россия пользовалась так называемым юлианским календарем. С астрономической точки зрения он был неточным и не вполне соответствовал движению Солнца. Поэтому требовалась реформа, которая и была проведена в 1918 году по указу Ленина.

Россия перешла на григорианский календарь позже, чем другие страны. В итоге расхождение между старым и новым стилем составило 13 дней. Таким образом, 1 января по юлианскому календарю приходится на 14 января по григорианскому. Отмечая старый Новый год, мы отдаем дань старинной русской традиции.

В православном календаре 13 января посвящается Василию Великому. В этот день совершали различные обряды. Считалось, что он влияет на весь последующий год.

Некоторые традиции Васильева дня были связаны с древним земледельческим праздником авсеном, восходящим к языческим

верованиям. Чтобы обеспечить хороший урожай, 13 января совершали обряд обсева. В доме рассыпали хлебные зерна, которые затем собирали и хранили до посева. При этом произносили ритуальные слова, пели песни, плясали.

В новогоднюю ночь совершали обряд варения каши. Ровно в 2 часа после полуночи хозяйка (как правило, самая старшая женщина в семье) приносила из амбара гречневую крупу, а хозяин набирал в колодце воду. В это же время растапливали печь. Подготовленную крупу и воду не разрешалось трогать, иначе можно было отпугнуть удачу. Затем все усаживались за стол, а хозяйка помешивала будущую кашу, приговаривая: «Сеяли, растили гречу все лето; уродилась каша греча и крупна и румяна; звали-позывали нашу гречу во Царьград побывать, на княжеский пир пировать; поехала греча во Царьград побывать со князьями, со боярами, с честным овсом, с золотым ячменем; ждали гречу, дожидали у каменных врат; встречали гречу князя и бояре, сажали гречу за дубовый стол пир пировать, и приехала наша греча к нам гостевать». После этого хозяйка, поклонившись, ставила горшок в разогретую печь.

По внешнему виду готовой каши определяли судьбу. Если она выползала из посуды, следовало ждать беды. Несчастья сулил и треснувший горшок. Вкусная и наваристая каша обещала здоровье, богатство и хороший урожай. Ее обычно ели на завтрак. Неудавшуюся кашу выбрасывали в реку, чтобы отвести беду.

Еще один традиционный обряд старого Нового года – хождение по домам. Поскольку Василий на Руси считался покровителем свиней, в этот день для гостей готовили блюда из свинины. В народе говорили: «Свинку да боровка для Васильева вечерка», «На Василия великого свиную голову на стол!».

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ПРАЗДНИЧНОГО СТОЛА

Свинные мозги запеченные

Вам потребуется: 200 г свежих свиных мозгов, 3–4 столовые ложки сметаны, 1 луковица средних размеров, 2 столовые ложки уксуса, масло для смазывания сковороды, соль, черный перец по вкусу.

Свиные мозги поместите в подкисленную уксусом воду на 1–1,5 часа, затем отварите в подсоленной воде. После этого уложите их на смазанную маслом сковороду, посыпьте солью и перцем, спассерованным репчатым луком, залейте сметаной и запеките в духовке.



Свинина с соленьями

Вам потребуется: 100 г свинины, 2 луковицы, 1 соленый огурец, 3 столовые ложки квашеной капусты, по 1 столовой ложке рябины и брусники, 3–4 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка растительного масла.

Свинину обжарьте в растительном масле, нарежьте ломтиками, добавьте нарезанный кусочками соленый огурец, измельченный лук, бруснику, рябину, квашеную капусту, заправьте сметаной.

Котлеты по-монастырски

Вам потребуется: 150 г свинины, 1 яйцо, 50 г сыра, маргарин, молоко, сухари, соль по вкусу. Свинину нарежьте кусочками, отбейте, посолите. Сыр натрите на мелкой терке, соедините его с молоком и яйцом. В эту смесь обмакните свинину, которую затем обваливайте в

сухарях и обжарьте в маргарине. Доведите блюдо до готовности в печи или духовке.

Старорусская закуска

Вам потребуется: 400 г свиной печени, 6 небольших клубней картофеля, 1 луковица, 200 г жирной сметаны, 4 столовые ложки сливочного масла, черный перец, специи для мяса и соль по вкусу. Печень тщательно промойте в проточной прохладной воде, удалите пленки и крупные сосуды. Нарежьте ее небольшими кусочками и быстро (в течение 1 минуты) обжарьте в кипящем масле на сильном огне, не забывая переворачивать для равномерного подрумянивания. Очистите картофель, нарежьте его мелкими кубиками или тонкой соломкой. Лук измельчите. Картофель перемешайте с луком и поместите в заранее подготовленные глиняные горшочки или утятницу. Сверху выложите жареную печенку, залейте все сметаной, добавьте специи и соль. Поставьте утятницу или горшочки в разогретую духовку и тушите блюдо при температуре не ниже 200° С. Время приготовления – около 30 минут. Подавайте закуску на стол в тех же порционных горшочках или же, если вы пользовались утятницей, разложите по керамическим плиткам. Можно украсить блюдо мелко нарезанной свежей зеленью и тертым сыром.

Свиное жаркое

Вам потребуется: 700 г свиной вырезки, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 столовые ложки любого кулинарного жира или топленого свиного сала, 2 небольшие луковицы, мясной бульон (можно из кубиков), молотый тмин, сушеная зелень, соль по вкусу.

Мясо промойте, посолите, посыпьте мукой и обжарьте целиком со всех сторон до появления аппетитной румяной корочки. Уложите мясо в глубокую сковороду или жаровню, добавьте небольшое количество теплого бульона, нарезанный тонкими кольцами лук (его можно

предварительно обжарить в жире до золотистого цвета), молотый тмин и сушеную зелень. Тушите жаркое под крышкой до готовности. По мере испарения жидкости добавляйте подогретый бульон. Остудите жаркое, извлеките мясо и нарежьте его тонкими ломтиками. Перед подачей на стол выложите их на блюдо, украсьте зеленью и консервированными овощами. В качестве гарнира отварите картофель.

Свинина «К торжеству»

Предлагаемое блюдо может показаться весьма трудоемким в приготовлении. Тем не менее постараться стоит, чтобы сделать сюрприз своим близким.

Вам потребуется: 1 кг нежирной свиной вырезки, готовый хлебный квас, молотый черный перец и соль по вкусу. Для теста: 200 г сливочного маргарина высшего сорта, 200 г жирной густой сметаны, 400 г пшеничной муки, 1 яйцо для смазывания корочки, соль по вкусу.

Вырезку промойте и замочите примерно на 12 часов, залить квасом так, чтобы мясо было полностью погружено в жидкость. Емкость поставьте в прохладное место. По истечении указанного времени выньте мясо, обсушите его чистой тканью, чтобы удалить лишнюю влагу, посолите и поперчите.

Тесто лучше приготовить заранее. Размягченный маргарин перемешайте со сметаной до получения массы однородной консистенции, добавьте муку и соль. Замесите тесто (оно должно быть пластичным и не слишком прилипать к рукам), уложите его в сухую чистую емкость, накройте полотняной салфеткой и оставьте на 20 минут. Затем раскатайте его в пласт толщиной не более 1 см. В результате должен получиться прямоугольник с относительно ровными краями (обрежьте их ножом). На середину выложите свиную вырезку, соедините и защипните противоположные края теста. Переверните получившийся конверт и положите его на противень, смоченный водой. Проткните изделие ножом или вилкой, чтобы в образовавшиеся отверстия мог выходить избыточный пар, смажьте его взбитым яйцом. Из оставшегося

теста изготовьте украшения – цветочки, листья, бахрому и тому подобное – и прилепите их сверху.

Поставьте противень в разогретую до 200° С духовку и запекайте свинину в тесте в течение 2 часов. Приблизительно через 30 минут от начала приготовления прикройте блюдо специальной крафт-бумагой, пропитанной водой. Каждые 10–15 минут вновь смачивайте бумагу. Готовность мяса легко определить, проткнув его толстой шпиговальной иглой или тонким ножом: если выделяющийся сок прозрачный, без примеси крови, можно вынимать свинину из духовки.

Данное кушанье не требует гарнира. Подайте его на стол на большом фарфоровом блюде, чтобы гости могли оценить ваше кулинарное искусство, а затем разрежьте мясо на порционные куски.

14 января

Ст. стиль 1 января

Обрезание Господне

Согласно предписаниям Ветхого Завета каждый новорожденный мальчик на 8-й день после появления на свет должен был пройти обряд обрезания. При этом ребенку давалось имя. Данный обряд, в Новом Завете замененный крещением, символизировал очищение от первородного греха.

Сын Божий был свободен от первородного греха, а значит, в обрезании не нуждался. Однако Он, подобно любому иудейскому младенцу, прошел обряд очищения, тем самым подтвердив Свою человеческую природу. Кроме того, это послужило неопровержимым доказательством необходимости строгого соблюдения заветов. Как и было предсказано архангелом Гавриилом, Младенца нарекли Иисусом, что значит «спаситель».

«По прошествии восьми дней, когда надлежало обрезать Младенца, дали Ему имя Иисус, нареченное Ангелом прежде зачатия Его во чреве.

А когда исполнились дни очищения их по закону Моисееву, принесли Его в Иерусалим, чтобы представить перед Господом.

Как предписано в законе Господнем, чтобы всякий младенец мужеского пола, разверзающий ложесна, был посвящен Господу...» (Евангелие от Луки; 2, 21–23).

Отмечая 14 января праздник Обрезания Господня, христиане вспоминают о первых днях земной жизни Спасителя. Это событие воспринимается как свидетельство того, что все новорожденные младенцы «обрезаны обрезанием нерукотворенным, совлечением греховного тела плоти, обрезанием Христовым».

О ПОСТЕ

В дореволюционной России соблюдение поста было обязательным для всего населения. Во время Великого поста не проводили ярмарки, отменяли гулянья, не справляли свадьбы, даже театральные спектакли строго ограничивали, особенно по тематике. Приветствовались любые благотворительные акции, помощь бедным и больным. Причем в таких акциях принимали участие и простые люди, и члены царской фамилии, показывая пример сострадания и смирения. Великий пост – лучшее время для покаяния, поэтому толпы богомольцев устремлялись в ближние и дальние монастыри, подальше от суетной мирской жизни, в тишину лесов, в глухомань, чтобы приблизиться к миру горнему, божественному. Такая смена образа жизни, без сомнения, благотворно сказывалась на настроении и моральных качествах всего населения, даже если не все паломники и постящиеся отличались искренностью своих намерений.

После строжайшего 1-2-дневного поста на первой неделе Великого поста не следует пару суток употреблять подсоленную пищу (овощи вообще лучше не солить, а по возможности и хлеб печь самостоятельно без соли или пользоваться диетическими сортами бессолевого хлеба). Также в первые два дня после строгого поста желательно не использовать растительное масло, а главное, не переедать.

Те, кто строгого поста не придерживаются, в среду первой недели Великого поста могут есть гороховую кашу, кисель с грибами, хреном и луком.

КУЛИНАРНЫЕ НАХОДКИ ДЛЯ ПОСТНОГО СТОЛА

Многие хозяйки ежегодно делают зимние запасы. Чтобы домашние консервы не закончились до весны, время от времени можно готовить «быстрые» овощные закусочки. Вот несколько рецептов для холодного времени года.



Свекла с яблоками

Вам потребуется: 500 г сочной красной свеклы, 500 г свежих яблок, 200 г репчатого лука (можно взять больше), молотые семена укропа и петрушки, сушеная измельченная зелень, чесночный порошок, 2 ст. ложки рафинированного растительного масла, сахар, соль по вкусу.

Свеклу и яблоки очистите, нарежьте некрупными ровными кубиками, уложите в банки и обдайте кипятком. Лук очистите, нарежьте колечками и пассеруйте в масле с добавлением небольшого количества сахара до тех пор, пока он не приобретет светло-золотистый оттенок. Остудите лук, смешайте его с яблоками и свеклой, положите соль и специи по вкусу. Такой необычный салат можно подать к праздничному столу в качестве оригинального фирменного блюда или использовать как гарнир к тушеному мясу или рыбе.

Закуска из моркови с пряностями

Вам потребуется: 500 г несладкой моркови, 250 г сочного репчатого лука, 1 стакан яблочного сока, 1 столовая ложка готовой горчицы без ароматических добавок, 4 столовые ложки рафинированного растительного масла, 1 столовая ложка пряностей (молотые семена укропа, петрушки, кинзы, сушеная зелень, измельченный лавровый лист).

Морковь очистите, нарежьте крупной соломкой или кружочками и спассеруйте в растительном масле (2 столовые ложки). Лук очистите, нарежьте колечками и обдайте кипятком. Овощи соедините и перемешайте. Приготовьте маринад из яблочного сока, горчицы, оставшегося растительного масла и специй, залейте им лук и морковь, еще раз перемешайте и поставьте в прохладное место на 2-3 часа. Закуску можно украсить свежей зеленью или звездочками из моркови.

Розовая капуста

Вам потребуется: 1 плотный кочан капусты средних размеров, 3-4 зубчика чеснока, 1 небольшая красная свекла. Для рассола: 1 л кипяченой воды, 2 столовые ложки соли, 2 столовые ложки сахара или сахарной пудры, несколько горошин черного и душистого перца, лавровый лист, 0,5 стакана натурального яблочного уксуса.

Кочан освободите от увядших наружных листьев и разрежьте на несколько крупных частей. Чеснок очистите, нарежьте тонкими пластинками и вложите между листьями каждого куска капусты. Свеклу очистите и измельчите. Поместите капусту в кастрюлю или другую глубокую эмалированную емкость, перемежая ее со свеклой, и залейте рассолом. Для его приготовления вскипятите воду с солью, сахаром, перцем и лавровым листом, затем немного остудите и добавьте уксус. Накройте емкость крышкой. Через несколько дней вкусное и полезное блюдо будет готово.

18 января

Ст. стиль 5 января

Крещенский сочельник

18 января, в канун Богоявления, православные христиане отмечают Крещенский сочельник. В этот день принято соблюдать пост, посещать церковь, готовить праздничные блюда. В Крещенский сочельник в храме совершается обряд Великого освящения воды.

Многие верят, что вода, освященная в канун праздника Богоявления, обладает целебными свойствами. В старину ее ставили перед иконами и хранили в течение всего года. Считалось, что такая вода укрепляет здоровье, очищает тело и дух. Ею окропляли помещения и предметы быта. В некоторых областях в Крещенский сочельник освящали также свечи. Зажигая их в трудные минуты, люди верили, что это способствует исцелению и дает покой душам усопших.

В деревнях в ночь на Крещение на дверях и окнах домов рисовали снегом кресты. Это делалось для того, чтобы защитить жилье от нечистой силы, которая, боясь освящения, якобы покидает свою родную водную стихию и может проникнуть в помещение.

Считалось, что в Крещенский сочельник не только освященная в церкви, но и любая другая вода на время приобретает целебные свойства.

В связи с этим был широко распространен обряд купания в проруби. Каждый стремился окунуться в ледяную воду или по крайней мере омыть лицо и руки, чтобы укрепить физическое и душевное здоровье, избавиться от греха.

Тому, кто на Святках был ряженым, непременно полагалось искупаться в проруби, ведь он примерял на себя дьявольское обличье. Кроме того, крестьяне собирали и топили снег, а талую воду использовали для бытовых нужд, чтобы обеспечить успех во всех делах.

В канун Крещения по традиции уделяли внимание благотворительности. Главным угощением этого дня в каждом доме была кутья с медом и изюмом.

О НАРЕЧЕНИИ

Христианину обычно дается по месяцеслову имя святого, память которого празднуется в этот или ближайший день. Этот святой становится ангелом-хранителем, небесным заступником человека. Если родители дали ребенку чужеземное имя, священник может предложить им выбрать православное, которое, наряду с гражданским, будет его церковным. Для любого верующего собственное имя – святое, потому что это имя ангела-хранителя. Поэтому именины празднуются пышнее, чем день рождения, о котором в старину многие и вовсе забывали тем более, что эти события практически совпадали по времени.

Именинный стол стараются делать богатым, с пирогами и множеством гостей. Обычно именинник, которого одаривают в этот день, в завершение застолья и сам подносит гостям подарки, благодаря их за то, что пришли поздравить его в день ангела.

ПОСТНЫЕ БЛЮДА В ПРАВОСЛАВНЫЙ ПРАЗДНИК

Постный борщ

Неплохим украшением постного стола станет очень вкусный и при этом полезный низкокалорийный борщ. Готовится он следующим образом. Вам потребуется: примерно 700 г свеклы, 200 г сладкой моркови, 1 корень петрушки, 150 г репчатого лука (можно больше), 2 столовые ложки томатного пюре или пасты, 200 г белокочанной капусты, 5 клубней картофеля среднего размера, полстакана рафинированного растительного масла, немного болгарского перца (свежего или консервированного), несколько горошин черного и душистого перца, 1 большой лавровый лист, свежая или консервированная зелень петрушки

и укропа, несколько зубчиков чеснока, соль по вкусу. Очистите лук и нарубите его мелкими кусочками. Свеклу также очистите и нарежьте тонкой соломкой или натрите на крупной терке. Морковь вымойте, очистите и нарежьте соломкой или мелкими кубиками.

Болгарский перец нарежьте небольшими кусочками. Уложите все овощи в кастрюлю, влейте туда же растительное масло и положите томатную пасту, хорошо перемешайте, добавьте соль и специи. Накройте емкость крышкой и поставьте на очень медленный огонь. Периодически помешивайте. Лишняя жидкость должна выпариться полностью, при этом не допускайте пригорания смеси. Затем влейте в кастрюлю около 3 л горячей воды, размешайте и кипятите примерно 20 минут. В отдельной емкости сварите очищенный картофель, затем положите его в борщ. Чеснок пропустите через чесночницу или протрите через сито, посолите и добавьте в готовое блюдо. В последнюю очередь положите зелень и снимите кастрюлю с огня. Остудите при комнатной температуре, затем поставьте в холодное место. Борщ станет особенно вкусным примерно через сутки после приготовления. Его можно есть как в холодном, так и в горячем виде. Отдельно подайте сметану, майонез и специи.

Постные вареники

Вам потребуется: для теста 350 г пшеничной муки высшего сорта, 1 яйцо, примерно полтора стакана воды. Для начинки: 1 кг рассычатого картофеля, 4 столовые ложки рафинированного растительного масла, 150 г репчатого лука, 1 чайная ложка мелко нарезанной свежей зелени укропа и петрушки, соль и специи по вкусу. Сначала займитесь приготовлением фарша. Картофель очистите, залейте водой, добавьте немного соли и отварите. Затем слейте воду и, не остужая, пропустите клубни через мясорубку или измельчите их миксером. Лук очистите, нашинкуйте, обжарьте в небольшом количестве растительного масла до золотистого оттенка, добавьте специи и влейте вместе с маслом в картофельное пюре. Всыпьте зелень, влейте оставшееся масло и

перемешайте начинку ложкой или миксером. Отставьте в сторону для остывания.

Теперь приступайте к замесу теста. Смешайте яйцо с водой и небольшим количеством соли, понемногу добавьте муку и вымешивайте до однородного состояния. Старайтесь, чтобы не образовывались комочки. Тесто должно получиться достаточно густым. Разделочную доску или столешницу присыпьте мукой, выложите на нее тесто и раскатайте его скалкой в тонкий блин. стаканом или формой вырежьте одинаковые кружочки, в середину каждого положите немного фарша и аккуратно залепите края. Начинка к этому времени должна быть полностью остывшей. Если вы готовите вареники впрок, уложите их на присыпанную мукой доску и поместите в морозильную камеру. Отваривайте вареники в кипящей ключом воде с добавлением соли. Кастрюля должна быть достаточно большой, чтобы они не прилипали друг к другу. Дождитесь, когда вареники поднимутся наверх, прокипятите еще несколько минут и выловите их шумовкой или ложкой с дырочками. Переложите готовое блюдо в дуршлаг, промойте кипятком и дайте лишней жидкости стечь. Затем разложите по порционным тарелкам или керамическим мискам и подайте на стол. Отдельно поставьте мелко нарубленную зелень, майонез, сметану или сметанный соус, кислое молоко.

19 января

Ст. стиль 6 января

Крещение Господне

Достигнув 30-летнего возраста, Господь Иисус Христос, перед тем как отправиться проповедовать новое учение, пришел на реку Иордан, где принял крещение от Иоанна, положив таким образом начало таинству крещения. Когда Христос выходил из воды, небо отверзлось, и сошел Дух Святой в обличье голубя. Раздался голос: «Ты Сын Мой

возлюбленный! В Тебе Мое благоволение!». В связи с этим 19 января называется и Крещением, и Богоявлением.

В этот день происходит крестный ход на реку, где совершается молебен и освящение воды в память о крещении Иоанном Иисуса Христа. После освящения воды обычно происходит купание в проруби, причем без вреда для здоровья. Окунаются все: и стар, и млад, и больные, и немощные. В такие дни русскому народу прибывают те самые здоровье и сила, которые столь удивляют всех иностранцев.

Крещенская вода издавна считается целебной. Если ежедневно в церкви совершаются малые (обычные) водоосвящения, то в Крещение – два великих. Воду, принесенную в дом, хранят до следующего года. Ее используют для освящения домашней утвари, лечения различных болезней.

Непосредственно в день Крещения на улице проводится второе великое водосвятие. В храме проходит праздничное богослужение, после чего верующие идут крестным ходом, неся распятия и иконы к неподалеку расположенному водоему или роднику. Заблаговременно во льду прорубают особую прорубь, имеющую форму креста. Ее называют иорданью. Когда-то давно первые христиане Иерусалима каждый год в праздник Богоявления шли паломниками к священной реке Иордан, на которой был окрещен Иисус Христос.

После совершения обряда водосвятия в крестообразной проруби купались больные и недужные, чтобы смыть с себя грехи и избавиться от хворобы.

Известно, что крещение Иисуса Христа, которое состоялось на реке Иордан, стало началом всеобщего распространения таинства крещения, то есть обряда, символизирующего принадлежность человека к православной церкви. Каждое действие священника имеет глубокий смысл. Не все имеют представление о крещении, хотя многие люди сейчас носят новорожденных детей в церковь, возможно отдавая дань моде или уступая уговорам бабушек и дедушек. Тем не менее перед совершением обряда следует узнать о его основных моментах.

Крещаемого обычно поворачивают в направлении запада, что символизирует отречение от лукавого (дьявола), поскольку запад считается прибежищем тьмы, а сатана – «тьмой духовной».

Перед опусканием в купель ребенка мажут ароматным церковным маслом – елеем, чтобы он обрел твердость духа в борьбе с соблазнами дьявола.

Погружение младенца в освященную воду купели означает очищение от первородного греха. Считается, что в этот момент на крещаемого незримо опускается Дух Святой.

Одевание в белое и надевание на грудь крестика на простой веревочке символизируют полное очищение от грехов. Теперь человек должен следить за своими помыслами и поступками, вести праведную жизнь, молиться Богу и помнить о своем грядущем спасении.

Хождение или ношение младенца вокруг купели означает приближение к вечности.

Отрезание небольшой прядки волос символизирует добровольное предание человека Божьей воле и милости.

Одновременно с крещением священник проводит так называемое миропомазание: рисует с помощью небольшой кисточки или специальной палочки и еля кресты на лбу, ушах, глазах, ноздрях, груди, ногах и руках крещаемого. Так освящаются все чувства человека.

И в завершение таинства священник принимает младенца на руки.

Прежде чем отправиться в церковь для совершения обряда крещения, человек должен задуматься, для чего он собирается это сделать. Некоторые отдают дань моде и впоследствии носят крестик поверх одежды. Делать этого не следует, неслучайно крест именуют нательным. Лучше всего носить его под бельем на тонкой цепочке или веревочке.

Потеря крестильного крестика издавна считается плохой приметой, поэтому лучше всего приобрести два экземпляра, крестильный затем спрятать дома, а второй носить каждый день. Многие верят в то, что крестильный крестик помогает в минуту душевного уныния, болезни.

Приобретайте крестик только в церкви, сейчас там можно купить и серебряные, и простые изделия. Если же вы все же купили его в магазине, перед совершением обряда крещения предупредите священника о том, что ваш крестик следует освятить.

Взрослый человек, перед тем как окреститься, должен обязательно сходить в церковь и выяснить, какие действия ему следует заранее предпринять.

На праздник, посвященный крещению младенца, приглашают только самых близких и родных людей. Раньше считалось, что навещать младенца должны только замужние женщины, у которых уже есть собственные дети. Было принято приносить с собой угощение и богатые подарки, чтобы молодая мама, еще не окрепшая после родов, не хлопотала у плиты. На Руси почетной гостьей на крестинах была бабушка-повитуха, которая принимала ребенка, ведь именно от нее зависел благоприятный исход родов, появление на свет здорового малыша. Ей первой накладывали на тарелку самые вкусные кусочки.

Несмотря на то что Крещение – христианский праздник, в этот день девушки гадали. Интересно, что среди молодежи именно крещенское гадание считалось самым верным и точным.

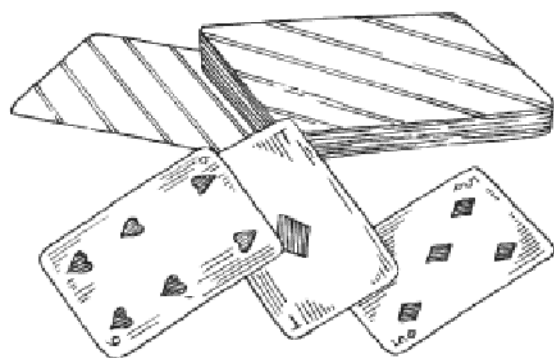
Вот как девушки узнавали о предстоящем замужестве. Поздней ночью, когда в доме все засыпали, следовало потихоньку внести в комнату петуха и опустить его на пол. Если птица шла к столу – гадающая выйдет замуж до наступления нового года, если же петух убегал обратно на улицу – быть его хозяйке в девках еще год.

Существовал и более простой способ. Девушка шла в птичник и в темноте на ощупь ловила гуся, затем осматривала его. Если гусь оказывался самцом, он символизировал будущего жениха, если же в руки попадалась гусыня – сидеть девушке дома.

Чтобы узнать, из каких краев ждать жениха, молодые невесты выбегали в полночь на перекресток проселочной дороги и вслушивались. Если где-то далеко залает собака, значит, суженый приедет из чужих краев, если же лай раздастся близко, жених будет из своей или соседней деревни.

А вот как определяли благосостояние будущего претендента на руку и сердце. Поздним вечером, с наступлением темноты, девушки молча отправлялись на гумно. Не произнося ни слова, они располагались около овинной ямы и погружали в нее по очереди голую ногу или руку и ждали. Если гадающей казалось, что конечность погладили чем-то теплым и пушистым, значит, супруг достанется богатым. Прохладное гладкое прикосновение сулило бедность и невзгоды.

Но как же девушки гадали в городе, где нет овинов и сеновалов? Существовали и городские способы определения судьбы. Одним из любимых гаданий было выливание расплавленного свинца или воска в холодную воду. Воск застывал причудливыми изгибами, фигурку вынимали из воды и рассматривали. Результат зависел от фантазии гадающей. Такой же эффект давало поджигание свернутой в трубку бумаги или газеты и разглядывание колеблющейся тени от нее на стене.



А вот самое простое и нестрашное гадание. Нужно взять Библию или другую толстую книгу, загадать свое самое заветное желание и назвать страницу и строку сверху, затем найти выбранное место и прочитать его. Это и будет ответом на вопрос.

ХИТРИНКИ

Время от времени, даже если вы не любите супы, не помешает побаловать желудок, уставший от праздничных застолий, питательным и легкоусвояемым куриным бульоном. Чтобы блюдо получилось не только полезным, но и вкусным, запомните несколько кулинарных хитростей.

Прежде чем приобрести на рынке или в магазине курицу, попробуйте определить ее возраст. Молодая птица должна иметь кожу

белого или светло-кремового оттенка, небольшие по размерам чешуйки на пальцах. Старая курица отличается желтоватой, иногда грубой на ощупь кожей, крупными чешуйками на ногах, нередко покрытыми известковыми бляшками. У «пожилого» петуха обычно имеются большие шпоры, в то время как у молодого на их месте видны лишь маленькие бугорки.



Если вам все же досталась немолодая курица, промойте ее под струей теплой воды и непосредственно перед варкой натрите тушку изнутри и снаружи лимоном. Можно также замариновать жесткое мясо, положив его на несколько часов в раствор столового уксуса и воды (в пропорции 3 : 1).

Перед тем как ощипать курицу или любую другую птицу, приготовьте слабый раствор пищевой соды, немного подогрейте его и опустите в него тушку на несколько минут. Начните удаление перьев с области шеи. Направляйте движения в сторону, противоположную росту перьев.

Для варки бульона выберите не очень тучную и не слишком крупную курицу, иначе суп получится жирным.

Для приготовления второго блюда подойдет цыпленок с нежным постным мясом. Старую курицу лучше всего использовать на котлеты, биточки, тефтели, плов.

Приготовить бульон можно двумя способами. Если для вас важен прежде всего вкус отвара, положите вымытую курицу в холодную воду. Для получения вкусного вареного мяса опустите тушку в кипяток. Курица будет сочной и мягкой, а вот бульон – мутным и неаппетитным на вид. Чтобы отвар получился прозрачным, снимите с кастрюли крышку и убавьте огонь сразу после того, как закипит вода. Появившуюся на

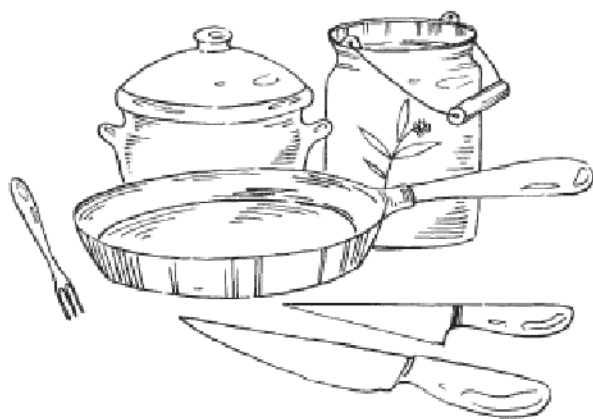
поверхности пену удалите. Следите, чтобы кипение не было слишком сильным в течение всего времени варки.

Для разогрева охлажденного супа на основе куриного бульона поставьте кастрюлю на слабый огонь. При первых признаках закипания сразу же выключите газ и снимите посуду с плиты. Ни в коем случае не накрывайте бульон крышкой, иначе образующийся пар приведет к помутнению жидкости.

Для придания супу необычного пикантного привкуса примерно в середине варки положите в кастрюлю маленький кусочек подсушенного сыра.

Мутноватый бульон попробуйте исправить следующим образом. Взбейте в крепкую пену белок одного яйца и влейте в горячую жидкость. Двадцать минут спустя процедите бульон через несколько слоев марли или чистую ткань и продолжайте готовить.

Куриный бульон получится золотистым и очень аппетитным даже без добавления кубика. Не кладите в кастрюлю овощи целиком, нарежьте их кусочками и слегка обжарьте на раскаленной сковороде с тефлоновым покрытием без масла.



Если вы собираетесь использовать куриный бульон как основу для соуса или заливного, положите в него соль приблизительно за 20 минут до завершения варки.

Будьте осторожны при добавлении в суп риса и лапши домашнего приготовления, поскольку эти ингредиенты могут вызвать помутнение бульона. Предварительно промойте их проточной водой, высыпьте в дуршлаг и подержите в горячей воде примерно 1 минуту. Затем

подождите, пока вся жидкость не стечет, и заправляйте суп.
Постарайтесь не допустить разваривания лапши и риса.

ФЕВРАЛЬ

Название этого месяца, которое можно примерно перевести как «очищение», восходит к древнеримскому празднику, отмечавшемуся 15 февраля, – луперкалиям. В этот день жрецы бегали по городу и били прохожих ремнями. Считалось, что такой жестокий обряд способствует очищению.

Славяне называли февраль лютым, поскольку в этом месяце бывают самые сильные морозы.

Православные приметы

1 февраля – Макарий. Какова погода в первый день месяца, таков будет и весь февраль. Если на Макария солнечно и ясно, весна придет рано. Метель в этот день – к снегопаду на Масленичной неделе.

2 февраля – Ефимий. Если день солнечный, весна будет ранней, если пасмурный – ожидаются поздние снегопады.

4 февраля – Тимофей-полузимник. Если солнце светит в полдень, весна придет рано. Много снега на Тимофея – к обилию зерна. Если окна запотели, можно ждать потепления.

6 февраля – Ксения-полузимница (Аксинья-полузимница). Каков этот день, такой будет и весна. Если на Ксению разгулялась метель, корма «сметет». Солнечная погода – к теплой весне.

7 февраля – Григорий Богослов. Каков день до полудня, таким будет следующий январь; какова погода с полудня до ночи, такова вторая половина зимы.

10 февраля – Ефрем Сирий. Если в этот день дует ветер, год будет влажным.

14 февраля – Трифон. Звездное небо – к поздней весне. На Трифона было принято заговаривать мышей, чтобы те не портили скирды.

15 февраля – Сретение, зима с весной встречаются. Какова погода в этот день, такой будет весна. Снегопад предвещает дожди.

Если снег идет только утром, уродятся ранние хлеба, в полдень – средние, вечером – поздние. Капель на Сретение – к урожаю пшеницы, ветер – к обилию фруктов.

27 февраля – Кирилл. Хорошая погода – к морозам.

29 февраля – Касьян завистливый. Этот день считается самым неблагоприятным в земледельческом календаре. «На что Касьян ни глянет – все вянет».

14 февраля

Ст. стиль 1 февраля

День святого Валентина

14 февраля отмечается очень популярный среди молодежи праздник – День святого Валентина. Кем же являлся человек, которому суждено было стать покровителем всех влюбленных, и существовал ли он вообще?

Церковь почитает нескольких святых с именем Валентин, но ни один из них не имеет отношения ко Дню влюбленных. Так что этот праздник носит исключительно светский характер. Существует старинная легенда, согласно которой римский император Клавдий в III веке запретил венчания, поскольку считал, что брак мешает его людям воевать. Однако священник по имени Валентин вопреки установленному закону продолжал совершать таинство, помогая любящим

воссоединяться. За нарушение императорского запрета он был брошен в темницу и осужден на смертную казнь. За несколько дней до исполнения приговора один из тюремщиков привел к Валентину свою тяжелобольную дочь. Священник, обладавший целительным даром, вылечил девушку, а накануне казни (которая состоялась 14 февраля) написал ей прощальное письмо с признанием в любви и подписью «Твой Валентин».

Возможно, традиция отмечать 14 февраля День влюбленных восходит к древнеримскому эротическому празднику в честь богини Juno Februata, когда люди бросали все дела и устремлялись на поиски своей второй половинки.

Еще в Средние века в Европе этот день считался праздником влюбленных. 14 февраля было принято писать любовные письма и дарить романтические безделушки. Юноши и девушки выбирали себе пару и называли друг друга Валентином и Валентиной. Впоследствии этот обычай был забыт, но в наше время он вновь стал пользоваться популярностью.

День святого Валентина – лишний повод проявить внимание к близкому человеку. В этот праздник влюбленные дарят друг другу подарки и пишут милые послания с признаниями в своих чувствах. Красивую открытку в форме сердечка можно выбрать в магазине или сделать самостоятельно, тогда она будет уникальной и неповторимой. В старину изготовление «валентинок» считалось настоящим искусством. Их делали из дорогой ажурной бумаги или шелковой ткани. Кроме открыток, влюбленные преподносят друг другу цветы, сладости и разные приятные мелочи, напоминающие о романтических чувствах.

В ЗЕРКАЛЕ – ТЫ

Если вы хотите и в праздники и в будни чувствовать себя уверенной и привлекательной, прислушайтесь к нашим советам.

Для начала несколько слов о макияже. Так, если у вас не угольно-черные волосы, совсем не обязательно приобретать черную тушь. Темно-

коричневая или шоколадная при нанесении на ресницы на первый взгляд почти не отличается от черной, однако выглядит более натурально. Тушь авангардных оттенков лучше всего испытать дома и критически оценить свой внешний вид – она подойдет не каждой моднице. Не экспериментируйте с макияжем непосредственно накануне праздника. Повторное нанесение косметических средств может привести к раздражению кожи лица и всерьез испортить настроение. За несколько дней до торжества продумайте свой наряд, особенно его цветовую гамму, и в соответствии с этим подберите необходимые оттенки теней и губной помады. Лучше всего использовать продукцию уже известных вам производителей, чтобы избежать аллергической реакции. Точного совпадения оттенков нынешняя мода не требует, главное, чтобы цвета гармонировали друг с другом.

Вернувшись с вечеринки, непременно удалите декоративную косметику. Если поры останутся на всю ночь закупоренными слоем пудры и тонального крема, наутро неизбежно появятся угри и прыщики. Даже самые дорогие и качественные средства нельзя оставлять более чем на 12 часов. В зависимости от типа вашей кожи воспользуйтесь косметическим молочком или сливками, гелем или пенкой для умывания. В крайнем случае подойдут теплая вода и любое гипоаллергенное мыло (например, детское). Следует помнить и о том, что фирменная водостойкая тушь смывается с ресниц только специальным средством для демакияжа того же производителя.

Если вы хотите быть на празднике королевой, то позаботьтесь о своей красоте заранее. Особенно это касается кожи. Холодный ветер, мороз и недостаток витаминов отрицательно сказываются на ее здоровье и, соответственно, внешнем виде. Неправильный уход за кожей лица также сильно вредит ее состоянию. Для начала разберем самые распространенные ошибки, совершаемые женщинами. Многие фирмы рекомендуют увлажняющие средства для предохранения кожи лица от обезвоживания. Действительно, большинство из них достаточно эффективны, но не в холодное время года. Крем с увлажняющими компонентами содержит много воды. На морозе она, естественно,

замерзает и образует тоненькую ледяную пленку. Нетрудно догадаться, что такая «лечебная процедура» только усугубит болезненное состояние кожи. Прежде чем выбрать способ ухода за кожей, определите ее тип. Сухая кожа летом и зимой шелушится, на морозе трескается. Выглядит она шероховатой, на ней особенно заметны мелкие морщинки. Нормальная кожа у взрослых людей – большая редкость. Это объясняется тем, что обмен веществ зачастую бывает нарушен из-за неправильного питания и неблагоприятных условий окружающей среды. Жирная кожа зимой практически не нуждается в уходе из-за избыточной выработки кожного сала, но летом она доставляет немало проблем из-за расширенных пор и плохо устранимого блеска. Преимуществами данного типа кожи являются замедленное старение, более позднее появление морщин и долгое сохранение упругости. Чаще всего встречается комбинированный тип кожи. На лбу, носу и подбородке (в так называемой зоне Т) она жирная, а на остальных участках лица сухая. Ухаживать за комбинированной кожей, казалось бы, очень сложно: одни места нуждаются в питании и увлажнении, другие же, напротив, лоснятся от избыточного количества жировых веществ. Но в настоящее время многими известными фирмами-производителями разработаны целые серии специальных кремов, тоников и декоративных косметических средств, придающих комбинированной коже матовый оттенок и уменьшающих разницу между сухими и жирными участками.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

Привлекательная внешность дается от природы, но ухоженный, опрятный вид зависит только от вас. Французы не зря говорят, что возраст и род занятий женщины можно узнать по ее рукам. В порядке ли ваши ногти, кожа на кистях и ладонях, не пересохла ли она от ежедневной домашней работы? Каждый день старайтесь находить время для ухода за руками, тем более что требуется его не так уж и много. И не вздыхайте, увидев в витрине дорогого магазина шикарные

регенерирующие кремы для рук, вполне можно обойтись и домашними средствами, а результат будет ничуть не хуже.

Чтобы улучшилось кровообращение в кистях рук, делайте массаж. Он должен быть регулярным. Утром, сразу после пробуждения, нанесите на руки небольшое количество любого крема для рук или тела и массируйте круговыми движениями каждый палец. Если у вас болезненные области суставов, в этих местах уменьшайте давление на кожу. Направляйте движения в сторону кисти – представьте, что вы надеваете тугие перчатки. Помассировав каждый палец несколько раз, переходите непосредственно к кистям. Погладьте и слегка помните кожу на тыльных сторонах. Затем охватите запястья, помассируйте их круговыми движениями, погладьте кожу предплечий по направлению к локтям.

Теперь немного гимнастики. Пошевелите кистями, медленно поворачивайте ими влево и вправо, крепко сожмите пальцы в кулаки и постепенно расслабьте руки. Подвигайте пальцами, имитируя игру на рояле. Порядок и техника движений не имеют решающего значения. Главное, что ваши мышцы теперь разогреты, а кожа увлажнена кремом и приобрела упругость и привлекательный вид. Массаж можно делать и вечером, но без гимнастики.

Все домашние работы по возможности выполняйте в резиновых или латексных перчатках. Чтобы кожа не соприкасалась с синтетическим материалом, сначала натяните на кисти эластичные перчатки из хлопка.

После завершения дел вымойте руки глицериновым или другим смягчающим мылом и смажьте кожу кремом.

Если вы работаете в холодном помещении, обязательно надевайте теплые перчатки, иначе кожа рук быстро потрескается и обветрится. В случае появления реакции на холод – синеватых пятен, шелушащихся участков кожи, отеков, трещин – каждый день проводите лечебные сеансы. Неплохой эффект оказывают ванночки из отвара сушеной черемуховой коры, ромашки, шалфея, компрессы из вареного размятого картофеля со сливками.

Загрубевшая кожа рук снова станет мягкой и шелковистой, если вы будете дважды в неделю делать ванночки из рассола квашеной капусты или воды, в которой перед этим варили картофель. Помогает также молочная сыворотка. После завершения лечебных процедур намажьте кожу жирным кремом или касторовым маслом, помассируйте кисти и наденьте на ночь хлопковые перчатки. В крайнем случае немного подогрейте нерафинированное подсолнечное масло, подержите в нем руки несколько минут, дайте маслу стечь и промокните кожу чистой салфеткой.

Быстро смягчить кожу поможет компресс из глицерина, который продается в аптеке.

Помните, что перед ванночками необходимо тщательно вымыть руки, иначе ожидаемый эффект не будет достигнут. Чтобы удалить отмершие клетки кожи, периодически пользуйтесь любым недорогим скрабом (отшелушивающим средством). Его можно заменить овсяными хлопьями: замочите их на пару минут в теплой воде, получившейся кашцей вымойте руки и тщательно ополосните. Загрубевшая кожа на локтях также нуждается в специальном уходе. Принимая душ, трите ее жесткой мочалкой, а затем смазывайте любым питательным кремом. Периодически используйте скраб.

15 февраля

Ст. стиль 2 февраля

Сретение Господне

В этот праздник вспоминается принесение Младенца Иисуса Христа Пресвятой Богородицей в Иерусалимский храм, где их встретил праведный старец Симеон, которому было предсказано, что он умрет только после того, как увидит Спасителя мира. Сретение имеет древнее значение праздника очищения от всякой скверны, принятого у славян задолго до прихода христианства. Так, во многих областях России в день

Сретения проводится обычай почитания огня как очищающего от зла, болезней и всякой скверны. В христианскую эпоху этот обычай трансформировался в почитание свечи. Общественную свечу лили из воска в складчину и хранили затем в церкви, зажигая по большим праздникам и во время молебнов. Эта свеча считалась особо целебной, защитной. Также существует обычай зажженную на праздничной службе свечу нести до дому. У кого свеча не потухнет, а также у кого на руки упадет три капли воска, тот будет весь год счастлив. После того свечу разламывают на части и кладут во всех углах дома и в хлеву, чтобы не было падежа скота и чумных болезней.

Согласно народному обычаю, первого сына родители непременно посвящали Богу, причем обряд совершали через сорок дней после появления на свет младенца.

Язычники приносили жертву – барана, теленка, двух молодых голубей. В день Сретения на Руси пекли особенные пирожки из сдобного теста в виде птичек – жаворонков. Они символизировали наступление теплого времени года.

ДОМАШНИЙ ХЛЕБ

Многие хозяйки не прочь заняться домашней выпечкой хлеба. К сожалению, нередко качество готовых дрожжей, особенно сухих, подготовленных к длительному хранению, оставляет желать лучшего. Попробуйте приготовить свежие дрожжи дома, и вы увидите, насколько они отличаются от магазинных.

Вот один из многочисленных рецептов. Возьмите немного высушенного хмеля, поместите в эмалированную кастрюлю и залейте двойным объемом горячей воды. Полученную смесь поставьте на огонь и варите до тех пор, пока объем жидкости не уменьшится вдвое. Немного остудите содержимое кастрюли и процедите его через сито или два слоя

марли. Добавьте в отфильтрованный отвар сахар из расчета 1 столовая ложка на стакан жидкости. Затем добавьте в такой же пропорции по половине стакана пшеничной муки. Размешайте все компоненты до получения однородного состава. Емкость накройте чистой льняной тканью и поставьте в теплое темное место примерно на 2 суток для брожения. Полученные дрожжи разлейте по бутылкам, плотно закройте их пробками и уберите на холод (но не замораживайте). При замешивании теста берите полстакана домашних дрожжей на 1 кг муки.

Существует и другой способ. Купите 200 г изюма без косточек, хорошенько вымойте его в теплой проточной воде и уложите в бутылку с широким горлышком. Залейте изюм теплой (не горячей) водой, добавьте примерно две столовые ложки сахара и завяжите горлышко бутылки чистой тряпочкой или стерильной марлей, сложенной в несколько слоев. Поставьте сосуд в теплый угол и подождите несколько дней. Когда начнется брожение, дрожжи можно считать готовыми. Тесто с добавлением таких дрожжей получится воздушным, ароматным и совершенно не кислым. Для простого (не сдобного) дрожжевого теста подойдет следующий способ приготовления дрожжей. Возьмите примерно 500 г ржаного хлеба, нарежьте его мелкими кусочками, добавьте 500 мл прокисшего молока или теплой воды, 3 столовые ложки сахара, немного изюма (не обязательно) и перемешайте.

Полученную массу выложите в чистую посуду, накройте ее льняной тканью и поставьте в тепло примерно на сутки. Теперь можно процедить будущие дрожжи через сито или марлю (не забудьте хорошо отжать размоченный хлеб). В отфильтрованную жидкость добавьте муку таким образом, чтобы получилась жидковатая болтушка. Вылейте ее в сосуд с широким горлышком, завяжите сверху марлей и поставьте в тепло на 2 часа. У вас получится отличная закваска для дрожжевого теста. При ее использовании постарайтесь не добавлять в тесто слишком много яиц и масла, чтобы выпечка получилась пышной и легкой.

Вот один из рецептов домашнего хлеба с использованием закваски.

Вам потребуется: примерно 1 кг высушенных корочек ржаного хлеба, 100 г домашней закваски, 2,5 кг + еще 3 стакана ржаной муки, 2 столовые ложки мелкой соли, 2 столовые ложки сахара, 6 стаканов воды.

Положите сухие корочки в чистую кастрюлю и залейте кипящей водой так, чтобы хлеб был полностью покрыт жидкостью. Поставьте емкость на 10-12 часов в теплое место (к батарее центрального отопления или электрическому обогревателю) или подержите 5-6 часов в духовке при очень слабом огне. Затем переложите полученную массу в глубокую миску или деревянную кадку, добавьте заранее приготовленную домашнюю закваску или магазинные дрожжи, предварительно распущенные в небольшом количестве теплой воды. Перемешайте будущее тесто, добавьте сначала три стакана муки и снова размешайте. Теперь накройте миску чистой тряпочкой или куском марли и поставьте в теплый угол на несколько часов.

По происшествии положенного времени добавьте в опару соль и сахар, влейте воду и, помешивая, всыпьте остальную муку. Вымесите тесто так, чтобы оно свободно отлипало от рук. При необходимости добавьте еще муки. Выложите тесто в подготовленную емкость и оставьте на ночь в прохладном месте (в тепле оно может стать слишком кислым и пористым). Затем сформируйте из него небольшие округлые колобки (примерно по 300 г каждый) и обваляйте их в ржаной муке. Выложите на противень и выпекайте до готовности в духовке на среднем огне. Процесс выпечки займет приблизительно час. Периодически проверяйте готовность хлеба – осторожно протыкайте колобки лучинкой и медленно вынимайте ее. Если на ней не видно прилипших комочков теста, хлеб готов.

23 февраля

День защитника Отечества

Некоторые полагают, что День защитника Отечества – праздник исключительно военнослужащих. На самом деле это не так. 23 февраля мы поздравляем всех мужчин независимо от их профессии. Все они – наши защитники, ведь за ними мы как за каменной стеной.

Празднование 23 февраля – возможность лишний раз выразить любовь, благодарность и признательность мужчинам. Поэтому поздравления должны быть искренними и оригинальными. Вовсе не обязательно, как было принято в старые времена, подписывать открытки с изображением красной звезды и знамени. Героям дня будет намного приятнее, если любимые и любящие женщины в своих поздравлениях проявят фантазию и изобретательность.

23 февраля мы поздравляем не только своих любимых мужчин, но и отцов, сыновей, братьев, друзей, коллег. Пусть в этот день все они почувствуют, как мы ими дорожим, как ценим их мужество и готовность нас защищать.

ПРАЗДНИЧНЫЕ САЛАТЫ

Салат «Полезный»

Вам потребуется: 1 банка консервированной морской капусты, 1 банка любых рыбных консервов в собственном соку, 2 небольших корнеплода моркови, 1 яблоко средних размеров, 2 небольших соленых огурца, несколько веточек петрушки и укропа, 1 столовая ложка нежирной сметаны или майонеза без ароматических добавок.

Очищенную морковь натрите на крупной терке, огурцы и яблоко нарежьте мелкими кубиками. Выложите в салатник рыбу и морскую

капусту, соедините с огурцами, яблоком и морковью. В отдельной посуде перемешайте жидкость, оставшуюся в банке из-под рыбы, и сметану (майонез).

Полученной заправкой залейте салат. Блюдо украсьте веточкам зелени.

Закусочный салат из рыбы и овощей

Вам потребуется: 500 г рыбного филе, 10 клубней картофеля среднего размера, 3 яйца, 3 соленых огурца, майонез или сметана, зелень и специи по вкусу.

Отварите рыбное филе и нарежьте его мелкими кусочками. Отдельно сварите картофель в мундире и яйца, очистите и измельчите. Огурцы нарежьте мелкими кубиками. Все ингредиенты выложите в глубокий салатник, перемешайте, залейте майонезом или сметаной, добавьте специи и нарубленную зелень.

Винегрет с морской рыбой

Вам потребуется: 300 г филе морской рыбы (например, хека), 2 небольших корнеплода свеклы, 2 корнеплода моркови средних размеров, 4 небольших клубня картофеля, 2–3 соленых огурца, майонез, соль, сахар и специи по вкусу.

Рыбное филе отварите, остудите и измельчите. Отдельно сварите свеклу, морковь и картофель, дайте им остыть, затем очистите и нарежьте небольшими кусочками или натрите на крупной терке. Соленые огурцы измельчите и присоедините к остальным ингредиентам.

Готовый винегрет заправьте майонезом, добавьте сахар, соль и специи и выложите в салатницу горкой. Блюдо можно украсить зеленью или консервированным зеленым горошком.

ХЛОПОТЫ ПО ХОЗЯЙСТВУ

Чтобы хозяйственные хлопоты и заботы не становились причиной переутомления и неприятных эмоций, прислушайтесь к советам опытных домохозяек.

- Если вы приобрели новую эмалированную кастрюлю, хорошо вымойте ее теплой водой с хозяйственным мылом или любым моющим средством для посуды, ополосните и вытрите насухо. Наполните кастрюлю раствором соли (2 столовые ложки на 1 л воды), прокипятите, остудите и слейте воду. Благодаря принятым мерам предосторожности эмалированное покрытие дольше останется неповрежденным.

- Ржавчину с кухонной утвари легко удалить половинкой свежей луковицы. А подобная проблема на противнях устраняется чисткой мелким песком с помощью разрезанного пополам свежего клубня картофеля.

- Налет со стенок кофейника сойдет, если прокипятить в нем воду с несколькими дольками лимона или лимонным соком.

- Чтобы вареный рис был вкусным и не слишком разварился, отварите его в слабом растворе столового уксуса, затем промойте.

- Молоко перестанет «убегать» из кастрюли, если предварительно смазать ее края любым жиром. Чтобы ускорить закипание, добавьте в молоко немного сахарного песка.

- При отваривании картофеля в мундире не поленитесь несколько раз проколоть кожуру вилкой – так клубни не разварятся.

- Отварная курица будет особенно вкусной, если вынуть ее из бульона еще теплой, сразу же посолить и переложить в чистую сухую кастрюлю, затем накрыть емкость полотенцем или марлей.

- Если вы готовите к празднику мясное блюдо, подайте к нему соус на основе мясного бульона. Рыбный бульон используйте для приготовления соусов к рыбе, грибной и овощной – к овощам, рыбе и курице.

- Муку для соуса перед началом приготовления обжарьте на сухой сковороде до золотистого цвета или прожарьте в кипящем масле. Непременно воспользуйтесь данным советом, иначе соус приобретет неприятный вкусовой оттенок сырой муки, которая к тому же имеет тенденцию образовывать практически нерастворимые комочки.

- Чтобы готовый соус не покрывался неаппетитной пленкой, перелейте его в соусник, положите на поверхность маленький кусочек сливочного или крестьянского масла и закройте крышкой.

- Блюда, которые необходимо заправить соусом перед подачей к столу, подготавливают не ранее чем за 15 минут, иначе соус в значительной степени потеряет свой неповторимый вкус. Лучше всего подать соус отдельно в фарфоровой или хрустальной посуде вместе со специальной ложечкой.

- Макароны отваривайте в значительном объеме жидкости. Например, для варки 300 г любых макаронных изделий вам понадобится около 2 л воды.

- Воду для варки макарон заранее посолите, затем доведите до кипения и только после этого засыпайте изделия. Постоянно контролируйте процесс приготовления: готовые макароны получаются упругими и при этом мягкими.

- При покупке макаронных изделий обратите внимание, из какого сырья они изготовлены: продукты из твердой пшеницы практически не развариваются и имеют аппетитный вид. Слишком низкая цена должна насторожить: такие макароны могут сразу же превратиться в непривлекательную клейкую массу.

- Чтобы в муке не завелись мелкие черные жучки, храните ее в плотно закрытых емкостях (стеклянных или пластмассовых). Периодически проверяйте муку и крупы. В качестве меры предосторожности положите в кухонный шкафчик несколько очищенных долек чеснока – запах отпугнет насекомых.

МАРТ

Март назван так в честь бога войны Марса. Однако в Древнем Риме Марс был не только покровителем воинов, но и богом земледелия, новый цикл которого как раз начинался в это время.

На Руси март именовался «протальник», «грачевник», «соковник», «катыш», «березозол», «предвесенье», «дорогорушитель». Март – не самый праздничный месяц в году, ведь на него приходится почти весь Великий пост – время воздержания от удовольствий и отказа в еде. В царской России на время поста запрещались увеселения, песни, пляски, игры. В 2008 году Великий пост начинается 10 марта.

Первый весенний день, с какой бы даты его ни отсчитывать, в древности, а в некоторых странах и до сих пор считается началом нового года. Это связано с переходом человечества на оседлый образ жизни и необходимостью вести календарь: что и когда сеять, когда убирать урожай и так далее. Поскольку все начинается с зарождения жизни, то есть с посева семени, то весна и ее первый день могут считаться началом очередного полного сельскохозяйственного цикла. Этот обычай – праздновать Новый год в первый день весны – в России держался очень долго, даже после прихода христианства. Правда, временами Новый год отмечался не именно 1 марта, а в день Пасхи. Но поскольку Пасха обозначает собой возрождение новой жизни, то и начало очередного нового года вполне логично связывалось в сознании людей с воскресением Христа.

А кроме того, первый день весны, пусть даже просто календарной (погода в этот день часто преподносит совсем не весенние сюрпризы), так или иначе означает победу тепла и жизни над холодом и смертью.

Православные приметы

9 марта – Обретение главы Иоанна Предтечи. Если выпал снег, Пасха будет холодной, если сухо, в праздник Воскресения тоже не ожидается дождя.

13 марта – Василий-капельник. В этот день непременно должна быть оттепель. Солнце в кругах на Василия – к урожаю.

14 марта – Авдотья-плющиha (Евдокия-плющиha). В этот день по старому стилю начинается весна. Какова Авдотья, таково и лето. Снегопад – к урожаю, теплый влажный ветер – к сырому лету, северный – к холодному, новый месяц – к дождливому. Если в этот день потекли ручьи, в начале мая появится первая трава.

Солнечная погода на Евдокию – к урожаю груздей, капусты и огурцов. Посеянная в этот день рассада не пострадает от морозов.

15 марта – Федот-ветронос. Если в этот день завьюжило, долго не будет травы.

18 марта – Конон-огородник. В этот день принято копать огороды, чтобы получить богатый урожай овощей. Если на Конона стоит ясная погода, летом не будет града. День благоприятен для подготовки парников и замачивания семян.

22 марта – Сорок мучеников, Сороки. С этого дня до Зосимы-пчельника (30 апреля) должно пройти 40 утренников (утренние морозы). Если все происходит именно так, можно ждать теплого лета. По народному поверью, в этот день должно прилететь 40 видов птиц: жаворонок – к теплу, чайка – к ледоходу, зяблик – к морозу.

25 марта – Феофан. Туман в этот день – к урожаю льна, овса, конопли.

29 марта – Саввин. Если стоит хорошая погода, значит, весна будет теплой.

30 марта – Алексей – человек божий. Каковы в этот день ручьи, таков и будет разлив рек. Если на Алексея тепло, значит, и весна такова.

Суббота перед Неделей мясопустной

Вселенская родительская (мясопустная) суббота

Испокон веков люди задумываются о том, что происходит с их родственниками и друзьями после смерти. Существует множество обычаев и обрядов для поминания умерших. В православной религии

предусмотрены специальные дни, во время которых принято молиться об усопших, посещать кладбища и заказывать поминальные службы в церкви. Одним из таких дней является суббота перед неделей памяти о Страшном суде, которая называется Вселенской родительской субботой.

Установление этого праздника напрямую связано с воспоминанием о втором пришествии Спасителя. Накануне Вселенской родительской субботы каждый истинный христианин старается обрести связь со всеми представителями Царства Христова, как живыми, так и почившими. В молитвах о спасении собственной души в день Страшного суда нельзя забывать о душах тех, чья земная жизнь уже закончилась. Иисус учил людей любить ближних, а молитвы за упокой души усопших – самое бескорыстное и сокровенное проявление такой любви. Предание же забвению ушедших из жизни – тяжкий грех, требующий искреннего покаяния. По обычаю, корни которого уходят во времена Ветхого Завета, в этот день принято молиться с особым усердием за тех людей, смерть которых была насильственной или скоропостижной (без отпевания, отпущения грехов и подобающего церковного обряда). В день поминания умерших принято подавать милостыню нуждающимся, будь то нищий, обездоленный или терпящий нужду человек. Если же помочь ближнему нет возможности, нужно непременно сделать пожертвование церкви или храму.

Все меньше времени остается до Великого поста, предназначенного для очищения души христиан. В мясопустную субботу есть время поразмыслить о своей жизни, о том, что останется на земле и куда направится душа, расставшись с бренным телом. Мысли о вечной жизни дают возможность приблизиться к истинным ценностям и отказаться от мелочных желаний, мимолетных увлечений и плотских страстей.

О ПОХОРОННОМ РИТУАЛЕ

Сам по себе поминальный обряд можно условно разделить на несколько этапов. Это действия перед смертью человека и после завершения его земного пути, обмывание и одевание покойника, размещение его в гробу, дорога в храм Божий, отпевание, сами похороны и, наконец, следующие за ними поминки.

Если человек умирает постепенно, в своем доме, все родственники и друзья обязательно должны посетить его, чтобы проститься. Даже если больной большую часть времени находится без сознания, возможно, он услышит теплые слова, хотя и не сможет на них ответить. Часто человек до последней минуты не может смириться со смертью. В этом случае, с его согласия неплохо было бы пригласить на дом священника для совершения последнего обряда.

В давние времена умирающего снимали с постели и клали на расстеленное на полу чистое полотно, под которое подкладывали солому или нечесаную шерсть. Считалось, что рядом со смертным ложем нельзя громко разговаривать, обсуждать мирские дела. В случае затянувшейся агонии открывали печную заслонку, окна и двери, помогая душе улететь в небо. После наступления смерти покойного непременно полагалось громко оплакать, чтобы душа услышала эту скорбь и уверилась в искренней любви и горе близких. В городских условиях обряды практически не соблюдались. Обычно пожилой человек заранее составлял завещание, распределял между близкими свое состояние, личные вещи, непременно рассчитывался с долгами. Считалось также, что регулярная раздача милостыни и угощения для неимущих помогут душе впоследствии попасть в Божье Царство. Почувствовав приближение конца, человек прощался с родными, исповедовался священнику и принимал последний обряд. Во время агонии служитель церкви или кто-то из близких обязательно читал специальную отходную молитву.

Сейчас проводы человека в последний путь не вызывают затруднений: все процедуры выполняют похоронные бригады, работающие в агентствах по оказанию ритуальных услуг. Тем не менее некоторые моменты следует знать родственникам или друзьям покойного, чтобы проконтролировать проведение всех необходимых действий.

В различных областях нашей страны существуют свои похоронные обряды. Они отличаются в деталях, но в целом имеют общие черты. Умершего человека следует как можно быстрее обмыть. Занимаются этим обычно не родственники, а специально приглашенные пожилые люди – мытники (мытницы). Желательно, чтобы они были того же пола, что и покойный, и не состояли с ним даже в дальнем родстве.

Для выноса гроба из жилого помещения традиционно приглашали мужчин. Когда-то большое значение придавалось поведению этих людей: они должны были по крайней мере в течение 2 месяцев соблюдать пост и все необходимые церковные обряды. В наши дни подобные обстоятельства не имеют решающего значения.

Во время всех подготовительных процедур, похорон и поминок следует говорить о почившем только хорошее, вспоминать его добрые дела и заслуги перед обществом.

Интересно, что «должность» мытника издавна считалась богоугодным делом, за которое полагалось избавление от многих тяжких грехов.

Процесс обмывания старались не затягивать. Одежду, бывшую на покойном в момент смерти, разрезали вдоль по боковым швам или разрывали руками по направлению нитей. Этим умершего как бы спасали от козней нечистой силы и в то же время защищались от воздействия загробного мира, представителем которого теперь являлся

усопший. Мыли обычно мягкой тряпочкой, комком чесаной шерсти или ватой, чтобы не повредить кожу. Суставы в процессе обмывания нетуго завязывали крест-накрест пеньковой веревкой или суровой ниткой. Воду, оставшуюся в посуде после обряда, выплескивали подальше от человеческого жилья и хозяйственных построек. Подстилку или кусок ткани, на которых лежал покойный, сразу же сжигали или выбрасывали где-нибудь неподалеку от кладбища. Волосы усопшему обычно расчесывали не гребешком, а щепкой, отколотой от гроба, или же специально изготовленной деревянной расческой с редкими зубьями. Мытники после исполнения своих обязанностей обязательно шли в баню, парились и переодевались в приготовленную чистую одежду. Обряжали покойного в отдельных губерниях по-разному. В настоящее время среди пожилых людей принято заранее собирать «смеретное». Когда-то это были сшитая вручную одежда без завязок и поясков из отбеленного холста. Для шитья использовались суровые нитки, шили по направлению от себя, причем не делали узелков, закрепляя швы несколькими поперечными стежками.

Обувь также делали вручную. Для женщины готовили платок из хлопка, льна или шерсти. На лоб чаще всего клали ленточку со специальной молитвой, на грудь – распятие или маленькую икону. Гроб накрывали тканью или церковным покрывалом. Сейчас правила не столь строги. Главное, чтобы на одежде и белье не было тугих резинок или завязок (их необходимо разрезать), не допускается также использование синтетических тканей или кружев. Иногда женщину после смерти обряжают в ее подвенечный наряд, в одежде невесты хоронят и молоденьких незамужних девочек. В гроб можно положить и вещи, без которых покойник не обходился при жизни, – очки, палочку, костыль, протезы и так далее. Иногда в угол гроба кладут свернутую ленточку или пояс от одежды.

Раньше покойника помещали в гроб только на третий день после смерти. До этого он должен был лежать в углу под образами на широкой

лавке или столе. Теперь же тело кладут в гроб сразу же после обмывания и обряжения, оставляя его дома на два дня и назначив похороны на третий. Все это время желательно присутствие в комнате людей – родственников, друзей или приглашенных старушек, которые занимаются чтением молитв и псалмов. В народе существовало поверье, что покойник, оставленный в одиночестве, может стать добычей нечистой силы.

В квартире или доме покойного сразу после наступления смерти принято завешивать все зеркала, а также другие отражающие поверхности плотной тканью. Эта предосторожность необходима для того, чтобы усопший никого из родственников не взял с собой, а также чтобы живые люди не увидели в зеркале что-нибудь страшное. Покойному непременно закрывают глаза, придавливая веки монетками. Перед похоронным шествием разбрасывают живые цветы или еловые ветки. Похороны редко назначали на определенный час, но было принято совершать обряд на рассвете или же сразу после полудня до заката, но ни в коем случае не после захода солнца. По дороге процессия трижды останавливалась для чтения молитв и причитаний – сразу после выноса тела, на первом перекрестке и у кладбищенских ворот. Из дома гроб обязательно несли на руках, затем везли, если кладбище располагалось на значительном расстоянии. Интересно, что в большинстве областей на Руси покойного непременно везли на санях, даже если дело происходило летом.

Вынос тела из дома должен также производиться по всем правилам. Ведь это событие является своеобразным переходным этапом в жизни человека: из мира живых людей он отправляется в свою последнюю дорогу, в мир умерших. Выносили гроб таким образом, чтобы ноги лежащего были направлены вперед. Дабы усопший не взял с собой кого-нибудь, его несли или везли на кладбище круглыми дорогами, несколько раз обносили вокруг дома в разных направлениях. Очень плохой приметой считалось, если выносящие гроб ненароком задевали

краем домовины об косяк или не до конца открытую дверь. Родственникам покойного нести гроб обычно не разрешалось, поскольку они должны были некоторое время оставаться в комнате. На протяжении всего времени, пока тело находилось в доме, не разрешалось мыть и даже подметать полы, а вот после выноса их непременно мыли. Кроме того, по возможности старались обмыть каждую вещь, находящуюся в доме, чтобы отвести беду. Сейчас обычно ограничиваются однократным мытьем полов. Перед гробом мужчины обычно шествовал родственник мужского пола с иконой в руках, на похоронах женщины эту обязанность выполняла родственница.

Место для кладбища выбирали за чертой города. В наши дни старые кладбища постепенно становятся частью города. Иногда похороны производились и неподалеку от церквей. Сейчас процедура упрощена: при наличии средств можно выбрать удобное место для могилы, ее оформление, заказать электрический подъемник, пригласить священника, если усопший был православного вероисповедания, а также приобрести необходимые ритуальные принадлежности.

От кладбищенских ворот до места захоронения гроб было принято нести на полотенцах, на них же и опускали покойного в могилу. Сейчас этот обычай соблюдают редко. Могильщики, выполнив свои обязанности, должны были стеречь последнее пристанище человека, иначе в нем могли поселиться мелкие бесы. После прощания и опускания крышки гроб заколачивали гвоздями или перевязывали прочными веревками из пеньки или лыка.

Людей, покончивших с собой или почивших «нехорошей смертью» – убитых молнией во время грозы, погибших при странных обстоятельствах, на кладбище не хоронили. Они покоились на перекрестках дорог или на специально отведенном участке за кладбищенскими воротами. Их никогда не отпевали, не заказывали заупокойную службу и не читали молитвы.

На похоронах и во время отпевания родственники усопшего раздавали милостыню, называя имя покойного. Дома, еще во время прощания, каждому пришедшему дарили на память новый платок или какую-нибудь из вещей покойного. Детей угощали конфетами, взрослых – пресными лепешками, кутьей, хлебом.

После захоронения родственники шли к соседям, которые заранее оповещались, и парились в бане, переодевались в новую чистую одежду и только после этого приступали к поминкам.

Поминки всегда начинали молитвой. Первыми садились к столу люди, которые помогали обмывать и обрядить покойного, а также могильщики и ближайшие родственники, затем друзья. Сначала подавали большое блюдо с кутьей, каждый съедал три ложки, и только после этого приступали к обеду. В постные дни ни в коем случае не готовили скоромных блюд. В некоторых областях на поминках не разрешалось употребление спиртного – из напитков подавали только квас. Обязательными кушаньями были блины, кисель и крупяные каши. В скоромный день подавали мясные блюда, яичницу, студень, сдобную выпечку, а в пост – грибной или крупяной суп, соленые грибы, блюда из овощей, мед. На третье выносили густой кисель из овса или ржи, его обязательно следовало пить, чтобы облегчить путь упокоившейся душе.

8 марта

Международный женский день

Праздник 8 Марта имеет давнюю и не совсем понятную историю. Принято считать, что его основоположницей стала революционерка Клара Цеткин, в 1910 году на Международной конференции социалисток в Копенгагене выступившая с идеей ежегодно в этот день отмечать рождение женского пролетариата.

На призыв откликнулись женщины со всего мира, боровшиеся за независимость, равноправие и собственное достоинство.

Почему же Клара Цеткин выбрала именно дату 8 марта? На этот счет существует мнение, что празднование Женского дня, по всей видимости, стало напоминанием о событиях 1857 года, когда работницы текстильных и обувных фабрик Нью-Йорка в этот день прошли маршем по улицам города, требуя повышения заработной платы и обеспечения нормальных условий труда.

Столь решительные действия американских «социалистических сестер» и вдохновили Клару Цеткин на идею организации Международного дня солидарности женщин в борьбе за равноправие. В России этот праздник впервые был проведен в 1913 году и с тех пор отмечался ежегодно, а после Октябрьской революции стал официальным. Хотя Женский день называется международным, в наше время его признают лишь жители бывшего СССР, а также некоторых стран Азии и Африки.

Постепенно Женский день утратил свою политическую окраску. Сегодня 8 Марта – праздник выражения любви, восхищения и благодарности всем представительницам прекрасного пола. В этот день принято поздравлять любимых женщин, дарить им подарки, окружать заботой и вниманием.

ПИР НА ВЕСЬ МИР

Хорошим тоном на Руси считалось накрывать праздничный стол так, чтобы он буквально ломился от угощений. Непременным условием было наличие среди кушаний оригинального, фирменного мясного блюда. Порадуйте и вы своих домочадцев.

Говядина с пивом

Вам потребуется: 500 г говяжьей вырезки, 2 небольшие луковицы, 1 столовая ложка готовой горчицы, 0,5 л любого темного пива, цедра некрупного лимона, несколько корочек ржаного хлеба, немного жира для жарки, тмин, молотый черный перец, соль по вкусу.

Лук очистите и натрите на терке или измельчите блендером, добавьте соль, горчицу, черный перец. Говядину промойте, обсушите чистой полотняной салфеткой, натрите смесью лука со специями и оставьте в сухом холодном месте примерно на 30 минут. Затем положите ее в глубокую сковороду и обжарьте в растопленном жире на сильном огне. Не забывайте переворачивать мясо, чтобы аппетитная корочка образовалась равномерно со всех сторон. Обжаренную говядину переложите в гусятницу, залейте ее пивом, добавьте тмин, лимонную цедру, хлебные корочки и тушите под крышкой до готовности. Блюдо немного остудите, нарежьте порционными кусками и подавайте на стол. В качестве гарнира используйте отварной картофель, зелень, консервированные овощи или макаронные изделия.

Мясо с черносливом

Вам потребуется: 500 г говяжьей вырезки, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2 столовые ложки кулинарного жира для жарки, 2 небольшие луковицы, 1 столовая ложка томатной пасты без добавок, 150 г чернослива без косточек, соль и молотый черный перец по вкусу.

Мясо промойте, очистите от пленок и нарежьте небольшими кусочками перпендикулярно к направлению волокон. Каждый кусочек отбейте и обваляйте со всех сторон в муке. Обжарьте мясо в кипящем жире вместе с луком, предварительно очищенным и нарезанным колечками, положите соль, черный перец, томатную пасту и подлейте немного горячей воды. Затем добавьте промытый чернослив. Накройте

сковороду крышкой и поставьте в разогретую духовку. Можно готовить мясо и на газовой плите. В этом случае его придется периодически перемешивать.

Готовое блюдо имеет оригинальный кисловатый привкус и особенный аромат. Кроме того, чернослив очень полезен для здоровья. В качестве гарнира к говядине подайте на стол отварной картофель, пюре из вареных овощей, зеленый горошек, мелко нарезанную зелень.

УРОКИ ЭТИКЕТА

Во многих домах торжества проходят не так интересно, как хотелось бы: гости уныло жуют салаты или смотрят телевизор. После нескольких выпитых рюмок приглашенные зачастую забывают, по какой причине они вообще встретились, начинают беседовать о своем, компания разбивается на несколько групп...

Если вы решили собрать гостей, заранее продумайте их количество: в маленьком помещении большому числу людей будет неудобно, да и расходы на продукты превысят все допустимые параметры. Лучше всего позвать только родственников и самых близких друзей семьи. Подумайте и о взаимоотношениях приглашаемых: в каждой компании найдутся лица, постоянно конфликтующие друг с другом, и было бы лучше, если бы они не встретились на обеде.

Заранее спланируйте, где будет стоять стол, хватит ли стульев (их можно в крайнем случае взять у соседей). Для торжественного обеда приготовьте накрахмаленную белую скатерть, под нее постелите мягкую ткань, а на нее клеенку или целлофан. Если вы планируете собрать только самых близких людей, ограничьтесь красивой синтетической скатертью или декоративной клеенкой. Можно украсить скатерть искусственными или живыми цветами, разноцветными лентами,

сувенирами. Главное, чтобы букеты не были слишком большими, иначе они нарушат гармонию праздника.

Перед приходом гостей разложите столовые приборы в соответствии с числом приглашенных, на всякий случай приготовьте несколько лишних (вдруг придет кто-то незваный или просто вилка или нож упадут со стола). Протрите тарелки и бокалы. Продумайте, какие напитки вы будете подавать, и приготовьте нужное количество бокалов, рюмок и фужеров. Не забудьте и о соках или газированной воде, поскольку алкоголь употребляют не все. Заранее можно поставить на стол разнообразные салаты, соленья, приправы и нарезанную зелень. Сыр, колбасу и мясо следует резать незадолго до прихода гостей, поскольку иначе края продуктов некрасиво заветрятся и потемнеют. После того как гости сели за стол и продегустировали холодные закуски, подавайте горячее – суп или сразу второе блюдо. Затем, по происшествии некоторого времени, уберите лишнюю посуду и подайте десерт или приготовьте все для чайной церемонии. Не стремитесь обильно накормить гостей, иначе праздник получится скучным, лучше заранее продумайте культурную программу, разучите несколько подвижных и интеллектуальных игр. Кого-то заинтересует просмотр домашней коллекции марок или альбомов с семейными фотографиями, настольные игры типа шахмат или шашек (можно даже устроить соревнования), другие же с удовольствием потанцуют под зажигательную музыку. Хозяева должны заранее подготовить нужные кассеты, проверить работу магнитофона или музыкального центра и предусмотреть место для танцев.

Неделя перед Великим постом

Седмица сырная (Масленица). Прощеное воскресенье

В неделю, предшествующую Великому посту, на Руси празднуют Масленицу. Христиане также называют ее Сырной седмицей или

мясопустом. Каждый день этой недели имеет отдельное название: понедельник – встреча, вторник – заигрыши, среда – лакомка, четверг – разгул, пятница – тещины вечерки, суббота – золовкины посиделки, воскресенье – Прощеный день.

Обычай празднования Масленицы восходит к древним языческим обрядам проводов зимы и встречи весны, однако в нем есть и христианские черты. В Сырную седмицу не разрешается употреблять мясо, но можно включить в меню рыбу и молочные продукты. Что касается традиционного масленичного блюда, блинов, то их круглая форма служит напоминанием о языческом культе солнца. Это ритуальное угощение можно подавать в любой день недели, но в четверг оно должно присутствовать на столе обязательно.

Масленица – шумный праздник с веселыми играми, традиционными зимними забавами, обильной едой и питьем. В сырную седмицу большое внимание уделяется родственным связям, укреплению семейных отношений.

Обряд проводов Масленицы в различных областях России проводился по-разному. Обычно из соломы делали чучело, обряжали его в лохмотья и носили по улицам, распевая при этом веселые песни. Затем Масленицу сжигали на костре, а образовавшуюся золу развеивали по полям, чтобы в наступившем году собрать хороший урожай. В некоторых губерниях обряд проводов проходил в форме шуточных похорон с ряжеными.

В православной традиции особое значение имеет последний день Сырной седмицы. В Прощеное воскресенье в церкви проводится богослужение, в конце которого священник просит прощения у своих прихожан, а затем все следуют его примеру. В этот день принято забывать обиды, улаживать конфликты. Православные посещают кладбище, чтобы попросить прощения не только у живых, но и у тех, кто

покинул этот мир. По традиции вечером ходят в баню, чтобы очиститься и телесно.

ПРОЩАНИЕ С ЗИМОЙ

В этот день дети весну кличут. «Прощай, зима холодная! Приходи, лето красное! Соху, борону – и пахать пойду», «Ты, Морозко, не серчай, из деревни убегай!»

Синички-сестрички, тетки-чечетки,
Краснозобые снегирюшки,
Щеглята-молодцы, воры-воробы!
Вы по воле полетайте,
Вы на вольной поживите,
К нам весну скорей ведите!

Дай, весна, добрые годы,
Годы добрые, хлебородные!
Зароди жито густое,
Жито густое, колосистое,
Колосистое, ядренистое, —
Чтобы было с чего пиво варить,
Пиво варить, ребят женить.
Ребят женить, девок отдавать (замуж).

Также принято печь блины и угощают ими родных, близких, соседей. Нелишним будет вспомнить некоторые тонкости, связанные с приготовлением блинного теста.

Даже если мука высшего сорта и очень свежая, перед замешиванием теста ее необходимо просеять (но не заранее). Сито должно быть непременно сухим и чистым. Просеивать следует в емкость, в которой затем будет поставлено тесто, чтобы не пересыпать муку лишний раз.

Выпекание блинов или блинчиков – довольно хлопотное и утомительное дело. В круговороте дел многие хозяйки зачастую забывают смазывать жиром или маслом сковороду, и изделия получаются подгоревшими. Чтобы облегчить себе труд, заранее добавьте в тесто несколько столовых ложек рафинированного растительного масла, тогда смазать сковороду нужно будет только один раз – перед тем как налить на нее первую порцию теста. Добавление масла никак не отражается на вкусовых качествах блинов.

Если вы все же решили пойти традиционным путем, запомните несколько секретов.

Чтобы блины или блинчики не прилипали, масло выливайте не на сковороду, а в отдельную емкость. Затем обмакивайте в него небольшой кружочек, вырезанный из картофеля, и уже им смазывайте днище сковороды. Так вы сэкономите жир и добьетесь наилучшего результата.

Вместо растительного масла можно использовать кусочек сала или шпика – им очень удобно мазать сковороду.

Дрожжевые блины получатся пышными, если дать тесту постепенно подняться, а затем осторожно вмешать в него взбитые яичные белки и снова подождать, пока оно поднимется, после чего выпекать. Белки от желтков следует отделять очень тщательно и

взбивать их только в сухой и чистой эмалированной или фарфоровой посуде.

Тесто для блинчиков должно быть жидким, чтобы его можно было выливать на сковородку тонким слоем – так готовые изделия получатся мягкими и аккуратными. Чтобы не повредить нежную выпечку, переворачивайте ее достаточно широкой лопаткой.

Следите, чтобы дрожжевое тесто не перестояло, иначе блины не зарумянятся, а будут только подгорать. Чтобы добиться аппетитного цвета, добавьте в тесто достаточное количество сахара или сахарной пудры. Но при их избытке вы получите обратный эффект – поверхность блинов моментально пригорит.

Недобродившее тесто также влияет на качество готовых изделий: блины будут пресноватые, без дырочек. Тесто должно хорошо подняться, после чего следует немедленно начать выпечку. Размешивать его лишний раз не обязательно, иначе оно может стать слишком плотным и тяжелым. Готовые блины или блинчики выложите в глубокую миску или фарфоровую тарелку, накройте крышкой и укутайте, чтобы изделия не остыли. Подавайте их на стол горячими.

А вот еще несколько полезных советов, касающихся приготовления блюд из куриных яиц. Дело в том, что данный продукт считается одним из самых ценных из-за легкой усвояемости и повышенного содержания полезных аминокислот. Для взрослого человека нормой является употребление 6 яиц в неделю, для больных и пожилых достаточно четырех. Детям яйца следует давать с осторожностью, контролируя, не возникла ли аллергическая реакция.

Блины из гречневой муки

Вам потребуется: 2 стакана просеянной гречневой муки, 2,5 стакана жирного молока, сухие или живые дрожжи, соль по вкусу.

Муку размешайте в подогретом молоке, добавьте соль на кончике ножа и дрожжи, заранее растворенные в 2 столовых ложках молока или теплой воды. Перемешайте опару и поставьте ее в теплый угол, накрыв емкость льняным или хлопковым полотенцем. Дождитесь, когда тесто хорошо поднимется, затем сразу же начинайте печь блины, стараясь не размешивать опару, чтобы она не опала. Сковородку не забывайте периодически смазывать растительным маслом. В само тесто масло добавлять нежелательно, так как блины получатся тяжелыми и непористыми.

Подавайте гречневые блины на стол в горячем виде. Отдельно поставьте соусники со сметаной, растопленным сливочным маслом или сметанным соусом, блюдца с красной и черной икрой.

Русские блины с пшеном

Вам потребуется: 2,5 стакана пшеничной муки высшего сорта, примерно 40 г сухих или живых дрожжей, 0,5 л цельного молока, 5 яиц, около 50 г сливочного или крестьянского масла. Для варки пшенной каши возьмите 1,5 стакана отобранного и промытого пшена, 3 стакана цельного молока или воды, 1 неполную чайную ложку соли, 3 столовые ложки сахара.

Сначала займитесь приготовлением пшенной каши. Пшено хорошо промойте в проточной воде, воду посолите, доведите до кипения и всыпьте в нее крупу. Воды должно быть по объему в 4 раза больше, чем пшена. Дождитесь повторного закипания, затем аккуратно слейте воду. Молоко в отдельной посуде доведите до кипения и залейте им кашу, добавьте сахар, при необходимости посолите и варите до готовности. Снимите кашу с плиты и поставьте на холод. Остывшее пшено протрите

через сито или хорошо разотрите ложкой таким образом, чтобы получилась совершенно однородная масса. Желтки взбейте венчиком или миксером и влейте в кашу. Сливочное масло размягчите или растопите на водяной бане и добавьте к пшену. Отдельно приготовьте опару из просеянной муки, дрожжей и молока, вымесите и смешайте с остальными ингредиентами. Поставьте емкость с получившимся тестом в теплое место и дождитесь, пока его объем не увеличится. Белки взбейте миксером в крепкую пену и осторожно смешайте с подошедшим тестом. Дайте ему еще раз хорошо подняться и начинайте выпекать блины на смазанной маслом раскаленной сковороде.

На Руси существовал и особый вид блинов под названием «наличники». Это блюдо отличается по форме, а также наличием разнообразной начинки. По-другому его называют блинчатыми пирожками или блинчатым пирогом.

Как обмануть время

Каждая женщина стремится выглядеть моложе своих лет, и это естественно, ведь недаром говорят, что женщине столько лет, на сколько она выглядит. Разумеется, следует ухаживать за кожей и делать косметические процедуры, но кроме этого, существует еще несколько способов сохранения молодости. Рассмотрим их более подробно.

Одна из важнейших рекомендаций – не ешьте слишком много. Попробуйте хотя бы 2-3 дня в неделю употреблять только полторы тысячи калорий, причем предпочитать продукты, богатые клетчаткой. Разгрузочные дни способствуют нормализации обмена веществ, улучшают состояние кожи и внутренних органов, выводят из организма токсины и шлаки. Параллельно повышается сопротивляемость болезнетворным микроорганизмам, налаживается работа кишечника. А появление морщин на лице и теле отодвинется по времени, если ввести в рацион говяжью, свиную и куриную печень, грецкие орехи, оливки. В

среднем возрасте следует принимать витаминные препараты с повышенным содержанием бета-каротина, есть больше свежей моркови. После полувекового юбилея принимайте кальций в таблетках, а также минеральные пищевые добавки с магнием и селеном.

Очень важно своевременно получить профессию и найти постоянную работу, приносящую удовлетворение. Известно, что неработающие люди стареют значительно быстрее. Существуют специальности, позволяющие надолго сохранить привлекательный внешний вид: к ним относится работа в области искусства, садоводство и другие занятия на свежем воздухе. В любом случае ощущение собственной полезности и осознание своего места в окружающей действительности придает уверенности в себе.

Эффективное средство против раннего появления признаков старости – сильное взаимное чувство. В среднем возрасте любовь-страсть обычно уступает место нежности, взаимопониманию. Регулярная половая жизнь усиливает выработку эндорфина, который иначе именуют гормоном счастья. Он усиливает иммунитет, обеспечивает сохранение упругости кожи и мышц, поднимает настроение. Присутствие рядом близкого человека уменьшает стресс, помогает пережить временные трудности и неприятности.

Следующий совет – не пренебрегайте движением. Что может быть проще: выйдите из дома на полчаса раньше и пройдите пешком несколько остановок, прежде чем сесть в транспорт. Регулярные утренние и вечерние прогулки положительно скажутся на вашем самочувствии и, следовательно, на внешнем виде. Достаточно посвящать спортивным упражнениям всего лишь 8-10 минут в день, и вы забудете о надвигающейся старости.

Подумайте и о своем эмоциональном комфорте. Проанализируйте отношения с окружающими людьми: не слишком ли часто вы

склоняетесь к чужому мнению, уступаете кому-то, прислушиваетесь к советам, с которыми в глубине души совершенно не согласны? Подобный разлад не только становится причиной постоянного дискомфорта, но и вызывает ряд психосоматических заболеваний. Живите осознанно! Постарайтесь иметь свое мнение по всем жизненно важным вопросам, причем совсем не обязательно высказывать его вслух. Перестав зависеть от окружающих, вы обретете уверенность в себе и способность самостоятельно справляться с проблемами.

Подумайте и об отдыхе. Если есть возможность, устройте в своей спальне прохладный, не слишком сухой климат. Ученые установили, что при температуре воздуха около 18° С процессы старения в значительной степени замедляются. Правильный обмен веществ также зависит от состояния окружающей среды. Зимой открывайте форточку, летом – окно или дверь балкона. Лучше укрыться еще одним одеялом или надеть теплую пижаму, чем нежиться в жаркой комнате, не думая о последствиях. И не ешьте на ночь: процесс пищеварения отнимает у вашего организма энергию, необходимую для полноценного клеточного воспроизводства в кожном покрове.

С каждой зарплаты откладывайте небольшую сумму денег на личные нужды, даже если ваш семейный бюджет невелик. Время от времени психологи советуют позволять себе что-то «лишнее» – вкусное пирожное, поход в театр с подругой, новое платье или туфли и так далее. Разумеется, экономия средств и рациональная диета необходимы, но периодически нужно забывать об ограничениях. Так вы сохраните душевное равновесие и приобретете хорошее настроение.

Некоторым людям приходится постоянно сдерживать негативные эмоции. Данное утверждение относится к продавцам, работникам сферы общественного питания и представителям других профессий, связанных с общением. Результатом подавления гнева и раздражения становятся различные соматические заболевания, тревожность, депрессия,

снижение иммунитета. Чтобы избежать подобных неприятностей, время от времени устраивайте «разгрузку»: кому-то лучше выговориться перед зеркалом или понятливым собеседником из числа близких друзей, другому поможет воспроизведение конфликтных ситуаций в виде рукописного текста.

Избежать возрастных проблем с памятью и реакцией поможет регулярная гимнастика для ума. О тренировке памяти уже было рассказано выше. Не позволяет мозгу лениться регулярное решение кроссвордов, складывание паззлов и головоломок. На досуге попробуйте самостоятельно выучить иностранный язык – просто для себя; постарайтесь реже пользоваться калькулятором.

АПРЕЛЬ

Апрель (априлий) – слово с византийскими корнями. «Априллис» по-латыни значит «открывать», «расцветать». Как раз в этом месяце раскрываются почки на деревьях и распускаются цветы. Славяне называли этот месяц «березозол», то есть злой для берез, так как в это время начинали заготавливать березовый сок. Еще апрель именовали «капельник», «снегогон», «солнечник», «водолей» и «цветень». В апреле бурно начинает расцветать природа, а кроме того, чаще всего бывает Пасха, поэтому его ждут с особенной радостью.

Православные приметы

1 апреля – Дарья-грязнопорубка. Какая погода в этот день, такой она будет и 1 октября. Если весна пришла рано, ожидается сильное половодье.

4 апреля – Василий-солнечник. Теплое солнце в кругах – к богатому урожаю.

6 апреля – Захария. Если предыдущая ночь была теплой, весна будет дружной.

7 апреля – Благовещение. В этот день «птица гнезда не вьет, девица косы не плетет». Если на Благовещение ясно, лето будет грозовым. Дождь с грозой – к теплу, урожаю ржи и орехов, пасмурная погода – к недороду, мороз – к обилию груздей. Теплая ночь под Благовещение – к дружной весне. Если на крышах лежит снег, значит, он не растает до самого Егория (6 мая). Тепло на Благовещение – к морозам. Если ласточки не летают, весной будет холодно.

8 апреля – Василий и Гавриил. Какая погода в этот день, такой она будет 8 октября, и наоборот.

14 апреля – Марья Зажги Снега. В этот день бывает половодье. Если на Марью начался разлив, значит, будет много травы.

15 апреля – Тит-Поликарпов день, когда вскрываются реки. Если на озере лед не двинулся, а утонул, год будет очень тяжелым.

19 апреля – Евтихий. Тихий день – к хорошему урожаю ранних яровых.

20 апреля – Акулина. Если идет дождь, яровые уродятся плохо, а калина будет хорошая.

21 апреля – Родион-ледолом. Добрая встреча солнца с месяцем – к ясному дню и погожему лету, и наоборот.

24 апреля – Антип-половод. Если реки к этому дню не вскрылись, будет плохое лето.

29 апреля – Арина-рассадница (Ирина-рассадница). В этот день принято сеять капусту на рассаду.

30 апреля – Зосима-пчельник. Пора вывозить пчел на пасеку. Если зацвела акация, пришло время сеять огурцы.

1 апреля

Международный день смеха

В этот день традиционно принято разыгрывать друзей и знакомых. Не случайно 1 апреля в народе называют днем дурака. История зарождения этого неофициального, но всеми любимого праздника неизвестна, но существует несколько теорий его возникновения.

По одной из них, традиция первоапрельских розыгрышей берет свое начало в средневековой Франции. В 1582 году в этой стране был введен григорианский календарь, и Новый год стали отмечать 1 января. Однако, очевидно, до некоторых граждан эта информация не дошла, и они продолжали праздновать его, как раньше, 1 апреля. Просвещенные соотечественники всячески подшучивали над невеждами: например, незаметно прикрепляли к спине жертвы вырезанную из бумаги рыбку и дразнили, называя «апрельская рыба» (Poisson d'Avril). Дело в том, что весной в реках и озерах появлялось множество рыбьего молодняка, столь неопытного и доверчивого, что его можно было ловить голыми руками.

Но эта история не объясняет общеевропейской популярности праздника смеха, ведь в некоторых странах его отмечали за несколько столетий до принятия григорианского календаря. Скорее всего этот

обычай имеет более древние корни. Возможно, традиционные первоапрельские розыгрыши восходят к древнеримским сатурналиям – фестивалям с массовыми переодеваниями, безудержным весельем и царящим повсюду хаосом. В Средние века этот языческий праздник трансформировался в «пир дураков» (Festus Fatuorum), основной темой которого стало высмеивание церковных обрядов.

Согласно другой версии, первоапрельские обычаи происходят от древнего языческого праздника весеннего равноденствия. Считалось, что в период смены времен года все переворачивается с ног на голову и любые общепринятые законы становятся недействительными. Люди бросали все свои повседневные дела и предавались шумному веселью, при этом позволяя себе такие шутки и розыгрыши, на которые при обычных обстоятельствах ни за что бы не решились.

1 апреля у всех любителей пошутить есть прекрасная возможность вволю попрактиковаться в своем хобби. Но помните, что розыгрыши и «приколы» должны быть безобидными, не задевающими достоинства и не касающимися особо личных сторон жизни.

О ПРИМЕТАХ

А теперь поговорим о народных приметах. Безусловно, многие верят в то, что черная кошка, перешедшая дорогу, приносит несчастье, но спастись от беды нетрудно – достаточно лишь скрестить указательные и средние пальцы обеих рук или сложить в кармане кукиш. Можно обойтись и без подобных мер предосторожности: пропустите вперед человека, идущего позади вас, чтобы он увел напасть с собой. Отнеситесь к приведенной ниже информации с юмором, ведь, несмотря на кажущуюся правдоподобность, это всего лишь суеверия.

Чтобы муж с женой никогда не ссорились, им ни в коем случае нельзя вытираться одним полотенцем, даже случайно.

Нельзя ни с кем беседовать через порог, даже с просто заглянувшей соседкой: или пригласите человека в дом, или сами выйдите на лестничную площадку. Согласно народным поверьям, между разговаривающими через порог может вклиниться всякая нечисть и испортить все дело.

Молодым людям нельзя сидеть на пороге или долго стоять в проеме двери – это предвещает неудачную женитьбу или очень долгое холостячество.

Нарядную одежду, в которой крестили первого ребенка, после совершения обряда просушивают и, не стирая, убирают в заветное местечко. Остальных детей непременно крестят в той же рубашке: считается, что соблюдение данного условия принесет в семью согласие, мир и радость, жизнь у детей будет легкая и счастливая.

Чтобы брак был долгим и прочным, жениху и невесте желательно перед обрядом венчания или гражданской церемонией в ЗАГСе принести друг другу обет верности у родника, колодца или небольшой речки. Клятва над водой считается нерушимой, значит, счастье молодой семьи не будет омрачено супружеской изменой.

Если вы хотите, чтобы ваши планы полностью осуществились, постарайтесь начать новое дело непременно до первого луча солнца.

Счастье в дом приносит не только найденная старая лошадиная подкова. Любое изображение лошади и другого домашнего животного, например петуха, с давних времен считается своеобразным талисманом, отпугивающим нечисть. Можно украсить дом вышивками, картинками, росписью, фигурками упомянутых существ.

Увидев молодой, только что народившийся месяц, выньте из кармана или кошелька серебряную монетку и покажите ему (разумеется, сейчас серебро не в ходу, поэтому подойдет и обыкновенный рубль). Затем спрячьте монетку и постоянно носите ее с собой – деньги у вас не будут переводиться.

Если вам подарили домашнее животное, непременно «отдаритесь» мелкой монеткой, иначе оно будет болеть и не приживется. А вот с комнатными растениями дело обстоит иначе: лучше всего укореняются отростки и листья, взятые без спроса, потихоньку.

Никогда не собирайте со стола сор и не вытирайте пролитую жидкость скомканным листом бумаги или салфеткой – в семье начнутся скандалы и неприятности.

Воспользуйтесь кухонной тряпкой или ненужным кусочком ткани. Стряхивать со скатерти крошки следует только в сложенную ковшиком ладонь, чтобы не обеднеть.

Разбитые чашки и тарелки выбрасывайте в тот же день без сожаления: даже надколотая с краю посуда может повлиять на жизнь домочадцев. Если же сломанная вещь представляет какую-то ценность или является семейной реликвией, склейте ее и держите за плотно закрытым стеклом серванта.

Хлеб нужно резать только на доске, но ни в коем случае не на весу, иначе можно привлечь несчастья и беды.

Оставив на столе недоеденный кусок, вы обречете на нищету кого-то из близких.

Запоздавшего гостя можно поторопить следующим образом: слегка потрясите край праздничной скатерти, лежащей на столе, и ожидаемый человек вскоре появится или даст о себе знать.

Известно, что рассыпанная по столу соль становится причиной семейных скандалов. Чтобы уберечься от неприятностей, необходимо перебросить щепотку соли через левое плечо, а остальную собрать в руку и выбросить в раковину или унитаз, затем смыть водой.

Если из дома кто-то надолго уехал, хотя бы пару дней не мойте в его комнате и коридоре полы, иначе на человека обрушатся несчастья или же он не вернется.

Никогда не бросайте мусор и не вытряхивайте покрывала и половики в окно: в народе верят, что под окном «дежурит» ваш ангел-хранитель.

Надевание одежды швами наружу предвещает серьезные неприятности. Чтобы избежать несчастья, попросите кого-нибудь несильно ударить вас – примета будет считаться сбывшейся и потеряет силу.

Ребенку необходимо запретить играть в футбол собственной шапкой, иначе у него часто будет болеть голова.

Порванную или разошедшуюся по шву одежду следует сначала снять с человека, а потом уже зашивать, иначе можно «зашить» память и интеллект. Никогда не делитесь ни с кем своими заветными желаниями и планами на ближайшее будущее (исключение составляют супруг или супруга). Будьте осторожны, если вас стараются от чего-то отговорить – так можно «заболтать» удачу, отвести ее.

Дальний путь будет нетрудным и завершится удачно, если при отправлении в дорогу идет дождь или снег.

7 апреля

Ст. стиль 25 марта

Благовещение Пресвятой Богородицы

Архангел Гавриил возвестил деве Марии непорочное зачатие и рождение сына Иисуса. На Благовещение прославляется Пречистая Дева, произносятся благодарения Господу Богу и воздается почитание Его посланнику архангелу Гавриилу, послужившему таинству спасения.

Исстари на Руси заведено в этот день выпускать птиц на волю.

Благовещение, по народному поверью, самый большой праздник на небесах, на земле и в аду (грешников в этот день, как и на Пасху, не мучают). Считается серьезным грехом выполнять какие-либо работы: «девица косы не заплетает, птица гнезда не вьет», «Кукушка за то без гнезда осталась, что на Благовещение завила, крота Бог потому ослепил, что на Благовещение землю рыл». В этот день «под дымом не сидят», то есть горячего не едят, печь не топят.

Под Благовещение, ночью, сжигали соломенные постели, чтобы истребить болезни, прыгали через огонь, чтобы избавить себя от порчи и сглаза, окуривали одежду. Пожилые женщины накануне пережигали в печи соль, которая после этого, как считалось, чудесным образом помогает в исцелении от болезней.

ПО СВЯТЫМ МЕСТАМ

Если вы соблюдаете все посты и отмечаете религиозные праздники, возможно, вам захочется отправиться в старинную лавру или же далекий храм, чтобы поклониться святым мощам либо известной чудотворной иконе.

Паломничество к святым местам (иконам, источникам, мощам) следует предпринимать с благословения духовного отца. По согласованию с ним поездке может предшествовать небольшой пост. Такой лично принятый отказ от удовольствий и развлечений поможет лучше сосредоточиться на цели паломничества. При посещении монастыря нужно заранее настроиться на проживание в святом месте, спрятать поглубже свое «я». В монастыре следует вести себя скромно. Нельзя ходить по монашеским кельям, вступать с насельниками (монахами) в праздные разговоры. Помните, что общаться с паломниками могут только иеромонахи. До посещения усыпальницы, источника и тому подобного следует принести покаяние – побывать на исповеди и причаститься, в особенности если цель вашего визита – исцеление от болезни. В прежние времена паломники прикрепляли к кресту, иконе или дереву у источника специально изготовленное полотенце, называемое обетным. На этом полотенце женщины вышивали символические узоры, прося защиты и помощи у святых. И сейчас вы можете принести к святыне полотенце – оно будет символизировать данный вами обет.

Празднуется за неделю до Пасхи

Вербное воскресенье. Вход Господень в Иерусалим

Вербное воскресенье – праздничный и торжественный день. Воскресив Лазаря, Христос решил вступить в Иерусалим, как вступал в него его царственный предок Давид, то есть въехать на осле. Когда он начал спускаться с Елеонской горы, народ закричал: «Осанна сыну

Давидову! Благословен грядущий во имя Господа! Осанна в вышних!». Люди стали устилать дорогу только что распустившимися пальмовыми ветвями, как это было принято на Востоке при встрече особенно чтимых лиц.

Столь торжественная встреча возбудила страх и негодование в среде фарисеев, которые впоследствии и устроили гонения на Христа, обвинив его в покушении на власть римского кесаря и возбуждении толпы к восстанию. Смысл праздника Входа Господнего в том, что верующие в этот день стараются открыть свои сердца перед Богом, как сделали это когда-то жители Иерусалима.

В церковном ритуале, сложившемся в России, роль пальмовых ветвей играет верба, которая первой в наших краях просыпается от зимнего оцепенения. Веточки вербы освящают в церкви. Ровно год после этого верба лежит в красном углу за божницей, защищая, по вере православных христиан, дом от напастей и пожара, а затем букетик заменяют новым, старый же сжигают в печи.

Есть еще один обряд, связанный с вербой. Освященными веточками набивают подушечку и кладут усопшему христианину в гроб. Смысл этого обряда в том, что верба ограждает покойного от нечистых духов и помогает ему после смерти скорее найти дорогу к Богу.

КАК ИМЕНУЮТСЯ СВЯТЫЕ

Пророки – люди, получившие от Бога дар предвидения будущего, возвещающие миру пути Его промысла. Наиболее почитаемые пророки: Илия, Иоанн Предтеча, праведная Анна.

Апостолы – ученики Христа, сопровождавшие его во время общественного служения, а впоследствии распространявшие по миру веру. Апостолы Петр и Павел именуются первоверховными.

Равноапостольные – это святые, подобно апостолам, потрудившиеся в обращении к Христу стран и народов.

Таковы креститель Руси князь Владимир и великая княгиня Ольга, цари византийские Константин и Елена.

Святители – патриархи, митрополиты, архиепископы, епископы, достигшие святости неустанным попечением о своей пастве, хранением православия от ереси и раскола. Среди их великого сонма наиболее чтимыми в русском народе являются святители Николай Чудотворец, Василий Великий, Григорий Богослов и Иоанн Златоуст, московские патриархи Петр, Алексей, Иона, Филипп, Иов, Ермоген и Тихон.

Преподобные (уподобившиеся Господу) – святые, прославившиеся в монашеском подвиге. Едва ли не каждый православный монастырь прославлен перед Богом святым угодником. Особенной любовью на Руси пользуются преподобные Сергей Радонежский и Серафим Саровский. Мученики, коих среди святых большинство, претерпели страдания и смерть за имя Христово, за правую веру, за отказ от служения идолам. Претерпевшие особо жестокие муки – великомученики. Священномученики приняли смерть в священном сане, а преподобномученики – в монашеском постриге.

Исповедниками церковью названы те, кто много пострадал за Христа, но избежал мученической смерти. Благоверные цари и князья употребляли полученное от Бога величие и богатство для дел милосердия, просвещения, сохранения народных святынь. Среди них Александр Невский и Дмитрий Донской.

Бессребреники имели дар врачевания и употребляли его безвозмездно.

Юродивые Христа ради, принимая на себя личину безумия, терпели поношения окружающих, обличали людские пороки, вразумляя власть имущих, утешали страждущих. Одна из них – Ксения Петербургская.

Отдельно на Руси почитают страстотерпцев – погибших от рук убийц и злодеев. Первыми русскими святыми были князья-страстотерпцы Борис и Глеб.

Ангелы – это святые духи, служители Божьи, вестники воли Его. Старший в ангельском чине – архистратиг Михаил.

Святые, не подходящие ни под одну из этих категорий, прославляются как праведные. Так называет Церковь Иоанна Кронштадского.

КАК СОХРАНИТЬ КРАСОТУ

И снова речь пойдет о красоте, точнее, о способах ее сохранения. Время от времени устраивайте отдых своей коже – делайте маски. Правильно подобранная лечебная косметика поможет вам выглядеть привлекательно долгое время.

Маски нельзя делать, если на коже лица и шеи имеется раздражение, близко расположенные тонкие кровеносные сосуды, родинки и другие новообразования.

Перед нанесением выбранного средства обязательно очистите кожу.

Любую маску накладывают по единой схеме: в направлении от шеи ко лбу, строго следуя линиям кожных складок, осторожными, легкими, массирующими движениями. Ни в коем случае не наносите состав на

кожу вокруг глаз, особенно на нижние веки – для данных зон существуют специальные средства ухода.

После нанесения маски примите удобную позу, лучше всего лежа, под голову положите плоскую небольшую подушку или несколько раз свернутое махровое полотенце. Лицо должно располагаться горизонтально. Накрывать кожу чем-либо, особенно полиэтиленовой пленкой, нежелательно: выступивший пот вызовет стекание питательного средства.

Любую маску следует использовать только в соответствии с прилагаемой инструкцией и держать не дольше указанного времени. Сильнодействующие средства, особенно очищающие, при нарушении правил вызовут настоящий химический ожог, а эффект питательных и увлажняющих все равно не усилится. После окончания процедуры осторожно смойте маску теплой проточной водой, используя ватный тампон или очень мягкую губку. Мылом и другими очищающими средствами пользоваться не нужно (разумеется, если это не оговорено в инструкции). Маску-пленку необходимо аккуратно снять в направлении вниз вверх, затем можно смазать кожу любым питательным или увлажняющим кремом, чтобы не возникло раздражение. Как и другие средства лечебной косметики, маски подбирают в зависимости от типа кожи, ее состояния, времени года, погодных условий, активности и так далее. Не пользуйтесь лечебным средством только потому, что оно помогло вашей подруге: ваша кожа скорее всего отреагирует иначе. Перед приобретением обязательно проконсультируйтесь у квалифицированного косметолога, проведите тест на аллергию.

Широко рекламируемые сейчас плацентарные маски и аналогичные составы рекомендованы только для увядающей кожи, поскольку оказывают сильный регенерирующий эффект, улучшают обменные процессы. Для молодой кожи подойдут другие варианты – увлажняющие,

очищающие, питательные на основе лекарственных растений и легких жиров или гелей.

Простую и эффективную маску нетрудно сделать в домашних условиях из натуральных компонентов. Это рекомендуется женщинам, у которых имеется аллергия на консерванты и другие химические вещества, входящие в состав готовой лечебной косметики.

Для сухой кожи используйте яичный компресс. Он слегка подтянет обвисшие участки, придаст лицу здоровый, свежий вид. Смажьте кожу рафинированным растительным маслом, затем взбейте миксером яйцо и нанесите легкими движениями, не затрагивая области вокруг глаз. Дождитесь подсыхания и снова нанесите смесь, повторите еще раз. Через несколько минут смойте состав сначала теплой, а затем прохладной проточной водой. Для предупреждения появления глубоких морщин на сухой коже яичный желток взбейте вместе с полутора столовыми ложками жирной свежей сметаны, добавьте немного свежесжатого морковного сока в качестве витаминизирующего компонента и снова перемешайте. Сразу же нанесите маску на предварительно очищенную кожу и держите 20 минут. Смойте теплой водой, затем воспользуйтесь вашим обычным кремом.

Жирная кожа нуждается в менее питательных, но при этом тонизирующих средствах. Возьмите 2 чайные ложки предварительно взбитого миксером яичного желтка, 1 чайную ложку свежесжатого лимонного или яблочного сока, такое же количество жидкой сметаны и хорошо перемешайте. Нанесите на кожу, подождите 15 минут и снимите смесь тампоном, смоченным в слабом растворе чая.

После процедуры на несколько минут положите на лицо компресс с охлажденным чаем средней концентрации, затем удалите излишки влаги мягкой впитывающей салфеткой.

САЖАЕМ ДЕРЕВЬЯ

Теперь, когда «ассортимент» деревьев и травянистых культур на участке подобран, можно приобретать саженцы и приступать к посадке.

Одна из самых распространенных ошибок – загущенные посадки деревьев. Безусловно, на маленькой площади хочется разместить как можно больше экземпляров, но урожайность от этого только снизится, рост и развитие растений будут происходить с отклонениями.

Даже рекомендуемая во многих пособиях система 5 х 5 (то есть между деревьями и рядами следует оставить расстояние в 5 м) нерациональна. Подойдет она только для малорослых сортов с относительно небольшой корневой системой при условии регулярной обрезки и правильного формирования кроны. Большие деревья сажают по методике 7 х 3,5–4. Помните, что взрослая, хорошо развитая яблоня в целом занимает площадь, равную примерно 25 кв. м.

При соблюдении рекомендованных выше расстояний даже через десятилетия сад не будет выглядеть загущенным, между деревьями останется достаточно свободного пространства. Кроны практически не будут смыкаться (при условии правильного формирования), что существенно повысит урожайность и облегчит сбор созревших плодов.

Яблони на мощных, рослых подвоях располагают достаточно плотными рядами, оставляя между ними не менее 6 м, а между отдельными экземплярами – около 3 м. Для повышения урожайности и облегчения ухода за садом применяют метод формирования кроны в виде плоского веретена или подобия пальмы.

Слаборослым видам не нужна большая площадь. Сорта, привитые на карликовую основу, сажают еще плотнее, оставляя на каждый

экземпляр около 8 кв. м грунта. Медленно растущие сорта сажают на расстоянии метра друг от друга с промежутком между рядами 4 м.

Полукарликовые сорта высаживают по схеме 4х3, большая площадь им не нужна. Такое планирование позволит сэкономить место для других культур.

Сливу и вишню располагают на участке из расчета около 15 кв. м на одно дерево.

Обычная и черноплодная рябина также не требует избытка площади – для нее достаточно 8 кв. м. Абрикос, независимо от сортовой принадлежности, занимает около 15 кв. м участка. Такое же пространство необходимо для боярышника, калины и облепихи.

Под смородину и крыжовник оставляют около 3 кв. м. Малину выращивают полосами для удобства сбора ягод. Расстояние между рядами – около 2 м, между отдельными экземплярами – примерно полметра. Периодически проводят прореживание.

С самого начала необходимо правильно ухаживать за деревьями. Рассмотрим данный процесс на примере яблони. С первых лет у молодого экземпляра должно образовываться как можно больше обрастающих веток. На каждой формируется не более одной плодовой почки (на верхушке). Своевременная качественная обрезка стимулирует процесс ветвления, улучшает освещение кроны, влагообмен. Скелетные (основные) ветки деревьев располагаются в виде ярусов. Прирост прошлого года преобразуется в полноценные боковые ветви. Плодоношение садовых деревьев – явление периодическое. Даже при использовании эффективных современных удобрений сохраняется природный режим: год хорошего урожая сменяется годом покоя (плодов образуется мало). Не следует применять стимуляторы, от этого растения быстро истощатся, а урожайность все равно не повысится. Снижению

урожайности нередко способствует повреждение плодовых почек или малое количество насекомых-опылителей (например, при неблагоприятных погодных условиях). Имеет значение и регулярный полив: при недостатке влаги дерево избавляется от завязей.

Холодная зима может вызвать подмерзание почек. Урожай будет менее обильным, но постепенно репродуктивная функция восстановится. Повреждения корневой системы более опасны: в тяжелых случаях деревья погибают.

Празднование приходится на день между 4 апреля (22 марта по ст. стилю) и 8 мая (25 апреля по ст. стилю)

Светлое Христово Воскресение. Пасха

В канун Пасхи пекут куличи, красят яйца, украшают праздничный стол. Канун Пасхи – день строгого поста, когда самые стойкие не только ничего не едят, но и не пьют воды. Весь этот день, несмотря на его трагичность, наполнен ожиданием величайшего христианского праздника. В церквях освящаются куличи, пасхи и яйца. Погребальные пения прерываются воскресными гимнами. Верующие держат в руках множество свечей. Приближается торжественный момент...

Незадолго до полуночи из алтаря, бывшего закрытым со дня пятницы, выходят священники и вместе с верующими трижды обходят вокруг церкви с хоругвями и пением, символизируя собой жен-мироносиц, пришедших ко Гробу Господню, чтобы омыть Христа священным миром. Когда же процессия возвращается внутрь церкви, пением возвещается, что Иисуса в гробу нет – он воскрес. И с этого момента, совпадающего по времени с полуночью, начинается Пасха.

Многие христиане проводят в посту и молитвах весь день субботы и ночь с субботы на воскресенье. Нужно не просто поститься и выдержать праздничную, радостную, но долгую службу, но и встретить утро первого пасхального дня, посмотреть, как солнышко «заиграет». Пасхальный день практически всегда бывает солнечным и теплым, по крайней мере в сравнении с предыдущими днями. Так и кажется, что природа радуется вместе с людьми.

По поверьям, в этот день лисы переселяются в новые норы. У черного ворона торжество – воронят из гнезда выпускает.

Пасха, пожалуй, самый главный праздник в году для всех православных христиан. Отмечают его с искренней радостью: Христос добровольно принес себя в жертву за все человеческие грехи, искупил вину живущих и умерших. Название Пасхи произошло от древнего праздника, связанного с освобождением евреев Моисеем из египетской неволи.

На Руси издавна принято в этот день обмениваться ярко раскрашенными яйцами, а также христосоваться – троекратно целоваться в губы. Обычай не делает различий между сословиями, общественным положением, полом – поздравляют друг друга все. На слова: «Христос воскресе», – следует отвечать: «Воистину воскресе» (а не «спасибо», «мне уже говорили» и тому подобное).

Лучший подарок на Пасху, разумеется, яйцо: ярко окрашенное, либо с наклеенными красивыми картинками куриное, либо же сувенирное – из воска, дерева, пластмассы или драгоценных металлов и камней в зависимости от материальных возможностей дарителя.

В этот день в церкви проводят обряд освящения пищи – яиц и куличей. Последние символизируют переход от постного стола к

скоромному. Раньше кусочки освященного кулича и несколько яиц хранили до следующего Христова Воскресения, считалось, что они охраняют дом от невзгод и несчастий.

В народе верили, что пасхальное утро открывает райские врата и души людей, умерших в этот день, независимо от количества грехов, сразу попадают на небеса. Вообще с Пасхой связано очень много примет, легенд, верований.

Кроме куличей и яиц, на праздничном столе обязательно должен быть пасхальный барашек, символизирующий жертву, принесенную Христом за всех живущих и почивших людей на земле. Делают эту фигурку из марципановой массы или обычного сливочного или крестьянского масла. Когда-то даже существовали специальные формы, сейчас же можно ограничиться собственноручным изготовлением барашка с помощью чайной ложки и некоторого количества фантазии. Перед подачей на стол украшение хорошо охлаждают. Устанавливают барашка на верхушке самого красивого кулича.

К ПАСХАЛЬНОМУ СТОЛУ

Кулич пасхальный

Вам потребуется: 1 кг свежей пшеничной муки высшего сорта, 0,5 л деревенского молока, 70 г живых дрожжей, 200 г белого сахарного песка, 5 яиц, 30 г сладкосливочного масла, 200 г миндальных или грецких орехов, 1 небольшой лимон, 200 г светлого отборного изюма, соль на кончике ножа, мускатный орех по вкусу.

Молоко прокипятите и остудите до комнатной температуры. Отлейте немного в отдельную емкость, добавьте дрожжи и 1 столовую ложку сахара, хорошо перемешайте. Накройте будущую опару чистой, проглаженной с двух сторон тканью и поставьте в теплое место до

появления пены. Муку дважды просейте через сито, смешайте с оставшимся молоком до полного растворения комочков, постепенно добавляйте дрожжи и снова размешайте. Накройте тканью и перенесите в тепло. Дождитесь, когда тесто поднимется, отделите желтки от белков. Первые взбейте миксером с добавлением половины оставшегося сахара, присоедините к тесту. Масло растопите на водяной бане, проверьте его температуру (чтобы не было слишком горячим) и постепенно влейте в тесто, помешивая. Лимонную цедру натрите на терке и присоедините к смеси. Изюм промойте, орехи измельчите, часть добавьте в тесто вместе с солью и пряностями. Белки взбейте с оставшимся сахарным песком в неоппадающую белую пену и смешайте с тестом. Перемешивайте крайне осторожно, только в направлении сверху вниз, чтобы белковая пена оставалась воздушной. Если тесто получилось слишком жидким, добавьте необходимое количество предварительно просеянной муки.

Специальные формы для куличей смажьте растительным или сливочным маслом, слегка присыпьте мукой и выложите тесто примерно до половины высоты.

Накройте каждую форму тканью и подождите, пока тесто не поднимется до краев. Смажьте куличи яичным желтком и посыпьте остатками орехов. Поставьте формы в разогретую до 200° С духовку и выпекайте до готовности. Затем осторожно достаньте их и поставьте остывать. До полного охлаждения не пытайтесь извлечь куличи из формы.

Оставшиеся изделия украсьте глазурью из взбитых с сахаром яичных белков. Сейчас в продаже есть специальная декоративная посыпка и цветная кокосовая стружка, можно использовать ее. Для

украшения применяют также нарезанную мелкими кусочками курагу, цукаты, мармелад и так далее.

Пасха

Одно из традиционных пасхальных блюд, наравне с куличом, – творожная пасха. Ее формуют в виде пирамиды со срезанной верхушкой, которая символизирует Гроб Господень. Можно использовать специальную форму или же подходящую емкость, например салатницу.

Творог следует покупать самый лучший, свежий, деревенский или же делать его дома. На ночь его необходимо завернуть в марлю и положить сверху груз, чтобы удалить сыворотку, иначе пасха не получится. Подготовленный творог дважды протрите через частое сито. Пропорции, приведенные в прилагаемых ниже рецептах, довольно условны: количество продуктов зависит от объема формы и вашего вкуса. Можно использовать различные ароматизаторы, специи, изюм, дробленые орехи, курагу, нарезанную кусочками, цедру свежего лимона и апельсина, цукаты или ягоды из варенья. Для получения однородной массы удобнее всего применять миксер.

Существуют холодный и горячий способ приготовления пасхи. В первом случае все ингредиенты перемешивают без термической обработки, во втором смесь подогревают на среднем огне, доводят до кипения и затем быстро остужают. В теплом виде будущую пасху выкладывают в форму на слой марли, смоченной в холодной воде, утрамбовывают и ставят в холодное место примерно на сутки. Затем форму осторожно переворачивают вверх дном и снимают вместе с марлей. Сверху блюдо украшают цукатами, декоративной посыпкой.

Пасха традиционная

Вам потребуется: примерно 2,5 кг свежего жирного творога, 200 г сладкосливочного масла, 200 г густой сметаны, соль на кончике ножа, 200 г сахарной пудры.

Протрите творог через сито. Масло размягчите, но не растапливайте, разотрите добела с сахаром или взбейте миксером, постепенно добавьте сметану и хорошо размешайте. Соедините однородную массу с творогом, добавьте соль и снова взбейте или перемешайте. Уложите пасху в форму, накройте тарелкой или разделочной доской и поставьте на холод.

Вареная пасха

Вам потребуется: 2 кг творога, 400 г очень жирной сметаны, 4 яйца, соль на кончике ножа, 300 г сладкосливочного или крестьянского масла. Масло растопите на водяной бане, добавьте по одному 3 яйца, размешайте, постепенно введите сметану, затем нагрейте массу до кипения (но не кипятите) и влейте в протертый через сито творог. Хорошо перемешайте или взбейте миксером. Затем добавьте оставшееся яйцо, посолите, снова перемешайте и выложите в форму. Охлаждайте в течение 12 часов.

Царская пасха

Вам потребуется: 500 г сахарной пудры, 6 яичных желтков, 450 г сливочного масла высшего сорта, 1 кг жирного творога, 300 г готовых сливок, 100 г светлого изюма без косточек, 100 г толченых миндальных орехов, цукаты для украшения, кардамон и ванилин на кончике ножа.

Масло размягчите и перемешайте с сахарной пудрой или взбейте миксером до однородного состояния. Добавьте по одному желтки и снова перемешайте. Всыпьте пряности и ванилин, протрите творог через частое сито дважды и присоедините к массе. Введите миндаль,

промытый изюм, осторожно добавьте взбитые сливки и размешайте пасху в направлении сверху вниз. Переложите в форму, накройте тканью и поставьте на холод.

Полезная информация об обычае поминок

Почему мы особенно отмечаем 3, 9 и 40-й дни после кончины человека? По учению Церкви, после телесной смерти душа человека, отделившись от тела, направляется на суд Божий, где определяется ее участь до Страшного суда и всеобщего воскресения мертвых. Сам умерший уже не может сделать ничего, чтобы изменить это решение, но способствовать улучшению загробной участи души близкого нам человека могут наши молитвы. Поэтому Церковь призывает своих чад особенно усердно молиться об упокоении почивших. По церковному преданию, на протяжении 40 дней после смерти душа умершего готовится к Божьему суду. С 1-го по 3-й день она пребывает в местах земной жизни почившего, с 3-го по 9-й день ей показывают райские обители, с 9-го по 40-й – мучения грешников в аду. На 40-й день совершается решение Божье, где будет находиться душа умершего вплоть до дня Страшного суда. Поэтому Церковь и установила совершать особое поминовение усопших в 3, 9 и 40-й день. Следует знать, что надо прежде всего посетить храм, заказать заупокойное поминовение, самому вознести молитву к Богу об упокоении души близкого нам человека, по возможности посетить кладбище и только потом садиться за поминальный стол.

МАЙ

Май назван так в честь древнегреческой богини Майи. Это нимфа, старшая из сестер плеяд. Она была матерью бога Гермеса (Меркурия).

Имя Майи в представлениях древних греков и римлян связывалось с молодостью, расцветом чувств, счастьем жизни. В славянских традициях этот месяц назывался «травень», «соловьиный» – начинаются соловьиные песни, «листопок» – пучками появляются молодые листочки, «муром» – всходит трава-мурава, «маковой» – цветут алые маки, «росенник» – начинаются обильные майские росы.

Православные приметы

1 мая – Кузьма. В этот день принято сеять свеклу и морковь. Чтобы получить хороший урожай, нужно в течение трех утренних зорь смачивать семена водой из реки.

5 мая – Лука. Время сажать лук.

6 мая – Георгий Победоносец, Егорьев день. Ясное утро – к раннему севу, ясный вечер – к позднему. Если на Егория идет дождь, будет хороший год для домашнего скота, но гречиха, к сожалению, не уродится. Если в ночь грянули заморозки, на хлеб падет сорок утренних морозов. Ясный вечер и ночь на Егория – к сухому лету и хорошему урожаю. На Георгия можно сажать свеклу и морковь.

8 мая – Марк. В этот день сеяли гречиху и просили Бога о дожде, необходимом для растений. Солнечная погода на Марка – к обильному урожаю яровых.

11 мая – Максим и Ясон. Звездная и теплая ночь – к урожаю, солнечный ясный восход – к погожему лету.

13 мая – Яков-апостол. Звездная ночь и теплый вечер – к хорошему урожаю.

14 мая – Еремей-запрягальник. Если в этот день стоит ясная погода, значит, уборка хлебов пройдет удачно. На Еремея иди на посев по ранней росе.

15 мая – Борис и Глеб – сеятели. В этот день принято сеять хлеб. Если соловей пел всю ночь, день будет солнечным.

18 мая – Арина-рассадица (Ирина-рассадица). Можно сажать капустную рассаду, в некоторых районах – огурцы.

19 мая – Иов-огуречник. Обильная роса – к богатому урожаю огурцов, особенно если погода ясная. В этот же день пора сеять горох.

21 мая – Иван-пшеничник, Иоанн Богослов. В этот день принято готовить пашню под пшеницу. Когда зацветет черемуха, можно начинать сев. Дождь на Ивана – к обилию грибов.

22 мая – Никола весенний. Дождь в этот день обещает удачный год. Если заквакали лягушки, уродится овес. На Николу принято сажать картофель. На лугах к этому времени подрастает трава.

23 мая – Симон Зилот. День, по древнему поверью, считался именинами земли, поэтому никакие земляные работы не проводились: люди не сеяли, не бороновали и не пахали. Считалось, что, если на Симона вбить в землю кол, это приведет к большой беде.

24 мая – Мокий (Мокей) мокрый. Сырость и туман – к дождливому лету. Багряный восход – к грозам.

25 мая – Епифан. Красная утренняя заря – к лесным пожарам и жаркому лету.

26 мая – Лукерья-комарница. Вылет комаров в этот день предвещает хороший урожай овса. Если их мало, не будет ни трав, ни зерна.

27 мая – Сидор-огуречник. Холодный день – к ненастному лету. Если погода ясная, будет урожай огурцов. Если же с самого утра пасмурно и холодно, но к вечеру тучи разошлись, огурцы, посеянные на Сидора, не уродятся. В этот день принято сеять лен. Если на Сидора прилетели ласточки и стрижи, год будет удачным.

29 мая – Федор-житник. Сеяли рожь.

1 мая

Праздник весны и труда

1 мая наша страна отмечает Праздник весны и труда. Многие помнят, что не так давно он назывался Днем солидарности трудящихся. История этого политического праздника началась в конце XIX века, когда пролетарии всех стран объединились в борьбе против угнетателей. Одно из выступлений протеста, состоявшееся 1 мая 1886 года в Чикаго, закончилось взрывом бомбы и гибелью нескольких полицейских. За организацию беспорядков четверо участников демонстрации были приговорены к смертной казни. В память о них Парижский конгресс II Интернационала в июле 1889 года предложил ежегодно 1 мая отмечать День солидарности мирового пролетариата. С тех пор в этот день рабочие разных стран стали устраивать демонстрации, в ходе которых они пытались отстоять свои права.

В России маевки начали проводиться с 1897 года. После Октябрьской революции праздник 1 Мая стал считаться официальным мероприятием. Ежегодно на протяжении 73 лет в этот день проводились

военные парады и демонстрации. Последнее празднование Дня солидарности трудящихся состоялось в 1990 году.

Два года спустя власти вернули гражданам Первомай, переименовав его в Праздник весны и труда. Сегодня этот день большинством россиян воспринимается как дополнительный выходной. Первомайские праздники для многих из нас – прекрасная возможность отдохнуть, выбраться за город, заняться домашними делами.

ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА

Весной многие хозяйки принимаются за генеральную уборку. Немаловажно, в каком состоянии находится ваша мебель. Если ее замена невозможна, попробуйте вернуть любимым вещам привлекательный вид даже без использования дорогих импортных полиролей.

Уход за деревянными изделиями должен быть регулярным. В тесной квартире часть мебели неминуемо оказывается вблизи отопительных приборов, облицовка трескается, дерево рассыхается. Желательно не придвигать сервант или тумбочку к батарее центрального отопления ближе, чем на полметра. В крайнем случае часть чугунной «гармошки» можно закрыть изолирующим экраном. Мебель, покрытую прозрачным лаком или просто полированную, каждый день без усилий вытирайте сухой тряпочкой или специальной салфеткой, пропитанной химическим составом для сбора пыли. Существуют и полирующие салфетки с добавлением воска, но стоят они несколько дороже. Ткань непременно должна состоять из натуральных волокон, которые не электризуются. Кроме того, такие тряпочки несложно стирать и легко гладить.

Для полировки слегка загрязненной мебели воспользуйтесь следующим рецептом. В стакан со светлым или темным пивом (в зависимости от оттенка дерева) положите небольшой кусочек натурального пчелиного воска и прокипятите пару минут. Остудите смесь и в чуть теплом виде намажьте на потускневшие участки, дождитесь полного высыхания, а затем протрите до блеска кусочком шерсти. Некоторые хозяйки пользуются тампоном из старой ткани, слегка смоченным в репейном масле.

Пятна от горячей чашки или случайно поставленного на полировку утюга можно вывести практически без ущерба для мебели. Свежие следы удаляют смесью соли и растительного масла, нанесенной на ватный или марлевый тампон. Движения должны быть плавными, без нажима, иначе от крупинки соли останутся мелкие царапины.

Давние пятна полностью покройте вышеуказанной смесью, подержите не менее 2 часов, а затем снимите образовавшуюся корку и хорошо отполируйте участок шерстяной тканью или кусочком натурального бархата.

Светлая мебель легко очищается от загрязнений хлопковой тряпочкой, смоченной в теплом нежирном молоке. Протертое место необходимо сразу же высушить салфеткой.

Следы от пролитой жидкости посыпьте пшеничной мукой, через некоторое время сотрите ее кусочком ткани, смоченным в рафинированном растительном масле. При необходимости повторяйте последовательность действий до полного исчезновения пятна.

Старую мебель из натурального красного дерева очищают от пыли и небольших загрязнений влажной тканью, затем досуха вытирают льняным полотенцем.

Матовую мебель, разумеется, полировать нельзя. Ее протирают только сухой тканью или же чистят мягкой насадкой пылесоса. В исключительных случаях, например при очень заметном загрязнении, допустимо применение мыльного моющего раствора. Лучше всего не пожалеть денег и приобрести специальное средство для ухода за матовыми поверхностями. Обычный полироль не подойдет.

ОТКРОЕМ КОСМЕТИЧКУ

Настало время пересмотреть свою косметичку – убрать до холодных дней зимнюю косметику, обновить оттенки декоративных средств. Возможно, за зиму пришли в негодность кисточки, аппликаторы или пуховки. Но не спешите приобретать все для макияжа только потому, что поддались заманчивой рекламе. На самом деле можно ограничиться самым необходимым.

Кисточки бывают различных размеров в зависимости от предназначения – для пудры, румян, губной помады, рассыпчатых теней. Если вы пользуетесь компактной пудрой, вам больше подойдет губка-спонж или пуховка; такая же, только меньшего размера, применяется для нанесения прессованных или жирных румян.

Самые маленькие кисточки предназначены для обрисовывания контура губ и глаз. Обычно они прилагаются к соответствующим средствам для макияжа, поэтому нет нужды в их дополнительном приобретении. В любом случае выбирайте кисти из натурального ворса, без торчащих или неровно срезанных волосков. Несколько раз проведите щетиной по руке – ощущение должно быть приятным. Если при этом вылез хотя бы один волосок, откажитесь от покупки: кисточка быстро поредеет. И не стремитесь сэкономить, иначе есть опасность заработать аллергическую реакцию на коже лица.

Для снятия косметики время от времени покупайте специальные подушечки из вязкой ваты или же используйте обыкновенную вату, салфетки, шарики. Все зависит от ваших материальных возможностей, но обычная хлопковая вата ничем не хуже импортной. Небольшими тампонами из ваты можно пользоваться вместо одноразовых аппликаторов для нанесения теней на верхнее веко, более крупными удобно распределять румяна.

Необходимо иметь дома специальную трикотажную повязку или косынку, чтобы подвязывать волосы перед нанесением декоративной косметики. Такая мера поможет вам сократить время макияжа.

Выбирая средства декоративной косметики, обязательно просите у продавцов-консультантов пробники. Они есть даже на рынке. Не наносите косметику на лицо, подойдет и внутренняя сторона запястья со светлой кожей. Если же вы уже успели загореть, используйте тыльную сторону кисти. Не торопитесь – поворачивайте рукой, рассмотрите оттенок при разном освещении, приложите кисть к одежде.

Кисточки и другие приспособления для нанесения макияжа регулярно мойте с мылом или шампунем, затем дезинфицируйте в спиртовом растворе и высушивайте, не вытирая, чтобы не деформировать ворс.

Цвет тонального крема и пудры должен быть приближен к естественному пигменту кожи, иначе макияж будет смотреться нелепо. Для получения ровного однородного слоя предварительно нанесите на очищенную кожу лица дневной увлажняющий крем и подождите, пока он не впитается.

Компактная пудра удобна, поскольку легко помещается даже в маленькой дамской сумочке, кроме того, в ее упаковке имеется зеркальце. Но более ровный тон дает только рассыпчатая, которой можно пользоваться дома перед выходом на улицу. При выборе имейте в виду, что в упаковке оттенок кажется на 2–3 тона темнее, чем на самом деле.

При возникновении аллергической реакции в следующий раз ищите средства для макияжа, помеченные словами «гипоаллергенно», «не содержит искусственных добавок» и тому подобными. Старайтесь также не злоупотреблять косметикой: возможно, ваша кожа просто плохо воспринимает тональный крем или маскировочный карандаш. Румяна наносят поверх тона и пудры, за исключением средств на гелевой основе, предназначенных для нежной кожи. Контуры для глаз и губ бывают жидкие, густые и твердые. Последние обладают большей стойкостью, но могут вызвать аллергию или травмировать кожу при неаккуратном использовании. Остальные формы требуют некоторой предварительной тренировки и большой точности движений. Цвет контура для губ должен быть чуть темнее тона губной помады или бальзама, подводка для глаз – гармонировать с цветом роговицы, волос или одежды.

9 мая

День Победы

9 Мая – праздник радостный и трагичный одновременно. Хотя 40-е годы XX века все дальше уходят в прошлое, мы всегда будем помнить подвиг тех, кому обязаны этой великой победой. Именно 9 мая 1945 года в пригороде Берлина был подписан акт о полной и безоговорочной капитуляции войск нацистской Германии. В 6 часов утра по московскому времени диктор Левитан зачитал по радио указ Сталина о том, что отныне 9 мая объявляется государственным праздником – Днем Победы.

Люди с трудом могли поверить в то, что война закончилась. Они выбегали на улицы, обнимали и целовали первых встречных, смеялись и плакали. Вечером в Москве был дан самый грандиозный в истории СССР салют – 30 залпов из тысячи орудий.

Два года спустя 9 мая вновь объявили рабочим днем. Гражданам было приказано забыть о войне и приложить все силы к восстановлению экономики и народного хозяйства. Лишь в 1965 году, к двадцатилетнему юбилею победы, этот день снова стал выходным.

Ежегодно 9 Мая в Москве на Красной площади проходит парад в честь Дня Победы, а небо освещается праздничным салютом. В этот день граждане нашей страны поздравляют ветеранов, возлагают венки к памятникам воинской доблести и славы.

К ПРАЗДНИЧНОМУ ЧАЕПИТИЮ

В этот праздничный день можно приготовить для близких что-нибудь вкусненькое. Предлагаемые рецепты просты в исполнении, а результат порадует даже самых взыскательных гурманов.

Печенье «Божьи коровки»

Вам потребуется: 160–170 г сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, 250 г пшеничной муки, 120 г мелкой сахарной пудры, 40 г какао, цедра половины небольшого лимона, любое негустое варенье. Масло размягчите, смешайте с яйцом, мукой, сахарной пудрой и какао (удобнее сделать это миксером), затем добавьте к полученной массе лимонную цедру. Тесто поставьте в холодильник на 1 час. Затем раскатайте его в пласт толщиной примерно 1 см и с помощью рюмки вырежьте кружочки. Каждый из них оформите в виде божьей коровки, выполнив поперечные полоски и точки из варенья. Выложите изделия на эмалированный противень и выпекайте в заранее прогретой духовке при температуре

примерно 200° С. Готовность печенья определяется по его внешнему виду.

Желатиновый торт

Особенность приготовления этого торта заключается в том, что его не нужно выпекать и промазывать кремом.

Вам потребуется: 4 стакана молока, 300 г сахарной пудры или сахарного песка, 8 яиц, 200 г жирной сметаны, 25 г желатина, 300 г любых очищенных фруктов. Если вы решили использовать замороженные ягоды, предварительно разморозьте их и слейте сок. Избыток жидкости испортит торт. Заранее замочите в воде желатин в соответствии с инструкцией на упаковке. Молоко вскипятите в эмалированной кастрюльке и процедите, чтобы удалить пенки.

Влейте желтки, предварительно взбитые отдельно от белков. Постепенно нагревайте полученную смесь на медленном огне до тех пор, пока она не начнет густеть. До кипения не доводите. В горячую массу добавьте желатин и размешайте до полного его растворения. Затем процедите смесь через частое сито и остудите до комнатной температуры.

Взбейте сметану с сахарной пудрой и яичными белками, соедините с остывшей молочно-желтковой массой. Хорошо перемешайте. На дно формы налейте немного теста, красиво разложите ягоды или кусочки фруктов, покройте их оставшейся смесью. Поставьте изделие в холодильник и держите до полного застывания, но не замораживайте. Перед подачей на стол опустите форму в теплую воду, затем выложите

торт на заранее приготовленное большое блюдо. Сверху изделие можно украсить кусочками фруктов, дольками шоколада или мармеладом.

Воздушное безе

Пожалуй, всем известно, что безе – это запеченные в духовке яичные белки, взбитые с сахаром. Но немногие знают все тонкости приготовления этого вкусного десерта.

Вам потребуется: 2 яичных белка, 1 стакан сахарной пудры, 20 г сливочного масла, соль на кончике ножа. Сахарный песок использовать нежелательно, так как он дольше растворяется.

Продукты и оборудование, в том числе емкость для взбивания белков, следует предварительно охладить. Это обязательное условие, без соблюдения которого невозможно приготовить безе. Влейте в миску белки, добавьте соль и с помощью миксера или венчика взбейте все в крепкую белую пену. Не переставая взбивать, постепенно добавляйте сахарную пудру. Пена должна получиться пышной и неоппадающей.

Затем смажьте сливочным маслом эмалированный противень и накройте его калькой или слегка присыпьте мукой. Столовой ложкой выложите белковое тесто, оставляя небольшое расстояние между изделиями (при термической обработке их объем увеличится). Поместите противень в несильно нагретую духовку и выпекайте безе примерно 15 минут. В процессе приготовления нежелательно открывать духовку, иначе пирожные могут опасть. По истечении указанного времени выключите газ и дайте изделиям остыть. Снимать с противня горячие пирожные не рекомендуется, так как они очень хрупкие и могут рассыпаться.

Данный рецепт можно варьировать по своему вкусу. При добавлении большего количества сахара безе получатся хрустящими.

Сократив время выпекания, вы получите нежное воздушное суфле. Если приготовить совсем маленькие пирожные, их можно будет использовать для украшения тортов, куличей и других кондитерских изделий.

ШКОЛА БОЛЬШОГО РЕМОНТА

Весной многие начинают ремонтировать квартиру или заниматься благоустройством дачного домика. Казалось бы, ремонт – исключительно мужское дело, тем не менее жены вполне могут помочь мужьям, взяв на себя посильную нагрузку и вооружившись необходимыми знаниями. Несколько полезных советов не помешают.

Обыкновенную железную рулетку для измерения можно легко усовершенствовать для удобства пользования.

Наденьте на металлическую ленту резиновое или хлорвиниловое колечко таким образом, чтобы его можно было передвигать. Так вы сможете отметить измеренное расстояние, чтобы не торопясь записать данные, а не удерживать их в памяти.

Во время ремонта приходится часто мыть руки. Даже при использовании качественного мыла кожа покрывается мелкими трещинками, возникает раздражение. Опустите кисти рук ненадолго в слабый раствор лимонного сока: вы почувствуете легкое пощипывание, но отек и раздражение быстро пройдут.

Небольшие по площади, неглубокие ожоги лучше не смазывать специальными средствами, достаточно обыкновенного яичного белка. Нанесите его на кусочек стерильного бинта и прикройте поврежденное место, но не бинтуйте. Болезненные ощущения утихнут, заживление будет происходить быстрее.

Перед окраской рам оклейте участки стекла, прилегающие к ним, бумажными или газетными полосками. В качестве клея используйте обыкновенное хозяйственное мыло. Так вы избежите неприятной необходимости отскребать от стекол капли краски, а бумага легко отстанет после смачивания теплой водой.

Если на даче прохудилась крыша, а средств на замену кровли у вас нет, попробуйте сделать следующее. Промажьте дырявый участок любой нитрокраской, затем положите заплатку из синтетической ткани и снова нанесите краску. Повторите последовательность действий несколько раз. Как ни странно, подобная мера очень эффективна – все лето вы будете жить в сухом и комфортном домике. После использования краски в помещении долгое время ощущается неприятный запах, который не исчезает даже при неоднократном проветривании. Воспользуйтесь старинным средством: поставьте в комнате несколько емкостей, наполненных холодной водой с добавлением поваренной соли.

Если рабочая одежда пропахла растворителями или приобрела другой неприятный запах, упакуйте ее в герметичный полиэтиленовый мешок. Предварительно положите на его дно немного сухой горчицы, завернутой в тряпочку.

Во время дачных работ многие страдают от многочисленных укусов комаров, особенно если весна и лето дождливые и прохладные. Расчесы следует смазать спиртом или другим обеззараживающим средством, а свежие укусы протереть раствором аммиака или поваренной соли; поможет также питьевая сода.

Светлые обои со следами загрязнений можно почистить, даже если они не моющиеся. Размешайте в воде зубной или меловой порошок до образования негустой кашицы, намажьте пятна и оставьте на сутки до высыхания, затем снимите мел сухой щеткой или ворсистой тряпочкой.

Чтобы избавиться от неприятного запаха в доме, сожгите в пламени газовой горелки сухую лимонную или апельсиновую корку или же прокипятите в широкой сковороде немного уксуса.

Следы от краски на полу будет легко отмыть, если перед началом ремонта протереть доски мыльным раствором.

Для передвигания мебели используйте один из следующих способов. Предварительно подложите под ножки ненужные крышки из полиэтилена или шерстяную ткань – они защитят полы от царапин. Дощатые или покрытые линолеумом полы можно полить шампунем, гелем или парафином. Старое прохудившееся полиэтиленовое ведро не выбрасывайте, а используйте для мусора и других целей. Сверните кульком небольшой кусок полиэтилена, вставьте в прореху и оплавьте с двух сторон. У вас получится надежная заплатка.

Недавно наклеенные обои, даже если были соблюдены все условия, нередко начинают отставать от стен, особенно вблизи плинтусов. Наиболее распространенная причина – недостаточно обильное промазывание клеем или клейстером. Осторожно отогните (но не перегибайте до образования залома) отстающий участок и промажьте клеем, дайте ему полностью впитаться, повторите процедуру и затем плотно прижмите к стене, разгладьте и оставьте высыхать.

Иногда обои отлипают по всей длине полотнища из-за неправильной подготовки поверхности (не полностью была удалена краска или побелка, не заглажены неровности и тому подобное). К сожалению, полумерами здесь не обойтись: все куски придется осторожно снять, обработать стены, заново промазать их клеем или клейстером и только после этого продолжить оклейку. Желательно использовать более качественный клей.

На стенах целесообразно провести разметку, то есть с помощью отвеса обозначить линии точно в вертикальном направлении, иначе куски обоев могут лечь с перекосом. При возникновении подобной проблемы придется все переклеивать – исправить подобный недостаток другим путем невозможно.

Если вы решили оставить на стенах старые обои из бумаги, хорошо зачистите или удалите их швы, иначе они проступят сквозь новое покрытие. Кромки желательно располагать в направлении от окна к двери, тогда они окажутся практически незаметными.

Клейстер перед употреблением остужают до теплого состояния. Горячий клей никогда не используют – он будет просачиваться наружу сквозь бумажные обои или выступать из швов, стекать по стенам. Невлагостойкий рисунок при этом может расплыться.

Складки, пузыри образуются при недостаточно качественном разглаживании обоев. Иногда они возникают при слишком короткой выдержке промазанных клеем полотнищ, а также увеличении времени просушивания (например, при влажной, прохладной погоде). Данные факторы следует учитывать заранее.

При оклейке углов и других неровных поверхностей никогда не используйте цельные куски полотнищ – в процессе высыхания они могут потрескаться или деформироваться. Лучше всего произвести наклеивание внахлест двух кусков соответствующего размера.

Перед началом оклейки еще раз проверьте, все ли полотнища одного оттенка. Иногда разница в рулонах практически незаметна на первый взгляд, а на стене возникнет явное несоответствие. Чтобы избежать подобной проблемы, покупайте обои в фирменных магазинах при обойных фабриках, причем старайтесь приобрести рулоны из одной

партии. Лучше купить с запасом, чем искать недостающее в последний момент.

ИЮНЬ

Июнь назван в честь богини Юноны (Геры), жены громовержца Юпитера (Зевса). Юнона покровительствует плодородию, любви, семейному счастью, является хранительницей брака и супружеской верности. Славяне называли этот месяц «изок», то есть «сверчок», «кузнечик». Именовали его также «паутной» (паут – овод, слепень), «сиречь», «комариный». Кроме этого, июнь называли «хлеборос», «розник», «светозар», «светлояр», «разноцвет».

Июнь – олицетворение молодости, счастья. Это медовый месяц природы: заря с зарею сходятся, то есть вечерние зори переходят в утренние. В июне колосится озимая рожь, отцветают сады, цветет картофель, появляются подберезовики и белые грибы. В июне много работы в поле: «Пришел июнь-разноцвет – от работы отбою нет».

Обычно старики говорили: «Радуйся хлебу не на корню, а в амбаре!», «Взошли хлеба – не дивись, налились хлеба – не хвались, хлеб на току – про урожай толкуй».

Июнь – пора сенокоса. В России июнь также считался месяцем христианского милосердия и благотворительности.

Июнь – начало лета. В первые его дни идет так называемая зеленая неделя, на которой справляется Семик – девичий праздник, дошедший к нам из глубины веков.

Он посвящался Перуну – языческому богу, держателю гроз и молний, обладателю животворных сил, одевающему леса листьями, луга – муравой.

Православные приметы

1 июня – Иван-долгий. Если в этот день идет дождь, весь месяц будет сухим. На Ивана продолжается посадка огурцов.

2 июня – Фалалей-огуречник. В этот день принято сеять огурцы средних сроков созревания. Если на елях образуется много шишек, урожай огурцов будет хорошим.

3 июня – Константин и Олена-льносейка. К этому дню заканчивается сев хлеба, продолжается посадка огурцов и льна. Ненастье 3 июня обещает дождливую осень.

4 июня – Василиска – васильковый, соловьиный день. Нельзя сеять рожь, иначе на ниве вырастет много васильков.

5 июня – Леонтий-огуречник. В этот день следует досеять последние огурцы. Массовый вылет оводов – к хорошему урожаю огурцов.

7 июня – Иванов день. Начинается поздний посев яровых хлебов. Обильная роса в этот день – к хорошему урожаю. Приходит пора цвести рябине. Если этого еще не произошло, осень будет долгой.

10 июня – Никита-гусятник. День тихий и безветренный – к хорошему урожаю.

11 июня – Федосья-колосаяница. Пора сеять гречиху. Колосится хлеб.

12 июня – Исаакий-змеевик. В этот день можно сеять бобы.

13 июня – Еремей-распрягальник. Окончание любого сева.

14 июня – Устин и Харитон. Если день дождливый или пасмурный, будет урожай конопли и льна.

16 июня – Лукьян-ветреник. Южный ветер – к урожаю яровых, северо-западный – к влажному лету, гроза – к плохой уборке сена.

17 июня – Митрофан. Вечером этого дня наши предки просили ветер принести дождь. С Митрофана начинается сев гречихи.

18 июня – Дорофей. Если в этот день ясная теплая погода, зерно будет крупным. С Дорофея начинаются «воробьиные ночи» – самые короткие в году.

21 июня – Федор-стратилат. Гроза предвещает проблемы при уборке сена. Роса – к урожаю конопли и льна. С этого дня вывозили навоз на паровой клин.

22 июня – Кирилл Александрийский. Спеет земляника.

25 июня – Петр-поворот. С этого дня солнце поворачивает на зиму, а лето – на жару. Петр – поздний капустник. В этот день следует высадить рассаду поздней капусты и в последний раз посеять огурцы.

26 июня – Акулина-гречишница. Гречиху принято сеять за неделю до Акулины или неделю спустя. В этот день нельзя сажать огурцы, так как они уродятся плохими.

29 июня – Тихон. К этому дню отцветают сады, перестают петь все птицы, кроме кукушки и соловья. Заканчивается сев поздних яровых.

Празднуется через 40 дней после Пасхи

Вознесение Господне

«К Вознесеньеву дню все цветы весенние зацветают – Христа-Батюшку в небесные сады потаенной молитвой провожают». В канун Вознесения Господня, по старинной примете, и соловьи громче-звонче поют, чем во все остальное время. Словно и они знают, что это последняя ночь пребывания воскресшего Христа Спаса на миру православном.

По иным местностям она так и слывет в народе соловьиной. Грешно, по словам даже завзятых ловцов-соловьятников, соловья – птицу певчую – в это время подстерегать-ловить. Кто поймает – ни в чем тому целый год спорины не будет, вплоть до нового Вознесеньева дня, когда вознесутся на небо с Господом Сил Небесных все обиды земные.

Вся земля крещеная насыщается в святой день прощания с Возносящимся Светом Правды райскими благоуханиями несказанными, нездешними; словно с отверзающихся полей небесных струится в это время на оплодотворенную майскими дождями грудь земную всякое благорастворение.

Отмечается Вознесение Господне на 40-й день после Пасхи. Как повествует Евангелие, после своего Воскресения Господь не пребывал с учениками, но являлся им в разное время и в разных местах.

На 40-й день после Пасхи Иисус Христос вознесся на небо, завершив Свое служение как Спаситель-Мессия, и вернулся к Отцу: «И поднял руки Свои, благословил их. И, когда благословлял их, стал отдаляться от них и возноситься в небо. Они поклонились Ему и возвратились в Иерусалим с великою радостью».

Празднуя Вознесение Христово, Церковь исповедует, что им соединено земное с небесным и что прекращено только видимое присутствие Его на земле, а благодатию Своей Он всегда пребывает с верующими.

Утром на Вознесение плачет мать-сыра-земля росой обильной по удаляющемуся от нее гостю – Христу. Эта вознесенская роса наделяется, по словам суеверных поселян, великой целебной силой.

О НЕКОТОРЫХ ТАИНСТВАХ

Священников, как совершителей таинств, через которые люди приобщаются к духовной жизни, принято называть «батюшка» или «отче» (при этом слово «отче» употребляется только при прямом обращении к человеку). Нельзя сказать: «Меня благословил отче такой-то». Обычно после слова «отец» добавляют имя, например «отец Петр». К диакону можно обращаться «отец диакон», к настоятелю храма или монастыря – «отец настоятель». Обращаться к священнослужителям, как это принято в католических странах, не стоит. Святость человека познается после его смерти. Для жен служителей алтаря существует обращение «матушка».

К архиереям, епископам, митрополитам, патриарху нужно обращаться «владыко» как к облеченным церковной властью. Если возникла потребность обратиться к священнослужителю письменно, иерея следует именовать «Ваше Преподобие», протоиерея – «Ваше Высокопреподобие», епископов – «Ваше Преосвященство»,

архиепископов и митрополитов – «Ваше Высокопреосвященство», патриарха – «Ваше Святейшество».

Литургия – слово греческое, переводимое как «общественное служение». Еще литургию часто называют обедней. Это повелось с давних пор, когда по окончании литургии в храмах совершалась трапеза (обед) из тех даров, которые христиане приносили в храм. Таинство было установлено самим Иисусом Христом. На Тайной Вечере Господь взял хлеб, благословив, разломил его на куски по числу учеников и, раздав им, сказал: «Приимите, ядите: сие есть Тело Мое, еже за вы ломимое». Потом взял чашу с вином, соединенным с водою, и, подавая ее ученикам, сказал: «Пейте из нее все: сие есть Кровь Моя Нового Завета, за многих изливаемая во оставление грехов». После этого Господь произнес: «Сие творите в Мое воспоминание». Поэтому литургия – это христианское богослужение, во время которого совершается величайшее таинство пресуществления хлеба и вина в Тело и Кровь Христа, а затем – причащения.

До причастия необходимо побывать на исповеди. Таинство исповеди – это уникальный обряд очищения, после которого каждый верующий чувствует необыкновенный подъем. Не зря исповедь называют лучшим сеансом психотерапии. Готовясь к исповеди, нужно вспомнить свои грехи. Исповедоваться и причащаться нужно хотя бы 4–5 раз в году, но это делается по личному желанию и душевным потребностям. Так что исповедуйтесь столько раз, сколько это необходимо. Подготовка к причастию включает в себя пост и чтение обязательных молитв. Это дни, когда совершается большая внутренняя работа, и весь период говения должен быть свободен от развлечений. Обычно таинство исповеди совершается вечером (или утром перед литургией). Подходя к чаше, следует заблаговременно сделать земной поклон, потом четко назвать свое имя. Чашу нельзя трогать руками, нельзя креститься рядом с ней: поднимая руку, можно нечаянно толкнуть священника и разлить Святые Дары. Покаяние – одно из

таинств, установленных самим Иисусом Христом. Готовясь к покаянию, верующий должен вспомнить все, чем грешил против Бога и ближних, попросить прощения у всех, кого обижал. Исповедующийся подходит к священнику, сидящему перед аналоем, на котором лежат Евангелие и крест, так как слова покаяния в своих грехах адресуются Господу, а служитель церкви – только слушающий свидетель. Выслушав исповедующегося, священник кладет ему на голову епитрахиль – длинную широкую ленту, которую он носит, совершая богослужение, – и читает молитву, каковой именем и властью Господа Иисуса Христа прощает ему грехи. Святой отец обязан хранить исповедь в тайне, иначе может лишиться сана. Священник не исповедует несколько человек сразу, даже малолетних. При покаянии исповедующийся невидимо освобождается от всех грехов самим Иисусом Христом, после чего делается невинным, как после крещения. При этом необходимы искреннее, сердечное раскаяние и твердое намерение исправить свою жизнь, вера в Иисуса Христа и надежда на Его милосердие.

КАК ПОБЕДИТЬ БЕССОННИЦУ

Весной и летом у многих людей возникают проблемы со сном и самочувствием. Причин тому несколько – от недостатка витаминов в организме до неправильно спланированного режима дня. Взрослому человеку в сутки необходимо не менее 7 часов полноценного сна, желательно ночью. Потребность в отдыхе у каждого индивидуальна: кому-то достаточно меньше времени, другим же необходимо больше. Во сне восстанавливаются многие функции организма, стихают симптомы утомления.

Бессонница может быть результатом перенесенного стресса, соматического заболевания или же временной «неполадкой». Тем не менее, если человек уверенно заявляет, что опять всю ночь не спал, он ошибается. Кратковременные периоды сна наступают даже у страдающих хронической бессонницей.

Постарайтесь, укладываясь в кровать, поменьше размышлять о происшествиях прожитого дня. Исправить ситуацию вы все равно уже не сможете, а тягостные мысли только затруднят засыпание. Нарушением сна также может стать слишком раннее пробуждение (в 3 или 4 часа утра), сопровождающееся ощущением разбитости во всем теле, утомлением, плохим настроением. Иногда бессонница – это одно из проявлений скрытого депрессивного состояния.

Применение снотворных не решает проблему и может быть рекомендовано только как временная мера (например, при сильном стрессе, переживаниях и тому подобном). Назначить лекарство может только врач, такие препараты отпускаются в аптеках лишь по рецепту. Снотворные воздействуют на зоны мозга, отвечающие за нормальный сон, и как бы выключают сознание. Медикаментозный отдых не дает ощущения свежести, симптомы утомления и неважного самочувствия остаются. Иногда утром наступает состояние, похожее на алкогольное похмелье.

Превышение рекомендуемой дозировки назначенных препаратов приводит к неприятным последствиям или летальному исходу. Кроме того, большинство из них имеет множество противопоказаний и побочных эффектов.

Поскольку применение лекарств зачастую оказывает дополнительное психологическое воздействие (бессонница прекращается, потому что больной уверен в действенности снотворного), попробуйте пользоваться легкими успокоительными средствами: отварами целебных трав, таблетками и сиропами на основе натуральных веществ. Они оказывают более мягкое действие, налаживают здоровый сон.

Алкоголь и наркотические вещества первое время могут помогать заснуть, но затем, после развития привыкания, эффект сменится противоположным действием. Гораздо больше пользы принесет чашка теплого молока (можно с медом), выпитая перед сном в кровати.

Для улучшения сна и полноценного отдыха обязательно проветривайте комнату вечером. Зимой желательно приоткрывать форточку на всю ночь, летом – распахивать настежь окно. От утренней прохлады защитит теплое одеяло или фланелевая ночная рубашка. Высокая температура воздуха и его сухость отрицательно влияют на общее самочувствие.

Постель должна быть удобной – ровной, средней жесткости. Матрас выберите пружинный или ватный, без комков и бугров. Провисшая панцирная сетка не только приводит к нарушениям сна, но и вызывает искривление различных отделов позвоночника.

Подушку выберите средней мягкости, желательно с натуральным наполнителем. Синтепон приятен на ощупь, но совершенно не впитывает влагу и вызывает повышенную потливость. Сейчас в продаже имеются подушки анатомической структуры, заполненные гречишной шелухой и другими специальными добавками. Несмотря на высокую цену, целесообразно остановить свой выбор на них.

Наволочки и постельное белье меняйте по мере загрязнения – не реже чем раз в неделю, летом чаще. Ткань должна быть натуральной, хорошо впитывающей пот. Очень модны в настоящее время цветные простыни из нелиняющего хлопка, гладкого или жатого. Их легко стирать, они быстро высыхают. Желательно не пользоваться сушилкой, а

вывешивать белье на лоджию или на веревки, натянутые во дворе – оно приобретет приятный свежий аромат.

РЕЦЕПТЫ БЛЮД ИЗ ЧЕРСТВОГО ХЛЕБА

В хлебнице или на кухонном столе иногда остается немного зачерствевшего хлеба. Обычно такие кусочки выбрасывают. Попробуйте сохранить их, чтобы приготовить несколько вкусных, полезных и оригинальных блюд. Если же в доме не обнаружилось черствого хлеба, подсушите в духовке нарезанный кусочками свежий.

Деревенский суп

Вам потребуется: 300 г черствых ржаных корочек или сухариков из ржаного хлеба, 1,5 л воды, примерно 50 г крестьянского или сливочного масла, 3 яйца, 1 небольшая луковица, зелень петрушки и укропа, соль и специи по вкусу.

Корочки разломайте или нарежьте мелкими кусочками, посыпьте мелко нарубленной свежей зеленью и нашинкованным луком. Масло выложите на сковороду, доведите до закипания и обжарьте перечисленные ингредиенты, постоянно помешивая. Затем переложите смесь в кастрюлю, залейте подогретой водой, всыпьте выбранные специи и соль. Дождитесь закипания, но не кипятите. Яйца взбейте венчиком или миксером, понемногу добавляйте в суп. Следите, чтобы они не свернулись! Перемешайте еще раз и снимите кастрюлю с огня. Подавайте на стол только в горячем виде, отдельно поставьте соусник с жидкой сметаной.

Гренки «Закусочные»

Данное блюдо можно приготовить как дополнение к первому, а также в качестве закуски к пиву. Вам потребуется: несколько кусочков

зачерствевшего белого хлеба, немного острого или колбасного сыра, набор специй для риса или макарон, сливочное или рафинированное растительное масло для обжаривания.

Разогрейте масло на сковороде и обжарьте в нем ломтики хлеба с одной стороны до золотистого цвета. Затем переверните их, посыпьте специями, положите сверху небольшой кусочек сыра (или 2–3 щепотки натертого на крупной терке) и накройте сковороду крышкой. Продолжайте подогревать до полного расплавления сыра. Подавайте на стол в горячем или остывшем виде.

Запеканка «Остаточки»

Вам потребуется: 500 г черствого ржаного хлеба или специально приготовленных сухариков, 150 г сахара, 0,5 кг свежих яблок или распаренных сухофруктов, примерно 120 г сливочного маргарина, 1 стакан нежирного молока, 2 яйца, корица по вкусу. Сухарики растолките или натрите на терке. Маргарин (примерно две трети от взятого) растопите на сковороде и обжарьте в нем крошки, непрерывно помешивая, чтобы они равномерно пропитались. Снимите смесь с огня, добавьте сахар и корицу, хорошо перемешайте. На отдельной сковороде обжарьте в маргарине яблоки или сухофрукты. Форму или жаровню смажьте остатками маргарина, посыпьте панировочными сухарями (не обязательно). Чередую слои, аккуратно выложите яблоки и обжаренные крошки. Молоко и яйца взбейте миксером или венчиком, равномерно залейте будущую запеканку и поставьте жаровню в разогретую духовку. Выпекайте до готовности. Выньте, остудите и подайте на стол в той же посуде.

Обеденный пирог

Вам потребуется: 400 г зачерствевшего белого хлеба или сухарей из батона без корки, 1,5 стакана нежирного цельного молока, 4 яйца, примерно 50 г сливочного масла.

Натрите хлеб на терке или растолките, вскипятите молоко, смешайте с хлебом и оставьте на час для набухания. Снова перемешайте, положите кусочек сливочного или крестьянского масла, постепенно всыпьте сахар. Вбейте по одному яйца, взбейте миксером или венчиком. Форму для пирога или глубокую сковороду смажьте маслом, посыпьте небольшим количеством панировочных сухарей, поставьте в разогретую духовку и выпекайте в течение получаса или немного дольше. Полученный пирог извлеките из формы. Если его планируется подать к обеду, украсьте поверхность зеленью и консервированными овощами, «чайный» вариант присыпьте сахарной пудрой и оформите ягодками из варенья. Отдельно поставьте соусники со сметаной, любым сладким соусом, сиропом.

12 июня

День России

12 июня мы отмечаем День России. Этот праздник был учрежден в 1994 году указом президента Ельцина в честь события, положившего начало новому этапу развития нашего государства. 12 июня 1990 года Первый съезд народных депутатов РСФСР принял Декларацию о государственном суверенитете России. Так были провозглашены новые принципы политической организации общества, основанные на конституционном федерализме, равноправии и партнерстве.

День России обозначен в Трудовом кодексе РФ от 2002 года как выходной.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ХОЗЯЙКАМ

После праздников бывает очень трудно привести дом в привычный вид. Иногда в таких случаях полезный совет просто необходим.

Если дома нет специального средства для мытья стекол, зеркал и хрусталя, его вполне может заменить чистая подсоленная вода. Она неплохо удаляет жирные пятна и другие загрязнения. Кроме того, зимой такая водная процедура не позволит оконным стеклам покрыться инеем. Но лучше всего приобрести готовый состав, желательно на основе нашатыря. Пользоваться им следует в соответствии с прилагаемой инструкцией.

Чтобы проветрить накуренное помещение, необязательно открывать нараспашку все окна. Приотворите форточку, а к люстре подвесьте с помощью прочной нитки небольшую поролоновую губку, пропитанную холодной водой. Меняйте ее несколько раз в день. Если у вас индивидуальная непереносимость табачного дыма, заранее определите место для курения гостей и приобретите специальный освежитель воздуха с пометкой «антитабак».

Праздничный наряд, если он не переносит частых стирок, выверните наизнанку, расправьте на вешалке и вывесьте на лоджию или балкон. Достаточно нескольких часов, чтобы вернуть ему былую свежесть.

Пятна от пролитых на скатерть вина или сока будет намного проще удалить, если сразу же засыпать их слоем соли, оставить на некоторое время, а затем повторить процедуру.

Посуду можно вымыть с любым обезжиривающим средством. При его отсутствии подойдет кусочек хозяйственного или туалетного мыла, завернутый в капроновый носок. Постарайтесь не оставлять грязные тарелки на долгое время, иначе мытье посуды превратится в изнурительный труд. Если нет возможности сделать это сразу, хотя бы залейте салатницы и столовые приборы теплой водой.

Чтобы отмыть до блеска посуду из алюминия, ополосните ее теплой водой, в которую заранее добавьте немного нашатыря, а затем еще раз помойте. Эмалированную посуду следует беречь от резких перепадов температур. Не наливайте холодную воду в горячую кастрюлю, не ставьте холодный чайник на раскаленную конфорку газовой плиты: это может привести к порче эмали.

После варки продуктов для салата (яиц, картофеля, овощей), а также после кипячения молока посуду необходимо хорошенько прополоскать в холодной воде и только затем помыть в горячей.

Чугунную посуду можно мыть с применением абразивных средств, тереть проволочной мочалкой, чистить крупным песком. Оставлять в ней приготовленную пищу надолго нежелательно.

Противень со следами жира проще всего отмыть теплой водой, предварительно протерев пищевой содой. После этого его следует тщательно вытереть. Никелированную столовую утварь можно очистить лимонной коркой или отмыть мыльным раствором, затем ополоснуть теплой водой и вытереть насухо. Медная посуда будет блестеть, если натереть ее зубным порошком или обыкновенным мелом. А для бронзовых предметов лучшим моющим средством является измельченный картофель.

ПОЗАБОТИМСЯ О КОЖЕ

Чтобы всегда выглядеть привлекательной, не забывайте об уходе за кожей лица. Подумайте, правильно ли вы снимаете косметику вечером? Многие женщины предпочитают не тратить деньги на дорогостоящие средства и ограничиваются простым умыванием. Хлорированная водопроводная вода ускоряет старение кожи, может стать причиной раздражения и воспалительной реакции. Использование обычного туалетного или даже детского мыла нежелательно – оно сушит кожу, естественный жировой баланс полностью восстанавливается только через несколько часов. Допустимо применение ланолинового, глицеринового мыла или мыла, содержащего крем, но даже эти средства не очень благоприятно влияют на внешний вид кожи.

Если вы все же любите умываться, перед началом процедуры нанесите на лицо любой крем, сметану или специальную маску, состоящую из рафинированного растительного масла, яичного желтка и небольшого количества молока.

Мыло, пенку и другие моющие средства ни в коем случае нельзя наносить на глаза и нежную кожу вокруг них. Перед применением таких средств лицо необходимо увлажнить.

После неоднократного ополаскивания кожу нужно высушить. Не растирайте лицо полотенцем, даже самым мягким, воспользуйтесь специальной салфеткой или махровой тканью. Осторожно промокайте лицо, но не вытирайте его. Сразу после удаления лишней влаги нанесите на кожу выбранный вами крем или гель. Излишки косметического средства через несколько минут снимите салфеткой.

Более эффективным действием обладают лосьоны на спиртовой или глицериновой основе. Для жирной кожи больше подходит первая

разновидность, поскольку подобные средства слегка подсушивают кожу и устраняют неприятный блеск. Внешний вид проблемной кожи улучшится после использования препаратов, содержащих салициловый спирт и экстракт чайного дерева. Сухая кожа нуждается в более мягком уходе, поэтому лосьоны для нее выпускаются в виде эмульсий или жидкостей на основе глицерина. Вместо них некоторые женщины пользуются косметическим молочком или ланолиновыми сливками. Эффект очистки сохраняется, лицо приобретает свежий вид, замедляется появление мелких морщинок. Весной и летом, когда многие страдают от нехоти появившихся веснушек, можно проводить очистку кожи лица с помощью кислого молока. Пигментация постепенно бледнеет, цвет кожи становится естественным, привлекательным. Кислое молоко допустимо заменить кефиром, простоквашей или жидкой сметаной.

Процедуру проводят следующим образом. Слегка смочите ватный тампон в кислом молоке и осторожными движениями протрите лицо в направлении естественных кожных складок. Следующий тампон смочите более обильно и так далее. Последний кусочек ваты отожмите и удалите с лица избыток очищающего средства. Если у вас жирная кожа, протрите лицо лосьоном или водой, затем нанесите нежирный крем или гель. Можно также не смывать остатки кислого молока, а оставить их на ночь в качестве стягивающей и подсушивающей маски. Чувствительная кожа после подобных мер нередко выглядит немного воспаленной, но через некоторое время это проходит.

Празднуется на 50-й день после Пасхи

День Святой Троицы. Пятидесятница

Троица (День Святой Троицы, День сошествия Святого Духа, Пятидесятница) – праздник, который непосредственно связан с Пасхой. И тоже является подвижным.

В этот день на апостолов сошел Дух Святой, когда ученики Христа, как обычно, собрались вместе.

Троицын день служил в России сроком внесения податей, решения разных тяжб, совершения всяких договоров.

На Троицу обязательно украшали избы и ворота домов березовыми ветвями и цветами, устилали полы в доме свежей травой. Молодые устраивали гулянья и веселились, старики любовались на них и слушали песни, а то и присматривали и выбирали для своих детей невест и женихов.

ТАИНСТВА И ОБРЯДЫ

Таинства нельзя смешивать с обрядами. Обряд есть любой внешний знак благоговения, выражающий нашу веру.

Таинство – такое священнодействие, во время которого Церковь призывает Духа Святого, и Его благодать нисходит на верующих. Таковых таинств семь. Это:

- крещение;
- миропомазание;
- причащение (евхаристия);
- покаяние (исповедь);
- брак (венчание);
- елеосвящение (соборование);

- священство (рукоположение).

К основным обрядовым действиям относятся:

- напутственные молитвы;
- освящение жилища;
- освящение воды;
- освящение куличей, яиц, фруктов;
- крестные ходы;
- освящение артоса, колева и тому подобного.

ДЕВИЧНИК – ЗАБЫТЫЙ ОБРЯД

Девичник – это незаслуженно забытый предсвадебный обряд, который позволял всем участникам и зрителям повеселиться от души. На девичнике происходила одна из «официальных» встреч жениха и невесты.

Если они из разных деревень и были незнакомы, то это становилось прекрасной возможностью лучше разглядеть друг друга, немного привыкнуть к внешнему виду будущего супруга или супруги. Происходил девичник накануне свадьбы. Название этого обряда отражает его главную сущность – прощание невесты с девичеством, родительским домом, подругами.

Большой угол потому предвещает свадьбу, что там стоят иконы и оттуда достают образ, которым благословляют жениха и невесту. Двери

же, как и ворота, означают скорый отъезд из родного дома. Поэтому если башмачок, брошенный девицею через левое плечо, ляжет носком к двери, то быть ей вскоре просватанной.

Девушки собирались в избе по вечерам для гаданий, чтобы узнать свою судьбу на ближайший год. Особенно были любимы гадания с подблюдными песнями: каждая из участниц снимала с себя какое-нибудь украшение – кольцо, серьгу, гребешок, и все эти предметы складывались в большое блюдо, которое накрывалось платком или шалью. После этого девушки пели песню, в которой каждый куплет символически обозначал то или иное событие: замужество, болезнь, богатство или даже смерть.

По окончании очередного куплета вынимали из-под платка одно из украшений, и та, чьим оно оказывалось, могла предположить, насколько удачным будет для нее наступающий год.

Катилось колечко по бархату,
Прикатилось колечко ко яхонту.
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минется (к замужеству).

За рекой мужики живут богатые.
Гребут жемчуг лопатами.
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минется (к богатству).

Худая понева – та моя свекрова.
Ой ли ладо,
Кому вынется – тому сбудется,

Тому сбудется – не минуется (к злой свекрови).

Сидит воробей на перегороде,
Глядит воробей на чужу сторону,
Говорит воробей: «Улечу, улечу,
Улечу на чужу сторону».
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минуется (к отъезду).

Брякнула иголка во ящичек,
Полно, иголка, шить на батюшку,
Пора тебе, иголка, шить на подушку.
Кому же мы спели, тому добро,
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минуется (к замужеству).

Идет смерть по улице, несет блин на блюде.
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минуется (к поминкам).

Растворю я квашенку на донышке,
Поставлю квашенку на челяшко.
– Ты восходи, моя квашенка,
Полным-полна!
Кому же мы спели, тому добро.
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минуется (к прибыли).

За дежой сижу, пятерней вожу,
Еще посижу, еще повожу.
Кому вынется – тому сбудется,
Тому сбудется – не минуется (пока остаться
в девках).

День следующий после Дня Святой Троицы

День Святого Духа

В следующий за Пятидесятницей понедельник отмечается праздник Святого Духа, или Духов день. Момент сошествия Святого Духа обычно называют рождением Церкви. Установлен этот праздник «ради величия Пресвятого и Животворящего Духа, яко един есть (от) Святыя и Живоначальныя Троицы» в противовес учению еретиков, которые отрицали Божественную природу Святого Духа, так же как и его единство с Богом Отцом и Богом Сыном.

Согласно христианскому учению, Святой Дух является источником всякой мудрости, жизни и движения, он всемогущ и самовластен. Он обладает всем тем, что есть у Бога Отца и Бога Сына, «кроме нерождения и рождения». По словам святого Афанасия, «Дух Святой от Отца не создан, не сотворен, не рожден, но исходит».

Исхождение Святого Духа от Отца, как и рождение Сына, воспринимается православной церковью как непререкаемая и вместе с тем непостижимая истина. Она никогда не подвергалась человеческому рассуждению и исповедовалась в соответствии с учением Иисуса Христа. Считается, что Бог открывает людям только те тайны, которые необходимы для их спасения.

Святой Дух обогащает человека многообразными добродетелями, превращая его в дерево, приносящее добрые плоды.

«Так всякое дерево доброе приносит и плоды добрые, а худое дерево приносит и плоды худые.

Не может дерево доброе приносить плоды худые, ни дерево худое приносить плоды добрые.

Всякое дерево, не приносящее плода доброго, срубают и бросают в огонь.

И так по плодам их узнаете их» (Евангелие от Матфея; 7,17).

Жизнь по Святому Духу проявляется в его плодах, к которым апостол Павел относит «любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, веру, кротость, воздержание» (Послание к галатам святого апостола Павла; 5, 22–23).

В день Святого Духа все православные обращаются к нему с молитвой: «Царь Небесный, Утешитель Дух истины, везде находящийся и все наполняющий, источник всякого блага и Податель жизни, приди и поселись в нас, и очисти нас от всякого греха и спаси, Благий, души наша».

Верующие называют Святого Духа Царем Небесным, потому что он, так же как Бог Отец и Бог Сын, незримо царствует над людьми и над всем миром; утешителем – поскольку он приносит утешение несчастным и скорбящим; подателем жизни – поскольку все от него получает жизнь, а души, переселяясь в иной мир, через него очищаются от грехов, совершенных в земной жизни. Поэтому в обращенных к нему словах и звучит просьба об очищении от всякой скверны, спасении душ от грехов и связанных с ними наказаний и даровании Царства Небесного.

ЦЕРКОВНЫЕ ТЕРМИНЫ

Акафист – в христианском богослужении песнопение (в честь Христа, Богоматери, святых), при исполнении которого молящиеся должны стоять. Амвон – возвышенное место в православном храме

(перед средней частью иконостаса). С него священнослужитель читает тексты из Библии, произносит проповеди.

Антиминс – четырехугольный, из льняной или шелковой материи плат, на котором изображено положение Христа в гробе. По углам плата изображены четыре евангелиста, а на верхней стороне вшиваются части мощей. На антиминсе, завернутом в особую пелену, совершается освящение Святых Даров.

Апостол – богослужебная книга православной церкви, содержащая в себе деяния и послания апостольские и предназначенная для чтения в церкви при богослужении.

Артос – большой раскрашенный и позолоченный хлеб, по краям которого пишется полный стих «Христос воскрес», а в середине изображен либо крест, либо Воскресение Господне; в течение всей Пасхальной недели он помещается в церкви перед иконостасом и обносится с ежедневным крестным ходом вокруг церкви. А в субботу на Святой неделе окропляется святой водой и распределяется между верующими.

Евхаристия – таинство христианской церкви. В собрании верующих по молитве всей церкви епископ или священник благословляет пшеничный хлеб и виноградное вино, которые силою Святого Духа становятся Телом и Кровью Иисуса Христа и предназначаются для последующего причащения верующих в прощение их грехов. Освящение Святых Даров и причащение являются единым таинством евхаристии.

Ектения – молитвенное прошение, протяжно, нараспев возглашаемое священнослужителем и сопровождаемое со стороны клироса припеванием: «Господи, помилуй», «Поддай, Господи» или «Тебе, Господи».

Елеосвящение – таинство, при котором, по учению православной церкви, при помазании больного освященным елеем призывается на него благодать, исцеляющая от болезней души и тела.

Епитимия – церковное наказание, налагаемое духовником на раскаявшегося грешника и состоящее в добровольном исполнении последним тех или иных дел благочестия (усиленный пост, паломничество, милостыня, продолжительная молитва). Епитрахиль – одно из обрядовых облачений священника Русской православной церкви, надеваемое на шею в виде передника с крестами, сшитого из двух широких лент, которые спускаются до земли.

Клирос – место в православном храме, где размещается во время богослужения клир, то есть чтецы, певчие, а также лицо священного сана; существует два клироса – правый и левый – на возвышении предалтарной части храма.

Лития – в православной церкви часть богослужения при всенощном бдении накануне праздников, следующая за ектенией. Происходит из Византии, где изначально проводилась по поводу общественных бедствий.

Митра – в православной и католической церкви позолоченный и украшенный религиозными символами головной убор, надеваемый при полном облачении представителями высшего духовенства. Проскомидия – первая часть христианской литургии, на которой священнослужитель prepares вещество для евхаристии, просфоры и красное виноградное вино.

Просфора – хлеб, употребляемый для совершения евхаристии, род небольшой лепешки с оттиснутым сверху изображением креста.

Скиния – место общественного богослужения у евреев.

Тропарь – молитвенные стихи и песнопения православной церкви в честь какого-либо праздника или святого. Происходят из Византии, возникли как обработка библейских гимнов и других духовных текстов. Напевы тропарей имели речитативный склад, ряд слогов в них поется на звук одной высоты.

ИЮЛЬ

Июль назван в честь Юлия Цезаря. Это были времена Римской империи, когда вся власть постепенно сосредотачивалась в одних руках – императора Рима.

Уже в те далекие времена императоры любили называть своими именами не только города, но даже периоды такого вечного явления, как время.

На Руси этот месяц издревле назывался «червень» (то есть «червонный», «красный», «красивый») из-за обилия созревающих ягод и плодов, а также цветущих растений.

Также июль именовали «страдник» – от слова «страда» (труд, жатва, уборка урожая), «сенозарник», «жарник» – самое жаркое время года, «грозник» – пора частых и самых сильных летних гроз.

Православные приметы

2 июля – Зосима. Пчелы делают запасы. Если они в большом количестве летят к ульям, будет дождь.

Было замечено что чаще пчелы жалят перед засухой.

3 июля – Мефодий-перепелятник. Если в этот день идет дождь, значит, он будет продолжаться еще по крайней мере 40 дней. Муравьи прячутся в дома – к сильному ветру и грозе. Перед дождем квакают лягушки.

7 июля – Иванов день, Иван Купала. Накануне девушки гадали по травам. На заре принято было купаться, эта процедура считалась не только очищающей, но и целебной.

Крестьяне в ночь накануне Ивана Купалы не спали: если верить легендам, в это время по земле бродила всякая нечисть.

Обильная роса утром – к хорошему урожаю огурцов. Звездная ночь на Ивана предвещает обилие грибов. Если в этот день разразилась гроза, орехов будет мало.

8 июля – Петр и Феврония. Следующие 40 дней будут жаркими.

9 июля – Давид-земляничник. В лесу поспевают ягоды. Существует такое поверье: если на Давида просить деньги в долг, нужно взять с собой траву земляники, в этом случае отказа не будет.

10 июля – Самсон-сеногой. Если в этот день пошел дождь, ненастье продлится до самого бабьего лета.

12 июля – Петр и Павел, Петров день. Если на Петровки идет дождь, сено будет влажным, а урожай плохим. Два дождя – к хорошему урожаю, три – к богатому.

14 июля – летние Кузьминки, Кузьма и Демьян. В этот день нужно заниматься прополкой огорода, а также снимать первый урожай ранних овощей.

Кузьминки в старину считались женским праздником. В этот день ходили друг к другу в гости, пели песни, а угощением служило пиво.

16 июля – Афанасий Афонский. Месяц на восходе играет – к хорошему урожаю.

21 июля – Прокопий, Явление Казанской иконы Божьей Матери.

Если на Казанскую черника поспела, значит, можно готовиться к жатве.

22 июля – Панкратий и Кирилл. Можно попробовать первые огурцы.

25 июля – Прокл – великие росы. Роса, выпавшая в этот день, считается целебной.

В старину до Прокла старались высушить сено, так как считалось, что в противном случае оно сгниет.

26 июля – Гавриил. Если в этот день нет дождя, осень тоже будет сухой.

7 июля

Ст. стиль 24 июня

Рождество Иоанна Предтечи

В этот день приверженцы православной церкви празднуют Рождество Иоанна Предтечи и вспоминают чудесную историю его появления на свет.

Праведные супруги Захарий и Елисавета, жившие в Иудее во времена правления царя Ирода, долгие годы не имели детей. Евреи считали бесплодие карой Божьей за грехи, что только усугубляло страдания благочестивой четы.

Однако, даже дожив до преклонных лет, Захарий и Елисавета не переставали молиться Господу о том, чтобы Он послал им наследника. И наконец чудо свершилось.

Однажды, когда супруги находились в храме, им явился ангел. Божий посланник возвестил, что в скором времени Елисавета родит сына, и предрек ему великое будущее.

«Ангел же сказал ему: не бойся, Захария, ибо услышана молитва твоя, и жена твоя Елисавета родит тебе сына, и наречешь ему имя: Иоанн;

И будет тебе радость и веселие, и многие о рождении его возрадуются;

Ибо он будет велик пред Господом; не будет пить вина и сикера, и Духа Святого исполнится еще от чрева матери своей;

И многие из сынов Израилевых обратят к Господу Богу их;

И предъидет пред Ним в духе и силе Илии, чтобы возвратить сердца отцов детям, и непокоривым образ мыслей праведников, дабы представить Господу народ приготовленный» (Евангелие от Луки; 1, 13–17).

Предсказанное исполнилось, и вскоре на свет появился младенец Иоанн, которому суждено было стать предтечей Сына Божьего. Оставшись без родителей, он удалился в пустыню, где проводил время в посте, молитве и духовном совершенствовании, питаясь лишь акридами и диким медом. В возрасте 30 лет Иоанн принял Божье наставление и стал проповедовать людям скорое пришествие Спасителя. Каждого, кто желал очиститься от греха, чтобы достойно встретить Мессию, он подвергал омовению в водах реки Иордан. Через некоторое время и сам Иисус Христос пришел к Иоанну, чтобы принять от него крещение.

Рождество Иоанна Предтечи совпадает с древним языческим праздником Ивана Купалы. В этот день наши предки-славяне собирали колдовские травы, прыгали через костер и купались в реке. Как и в православной традиции, в языческих верованиях вода выступала символом очищения, не только телесного, но и духовного.

ОБРЯД КРЕЩЕНИЯ

Креститься можно в любой день: обычно в храмах совершают это великое таинство не только в воскресенье, но и в будние дни. Готовиться к этому обряду нужно заранее: читать Евангелие и книги, разъясняющие христианские догматы, например Закон Божий. Дни перед принятием таинства особые, и не следует отвлекаться на другие дела. Если есть возможность, в течение 2–3 дней соблюдайте пост. В день крещения нельзя с утра ни есть, ни пить, ни курить, живущим в браке накануне ночью следует воздержаться от супружеского общения. Являться в храм нужно чистым и опрятным. Женщинам в дни месячных не стоит принимать таинство крещения.

После обряда хозяин дома приглашает, кого сочтет нужным, из своих родных и знакомых «к младенцу на хлеб, на соль, кашу есть», и, когда приглашенные соберутся, устраивается крестильный обед.

Кушанья, из которых он состоит, отличаются изобилием и разнообразием, как бывает только по самым большим праздникам. Сначала подается холодное: в постный день – сельдь и квас с кислой капустой, а в скоромный – студень и квас с яйцами и мясом.

Затем следуют блюда: в постный день – приправленные конопляным маслом щи со сметками, картофельный суп с грибами и лапша; в скоромный же день – щи с каким-нибудь мясом, ушник (суп из потрохов), лапша с курицей или свининой, лапша молочная. И наконец, каков бы состав кушаний ни был, на крестильном обеде необходимой считается гречневая каша, перед которой в большинстве случаев подается каша пшенная.

В заключение крестильного обеда, когда съедят последнее блюдо, повивальная бабка кладет на стол пирог, ставит в шапке горшок с кашей и на тарелке – штоф с водкой. Затем она начинает угощать присутствующих, но те, по обычаю, первую рюмку предлагают угощающей: «Попробуй-ка сама, бабушка! – шутят ответ на ее угощения хозяин с гостями. – Бог знает, какую ты водку-то нам подаешь: может, она наговорная!». Первым после бабки пьет отец новорожденного. Для закуски ему она подает в ложке пересоленную кашу, причем говорит: «Ешь, отец-родитель, ешь, да будь пожеланный к своему сынку (своей дочке)!» или «Как тебе солоно, так и жене твоей солоно было родить, а еще солонее отцу с матерью достанутся детки после». Затем, бросая кверху оставшуюся в ложке кашу, произносит: «Дай только Бог, чтобы деткам нашим весело жилось и они также прыгали бы!».

За отцом младенца угощаются кумовья. «Выкушайте, куманьки дорогие! – говорит им бабка. – С крестницей (крестником) вас! Как вы видели ее (его) под крестом, так бы видеть вам ее (его) и под венцом!»

После кумовьев пьют подносимую водку и остальные сидящие за столом. При этом каждый, не исключая и самого родителя, кладет

сколько-нибудь денег на тарелку – в пользу бабки, на пирог – в пользу родильницы.

Наконец гости благодарят хозяев и, пожелав им всего хорошего, а новорожденному доброго здоровья и многих лет, прощаются. Остаются только кум с кумой; им вечером того же дня или утром следующего, чтобы опохмелиться после крестильного обеда, предлагается закуска.

За этой закуской кум получает от кумы на память платок, за что он, предварительно утерши полученным подарком себе губы, целует куму и отдаривает деньгами.

При прощании кумовья от родильницы получают по пирогу, за который в свою очередь дают ей платок, чай, сахар, мыло и так далее. Так заканчивается празднование по поводу рождения и крещения младенца.

МУДРЫЕ СОВЕТЫ

Сейчас существует огромное разнообразие моющих и чистящих средств. Но иногда их не оказывается под рукой в нужный момент. В этом случае воспользуйтесь народным средством – обыкновенной поваренной солью, которая имеет много полезных свойств.

Подгоревшее молоко хозяйки часто безжалостно выливают в канализацию, поскольку оно приобретает специфический неприятный привкус. Добавьте в испорченный продукт щепотку соли и доведите его до кипения. Привкус исчезнет.

Свежее молоко дольше не будет прокисать, если на дно емкости, в которой оно хранится, заранее бросить немного соли.

Сильно загрязненная посуда с никелевым покрытием отмывается достаточно трудно. Облегчит процесс смесь столовой ложки 9%-ного уксуса и чайной ложки соли.

После разделки рыбы или нарезки лука разделочную доску и нож протрите сухой губкой с подогретой солью, а затем хорошенько ополосните теплой проточной водой. Это поможет устранить неприятный запах.

Часто используемые чашки и фарфоровые или керамические кружки очень быстро покрываются изнутри коричневатым налетом (он называется «чайный камень»), который не удаляется даже самым хорошим средством для мытья посуды. Приготовьте концентрированный раствор поваренной соли, смочите в нем ватный тампон или губку и протрите чашки изнутри. Фарфор снова засияет белизной.

Если в эмалированной кастрюле подгорели овощи, не старайтесь удалить загрязнение жесткой металлической теркой: она может поцарапать покрытие. Вместо этого налейте в «пострадавшую» емкость концентрированный раствор соли и оставьте на сутки. Затем прокипятите жидкость несколько раз и ополосните кастрюлю. Пригоревшая пища отстанет.

Хрустальную посуду после мытья ополосните в растворе 2 столовых ложек столового уксуса и 1 столовой ложки соли, а затем насухо протрите мягкой тканью.

Даже простые граненые стаканы будут выглядеть привлекательно, если натереть их солью. Любую стеклянную посуду, чтобы она не мутнела, полезно периодически мыть в подсоленной воде.

Если вы приобрели новую сковороду из чугуна, насыпьте на ее дно соль и некоторое время прокаливайте на среднем огне, чтобы удалить

следы заводской смазки. Затем нанесите на сковороду любой пищевой жир и повторите процедуру.

В алюминиевой посуде пищу всегда следует готовить с добавлением соли, иначе металл быстро потемнеет.

Свежие загрязнения внутри духовки легко удаляются влажной крупной солью.

В жаркое время года рыбу или мясо можно сохранить в течение нескольких дней вне холодильника, если обернуть их чистой хлопчатобумажной тканью, пропитанной крепким раствором соли.

Сырые куриные яйца неплохо хранятся в емкости с солью экстра. Она должна покрывать скорлупу целиком.

Чтобы сыр не засох, накройте его чистой тканью или марлей, смоченной в солевом растворе средней концентрации.

Утюг со следами гари нетрудно очистить следующим образом: нагрейте его и несколько раз с сильным нажимом прогладьте чистую ткань, на поверхности которой предварительно была насыпана соль.

Если свежее подсолнечное масло кажется вам мутноватым, хотя качество не вызывает сомнений, всыпьте в него щепотку крупной соли (не йодированной) и оставьте в темном месте на несколько дней.

Чтобы хлеб, хранящийся в закрытой хлебнице, дольше не покрывался плесенью, поставьте рядом с ним небольшую емкость с солью.

Жирные пятна с тонкой ткани легко вывести смесью нашатырного спирта и соли.

Зимой белье, вывешенное для просушки на лоджию или балкон, быстро замерзает. Чтобы этого не происходило, в прохладную воду для последнего полоскания добавляйте небольшое количество соли.

Срезанные цветы дольше сохраняют свежесть, если насыпать в вазу половину чайной ложки соли мелкого помола.

Во время ремонта запах растворителя и масляной краски с трудом выветривается из помещений. Чтобы ускорить этот процесс, расставьте по углам комнаты несколько тарелочек с крупной солью. Если вам необходимо смешать муку с водой, предварительно посолите воду: таким образом вы сможете избежать образования комочков.

12 июля

Ст. стиль 29 июня

День почитания первоверховных апостолов Петра и Павла

До призвания Господом для апостольского служения Петр носил имя Симон и добывал средства к жизни рыбной ловлей на Геннисаретском озере. К Христу его привел родной брат, апостол Андрей Первозванный. Решительный и сильный духом Петр сразу занял среди учеников Иисуса особое место. Он первый признал Христа Мессией, за что был назван Кифой (что значит «камень»). По-гречески это имя звучало иначе – Петр, и Иисус обещал, что на этом камне он построит церковь Божью, которую не смогут одолеть врата ада. В своем отречении от Иисуса во время Его крестных страданий Петр горько раскаивался, и Господь простил ему это малодушие, троекратно подтвердив апостольское предназначение Кифы.

После сошествия на апостолов Святого Духа и вознесения Господня Петр первый вышел на проповедь святого благовествования и обратил ко Христу великое множество людей. Книга Деяний апостольских во всех двенадцати главах рассказывает о кипучей деятельности Петра. Проповедь апостола была в основном обращена к так называемым евреям рассеяния, то есть иудеям, жившим в странах, соседствовавших с Иудеей и Израилем. Петр побывал во многих странах, расположенных по берегам Средиземного моря, в Малой Азии, Египте, Коринфе, Греции, Риме, Испании, Карфагене и Британии. Полагают, что евангелист Марк, сопровождавший Петра во многих его путешествиях, написал свое евангелие по материалам проповедей апостола. Среди священных книг Нового Завета имеются и два соборных послания самого апостола Петра.

В конце своей жизни Петр вернулся в Рим, где был взят под стражу и в 67 году казнен через распятие. В последнем желании апостол просил палачей распять его вниз головой, так как он считал себя недостойным быть казненным, подобно Господу.

Апостол Павел родился в Малой Азии в городе Тарсе и носил первоначально еврейское имя Савл. Он принадлежал к одному из 12 колен Израилевых – колену Вениаминову, но получил языческое воспитание и права римского гражданина. Свое образование Савл продолжил в Иерусалиме у Гамалиила, знаменитого в то время учителя раввинской академии. Здравомыслящий и свободолюбивый Савл преклонялся перед культурой и философией Древней Греции. Но, несмотря на свои свободные взгляды, он был ярким приверженцем фарисейских преданий и официально получил от этой партии право преследовать христиан в Палестине и за ее пределами.

Но однажды на пути в Дамаск Господь призвал Савла к апостольскому служению. Будущего апостола внезапно осветил яркий свет, от которого он ослеп и упал на землю. «Савл, Савл, почему ты гонишь Меня?» – слышалось из света. «Кто Ты?» – спросил ослепший

Савл. «Я – Иисус, Которого ты гонишь», – отвечал Господь и повелел будущему апостолу идти в Дамаск. Приведенный спутниками в город, Савл дождался православного священника Ананию, принял христианскую веру и на третий день окрещен. Во время крещения с глаз Савла сошла пелена, и он прозрел.

С этого момента Павел стал ревностно проповедовать Евангелие. Он, так же как Петр, много путешествовал и побывал во многих городах и странах. Известно три путешествия апостола Павла, во время которых он посетил Аравию и Антиохию, прошел вдоль и поперек весь остров Кипр, был в Малой Азии и Македонии, где основал несколько христианских общин. Из Македонии Павел добрался до Греции, откуда отправил два послания к солунянам. Всего Павлом написано 14 посланий, которые, благодаря образованности и проницательному уму апостола, привели христианское учение в самобытную и стройную систему. Послания апостола Павла вошли в состав священных книг Нового Завета. После 66 года Павел вернулся в Рим, где был заключен в темницу, и год спустя как римского гражданина его казнили через усекновение мечом.

ИНФОРМАЦИЯ К РАЗМЫШЛЕНИЮ

Сейчас многие медики склонны видеть причины некоторых заболеваний не только в каких-то физиологических или психических нарушениях, но и в поведении, образе жизни человека. Ведь не случайно наказанием за совершенные грехи считаются разнообразные напасти и несчастья, в том числе проблемы со здоровьем.

Например, если вы часто «подхватываете» бронхит, да еще и с различными осложнениями вплоть до пневмонии (воспаления легких), возможно, у вас не складываются нормальные отношения с родственниками, причем не по вашей вине. Простуды являются

следствием длительной обиды, стрессового состояния, вызванного несправедливостью окружающих.

Все проблемы функционирования головного мозга, в том числе склеротические изменения его кровеносных сосудов, связаны с отношением к матери и отцу, точнее, с неуважением к ним, отсутствием попыток наладить контакт. Нередко расстройства умственной деятельности появляются у людей, которые всю жизнь стремятся к достижению некоей идеальной цели, заведомо недоступной, – у ученых, революционных и политических деятелей.

Головные боли спазматического характера, в частности классическая мигрень, являются признаком подсознательной неприязни к представителям противоположного пола, а именно: свидетельствуют о явной сексуальной дисгармонии или долгой неудовлетворенности, отсутствии регулярных и взаимоприятных интимных отношений, невозможности найти партнера. Если боль возникает без видимых причин, скорее всего причина кроется в неприятии окружающей действительности, заглушенной обиде, моральном дискомфорте. Человек, сознательно ставящий себя выше других, относящийся к окружающим с пренебрежением, ведущий себя высокомерно, может в конце концов «заполучить» невралгию лицевых нервов, хронические заболевания среднего уха, тонзиллит, гайморит. Кроме того, подобное отношение к людям приводит к преждевременному разрушению зубов.

Беспричинно ревнивые люди часто страдают от озноба, ощущения холода в верхних и нижних конечностях.

Постоянное «самокопание», отсутствие удовлетворенности жизнью, работой, отношениями с близкими людьми и сослуживцами становится причиной возникновения депрессивных состояний различной направленности, а также могут привести к эпилепсии (разумеется,

только вместе с наследственными факторами), заболеваниям желудка и язве.

Если вы постоянно обвиняете родственников в постигших вас неудачах и обрушившихся на голову неприятностях, будьте готовы к проблемам с позвоночником – от банального и очень распространенного остеохондроза до более серьезных напастей (межпозвонковой грыжи, опухолей, разрастания остистых отростков).

Пессимисты стареют намного быстрее оптимистов. Негативное восприятие действительности приводит к нарушениям функционирования щитовидной железы, различным изменениям в ней. Подобные болезни угрожают и чрезмерно аккуратным людям, которые стремятся контролировать все и всех и пытаются подчинить себе окружающих.

У придирчивых, раздражительных лиц обычно возникают проблемы с желчным пузырем (воспалительные процессы, спазматические явления, образование камней). Постарайтесь не обижать родных и друзей, иначе вам почти гарантированы сердечные заболевания и сосудистые нарушения.

От несчастной любви, многочисленных неудачных романов или браков по расчету бывает тромбофлебит и другие заболевания, связанные с венозным кровообращением.

Постоянная субфебрильная (незначительно повышенная) температура тела сигнализирует о разочаровании в будущем, нежелании иметь детей или нелюбви к ним.

Обиды, перенесенные в раннем возрасте, проявляются в виде кожных заболеваний – от обычного диатеза до псориаза. Говорят, что дети, которых «не хотели» (мама собиралась сделать аборт, но в

последнюю минуту передумала), всю жизнь будут страдать из-за проблем с кожей. Те же причины вызывают поздний энурез.

Проблемы в половой сфере у мужчин могут быть следствием неискреннего отношения к женщине, постоянного поиска выгоды в отношениях, брака по расчету или агрессивного поведения с партнершей. Бесплодие иногда является не карой Господней, а своеобразным предсказанием другого предназначения человека – в области науки, культуры, религии и так далее. Не зря же говорят, что на детях гениев природа отдыхает: наверное, лучше вообще обойтись без потомства и самому принести пользу всему человечеству.

ДОМАШНИЕ ПРЯНИКИ – ЛУЧШЕЕ УГОЩЕНИЕ К ЧАЮ

Угостите своих домашних пряниками собственного изготовления, которые получатся ничуть не хуже тех, что продаются в магазине.

Само название «пряник» говорит о том, что при приготовлении изделий используется множество разнообразных пряностей. Основные компоненты – молотые корица и гвоздика, кардамон, лимонная кислота (ее можно заменить свежей цитрусовой цедрой), перец, молотый мускатный орех, анис, имбирь, сушеная мята, мелисса лимонная, кориандр, тмин.

Обратите внимание на качество муки. Она может быть как ржаной, так и пшеничной. Допускается смешивание обоих сортов в различных соотношениях. Основные требования: мука должна быть свежей, высокого качества, мелкого помола. Перед замешиванием теста ее следует дважды просеять через сито. Обязательно соблюдайте пропорции при замешивании.

Непременные компоненты пряничного теста – разнообразные связующие вещества, которые придают ему необходимую вязкость и

плотность. На первом месте стоят мед, сахарный сироп и светлая патока. Для разрыхления лучше всего использовать специальный пекарский порошок или готовый разрыхлитель в пакетике. В крайнем случае можно обойтись обыкновенной пищевой содой, предварительно погашенной уксусом. Не забудьте хорошо промесить тесто, затем отставьте его в сторону не более чем на 10-15 минут.

Пряники на меду с лимонной цедрой

Вам потребуется: 250 г пшеничной муки высшего сорта, 100 г светлого меда, 1 яичный желток, 70 г сахарной пудры или песка, 30 г сливочного масла, 3 столовые ложки кипяченой воды, свежая цедра одного некрупного лимона, 1 пакетик разрыхлителя или 0,5 чайной ложки пищевой соды, жир для смазывания противня.

Из меда, сахара и воды сварите сироп. Остудите его, после чего добавьте заранее растопленное масло. В отдельной посуде смешайте разрыхлитель или соду с лимонной цедрой и мукой. Подготовленные ингредиенты соедините и замесите тесто. Оно должно получиться однородным. Раскатайте тесто на доске или столешнице в пласт толщиной примерно 1 см. С помощью формочек или стеклянного стакана вырежьте фигурки или кружочки и уложите их на смазанный кулинарным жиром противень. Каждое изделие смажьте взбитым яичным желтком для образования аппетитной блестящей корочки. Выпекайте в духовке до готовности.

Пряники «Холодок»

Вам потребуется: 250 г муки, 150 г сахарного песка или пудры, 0,5 стакана воды, 10 мл рафинированного подсолнечного масла, 0,5 чайной ложки соды или 1 пакетик разрыхлителя, несколько капель мятного масла, жир для смазывания противня. Подогрейте воду и размешайте в ней сахар до полного растворения. Охладите получившийся сироп,

всыпьте в него разрыхлитель или соду, влейте подсолнечное масло, заранее смешанное с мятным, и взбейте миксером. Муку выложите в миску, тонкой струйкой влейте в нее сироп и замесите тесто. Оно не должно быть слишком густым. Разделите тесто на кусочки размером приблизительно с грецкий орех, скатайте из них шарики и слегка сдавите. Выложите изделия на противень, смазанный жиром, посыпьте мукой и выпекайте в несильно нагретой духовке.

АВГУСТ

Август назван так в честь римского императора Октавиана Августа. «Август» значит «возвеличенный богами», «божественный».

На Руси этот месяц назывался «серпень» – от слова «серп» – обозначение жатвы, самого большого сбора зерновых, яровой пшеницы. Были и другие наименования: «зорничник», «зарник» – от частых в этот период зарниц, ночных всполохов далеких гроз, «жнивень» – от слова «жатва», такие, как «густоед», «разносол», «хлебосол» – от обилия всякой еды.

Август – самый ответственный месяц. «Что в августе соберешь, с тем и зиму проведешь», «кто в августе спит, тот спит на свою голову».

В августе не так жарко, как в июле. Пахнет медом и яблоками, вянет трава, начинают улетать перелетные птицы, все меньше насекомых, комары, мухи и слепни перестают мучить скот, их уже не так много, как в июне и июле.

Православные приметы

1 августа – Макрида. Если в этот день сыро, осень будет дождливая, если ясно – сухая. Дождь предвещает удачный сев озимых, а на следующий год – обильный урожай ржи.

2 августа – Ильин день. Погода до обеда показывает, каким будет остаток лета, после обеда – какой ожидать осени. Чтобы не навлечь гнев Ильи – святого, управляющего громом и молнией, в этот день никто не работал в поле, не косил и не убирал сено. Верили, что, если 2 августа вывезти сено с луга, его может уничтожить молния. С Ильина дня убирали горох, а капусту накрывали горшками, чтобы росла белой.

4 августа – Мария Магдалина. В этот день в поле не работали, так как боялись грозы. На Марию можно выкапывать цветочные луковицы. Если в этот день выпала обильная роса, лен уродится серым и косым.

5 августа – Трофим-бессонник. Время полевых работ. Страда.

6 августа – Борис и Глеб. В этот день в поле не выезжали: боялись, что гроза сожжет снопы.

7 августа – Макарий и Анна-холодница. По погоде в этот день определяли, какая будет зима (до полудня – с ноября до декабря, после полудня – с декабря до марта). Если на Макария тепло и ясно, жди суровой зимы, если идет дождь – теплой и снежной.

9 августа – Пантелеймон Палий и Никола Кочанный. В этот день капуста в вилки завивается. Если разразилась гроза, нельзя возить ни хлеб, ни сено – их может сжечь молния.

11 августа – Калинов день, Калинник. Накануне или немного позже возможны легкие морозы, которые способны повредить хлеб на корню. Если на Калинов день утренников нет, то и на Луппу (5 сентября) их тоже не ожидается.

12 августа – Сила и Силуян. Рожь, посеянная в этот день, будет сильной. Если погода пасмурная и прохладная, можно не опасаться дождя.

14 августа – Первый Медовый Спас, Маковей. Со Спаса росы выпадают холодные. На Маковей принято убирать мак. К этому дню заканчивали вырезать соты.

15 августа – Степан-сеновал. Завершается сенокос. Каков Степан, таким будет и сентябрь.

16 августа – Исаакий-малинник, Антон-вихревей. Погода в этот день показывает, каким будет октябрь. Если на Антона дует сильный ветер с вихрями, зима выдастся снежная. На Исаакия собирали дикую малину.

17 августа – Авдотья-сеногойка, огуречница, малиновка. Каков этот день, таким будет и ноябрь. Если на Авдотью идет дождь, сено все сгниет. В этот день по традиции собирали малину и снимали урожай огурцов.

18 августа – Евстигней-житник. Какова погода в этот день, такой она будет и в декабре. На Евстигнея нужно выкопать лук, иначе он не успеет просохнуть.

19 августа – Преображение, Второй Яблочный Спас. После него можно есть яблоки и сеять озимые. На Преображение готовились к встрече осени.

21 августа – Мирон-ветрогон. Погода в этот день показывает, каким будет январь. Чаще всего на Мирона дует ветер. Если выпал иней, на будущий год следует ожидать хорошего урожая.

23 августа – Лаврентий. В полдень гадали по воде: если она спокойная, осень и зима тоже будут тихими. Если на Лаврентия стоит жара или идет сильный дождь, такая погода простоит всю осень.

27 августа – Михей-тиховей. Ветер – к ясной погожей осени, буря – к ненастным дням в сентябре.

28 августа – Успение. Начало бабьего лета (до 11 сентября). В этот день заканчивается посев озимых, можно солить на зиму огурцы.

29 августа – Третий Ореховый Спас. К этому дню поспевают орехи. Если улетели журавли, то на Покров будет мороз.

19 августа

Ст. стиль 6 августа

Преображение Господне

Спас-Преображение православная церковь начала праздновать в IV веке. Этот день приурочен к событиям, описанным в Евангелии. Иисус Христос вместе со своими апостолами поднялся на гору Фавор и, как только ступил Он на вершину, в то же мгновение преобразился: лицо просветлело, одежды стали белыми. И с небес донесся до их слуха Глас Божий: «Сей есть Сын Мой возлюбленный, в котором Мое благоволение; Его слушайте». После этих слов никто уже не посмел усомниться в том, Кто перед ними.

Традиционно в этот день православные христиане приносили на утреннее богослужение овощи и фрукты (чаще всего яблоки) для того, чтобы освятить. Только после этого их разрешалось употреблять в пищу.

Освященными дарами природы принято было угощать нищих и обездоленных: считалось, что больной, отведавший в Преображение благословленного яблока, исцелится. Тех, кто пренебрегал обычаями, ждали суровое наказание или кара господня.

К ПРАВОСЛАВНОМУ СТОЛУ

В наши дни не каждому удастся попасть в храм на праздник Преображения, однако, следуя давним традициям, можно съесть с утра свежее яблоко или угостить знакомых и друзей вкусным блюдом из этого чудесного фрукта.

Салат с яблоками «Пикантный»

Вам потребуется: 1 крупная луковица, 1 большое яблоко, 100 г неострого сыра, 3 сваренных вкрутую яйца, соль по вкусу, нежирный майонез в качестве заправки.

Лук очистите и нарежьте тонкими ровными кольцами. Уложите их на плоскую красивую тарелку. Яблоко очистите, удалите сердцевину, натрите на крупной терке, разложите поверх лука. Посыпьте тертым сыром и мелко нарубленными яйцами. Посолите, полейте майонезом и подождите минут пятнадцать, затем подавайте на стол. Перемешивать не нужно. Сверху для украшения положите несколько веточек зелени или консервированные овощи, нарезанные фигурными кусочками.

«Яблочная свинка»

Вам потребуется: 600 г нежирной молодой свинины, 2 столовые ложки любого жира, 2 луковицы, 3 небольших яблока, 1 столовая ложка пшеничной муки, молотые тмин и майоран, сушеная или свежая зелень петрушки, соль и сахар по вкусу. Нарежьте мясо крупными кусками, посолите, перемешайте с нашинкованным луком (1 луковица) и обжарьте в кипящем жире, не забывая переворачивать.

Переложите мясо в утятницу, туда же вылейте оставшийся в сковороде жир. Затем налейте на сковороду немного воды, прокипятите и также смешайте со свиной. Сверху посыпьте мясо специями и тушите его на среднем огне под крышкой до готовности. Перед завершением приготовления добавьте мелко нарезанную вторую луковицу и заранее очищенные и нарезанные кружочками яблоки (сердцевину следует аккуратно удалить).

Дайте смеси остыть. После этого извлеките из нее куски мяса и нарежьте их мелкими ломтиками. Соус протрите через частое сито, смешайте его с просеянной обжаренной мукой и прокипятите. Если он получился слишком густым, разбавьте его бульоном или кипяченой водой, хорошо перемешайте и еще раз доведите до кипения. Добавьте по вкусу сахар и соль.

Перед подачей на стол мясо выложите в глубокое блюдо, залейте его соусом и посыпьте зеленью. В качестве гарнира можно отдельно приготовить жареный или вареный картофель.

СЕКРЕТЫ ЖЕНСКОЙ КРАСОТЫ

Яблоко не только вкусный фрукт, его можно использовать в качестве сырья для приготовления средств по уходу за кожей, позволяющих продлить молодость и сохранить красоту на долгие годы.

Омолаживающая маска из яблок

Вам потребуется: 200 г яблок, 1 чайная ложка меда, 1 чайная ложка оливкового масла. Яблоки поместите в горячую духовку на 20-30 минут, после чего протрите их сквозь сито, смешайте с медом и маслом. Полученную массу перемешайте до однородной консистенции и нанесите

ровным слоем на чистую кожу лица и шеи. Через 20–25 минут умойтесь теплой водой.

Отбеливающая маска из яблока

Вам потребуется: 200 г яблок, 1 яйцо, 2 столовые ложки молока.

Очистите яблоки от кожицы и семян, натрите их на мелкой терке, залейте полученную массу молоком, добавьте яичный желток и тщательно перемешайте. Нанесите маску на чистую сухую кожу на 20 минут, после чего смойте теплой водой.

О ВАРЕНЬЯХ И КОМПОТАХ

Прежде чем варить на зиму варенье или компот из ягод, необходимо запомнить несколько важных рекомендаций. От соблюдения правил зависит не только качество заготовок, но и срок их хранения.

Любые плоды, предназначенные для консервирования, обрывают только в сухую погоду. Избыток влаги в грунте и воздухе сделает ягоды слишком сочными, даже водянистыми. Они сразу же разварятся, компот или варенье получатся неаппетитными на вид. Клубнику собирают только ранним утром – именно в это время она содержит достаточное количество сока. Все ягоды должны быть одинаково спелыми, иначе сложно будет рассчитать необходимое время варки.

Садовую землянику, клубнику и другие сочные плоды перед варкой пересыпают сахаром и оставляют на несколько часов для выделения сока, тогда варенье получится очень вкусным и полезным.

Косточки из вишен удобно удалять специальным приспособлением – косточковыталкивателем. Если данную процедуру проводить вручную, неизбежны потеря большого количества сока и деформация ягод. Кроме того, «механизированная» обработка значительно ускорит процесс консервирования.

Для варенья удобно использовать латунный или медный таз на длинной деревянной ручке. Выбранная емкость должна быть достаточно широкой, но с невысокими бортиками, чтобы избыток жидкости выпаривался как можно быстрее.

Удобно пользоваться тазами, вмещающими около 4кг варенья. Большой объем приведет к деформации ягод, вместо компота или варенья получится повидло.

Перед началом процесса таз тщательно осматривают, наждаком или другим абразивным материалом удаляют пятна окиси, затем несколько раз ополаскивают проточной водой и сушат. Удобны емкости, изготовленные из нержавеющей стали, но их стоимость довольно высока. В любом случае, очистку проводите перед каждой варкой – простого мытья бывает недостаточно.

Сироп для любого варенья готовится следующим образом. Сначала в таз насыпьте необходимое количество сахара, залейте его водой и поставьте емкость на огонь. Пламя должно быть не слишком интенсивным. Помешивая, продолжайте кипятить до полного растворения кристаллов. Затем, сняв таз с плиты, добавьте в получившийся сироп ягоды или фрукты и снова поставьте на средний огонь. Варите в течение 40 минут или менее в зависимости от типа консервов. Через 10 минут огонь прибавьте; появляющуюся пену снимайте. Если этого не делать, варенье не будет храниться более месяца.

Многим хозяйкам не нравится, что ягоды в варенье получаются сморщенными, деформированными. Можно попробовать каждые 5 минут снимать таз с плиты и немного охлаждать, так плоды лучше пропитаются сиропом.

Грушевое варенье будет намного вкуснее, если в него добавить лимонную кислоту из расчета четверть чайной ложки на 1 кг сахара. Предварительно кристаллики растворяют в небольшом количестве теплой кипяченой воды.

Время от времени определяйте готовность варенья: при слишком долгом кипячении теряется большинство витаминов, снижаются вкусовые качества. Таз можно снимать с огня, если ягоды или фрукты равномерно распределены в сиропе, не всплывают, капля сиропа, взятая двумя пальцами, при их разжатии образует тягучую ниточку, дольки фруктов приобрели прозрачность.

Остужайте варенье не в тазу, а в заранее подготовленной фаянсовой или фарфоровой посуде достаточного объема. Накройте ее чистой марлей, проглаженной с двух сторон горячим утюгом. Ее можно заменить тонкой бумагой (не газетной) или рыхлой тканью.

Банки под варенье или компоты сначала хорошо промойте раствором чайной соды, затем несколько раз сполосните проточной горячей водой и поставьте сушиться на чистую ткань или бумагу. Перед накладыванием будущих консервов банки прогрейте. Сироп и фрукты (ягоды) должны быть равномерно распределены по емкостям.

Для хранения консервов подойдет любое прохладное помещение. Закрутка должна быть качественной, так как при проникновении воздуха

варенье или компот быстро испортятся. Вскрытые банки сразу ставят в холодильник.

Засахарившееся варенье можно «реанимировать». Снова переложите его в таз, добавьте кипяченую воду из расчета 3 столовые ложки на 1 кг варенья, поставьте на плиту и постепенно доведите до кипения, непрерывно помешивая. Пламя не должно быть слишком сильным. Время варки составляет около 5 минут. Остальная технология такая же, как при обычном консервировании.

Слегка забродившее варенье переваривают с добавлением сахарного песка из расчета 200 г на 1 кг варенья. Появляющуюся пену сразу же удаляют и выбрасывают.

28 августа

Ст. стиль 15 августа

Успение Пресвятой Богородицы

Успение Пресвятой Богородицы – один из больших церковных праздников, широко отмечаемых в России.

После крестной смерти Иисуса Христа Пречистая Богородица около 15 лет жила в Иерусалиме, в доме апостола Иоанна Богослова, попечению которого поручил ее Господь. По преданию, Мария, Матерь Божья, была извещена архангелом Гавриилом о своей смерти заранее.

Ко дню кончины Матери Божьей в Иерусалим чудесным образом явились все апостолы, кроме Фомы, и стали свидетелями ее мирной кончины. На третий день после погребения пришел в Иерусалим и апостол Фома, он пожелал поклониться святому телу Богородицы. Когда

же апостолы открыли пещеру, то нашли ее пустой; там лежали только ризы: Сын Божий воскресил Матерь Свою и вознес Ее на небо.

После обедни на Успение в селах поднимаются образа. Крестный ход направляется к полю. Здесь, на широкой меже, поется благодарственный молебен Божьей матери, Госпоже полевых злаков. Если нет во время этого молебна ни ветра, ни дождя, то предполагается, что вся осень будет ведренная и тихая.

В праздник Успения Пресвятой Богородицы на Руси принято святить новый хлеб. Это происходит за обедней, когда каждый добрый хозяин приносит с собою в церковь свежеиспеченный каравай нового хлеба. До возвращения с ним из церкви дома никто не ест ни крохи: все дожидаются «свяченого куска». Разговляются прежде всего хлебом.

Остаток каравай тщательно заворачивают в чистую холстину и кладут под образа. Кусочками его пользуют болящих, твердо веря в целебную силу этого Божьего благословения. Считается большим грехом уронить хотя бы малую крошку от такого каравай на пол, а тем более растоптать ее ногами.

На Русском Севере принято подавать на праздничный стол в Успеньев день толокно. Бабы за столом ведут беседу о прошедшем жнитве, девушки поют приличные случаю песни, а старики прикидывают-подсчитывают собранный урожай. Детвора до поздней ночи шумит в этот день у завалинок, проводя время за веселыми играми.

ПОСТНЫЙ ОБЕД

Щи из квашеной капусты с грибами

Вам потребуется: 2,5 л воды, 500 г квашеной капусты, 200 г моркови, 0,5 корня петрушки, 3 луковицы (100 г), 2 столовые ложки

томатной пасты (60 г), 2 столовые ложки муки (30 г), 40 г сушеных грибов, 1 зубчик чеснока, 2 штуки лаврового листа, 5–6 горошин черного перца.

Сушеные грибы предварительно замочите в холодной воде и отварите в ней же, мелко нарубите, а отвар процедите. Капусту переберите, если ее квасили крупными кусками – нашинкуйте. Морковь и репчатый лук нашинкуйте и спассеруйте на растительном масле – сначала отдельно, а затем с томатной пастой, после чего капусту соедините с морковью и луком и тушите еще 20–30 минут.

За 10 минут до конца тушения к овощам добавьте предварительно поджаренную на сковороде без жира и разведенную небольшим количеством грибного отвара муку и перец горошком.

Соедините все с грибным отваром и грибами, добавьте толченый чеснок, лавровый лист и кипятите еще 7–10 минут.

Овощная запеканка по-русски

Вам потребуется: 1 кг картофеля, 1 кг капусты, 300 г моркови, 100 г лука (можно добавить любые другие овощи – болгарский перец, корень петрушки, брюссельскую или цветную капусту и так далее).

Овощи очистите, вымойте и нарежьте небольшими кусочками. Затем все перемешайте и выложите в казан или утятницу, смазанную внутри растительным маслом, плотно закройте крышкой и поставьте в духовку приблизительно на 1 час. Не солите.

Запеканка считается готовой, когда овощи сделаются мягкими. К запеканке можно подать растительное масло в соуснике. Солить блюдо нужно уже в тарелке.

СОВЕТЫ САДОВОДУ

Несколько слов хотелось бы сказать о садоводческих работах, которые необходимо запланировать на август. Сейчас самое время обратить внимание на уничтожение сорняков, ни в коем случае нельзя допустить осыпания созревших семян, иначе в будущем сезоне избавиться от «непрощенных гостей» будет гораздо сложнее. Позаботьтесь о тех деревьях, которые плодоносят больше обычного. Чтобы облегчить нагрузку и уменьшить давление на ветки, установите подпорки. Удалите появившуюся у корней поросль, обеспечьте оптимальное увлажнение почвы вблизи деревьев и кустарников: нельзя допускать ее пересыхания, хотя переувлажнение также нежелательно. Не забывайте о вредных насекомых – они не оставят сад в покое без вашей помощи.

Последние недели лета – самое подходящее время для высадки земляники в открытый грунт, в противном случае до наступления холодов она не успеет укорениться в достаточной мере. Располагать кустики рассады можно двумя способами: одиночными или двойными рядами, причем последний способ позволяет максимально экономить место и подойдет для тех садоводов, которые не имеют большой площади. Грядки в длину не должны превышать 60–65 см, между растениями нужно оставлять свободное пространство(25–30 см) для последующего разрастания.

Сделайте в грядках лунки (при двойной посадке их располагают в шахматном порядке), в каждую добавьте немного золы, удобрение и перегной. Полейте землю до и после высадки земляники. Летом следующего года вы сможете снять первый урожай, который найдет достойное применение на кухне.

Если погода стоит сухая, необходимо заняться прополкой участков под деревьями: все сорняки следует удалить, затем осторожно разрыхлить верхний слой почвы. В случае затяжной засухи увеличьте интенсивность полива.

В дождливый август, наоборот, поступление влаги в почву ограничивайте или временно прекратите. Мульчу аккуратно отодвиньте от стволов, не стоит рыхлить грунт и выдергивать траву.

Во время сбора урожая опавшие плоды следует собирать и использовать для дальнейшей переработки или же закапывать в землю на глубину около полуметра, но ни в коем случае нельзя оставлять их под деревьями.

Вишню обрежьте, удалив погибшие веточки. После съема созревших ягод деревья опрыскайте раствором мочевины (примерно 4%-ным), чтобы предупредить распространение неприятного грибкового заболевания – коккомикоза. Для профилактики заражения тлей и клещом рекомендуется раствор карбофоса, а также специальные биологические и химические комплексные препараты.

Ветки малины после сбора плодов обрежьте, таким образом подготовив растения к зимовке.

Наросты камеди на косточковых деревьях удалите. Обнажившиеся поврежденные места обработайте раствором медного купороса или протрите размятыми свежими листьями огородного щавеля, затем

покройте садовым варом или специальной мастикой (ее можно приобрести в садоводческих магазинах).

Кусты смородины и крыжовника внимательно осмотрите, старые и поврежденные ветки срежьте секатором или другим остро наточенным инструментом. При малейшем подозрении на болезнь удаленные части сожгите за пределами садового участка, чтобы предотвратить дальнейшее распространение инфекции.

Примерно в середине августа займитесь рассаживанием цветника. Можно разделить на несколько частей скопившиеся луковицы лилий (растениям должно быть не менее 3 лет). Цветоносы срежьте на уровне почвы, грунт разрыхлите, удалите сорняки. Для деления отберите совершенно здоровые растения, неослабленные, правильно сформированные. Подземные части извлекайте аккуратно, предварительно подкопав со всех сторон.

Луковицы после выкапывания осторожно потряхните и осмотрите. Чешуйки ржавого оттенка удалите и сожгите, корневую систему укоротите острым инструментом до 15 см. Теперь можно аккуратно отделять мелкие дочерние луковички и переносить их на новое место произрастания. На каждой из них должно оставаться хотя бы несколько корешков.

Подготовленный посадочный материал заглубляйте в зависимости от размеров луковиц: мелкие сантиметров на пять, крупные – до 15 см и более. Примерно за 10 дней до процедуры будущую клумбу удобрите органической смесью, перепревшим навозом или специальными подкормками для цветковых растений. Минеральные удобрения нельзя смешивать с органическими.

В последней декаде августа можно заняться пионами. Обычно старые кусты практически невозможно разделить из-за густого

сплетения корней. В подобных случаях поступают следующим образом. В середину куста осторожно вбейте деревянный колышек, затем отделите группы глазков по 5-6 штук вместе с корневой системой, стараясь не повредить основные корни (тонкие неизбежно будут рваться). Старые клубни или корневища с мелкими, недоразвитыми вегетативными почками удалите и уничтожьте. Перед высадкой на новое место луковицы продезинфицируйте в слабом растворе марганцовокислого калия (время выдерживания – около получаса).

Взрослые примулы (трехлетнего возраста и более) также можно аккуратно рассадить в середине или конце августа. Куст выкопайте полностью, стараясь не повредить корневую систему, затем руками осторожно разделите его на розетки (у каждой должны быть корни). Молодые растения сразу высадите в подготовленный грунт на расстоянии около полуметра друг от друга. Примула сразу же начинает разрастаться. При соблюдении сроков высадки к зиме она уже укоренится и хорошо перенесет неблагоприятные погодные условия.

В середине августа уже можно начинать подготовку сада и огорода к зиме. Через неделю-другую пора высаживать корневища ревеня – приобретенную рассаду или собственные кусты, осторожно разделенные на несколько частей. Если они плотно срослись, допустимо использовать острый садовый инструмент или хорошо наточенный нож. В каждую ямку необходимо добавить немного листового перегноя или перепревшего компоста.

Подготовьте к предстоящей уборке капусту: отломите или обрежьте нижние листья, расположенные у поверхности почвы, стебли слегка окучьте и посыпьте землю древесной золой. Данная мера позволит избавиться от слизней, кочаны останутся неповрежденными и будут хорошо храниться.

Репчатый лук уже можно убирать, особенно если погода летом была в основном сухая и жаркая, а полив – достаточно обильным. Шалот и многоярусные сорта в это время нужно высадить под зиму, чтобы молодые растения успели окрепнуть и хорошо перенесли понижение температуры.

Сейчас самое подходящее время для планирования посевов озимых культур (моркови, зеленных растений, чеснока).

Высаживать их еще рано, но можно подготовить почву – вскопать, разрыхлить, внести подкормки (перепревший навоз или содержимое компостной ямы).

Мелиссу и мяту обрежьте и высушите в тени, подвесив пучки под потолком чердака или летним навесом.

Можно постепенно обрывать созревающие патиссоны и кабачки: молодые овощи после кулинарной обработки становятся особенно вкусными, кроме того, их не надо очищать от кожуры.

Баклажаны ранних сортов обрезайте вместе с плодоножками, иначе плоды не будут храниться.

Не забывайте и о клумбе. Ближе к концу августа пересадите уже имеющиеся луковичные цветы, а при необходимости и подсадите новые экземпляры. В гряды, предназначенные для нарциссов, сортовых тюльпанов и мускари, внесите комплексные минеральные подкормки. Органические удобрения, особенно коровяк, применять нежелательно.

Нарциссы можно сажать до середины сентября. Перед процедурой внимательно осмотрите каждую луковицу: на них не должно быть молодых корешков. Для защиты от почвенных вредителей посадочный материал предварительно обработайте раствором карбофоса или марганцовокислого калия.

Георгины могут цвести до октября, поэтому их сейчас нужно только окучить, полить, слегка подкормить. Высокорослые сорта с большим количеством цветков подвяжите к прочным опорам. Многолетние цветущие растения до холодов оставьте на прежнем месте. Однако проведите рыхление верхнего слоя почвы, окучивание, полив и при необходимости уничтожьте вредителей. В профилактических целях можно применить бордоскую жидкость, коллоидную серу, мыльный раствор с медным купоросом или карбофосом.

Деревья и кустарники перед зимовкой подкормите калийными и фосфорными удобрениями (удобно применять комплексные смеси), чтобы корневая система подготовилась к предстоящим холодам. Для облегчения усвоения питательных веществ почву разрыхлите вокруг ствола, как бы опоясывая дерево.

Если есть возможность, следует подсыпать под все растения древесную золу из расчета около 50 г на 1 кв. м. Малину можно удобрить суперфосфатом, просто посыпав грунт гранулами, которые будут постепенно растворяться. Хороший эффект дает также применение сернокислого калия.

СЕНТЯБРЬ

Название первого месяца осени пришло в наш язык из Древнего Рима, где оно обозначало его порядковый номер (седьмой). Исконные древнерусские названия сентября больше указывали на погодные условия: «дождезвон», «ревун», «хмурень», «листопадник» или «вересень» (из-за цветения вереска). В сентябре начинаются первые холода, ночи становятся заметно длиннее, стоят более долгие зори и медленные рассветы. Но «холоден сентябрь, да сыт», «август варит, а сентябрь к столу подает».

Православные приметы

1 сентября – Андрей Стратилат-тепляк, Фекла-свекольника. Начинается бабье лето. Спеет овес. Если дует южный ветер, ожидается большой урожай овса. На Феклу следует приступить к уборке свеклы.

3 сентября – Фаддей. Ясный день говорит о том, что хорошая погода продлится еще 4 недели.

5 сентября – Луппа-брусничник. Начинаются утренние морозы, вредящие льну и овсу, потому эти культуры необходимо убрать как можно раньше. Если на Луппу полетели на юг журавли, зима будет ранней.

7 сентября – Тит и Варфоломей. «Пришел Варфоломей – жито на золу сей». Если в течение лета был большой урожай грибов, значит, зима будет продолжительной.

8 сентября – Наталья-овсяница. Холодный рассвет пророчит суровую зиму. На Наталью можно собирать калину и рябину.

13 сентября – Куприян. В этот день рекомендуется убирать корнеплоды (кроме репы) и копать картофель.

14 сентября – Симеон Столпник, Семен-летопроводец, Марфа. Если в этот день ясно и тепло, значит, вся осень будет теплой. Хорошая погода на Семена предвещает теплую зиму. Если сыро и грязно, осень будет мокрой. Много тенетника – к солнечной и теплой осени и холодной зиме.

17 сентября – Богородица Неопалимая Купина, Луков день. Принято было молиться о защите от пожаров. На Луков день следует выкапывать лук.

21 сентября – Рождество Богородицы, Осенины. Праздник урожая. Можно собирать с гряд лук.

23 сентября – Петр и Павел – рябинники. Если уродилось много рябины, осень будет сырой. В этот день срывали с деревьев гроздь рябины и вешали под конек. Часть ягод принято было оставлять для птиц.

25 сентября – Корнилий. Можно убирать все корнеплоды, кроме репы. «С Корнилия корень в земле не растет, а только зябнет».

27 сентября – Воздвижение. С этого дня начинается уборка капусты.

28 сентября – Никита-гусепролет. Гуси улетают на юг. Можно начинать убирать репу.

1 сентября

День знаний

1 сентября – праздник в честь начала нового учебного года для школьников, студентов, учителей и преподавателей. В этот день в

учебных заведениях всей страны проходят торжественные линейки, проводятся традиционные уроки мира.

Особенно радостным и волнующим праздник является для первоклассников, ведь 1 сентября им предстоит вступить в новую жизнь. Но и для всех остальных День знаний очень важен. Каждый из нас помнит свой первый звонок, первую учительницу, первых товарищей-одноклассников.

Учащиеся старших классов и студенты часто отмечают 1 сентября шумно и весело: катаются по реке на теплоходе, устраивают вечеринки в кафе или за городом.

День знаний был учрежден как официальный праздник Верховным Советом СССР 1 сентября 1984 года.

САМА СЕБЕ КОСМЕТОЛОГ

В саду и огороде работы поубавилось, теперь вам гораздо легче выкроить время и заняться собой и своей внешностью, например состоянием кожи. Для того чтобы избежать преждевременного появления морщин, держите кожу в тонусе. Лучший способ для выполнения этого условия – массаж. Однако не отчаивайтесь, если у вас нет средств и времени для посещения косметического салона. После наших рекомендаций вы без труда овладеете приемами самомассажа.

Перед тем как приступить к процедуре, вымойте лицо теплой мыльной водой или протрите тампоном, смоченным лосьоном. Затем нанесите на массируемые участки тонкий слой жирного крема или масла. Самомассаж лица и шеи проводится одновременно двумя руками (левая рука обрабатывает левую часть, правая – правую). Существуют следующие приемы массажа:

- пальцы руки (кроме большого) выпрямите и прижмите друг к другу, после чего начните легко поколачивать ими поверхность кожи;

- на участках под глазами постукивайте поочередно подушечками 3, 4 и 5-го пальцев, при этом движения должны быть четкими и резкими;

- растирание кожи в подчелюстной области (место образования второго подбородка) проводите правой рукой слева направо, а потом в обратном направлении по 5-6 раз. Кроме того, данный прием можно выполнять влажным вафельным полотенцем;

- круговыми движениями пальцев совершите поглаживание щек (от носа к вискам), скул (от верхней губы к ушам и от подбородка к мочкам);

- в завершение помассируйте лоб подушечками 3-го и 4-ого пальцев, используя постукивания и поглаживания, в направлении от бровей к волосам.

Для поддержания упругости кожи достаточно проводить 2-3 сеанса самомассажа в неделю. Но любую проблему легче предотвратить, чем потом с ней бороться. Старайтесь избегать активных проявлений мимики на своем лице, не морщите лоб и не стройте гримасы.

Маска против морщин

Вам потребуется: 60 г сока моркови, 60 г сока лимона, 60 г муки рисовой, 60 г кислого молока.

Соки смешайте, добавьте кислое молоко и, не переставая помешивать, постепенно всыпьте муку. Полученная масса должна иметь однородную консистенцию. Нанесите маску на чистую кожу и оставьте на 20–25 минут, после чего смойте.

Омолаживающая маска

Вам потребуется: 100 г картофеля, 1 столовая ложка молока.

Картофель сварите в мундире, очистите от кожуры, протрите его сквозь сито и взбейте с молоком. Готовую маску слегка остудите и наложите ровным слоем на кожу лица и шеи. Время действия – 15–20 минут. Затем умойтесь теплой водой и насухо вытрите кожу чистой салфеткой.

ВНИМАНИЕ НА ОГОРОД

Основные огородные работы в сентябре направлены на сбор урожая и хранение овощей. Уборка каждого вида овощей и фруктов проходит в определенное время и обладает своими особенностями. Общим условием, однако, является ее проведение в сухую погоду.

Фрукты, предназначенные для длительного хранения, необходимо собирать с дерева в состоянии съемной зрелости, то есть слегка недоспевшими. Лучше всего это делать на утренней заре, чтобы плоды не успели нагреться под солнечными лучами. Если они покрыты росой, разложите их в хорошо проветриваемом помещении и просушите. Ни в коем случае не протирайте фрукты тряпкой – так вы можете удалить природное восковое покрытие, предохраняющее их от порчи. Подготовленные должным образом плоды разложите по деревянным ящикам, перекладывая каждый ряд соломой или мелкими древесными отходами. Если в хранилище будет поддерживаться постоянная температура (около 0° С), вы сможете наслаждаться вкусом свежих фруктов вплоть до нового урожая.

Собирать урожай овощей нужно точно в срок, ни днем раньше, ни днем позже. Дело в том, что переспелые овощи не могут храниться

длительное время, их поверхность покрывается трещинами, мякоть становится ватообразной или начинает гнить. У недоспелых плодов кожура слишком тонкая, она не способна защитить мякоть овощей от повреждения. Чтобы убрать овощи в нужный момент, вам придется проявить терпение. Перед тем как заложить плоды в хранилище, аккуратно очистите их от земли и просушите в прохладном помещении с хорошей вентиляцией.

Когда урожай собран, самое время позаботиться о почве. Осенью обязательно перекопайте места высадки растений и внесите необходимые удобрения.

Азотные удобрения требуются для нормального формирования зеленых частей растений, роста стебля в длину и листовых пластинок в ширину. При избытке азотистых веществ в почве вегетативные части растений гипертрофируются, увеличивается вероятность различных инфекционных и грибковых заболеваний, цветение начинается в более поздние сроки или же не наступает вообще.

Фосфорные удобрения, в отличие от описанных выше азотных, в значительной степени сокращают период вегетативного развития растений, ускоряют и усиливают процесс цветения, а также увеличивают число полноценных завязей. Плоды становятся более сладкими и ароматными, долго сохраняют сочную консистенцию. Недостаточное содержание фосфорных соединений в грунте ведет к образованию мелких, неполноценных листьев с загнутыми вверх краями пластинок, задержке развития вегетативных и генеративных почек, запаздыванию периода цветения.

Калийные удобрения усиливают рост зеленой массы растений и повышают их устойчивость к внезапным заморозкам. Этот факт имеет первоочередное значение для зимующих многолетних садовых и огородных культур. Кроме того, калий благотворно влияет на

образование завязей и рост плодов. Чаще всего данный элемент выпускается в виде хлористых солей или же сульфатов, поэтому при их избыточном внесении в грунте возникает повышенная концентрация хлора. Если почва на вашем участке имеет кислую реакцию, используйте любые калийные составы вместе с известью.

Биологические удобрения появились сравнительно недавно. В их состав входят продукты жизнедеятельности почвенных бактерий и других живых организмов. Стоимость подобных смесей может быть довольно высокой, однако эффективность применения делает их использование вполне целесообразным.

СТИРКА В ДОМЕ

Перед стиркой одежды следует правильно определить состав ткани, чтобы подобрать оптимальный режим, приобрести необходимый стиральный порошок и, самое главное, улучшить, а не ухудшить внешний вид загрязненной вещи.

Самое простое решение – посмотреть на вшитый в шов одежды ярлык. На нем должна содержаться вся необходимая информация – состав волокон, требования по стирке (щадящий или обычный режим) или рекомендация воспользоваться услугами химчистки. Но к сожалению, недобросовестные производители нередко указывают ложную или частично неверную информацию, в результате чего одежда оказывается непоправимо испорченной.

Прочность ткани зависит не только от химического состава волокон, но и от их структуры, плотности сплетения нитей, особенностей ткачества и некоторых других факторов. Учитывайте также степень износа одежды.

Для начала рассмотрим внешние признаки самых распространенных материалов.

Натуральные (хлопковые, льняные) очень функциональны, так как легко впитывают пот, не вызывают перегревания организма и аллергии, легко стираются. Лен перед окраской обычно отбеливают, затем уже наносят рисунок. На ощупь ткань слегка прохладная. Чтобы она не так сильно мялась, в нее обычно вплетают синтетические волокна, которые практически не влияют на ценные свойства материала.

Недостаток заключается в заметной усадке при стирке в горячей и теплой воде. Качественную одежду шьют из предварительно обработанной ткани, иначе размер готового изделия изменится. Сушат такие вещи, не выжимая, предварительно подвесив над ванной для стекания воды.

Шерстяные ткани обладают эластичностью, мягкостью, повышенной теплоемкостью. Поверхность может быть шершавой или гладкой. Чаще всего одежду шьют из материала с добавлением синтетики: она меньше мнется и при этом очень теплая. Ткань хорошо впитывает влагу.

Для стирки используют специальный стиральный порошок щадящего действия или белое хозяйственное мыло. Можно применять кондиционер с пометкой на этикетке «для изделий из шерстяной ткани», он сделает одежду мягкой и приятной на ощупь. Обычные порошки не годятся – они высушивают волокна, делают их ломкими, снижают устойчивость к истиранию. При плохом высушивании может появиться плесень.

Шелк, вискозный или аммиачный, красиво выглядит и недорого стоит. Вискозная ткань мягкая, с приятным блеском. Аммиачная также

блестит, обладает эластичностью. В воде обе разновидности набухают, становятся непрочными, поэтому при стирке рекомендуется соблюдать осторожность. Мыло или другое моющее средство должно иметь нейтральную реакцию, можно также использовать для этих целей шампунь без кондиционера. Температура воды в тазу должна быть не более 38° С. Полиамидная ткань прохладная на ощупь, с гладкой поверхностью. Полиэфирное волокно блестящее, после соответствующей обработки может быть матовым. Ткань немнущаяся, пушистая, обладает устойчивостью к микроорганизмам, в том числе плесени.

Чтобы с большей точностью определить, из какой же ткани сшита одежда, есть старый народный способ. Выдерните из шва, подпоров его, небольшую ниточку и подожгите ее. Удобнее всего проводить данный эксперимент на кафельной плитке или над другим негорючим материалом. Хлопок и лен горят быстро, при этом по комнате распространяется характерный запах паленой бумаги. На плитке остается легкий пепел сероватого оттенка.

Шерсть горит намного медленнее, пахнет паленым волосом (для пробы сожгите несколько волосков). На конце нитки после угасания огня образуется закопченный хрупкий узелок округлой формы. Пепел выглядит как угольно-черная пористая губка.

Вискоза и аммиачный шелк горят еще медленнее, издавая запах паленой бумаги. Золы остается очень мало, ее внешний вид зависит от способа выработки волокон.

Синтетика сразу же после поджигания начинает склеиваться, спекаться, вместо золы образуется стеклообразная субстанция, быстро застывающая на воздухе.

Перед тем как замочить белье для стирки, непременно определите жесткость воды. От данной характеристики зависит дозировка моющего средства, температура, выбор порошка и некоторые другие тонкости.

Жесткая вода вызывает повышенный расход порошка, снижение образования пены, ухудшение качества носильных и постельных принадлежностей. Виной тому избыточное содержание минеральных солей. Для смягчения в таз надо добавить чайную ложку стиральной соды на 10 л воды, оставить до утра, затем осторожно перелить в другой таз, стараясь не захватить образовавшийся за ночь осадок.

Мягкая вода позволяет сэкономить на мыле и порошке, способствует более качественному очищению.

Очень важно перед началом стирки правильно рассортировать одежду. Существует несколько правил. Вещи из грубой ткани отделяйте от более тонких. Распределяйте и по составу (натуральное или синтетическое волокно), поскольку от данного параметра зависит выбор и дозировка мыла или порошка. Не забудьте и о цвете: белое, разумеется, отделите от цветного. Сильно линяющие и совершенно новые вещи стирайте по одной в отдельном тазу. Для уменьшения потери цвета замачивайте и прополаскиваете их в чуть теплой воде (современные порошки активны и при невысокой температуре). Учитывайте не только окрашенность, но и оттенки.

Итак, вещи разобраны, пора приступать к их замачиванию. Это важный подготовительный этап стирки: часть загрязнений исчезает, остальные пятна легко отходят.

Белье в тазике должно полностью находиться под водой. Если данное правило не соблюдается, раствор порошка или мыла распределится неравномерно, грязь останется.

Необходимая температура воды указана на упаковке порошка или другого выбранного вами средства. Особенно четко должны соблюдаться рекомендации при использовании порошка с приставкой «био» в названии: эффективное действие специфических компонентов проявится только при определенных условиях.

Повышенная температура приведет к сворачиванию (закреплению на ткани) пятен органического происхождения, так как в их состав входит белок. Желательно сразу же после появления пятна смыть его под струей теплой воды и только после этого замачивать.

Пыльные вещи или одежду с водорастворимыми следами грязи перед замачиванием хорошо прополощите.

Хлопок и лен всегда замачивают отдельно от остальной одежды. Перед кипячением в отбеливателе белье оставляют на ночь в растворе стирального порошка.

Ярко окрашенные вещи выдерживают не более часа. Желательно использовать специальный стиральный порошок, сохраняющий сочность оттенков.

Шерстяные изделия замачивают только в прохладной воде с добавлением надлежащего средства.

Очень грязные предметы, например кухонные тряпочки, замачивайте в концентрированном растворе порошка с добавлением отбеливателя или стиральной соды.

Перед стиркой вещи хорошо отожмите.

21 сентября

Ст. стиль 8 сентября

Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии

День рождения Богородицы широко празднуется во всем христианском мире. Принято посещать утреннее богослужение в церкви, обращаться к пречистой Деве Марии с молитвами и просьбами.

Пресвятая Дева Мария родилась во времена, когда нравственность людей упала до такой степени, что их духовное возрождение казалось невозможным. Ветхозаветные пророки это понимали и открыто говорили о грядущем пришествии Господнем, которое должно было возродить веру людей и не допустить их полной гибели. Мария оказалась единственной женщиной, достойной стать вместилищем Всевышнего, пожелавшего сойти в мир и принять человеческий облик.

Родителями Марии были праведный Иоаким, происходивший из рода Давидова, и праведная Анна из колена Левиина, бывшая прямым потомком первосвященника Аарона. Долгое время супруги были бездетны, но, и достигнув преклонных лет, Иоаким и Анна не теряли надежды на рождение ребенка, уповая на милость Божью. Однажды святые супруги дали обет посвятить будущее дитя служению Богу.

Отсутствие в семье детей считалось в те далекие времена наказанием за грешную жизнь, и Иоаким и Анна вынуждены были в течение всей своей жизни терпеть оскорбления от соотечественников. Был даже случай, когда первосвященник не принял жертву от Иоакима, принесенную святым старцем в Иерусалимский храм. После этого случая святой Иоаким ушел в пустыню и там оплакивал свою горе и усердно молил Господа о даровании дитяти.

Наконец Господь исполнил прошение добродетельных супругов, которые достаточно подготовили себя к высокой миссии стать родителями будущей матери Иисуса Христа. Иоакима и Анну посетил архангел Гавриил, который принес престарелым супругам радостную весть: молитвы праведных услышаны Богом. В положенное время у них родится дочь, которую нарекут Марией и благодаря которой всему миру будет даровано спасение.

В скором времени в городе Назарете родилась Пресвятая Дева Мария, своей добродетелью и чистотой превзошедшая не только смертных, но даже ангелов. Как поется в одном из праздничных песнопений, Дева Мария явилась: «Небесной Дверью, вводящей Христа во Вселенную во спасение душ наших».

С Рождеством Божьей Матери настало время исполнения Божьих обетов о спасении человека из рабства дьявола. Это событие послужило преддверием появления на земле воплощенного Сына Божьего и приблизило время разрушения первородного греха, а с ним и смерти, тяготевшими над человечеством со времен Адама. Рождество Пресвятой Богородицы приблизило к земле благословенное Царство Божье, в котором правит истина и добродетель. А сама Милосердная Заступница почитается как благодатная мать всего человечества, и ее рождение празднуется Святой Церковью как всемирный день радости.

В православной церкви Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии входит в число двенадцатых Богородичных праздников (то есть 12 праздников, посвященных Божьей Матери) и отмечается 21 сентября (8 сентября по старому стилю). Этим событием начинается весь годичный круг православных церковных праздников.

В Рождество Пресвятой Богородицы, по народному обычаю, принято было отмечать вторые Осенины. В этот день рано утром

девушки и женщины выходили на берега рек или озер, чтобы встретить приход матушки Осенины киселем и овсяным хлебом. Впоследствии, после крещения Руси, образ матушки Осенины слился в народном сознании с образом Божьей Матери, поэтому крестьяне обращались к ней со словами: «Богородица Пречистая, избави от маеты, надсады, от других отведи, мое житие-бытие освети!».

21 сентября заканчивалось бабье лето, и осень вступала в свои права. В этот день родные и знакомые посещали новобрачных, «учили их уму-разуму». Молодая хозяйка пекла для гостей круглый пирог, а после обеда показывала дом. Затем молодой хозяин выводил гостей в сад и демонстрировал им надворные постройки: амбары, сараи и другие, угощал пивом собственного производства, и все вместе – и хозяева, и гости – дружно славили солнце.

Ко вторым Осенинам – празднику осеннего равноденствия и празднику урожая, сопровождавшемуся в древности песнями и играми, – прибавился христианский религиозный праздник Рождества Девы Марии, наполнивший земное торжество высоким духовным содержанием.

ПОЧИТАНИЕ ИКОН

Почитание различных икон на Руси, в особенности образов Богоматери, корнями своими уходит в древнее прошлое, когда, по представлениям славян, мать всего живого, великая прародительница, имела множество лиц и множество божественных функций и потому носила разные имена: Мать Сыра Земля, Макошь, Дидилия и другие. Времена язычества миновали, древние боги и богини были забыты, но сохранилась традиция видеть в любом чудесном явлении руку Высшей Силы.

Зримыми образами Бога выступали прежде всего иконы, и отношение к ним у верующих всегда было и остается особенным,

трепетно-уважительным. Со многими иконами, ставшими вследствие этого знаменитыми на всю Россию, связаны различные чудесные явления, исцеления больных, укрощение врагов, прекращение эпидемий и природных бедствий и так далее. И каждая икона получала свое название либо по месту ее написания, либо по тому месту, где впервые произошло чудо, связанное с ней.

Потому-то и имеет Богоматерь столько разных имен, являясь одновременно с этим единым воплощением Божественной силы материнской любви и всепрощения.

С наиболее чтимых икон делались копии – так называемые списки, которые распространялись по всем храмам Руси и домам верующих. Поэтому даже те, кто не мог в силу обстоятельств посетить какой-нибудь знаменитый храм, чтобы почтить ту или иную икону, имел возможность увидеть ее копию в ближайшей церкви и даже приобрести любимый образ для себя или своих близких.

Образ Казанской Богоматери является одним из самых почитаемых и распространенных в России. С этой иконой связаны многочисленные чудеса, ее чтят несколько раз в год. На пепелище города Казани (отчего и произошло название данного образа) маленькая девочка Матрена во сне увидела Богоматерь, указавшую, где нужно искать ее образ. По словам девочки на месте сгоревшего дома после долгих поисков и раскопок была обнаружена эта икона и отнесена с крестным ходом в ближайшую церковь, где священником был Гермоген – будущий патриарх Московский, великий святитель всей Руси (совпадение или знак свыше?).

Впоследствии икона прославилась множеством свершенных около нее чудес. Считается, что казанская Божья Матерь помогает от глазных болезней. Ей служат молебны. Целебными свойствами обладает даже роса, собранная перед восходом солнца в день, когда чествуют икону

Казанской Божьей Матери, – 4 ноября (22 октября по старому стилю). Ее покровительство спасло Москву от польского нашествия в 1612 году.

О СВАДЬБЕ

На Руси свадьбы играли только в определенные периоды времени. Венчание было запрещено в пост, а также на Масленичной неделе. В мае жениться считалось плохой приметой, иначе придется молодым маяться всю жизнь. Хорошими днями для бракосочетания называли осенние и зимние мясоеды – с 28 августа по 27 ноября и с 7 января до Масленицы. Время с Рождества до Сырной недели называли свадебником (начало – на третий день после Крещения). Весной и летом молодые люди вступали в брак с первого воскресенья после Пасхи и до самой Троицы, а также с Петрова дня до Спаса. Не принято было жениться по средам и пятницам, так как в эти дни требовалось соблюдать пост.

Второй брак допускался церковью, но в подобных случаях обряд венчания был не столь торжественным – на молодых не надевали венцы. Третий же и последующие браки вдовцов вообще проходили без венчания, в церкви лишь читали молитвословие. Однако все дети, рожденные в таких семьях, признавались законными и обладали всеми соответствующими правами.

У богатых людей свадьбу предваряла так называемая роспись приданого невесты. Если список удовлетворял семейство жениха, дело было решенным, в противном случае свадьба считалась несостоявшейся. Родители невесты в свою очередь имели право заранее собрать сведения о материальном положении претендента на руку и сердце их дочери.

По вышеуказанным причинам о сватовстве никого не оповещали, чтобы в случае неудачи не бросать тень на обе семьи. Иногда родственники жениха нанимали специальную женщину – смотрительницу, которая должна была внимательно рассмотреть молодую, поговорить с ней, составить мнение о ее образованности,

культуре поведения, характере, особенностях и манерах. Впрочем, это вовсе не гарантировало получения верных сведений: нередко родители невесты представляли смотрительнице совсем другую девушку, причем обман иногда обнаруживался только после венчания.

В конце XIX – начале XX века большинство городских свадеб происходило при обязательном участии свахи, своеобразного посредника между женихом и невестой. Обязанностью свахи был правильный выбор будущего супруга или супруги исходя из их характеров, материального положения, пожеланий и так далее. Пронырливые женщины потихоньку расспрашивали родственников, прислугу, приятелей и подруг потенциальных новобрачных. Иногда, чтобы побыстрее уладить дело и получить полагающееся вознаграждение, сваха шла на хитрость: физические недостатки выдавала за особенности, преувеличивала стоимость имущества, скрывала неприглядные поступки и события. Даже если правда в конце концов выяснялась, семьи нередко получались прочными.

Сговор перед городской свадьбой устраивался обычно в виде вечеринки или даже бала.

Огромное значение придавалось оглашению. Молодая пара сообщала священнику о своем обоюдном желании обвенчаться, после чего он в течение трех воскресений публично объявлял прихожанам имена будущих новобрачных во время литургии.

27 сентября

Ст. стиль 14 сентября

Воздвижение Креста Господня

В православной церкви Воздвижение Креста Господня принадлежит к числу так называемых Господских двенадцатых праздников, то есть 12 христианским торжествам, посвященным памяти различных событий, имевших место в земной жизни Иисуса Христа. Праздник Воздвижения посвящен обретению святой царицей Еленой того самого Креста, на котором Господь наш Иисус Христос принял страдания и смерть, и воздвижению его для всенародного поклонения. Этот праздник – единственный в православной церкви, который стали торжественно отмечать с первого дня его существования. Впервые Воздвижение было отпраздновано иерусалимской церковью в IV веке сразу же после обретения Креста. Более точно об этом событии повествуют Александрийские хроники VI века, в которых первое празднование Воздвижения относят к 326 году; день празднования – 27 сентября (14 сентября по старому стилю).

По преданию, мать императора Византии Константина Великого святая царица Елена в 325 году прибыла в Иерусалим с целью отыскать место погребения Спасителя и Крест, на котором Он был распят. В результате поисков нашли не один, а три креста. Подлинный Крест Господень дал о себе знать при первом же испытании: когда его возложили на умершего, покойник воскрес. В тот же день ко Кресту стеклось такое количество верующих, что многие желающие поклониться святыне не могли даже увидеть реликвию. Выход из положения нашел патриарх Иерусалимский Макарий, который велел поставить Крест на возвышении так, чтобы его было видно всему народу. Это событие и легло в основу церковной службы праздника Воздвижения.

В 335 году с этим торжеством соединили праздник обновления храма Воскресения, построенного святым императором Константином в память обретения Креста. Еще более широко празднование Воздвижения распространилось после возвращения Креста Господня в Иерусалим в

628 году по окончании длительной и кровопролитной войны между Персией и Византией.

В 614 году, в начале этой четырнадцатилетней войны, персидские войска напали на Палестину, принадлежавшую в то время Византии, и, разграбив Иерусалим, унесли вместе с другой добычей Крест Господень. Великая христианская святыня пробыла в плену у иноверцев 14 лет. Но император Ираклий в 628 году одержал победу над персами и вернул Крест в Иерусалим. Император собственноручно внес Крест в храм, и святыню во время торжественного молебна снова воздвигли для всенародного обозрения. С тех пор праздник приобрел всемирное значение и стал общим для Вселенской Церкви.

В настоящее время Воздвижение Креста Господня православная церковь празднует в течение 9 дней. Праздник начинается предпразднеством вечером 27 сентября и заканчивается отданием, которое служат за литургией 5 октября. Поскольку это знаменательное событие посвящено Кресту Господню, то в самый день праздника соблюдают пост: разрешается только растительная пища с постным маслом.

Не обошли праздник Воздвижения народные приметы и обычаи. К 27 сентября приурочено празднование так называемых третьих Осенин. В течение двух недель по народной традиции проводились девичьи вечеринки, или капустницы. Молодежь, переходя из дома в дом, помогала заготавливать на зиму капусту, которая в древности считалась пищей богов.

Знак креста также почитался на Руси с глубокой древности, так как являлся символом солнца. Считалось, что на третьи Осенины крест излучает особую охранительную силу, и в этот день принято было совершать древний крестовый обряд: в местах, которые хотели оградить от нечистой силы, крестьяне рисовали кресты или вырезали их из

дерева. Для совершения крестового обряда годились и ветви рябины, связанные крест-накрест.

От злой Кухомы следовало опахать землю вокруг села, чтобы простуда и лихорадка не беспокоили его жителей в зимние холода. На третьи Осенины варили пиво и парились в бане, а в лесах в это время шалил леший, устраивая смотрины зверью накануне зимы и подшучивая над одинокими путниками.

ПОСТНЫЕ ВКУСНОСТИ

Тыквенный пудинг

Вам потребуется: примерно 1 кг сладкой тыквы, немного молока, 3 небольших сочных яблока, 2 столовые ложки манной крупы, 2 яйца, сахар по вкусу, масло или кулинарный жир для выпечки, панировочные сухари из батона или белого хлеба. Тыкву очистите от кожуры и нарежьте небольшими кубиками, промойте и отварите в молоке. Яблоки также освободите от кожицы, нарежьте кусочками или тонкими дольками и варите в воде с добавлением сахара до размягчения. Перемешайте в отдельной емкости тыкву и яблоки, постепенно добавляя манную крупу, затем поставьте массу на слабый огонь и варите до загустения. Снимите с огня и дайте остыть. Яичные желтки аккуратно отделите от белков, разотрите или взбейте миксером и присоедините к смеси. Подготовьте форму или жаровню, смажьте ее жиром, посыпьте молотыми белыми сухарями и выложите будущий пудинг. Поверхность разровняйте. Белки взбейте в крепкую пену и смажьте пудинг, посыпьте его сухарями и сбрызните небольшим количеством растопленного сливочного масла (не обязательно). Поставьте форму в разогретую духовку и выпекайте до готовности. Подавайте на стол в горячем виде. Отдельно поставьте соусник с растопленным маслом или сметанным соусом.

Оладушки «Диетические»

Вам потребуется: 200 г любых овсяных хлопьев, 1 стакан цельного молока, 100 г пшеничной муки высшего сорта, 3 яйца, 200 г сладкой моркови, соль на кончике ножа, сахар по вкусу, рафинированное растительное масло или кулинарный жир для жаренья.

Морковь можно взять как сырую, так и заранее отваренную. Очистите ее и натрите на мелкой терке, отожмите сок. Хлопья выложите в фарфоровую или эмалированную емкость, залейте кипящим молоком и оставьте для набухания на некоторое время. Добавьте размешанные или взбитые миксером яичные желтки, аккуратно отделенные от белков, посолите, добавьте немного сахара и тертую морковь, хорошо перемешайте или взбейте миксером. Муку добавляйте постепенно, следите, чтобы тесто для оладий не получилось слишком густым. Белки взбейте в крепкую пену и присоедините к тесту. Теперь можно приступать к выпечке. Жир или масло разогрейте на сковороде, ложкой выкладывайте оладьи и обжаривайте их с двух сторон. Подавайте блюдо на стол в горячем виде. Отдельно поставьте соусник с жидкой сметаной, вазочку с вареньем и сахарную пудру.

Соленые котлетки

Многим нравится есть вареный или жареный картофель с пряной селедочкой. А если попробовать соединить эти продукты в одно аппетитное блюдо? Вам потребуется: 500 г заранее отваренного картофеля, 1 сельдь средних размеров или готовое филе, 1 яйцо, 1 столовая ложка неострого тертого сыра, 1 небольшая луковица, немного пшеничной муки, панировочные сухари со специями или без них, кулинарный жир или рафинированное подсолнечное масло для жаренья.

Картофель пропустите через мясорубку, затем разотрите ложкой или взбейте миксером в однородную массу. Сельдь разделайте, удалите внутренности, кожу и кости, мелко нарежьте или также пропустите через мясорубку. Лук очистите, нашинкуйте и обжарьте в кипящем масле до светло-золотистого оттенка. В эмалированной емкости смешайте картофель и селедочный фарш, добавьте лук и тертый сыр, в последнюю очередь присоедините яичный желток. Затем всыпьте необходимое количество муки так, чтобы получилось достаточно густое «тесто». Сформируйте небольшие котлетки, обмакните каждую в яичный белок, затем обваляйте в сухарях или муке и обжарьте в масле до появления коричневатой корочки. Подавайте на стол в горячем виде, разложив по порционным тарелкам. К таким котлеткам можно отдельно подать любой соус для рыбы или сметану.

НЕ БОЛЕТЬ!

Дождливая осенняя погода зачастую становится причиной простудных заболеваний. Для скорейшего выздоровления большинство из нас, по обыкновению, прибегают к помощи антибиотиков. После курса антибиотиков неизбежно страдают полезные микроорганизмы, обитающие на слизистых оболочках желудка и кишечника. Чтобы восстановить природную флору, возьмите 50 г яблоневого листа, 1 столовую ложку тысячелистника, 1 столовую ложку дробленого корня лопуха. Залейте растительную смесь 2 полными стаканами воды и варите на медленном огне в течение 7-10 минут. Затем накройте емкость плотной тканью и дайте настояться минут пятнадцать. Пейте до еды дважды в день по одной трети стакана, доливая в него до верха теплую кипяченую или минеральную воду.

Если простуда сопровождается задержкой жидкости в организме, поможет мочегонный сбор. Возьмите равное количество брусничного листа, семени аниса, измельченных листьев мать-и-мачехи, липового цвета и сушеной малины. Заварите 10 г полученной смеси стаканом

кипящей воды и поставьте емкость на водяную баню. Подогревайте в течение получаса, затем остудите и процедите через марлю. Доведите объем отвара до полного стакана теплой кипяченой водой. Принимайте в подогретом виде по 1 стакану перед сном. Следующий рецепт сочетает в себе мочегонное и антисептическое действия. Вам понадобится 15 г брусничного листа и такое же количество сушеной малины. Смешайте компоненты, залейте стаканом кипятка и варите на паровой бане примерно 10 минут. Остудите отвар, процедите его через марлю. Пейте до еды трижды в день по половине стакана.

Для снижения температуры и повышения потоотделения заварите 1 столовую ложку смеси брусничного листа, липового цвета, сушеной малины и аниса стаканом кипящей воды. Подогревайте на медленном огне в течение 10 минут, затем остудите и процедите. Пейте в горячем виде перед сном. При сильном воспалении мочевого пузыря смешайте в равных частях брусничный лист, зверобой, цветки ромашки аптечной, цветки бузины черной, почки тополя. Столовую ложку сбора заварите 3 стаканами кипятка и кипятите на медленном огне 30 минут. Пейте по 100 г процеженного теплого отвара 3–5 раз в день до еды. Курс лечения составляет не менее 10 дней.

Если воспалительный процесс перешел в хроническое заболевание, возьмите 1 столовую ложку брусничного листа, такое же количество сушеных ягод брусники и зверобоя продырявленного. Полученную смесь залейте 2 стаканами кипятка и варите 10 минут на медленном огне. Принимайте несколько раз в день по одной трети стакана.

Неплохой эффект в подобных случаях оказывает и другой сбор. Возьмите в равных частях брусничный лист, кору барбариса, тополиные почки, соцветия пижмы. Столовую ложку смеси заварите полтора стаканами кипящей воды, накройте плотной тканью и оставьте на 1,5–2

часа. Процедите и принимайте по 2 столовые ложки отвара 4 раза в день.

ОКТЯБРЬ

Современное название второго осеннего месяца имеет древнеримские корни: в календаре римлян он занимал восьмую позицию («окто» означает «восемь»). На Руси этот месяц называли «хлебник» или «свадебник». Именно в октябре после окончания сбора урожая начиналась пора свадеб. В народе говорили: «Октябрь – время ненастья – начало семейного счастья».

Православные приметы

1 октября – Арина – журавлиный лет. Если журавли улетают на юг, значит, на Покров будет мороз. Если птиц в этот день не видно, раньше 2 ноября (Артемьева дня) заморозков не будет. На Арину можно собирать плоды шиповника.

3 октября – Астафий. Северный ветер – к морозу, южный – к теплу, западный – к сырости, восточный – к ясной погоде. Если дует южный ветер, то на будущий год ожидается добрый урожай озимых.

4 октября – Кондрат, Игнат. Какая погода стоит в этот день, такая продержится и в следующие 4 недели.

5 октября – Фока, Иона. Если лист с березы не облетел, снег ляжет поздно.

7 октября – Фекла-заревница. В полночь зажигали свет в овине и начинали молотить хлеб. На Ф1клу убирали свеклу.

8 октября – Сергей Радонежский. В этот день начинается, а с 22 ноября (Матрена зимняя) устанавливается зима. Если же 8 октября пошел первый снег, зима вступит в свои права 21 ноября. На Сергия можно убирать капусту.

9 октября – Иоанн Богослов. Если идет снег, значит, настоящая зима начнется в Михайлов день (21 ноября).

14 октября – Покров. По погоде в этот день можно определить, какую ждать зиму. Откуда на Покров дует ветер, оттуда он будет дуть всю зимнюю пору. Если ветер восточный, зима ожидается холодная.

20 октября – Сергей зимний. Если земля покрылась снежком, зима войдет в свои права с ноябрьской Матрены.

23 октября – Евлампий и Евлампия. Рог месяца указывает, откуда дуть ветрам: если он направлен на север, скоро придет зима и снег ляжет на сухую землю; если на юг – зимы долго не будет, а сырая погода простоит до 4 ноября.

25 октября – Пров. В этот день гадали по звездам об урожае и погоде. Яркие звезды – к морозу, блеклые – к оттепели. Много звезд на небе – к урожаю гороха.

27 октября – Параскева-грязнуха – в этот день никогда не бывает сухо.

5 октября

День учителя

5 октября весь мир отмечает День учителя – профессиональный праздник работников сферы образования.

Он был учрежден ЮНЕСКО в 1994 году. Однако в нашей стране традиция поздравлять учителей существовала с 1965 года.

Праздник отмечался в первое воскресенье месяца. В 1994 году вышел указ Президента РФ, согласно которому была утверждена официальная дата Дня учителя – 5 октября.

В этот день школьники поздравляют своих учителей, вручают им букеты и подарки, рисуют стенгазеты, устраивают посвященные празднику концерты.

Труд педагога требует бесконечного терпения, мудрости, искренней любви к детям и к своему великому делу, постоянной готовности к самосовершенствованию. День учителя – возможность выразить благодарность и признание всем представителям этой самоотверженной профессии.

ОПАСНЫЕ ЗОНЫ В ВАШЕЙ КВАРТИРЕ

Не секрет, что хозяйки проводят много времени на кухне. Печально, но именно здесь ежегодно происходит около десяти миллионов несчастных случаев, и это только в России. Иногда их причиной становятся неисправные электроприборы и другие сторонние факторы, остальные же – следствие небрежности, неосторожности и необдуманных действий.

Рассмотрим основные опасные зоны обыкновенной малогабаритной кухни. Начнем с двери. Если в нее вставлено не матовое (или узорное), а обыкновенное оконное стекло, вы можете случайно не заметить его.

Осколки разбитого стекла способны нанести травмы различной степени тяжести. Чтобы избежать беды, заклейте стекло красивой цветной пленкой или самоклеющимися моющимися обоями. В крайнем случае подойдут несколько ярких наклеек, привлекающих внимание, или роспись специальными красками. Дверная ручка должна быть удобной, чтобы в спешке вы не прищемили себе пальцы.

Продумайте и дизайн кухни. Даже если вам недоступны современные мебельные гарнитуры, постарайтесь расположить имеющуюся утварь рационально. Поблизости от плиты не должны стоять шкаф, холодильник и другие громоздкие предметы. Стенные шкафчики следует хорошо укрепить на дюбелях, периодически проверяя надежность сцепления. Если пол покрыт линолеумом с гладкой поверхностью, любая случайно разлитая жидкость рано или поздно станет причиной травмы, поэтому выберите шероховатое покрытие или постарайтесь соблюдать аккуратность.

Не поленитесь соорудить рядом с плитой небольшую вешалку или просто вверните в стену несколько шурупов. На них удобно вешать прихватки разного размера, чтобы в случае необходимости не искать их.

Все легковоспламеняющиеся вещества держите подальше от кухни, в коридорном шкафчике или кладовке.

Если вы пользуетесь микроволновой печью, набор специальной посуды держите на полке над ней. Вилки, ложки и ножи удобно хранить в вертикальном или горизонтальном контейнере. Быющую посуду, когда в ней нет необходимости, убирайте в шкафчики с закрывающимися дверцами.

Постарайтесь без особой необходимости не пускать детей на кухню. Малыши из-за своей неуклюжести могут случайно опрокинуть на себя кастрюлю, уронить тяжелый предмет, порезаться ножом.

Немаловажно подобрать правильный источник освещения. Абажур подвесной лампы должен быть светлым, легко моющимся. Не экономьте на мощности лампочки: плохое освещение нередко становится причиной травмы. Все электрические приборы обязательно должны быть исправными и заземленными.

И последний совет. На всякий случай повесьте рядом с телефонным аппаратом список номеров аварийных служб, скорой помощи и службы спасения, чтобы в случае непредвиденной ситуации не растеряться и быстро обратиться за помощью.

14 октября

Ст. стиль 1 октября

Покров Пресвятой Владычицы нашей Богородицы

14 октября (1 октября по старому стилю) Русская православная церковь празднует Покров Пресвятой Богородицы, который является одним из двенадцати великих праздников, посвященных Божьей Матери, и особо почитаем на Руси.

По церковному преданию событие, которое положило начало празднику Покрова Божьей Матери, произошло 1 октября 910 года во Влахернском храме города Константинополя, где хранилась одна из риз Пресвятой Богородицы, часть пояса и ее головной покров – омофор. В это время город Константинополь осаждало войско сарацинов. Напуганные жители города искали убежища в церкви, и многие, возложив все свое упование на Божью Матерь, укрылись во Влахернском

храме. Множество людей со слезами молились Пресвятой Богородице и Приснодеве Марии и Господу нашему Иисусу Христу. Во время всенощной службы святой Андрей, юродивый Христа ради, увидел сверху над молящимися Божью Матерь, окруженную ангелами. Пречистую Деву и Царицу Небесную сопровождали святой апостол и евангелист Иоанн Богослов и святой пророк Иоанн Креститель. Владычица стояла в воздухе, окруженная великой славой, и молитвенно простирала свои руки к Сыну, покрывая собравшийся в храме народ Своим омофором. Этот покров сиял в ее руках «паче лучей солнечных», а сама Приснодева Мария молилась об избавлении верных от вражеского нашествия.

Святой Андрей родился в городе Новгороде и с ранней юности до самой смерти оставался верен своему трудному подвигу юродства. Блаженный испытывал свое многострадальное тело жаждой и постом, холодом и зноем; и неслучайно именно ему, достигшему в своем совершенстве дара прозорливости, было явлено это чудное видение. Блаженный Епифаний, бывший учеником святого, также был удостоен видения Божьей Матери, покрывающей молящихся христиан своим омофором. Видение Пресвятой Богородицы вскоре пропало, ее покров сделался невидимым, но благодать и защита Матери Божьей остались с христианами: после явления Пресвятой Богородицы во Влахернском храме войско сарацинов без боя отошло от Константинополя. На Руси Покров Пресвятой Богородицы стали праздновать при святом князе Андрее Боголюбском в 1164 году, а год спустя, в 1165-м, великий князь построил храм на реке Нерли, повелев освятить его в честь Покрова. С глубокой древности на праздник Покрова Пресвятой Богородицы православные христиане на Руси шли в храмы семьями, чтобы в теплых молитвах испросить заступления Божьей Матери, которая всегда молитвенно простирает свой покров над всеми людьми и молит Сына Своего и Господа нашего Иисуса Христа даровать нам «мир и велию милость».

Покров Пресвятой Богородицы в народе считают оберегающим свадебные торжества. Поэтому многие деревенские девушки в этот день обязательно бывают в церкви, где ставят свечи образу Покрова и молятся о скором замужестве.

В средней полосе России на Покров обычно выпадает первый снег, что считается в народе доброй приметой. Кроме того, снег, покрывающий землю после осенней слякоти, наводит на мысли о чистоте и совершенстве, что в быту олицетворяется с чистотой и невинностью невесты или фатой и свадебным покрывалом. К дню Покрова крестьяне в деревнях уже полностью убирали с полей урожай и делали заготовки на зиму. Праздником Покрова начиналось так называемое зазимье, когда домашний скот больше не выгоняли пастись на луга, а держали в теплых хлевах, переводя животных на зимний корм. К этому времени парни и девушки заканчивали водить хороводы и начинали посиделки. Длинными зимними вечерами девушки занимались рукоделием: пряли, вышивали, ткали или вязали и пели при этом протяжные народные песни. А на самый праздник, который у крестьян олицетворял приход зимних холодов, пекли тонкие блины (блинцы) и особые пироги с «углами» – чтоб из избы не выходило тепло.

ОСЕННЯЯ ХАНДРА

Осень – пора зрелости матушки-природы. В жизни каждого человека рано или поздно наступает своя осень. Вступление в пору зрелости обычно сопровождается поиском нового облика: сменой гардероба и прически, иногда полной переменой стиля. Однако во всем необходимо соблюдать меру. Излишне молодящаяся дама бальзаковского возраста выглядит не менее смешно, чем хорошо выглядящая молодая женщина в старушечьем одеянии. Если у вас прекрасная фигура и ухоженное лицо, не бойтесь носить короткую и облегающую одежду.

Следует учитывать также индивидуальные особенности фигуры, время года.

Боязнь потерять привлекательность для мужчин совершенно необоснованна. Наоборот, зрелая женщина обладает гораздо большей притягательностью, чем юные неопытные девочки. Вернуть уверенность в себе поможет хорошо сделанный маникюр, грамотно наложенный макияж, тщательно подобранный аромат для утра и вечера, удобная и красивая прическа. Может быть, следует немного поменять цвет волос или же освежить его, закрасив пробивающуюся седину, сделать модельную стрижку. Если есть возможность, проконсультируйтесь у опытного стилиста. Подобрать собственный имидж можно и самостоятельно. Все, что вам необходимо, – немного свободного времени. Подумайте, какой стиль вам подходит больше всего и почему. Учитывайте характер вашей работы, подвижность, особенности телосложения, мнимые или истинные недостатки и так далее.

Постарайтесь сделать свой гардероб универсальным: например, подобрать такой пиджак, который подошел бы и к брюкам, и к юбке, скомпоновать вещи по цветовой гамме.

Задумайтесь над своим социальным статусом. Возможно, вы не смогли добиться всего, о чем мечтали в юности, но не заикливайтесь на недостигнутом. Оцените то, что имеете – интересную работу, любящую семью, здоровых и умных детей, хороших друзей... Подумайте о том, что можно изменить к лучшему, а что – оставить как есть. Перемены не всегда благотворны.

Займитесь своим здоровьем: побольше гуляйте или просто ходите пешком, займитесь легкой аэробикой или несильным шейпингом, приобретите абонемент в бассейн. Прекрасная физическая форма – залог хорошего настроения и самочувствия. Регулярные упражнения помогут вернуть телу упругость, придадут новые силы.

Если вы недовольны появившимися морщинками, запишитесь на прием к квалифицированному косметологу. В тридцать лет прибегать к пластической хирургии еще рано, а вот выбрать хороший крем для лица уже пора. Правильно подобранные корректирующие и питательные средства помогут вам надолго сохранить молодость.

При наступлении кризиса и в тяжелые моменты жизни не стесняйтесь обратиться к специалисту – психологу или психоаналитику. Может помочь и звонок по телефону доверия: выговорившись, вы почувствуете себя значительно легче. А вот «загружать» личными проблемами подруг и приятельниц не стоит, иногда они сами находятся в подобной ситуации, и, кроме того, ваши личные неприятности могут стать предметом обсуждения.

И последнее. Не заостряйте внимания окружающих на своих мнимых и истинных недостатках, будьте свободнее, раскрепощеннее. Если вы ощущаете себя привлекательной и уверенной, окружающие увидят вас именно такой.

НОЯБРЬ

Название месяца происходит от латинского слова *novem*, что означает «девять». Дело в том, что у древних римлян ноябрь был не одиннадцатым, а девятым месяцем по счету в году. Славяне называли его груднем, очевидно, потому, что в эту холодную и ненастную пору на дорогах образуются груды замерзшей земли со снегом.

Поэтому ноябрь – не лучшее время для путешествий.

За характерную для этого месяца дождливую погоду ноябрь получил в народе название «бездорожник» и «листогной».

Это невеселое время связано с отмиранием природы, заметным уменьшением продолжительности светового дня, выпадением первого снега, с первыми крепкими морозами.

Православные приметы

4 ноября – зимняя (осенняя) Казанская. Начинаются первые заморозки. Чаще всего в этот день льет дождь. «Если на Казанскую лето заплачет, то вслед за дождем и зима придет».

5 ноября – Яков. Крупа или мелкий град указывают на то, что зима установится только с Матрены (22 ноября).

8 ноября – Дмитрий Солунский, Родительская неделя. Если в этот день холодно и снежно, на следующий год весна наступит поздно, и наоборот. Если на Дмитрия идет снег, значит, он будет и на Пасху.

12 ноября – Зиновий-синичник. На деревьях принято развешивать домики и кормушки для птиц.

14 ноября – Кузьма-Демьян, Кузьминки. Если в этот день идет снег, значит, весной будет большое половодье. Если с деревьев не опал лист, ожидается мороз.

15 ноября – Акундин. Пора обминать лен, коноплю и обмолачивать хлеб.

19 ноября – Павел и Варлаам. Если в этот день идет снег, значит, и зима будет снежной.

21 ноября – Михаил. «Каков Михаил, таков и Никола (зимний)». Если в этот день выпал иней, будут большие снега. Туман вечером – к скорой оттепели.

22 ноября – Матрена зимняя. Зима окончательно устанавливается, начинаются первые морозы. Если на Матрену облачно и снежно, май будет ненастным; если выпал иней, уродится овес; дождь – к урожаю пшеницы.

23 ноября – Ераст, Родион. Иней на деревьях – к сильному морозу, туман – к оттепели.

24 ноября – Федор студит. Если стоит хорошая погода, значит, зима ожидается теплая, и наоборот.

25 ноября – Иван милостивый. Если в этот день идет дождь или снег, значит, до 4 декабря (Введение) будут оттепели.

27 ноября – Филипп. Иней – к урожаю овса, дождь – к урожаю пшеницы. Если раскаркались вороны, стоит ждать оттепели.

29 ноября – Матвей. Если в этот день дуют сильные ветры, то до 19 декабря (Никола зимний) будут вьюги и метели.

4 ноября

День народного единства

В 2004 году решением Госдумы РФ был учрежден новый праздник – День народного единства. При этом государственный выходной официально перенесли с 7 на 4 ноября. Очевидно, причиной этого стало желание полностью стереть из памяти граждан воспоминание об Октябрьской революции.

История праздника связана с событиями 4 ноября 1612 года. В этот день купец Кузьма Минин и воевода Дмитрий Пожарский, возглавив народное ополчение, освободили Москву от польско-литовских интервентов. Благодаря этому героическому подвигу простых людей на Руси закончилось Смутное время. Победа Минина и Пожарского – уникальный пример народного мужества, сплоченности и патриотизма. Это единственный в истории России случай, когда не представители власти, а рядовые граждане, невзирая на различия в происхождении и положении в обществе, повлияли на судьбу всей страны.

В День народного единства проводятся торжественные концерты, шествия и митинги, организуются спортивные мероприятия, устраиваются благотворительные акции.

КАК ВЫБРАТЬ И ПРАВИЛЬНО ПРИГОТОВИТЬ МЯСО

Чтобы все приготовленные вами мясные блюда были вкусными и сочными, запомните несколько полезных рекомендаций.

Выбирая говядину, обратите внимание на цвет мякоти и жира. У мяса молодого животного приятный темно-розовый или красноватый оттенок, сало белое. Старая говядина имеет темно-красный цвет и желтый (иногда буроватый) жир и жилки. Баранина хорошего качества должна быть ярко-красного оттенка, сало – белым, достаточно твердым. Старая баранина отличается большим количеством жира, липкого на ощупь.

Для первых блюд целесообразно покупать мясо старых животных. Оно дешевле, кроме того, бульон получается более наваристым и приобретает приятный вкус. Можно также тушить его с овощами и грибами. Молодое же мясо подойдет для отбивных, биточков. Его рекомендуется обжаривать в панировке или кипящем жире.

Свежесть любого мяса несложно определить следующим способом. Слегка надавите на него пальцем. Образовавшаяся ямка должна тотчас же выровняться.

Если свежесть мяса не вызывает у вас сомнений, но запах тем не менее по каким-то причинам неприятен, промойте его в прохладной воде, натрите смесью крупной соли и молотого черного перца и опустите примерно на 30 минут в слабый раствор уксуса. Если вам не нравится специфический запах баранины (он особенно ярко выражен у мяса молодых животных), положите ее на 2–3 часа в слабый раствор уксуса, а затем промойте прохладной водой.

Мясо, закупленное впрок, необходимо сразу же заморозить в морозильной камере. Удобнее всего предварительно разделить его на порционные куски и упаковать каждый отдельно. Размораживайте мясо на воздухе до полного оттаивания. Можно также переложить его в чистую емкость и поставить на нижнюю полку холодильника. В этом случае процесс размораживания займет значительное время, но мясо получится очень вкусным. В крайнем случае воспользуйтесь микроволновой печью: в большинстве подобных устройств есть соответствующая функция.

Ни в коем случае не размораживайте мясо в теплой воде и тем более не держите под струей. От этого оно станет жестковатым и потеряет большую часть витаминов и ценных питательных веществ. Если вы разморозили кусок мяса, непременно используйте его полностью: повторное замораживание испортит вкус блюда. Вне холодильника мясо можно хранить несколько дней. Заверните его в пропитанную столовым уксусом чистую полотняную салфетку и положите в прохладное место. Благодаря этому мясо не испортится в течение 2 суток. Продлить срок хранения можно следующим способом. Промойте мясо, обсушите его чистой салфеткой, уложите в эмалированную кастрюлю и залейте

простоквашей, накройте подходящей по размеру тарелкой и поместите гнет.

Промывайте мясо теплой, но не горячей водой, а затем обязательно ополаскивайте холодной.

Молодую говядину, свинину и телятину непременно нужно доводить до полной готовности.

Перед тем как пропустить мясо через мясорубку, охладите его, но не замораживайте. Дело в том, что в процессе измельчения рабочими ножами температура полученного фарша немного повышается, что может привести к порче продукта. Не пользуйтесь для хранения фарша алюминиевой посудой. В любые мясные блюда соль добавляйте в конце приготовления. В противном случае кушанье станет жестковатым и невкусным. Соль вводится сразу только при жарке, так как она предотвращает разбрызгивание жира. Мясо, поджаренное на шампурах или специальной решетке, солите только в готовом виде.

КАК СНЯТЬ УСТАЛОСТЬ В НОГАХ

Затекшие или уставшие ноги постарайтесь на некоторое время поднять вверх и поворачивать ступнями – неприятные ощущения быстро стихнут. В течение дня двигайте пальцами ног, разминайте голеностопные суставы. При сильной усталости (например, после работы в положении стоя или длительной ходьбы) помогите ногам отдохнуть. Отек спадет, если вы сделаете прохладный влажный компресс на ступни и положите их на подушку или высокую скамейку. Походите по полу или ковру, сняв обувь, сначала наступая на всю стопу, затем только на пятки, на носки, на внешний и внутренний край ступни. Такие упражнения не только помогают избавиться от ломоты и болезненности, но и предупреждают развитие плоскостопия на его ранних стадиях. Полезны они как взрослым, так и детям.

Поочередно сгибайте и разгибайте пальцы на каждой ноге. Движения должны быть медленными. Повторите пять раз, затем помассируйте ступни нежными надавливающими движениями.

В холодную сырую погоду обязательно надевайте теплые шерстяные носки (они бывают тонкими и прекрасно сочетаются с классической и спортивной обувью), альтернатива – колготки с высоким содержанием шерсти. Ноги не должны мерзнуть, иначе нарушается кровообращение и страдает весь организм. От длительного ношения неудобной, тесной или, наоборот, слишком широкой обуви образуются мозоли. Они могут появиться в любом, даже раннем, возрасте, а вот избавиться от них довольно трудно. Внешний ороговевший слой кожи, выполняющий защитную функцию и оберегающий нижележащие слои тканей от механических повреждений, утолщается на постоянно травмируемых зонах. Это и есть те самые мозоли. На ступнях могут появляться так называемые натоптыши. Удаляют их с помощью мозольного пластыря или в педикюрном кабинете.

Тесная обувь нередко становится причиной более серьезной неприятности – врастания ногтей. Последние уже не могут расти прямо из-за постоянного сдавливания в вертикальном направлении и постепенно загибаются к мякоти пальца. Края ногтя врастают в боковые кожные валики, мягкие ткани травмируются и воспаляются. Иногда подобный дефект возникает из-за врожденного несоответствия размеров пальца и ногтевой пластинки. Если регулярно обрабатывать ноги и подстригать ногти по всем правилам (не срезая уголков под корень), врастания обычно удается избежать. В запущенных случаях следует обязательно обратиться к хирургу, в домашних условиях операция невозможна. При повышенном потоотделении ноги нередко издают неприятный специфический запах, даже при регулярном проведении гигиенических процедур. Сейчас существует большой выбор средств по уходу за кожей ступней, в том числе ароматизированные кремы,

дезодоранты, присыпки. При отсутствии положительного эффекта необходимо пройти медицинское обследование – иногда потливость свидетельствует о каком-либо внутреннем заболевании.

Сеточки сосудов, выступающие на ногах (варикоз), не только косметический дефект, но и довольно серьезное заболевание кровеносных сосудов. Возникает застаивание крови в ногах, наблюдается отечность. Чаще всего первые признаки варикоза женщины замечают на поздних сроках беременности, после перенесенного тяжелого недуга или хирургического вмешательства. Имеет значение также генетическая склонность. Лечение назначает врач, оно может быть медикаментозным или оперативным в зависимости от серьезности случая и особенностей организма пациентки.

30 ноября

День матери

Указом Президента РФ от 30 января 1998 года в России был учрежден День матери. Если 8 Марта мы поздравляем всех представительниц прекрасного пола, то в последнее воскресенье ноября – исключительно мам (в том числе и будущих).

Исторически этот праздник существует очень давно. У многих древних народов был распространен культ матери. Они почитали ее как символ женского начала, плодородия и бесконечности жизни. Древние греки поклонялись Гее – матери всех богов. У народов Малой Азии в большом почете была Кибела – Великая мать, довольно жестокая и кровожадная богиня. Впоследствии ее культ стал государственным в Риме. Кельты в День матери чествовали богиню Бригит. В наши дни этот праздник в разное время отмечается во многих странах.

В День матери мы выражаем любовь и благодарность самому близкому человеку. Этот праздник укрепляет семейные традиции, подчеркивает важность родственных связей. Как и 8 Марта, День матери – повод задуматься о необходимости бережного и уважительного отношения к женщине.

КРЕЩЕНИЕ МЛАДЕНЦЕВ

На Руси было принято крестить младенца на восьмой или сороковой день после его появления на свет. Обряд проводился после обедни непосредственно в церкви или специально построенном помещении – крестильне. Иногда малыша крестили в доме, если имелись какие-либо уважительные причины (например, болезнь), причем событие происходило не в той комнате, где ребенок родился. На вопросы, которые священник задавал крещаемому, отвечали заранее выбранные крестные родители – отец и мать.

Выбор крестных считался непростым и ответственным делом. Ведь они должны были стать духовной заменой родителей, духовными наставниками ребенка, его опорой и поддержкой в течение всей жизни. Чаще всего крестными становились родственники или ближайшие друзья семьи. В некоторых областях выбирали в крестные людей, у которых уже были крестники, причем их судьба сложилась благополучно. Незамужняя девушка, если ее выбирали крестной матерью, не должна была крестить девочку, так как это считалось плохой приметой – могла не сложиться ее собственная судьба. По той же причине молодой неженатый человек имел право отказаться от крестин мальчика. Тем не менее первенца непременно должны были крестить несемейные родители, причем моложе по возрасту настоящих родителей ребенка.

Если человека приглашали принять участие в обряде, он чаще всего не имел права отказываться, несмотря на то, что крестные были обязаны нести некоторые материальные тяготы. Например, крестный

отец должен был приобрести на свои деньги крестик, купить хлеб и заплатить за обряд. Крестная мать дарила младенцу отрез ситца или другой материи, крестильную рубашечку, украшенную кружевами и вышивкой, полотенце. Во главе стола на празднике крестин сажали крестных родителей (кума и куму), а также повивальную бабку. Окрещенного младенца укладывали на овчинку или другой мех шерстью наверх. Гостей приглашал хозяин дома, выбирая их по своему усмотрению. Обед готовили постный или скоромный в зависимости от текущих церковных праздников. Обязательным украшением стола была разваристая гречневая каша. Порядок угощения был следующим. Первый кусок доставался повитухе, затем она предлагала кушанья и выпивку остальным присутствующим. Отцу ребенка традиционно подносили ложку сильно пересоленной каши, чтобы он почувствовал, как солоно пришлось его супруге во время родов. После отца угощали куму с кумой, а затем и остальных. В некоторых областях по столу пускали тарелку, на которую каждый клал небольшую сумму денег – «на пирог». Гости засиживались недолго, чтобы не утомлять родителей и младенца. Последними оставались за столом крестные. Кума дарила куму вышитый платок на память, а кум трижды целовал ее и дарил деньги. С собой хозяйка заворачивала им по куску праздничного пирога. После завершения трапезы гости читали специальные стишки, пели песенки.

ЧТОБЫ НЕ ЗАБОЛЕТЬ

В холодное время года совсем нелишне будет согреться, придя с улицы, кружкой горячего ароматного чая. Существует такая присказка: «Чай пить – врачам голодать!». Понять это выражение можно так, что чай не просто согревает душу и утоляет жажду, но еще является целебным напитком.

Все три разновидности чая (зеленый, черный, красный) обладают лечебными свойствами и содержат специальные биохимические

соединения, называемые полифенолы, в состав которых, в свою очередь, входят флавоноиды. Они предохраняют клетки организма от повреждения, которое, как считают медики, может привести более чем к 50 заболеваниям.

Исследования показали, что у любителей чая уровень холестерина и кровяное давление намного ниже, чем у тех, кто чая не пьет совсем. Была проведена целая серия опытов на животных, из которых стало ясно, что чай может предотвращать некоторые виды раковых заболеваний, включая болезни желудочно-кишечного тракта, легочные и кожные.

Так же как и активное употребление в пищу овощей и фруктов, питье чая может стать недорогим, но весьма практичным средством для снижения риска заболеваний определенными видами рака. Поскольку в чае имеется фтор, он способствует укреплению зубной эмали и предотвращению кариеса.

Исследования японских ученых показали, что чай препятствует образованию зубного камня и уничтожает некоторые виды бактерий, живущих в ротовой полости.

По данным голландских ученых, у тех, кто выпивает 4-5 чашек черного чая в день, сокращается риск инсульта на 70% по сравнению с теми, кто пьет менее 2 чашек в день. Кроме этого, согласно исследованиям, люди которые активно потребляют черный чай, имеют меньший риск инфаркта.

ДЕКАБРЬ

Общепринятое латинское название месяца происходит от слова *desem*, означающего «десять», поскольку у древних римлян он был десятым, а не одиннадцатым. Славяне именовали декабрь студнем, так как в эту пору обычно бывают сильные морозы.

Православные приметы

1 декабря – Платон и Роман. Каков этот день, такова и зима.

3 декабря – Прокл. Если идет снег, значит, он будет и 3 июня.

4 декабря – Введение. Мороз в этот день предвещает, что и все праздники будут морозными.

5 декабря – Прокоп. С этого дня устанавливается проторенный санный путь.

6 декабря – Митрофан. Если дует северный ветер и идет снег, значит, 6 июня будет дождь.

9 декабря – Георгий Победоносец, Егорий (Юрий) осенний, холодный. В этот день, по обычаю, слушали воду в колодце: если она тихая, зима будет теплой, если волнуется – вьюжной и морозной. Если на Егория осеннего много снега, на Егория весеннего вырастет трава.

12 декабря – Парамон. Ясное утро – к солнечной погоде в декабре. Если идет снег, метели будут мести до самого Николы (19 декабря).

13 декабря – Андрей Первозванный. В этот день слушали воду в колодце во второй раз. Результат сравнивали с тем, что услышали в Юрьев день.

18 декабря – Савва Освященный. К этому дню окончательно устанавливается проторенный санный путь. На Савву смотрели, как из труб идет дым: столбом – к морозам, волоком – к ненастью, вниз – к снегопаду.

19 декабря – Никола Чудотворец, Микола холодный, зимний. Какая погода стоит в этот день, такой она будет и на Николу летнего (22 мая). Мороз – к хорошему урожаю. С этого дня начинаются настоящие холода.

22 декабря – Анна, Стефан. Если на деревьях лежит иней, будет хороший урожай. На Анну волки сбиваются в стаи и становятся крайне опасными.

25 декабря – Спиридон-солнцеворот: солнце поворачивает на лето, зима на мороз. На Спиридона определяли погоду на всю зиму: если солнечно и светло, зима будет ясной и морозной; если пасмурно, а на деревьях иней – тоже пасмурной, но теплой. В этот день не работали, а только гадали об урожае: срезали веточки с молодой вишни, ставили их в сосуд и ежедневно поливали. Если к Рождеству они зацветали, значит, в саду можно было ожидать богатого урожая.

26 декабря – Евстрат, Евгений. С этого дня и в течение последующих двенадцати наблюдали за погодой. Считалось, что каждый день соответствует определенному месяцу будущего года: 26-е – январю, 27-е – февралю, 28-е – марту и так далее до 7 января. Погода на Рождество показывала, каким будет следующий декабрь.

29 декабря – Аггей. Если в этот день стоит крепкий мороз, он продержится до самого Крещения. Иней на деревьях – к теплой погоде на Святки.

4 декабря

Ст. стиль 21 ноября

Введение во храм Пресвятой Богородицы

Введение во храм Пресвятой Богородицы празднуется 4 декабря (21 ноября по старому стилю). Это один из двенадцатых православных праздников, являющийся предвестием Божьего благоволения к людям. В Евангелии нет эпизода, повествующего о введении Богородицы во храм. Это событие известно современникам по преданию, якобы рассказанному самой Девой Марией. Ее родители, Иоаким и Анна, всю жизнь молили Бога о ребенке. И вот наконец, когда они уже достигли довольно преклонного возраста, у них родилась дочь Мария. Счастливые родители дали обет, что принесут свое чудесно родившееся дитя в дар Всевышнему. Мария воспитывалась в назаретском доме своих родителей. Когда ей исполнилось три года, Иоаким и Анна решили, что настала пора исполнения данного Богу обета. В Назарете собрались родственники и знакомые родителей Марии, созвали также ее юных сверстниц. Пресвятую Деву облачили в лучшие одежды, и в назначенный день все собравшиеся с зажженными свечами в руках и с песнопениями направились в Иерусалим, чтобы отвести Марию в храм. Шествие продолжалось около трех дней. Когда же процессия достигла Иерусалимского храма, встречать ее вышли священники во главе с архиереем Захарией.

В величественный храм вели пятнадцать высоких ступеней, которые сохранились в Святом городе по сей день. Иоаким и Анна поставили Марию на первую ступень, и все с удивлением наблюдали, как она без чьей-либо помощи шла по лестнице, как будто ангелы помогали ей возноситься на каждую ступень.

Пораженный увиденным, первосвященник Захария взял Марию за руку и ввел ее в Свята Святых храма, где находился ковчег Завета. Женщинам запрещалось посещать это святилище, и даже первосвященник имел право входить туда лишь один раз в году с

очистительной жертвенной кровью. На лицах всех присутствовавших отразилось недоумение, и «ангели вхождение Пречистая зряще удивишася: како Дева со славою вниде во Святая Святых».

Для Марии же святилище стало постоянным местом для молитв, так как по внушению Святого Духа Захария узнал, что Святой Деве свыше предначертано стать Матерью Спасителя, который призван указать людям путь в Царство Небесное.

На протяжении 11 лет, до своего обручения с Иосифом, Мария жила и воспитывалась в Иерусалимском храме. Она совершала молитвы, изучала Священное Писание, занималась рукоделием и шитьем одежд для священнослужителей. Мария получила настолько совершенное духовное воспитание, что удостоилась чести стать Божьей Матерью. Святая Дева Мария особенно любима и почитаема православными христианами. Со времени принятия христианства на Руси талантливыми иконописцами создано множество икон, запечатлевших ее светлый образ. В облике Богоматери неизменно присутствуют одухотворенность, покой, смирение, он исполнен необыкновенного величия, внутреннего достоинства и неподдельного совершенства. Праздник Введения во храм Пресвятой Богородицы считается началом спасения православных верующих. В этот день церковь обращается к ним с призывом войти в храм и привести туда своих детей. Испокон веков храм называли лечебницей человеческих душ, ограждающей их от суеты и невзгод повседневной жизни и приносящей им покой и умиротворение.

В храм люди приходят, чтобы в молитвах донести до Бога свои печали и невзгоды, испросить у него милости и покаяться в совершенных грехах. Обычно посещение храма приносит облегчение и утешение.

Однако, переступая порог церкви, следует освободить свое сердце от злобы по отношению к родным и близким, избавиться от недоброго

чувства к кому-либо из окружающих. В противном случае не произойдет духовного очищения и возрождения, и душа не обретет столь необходимые ей мир и покой, ради обретения которых люди и приходят в храм.

О РЫБЕ И БЛЮДАХ ИЗ НЕЕ

Для разнообразия предложите сегодня своим домочадцам рыбные блюда. Зимой, когда в пище не хватает полезных веществ, они помогают восполнить дефицит кальция, фосфора и других необходимых элементов. Прежде чем приступить к приготовлению выбранного блюда, запомните несколько простых, но очень необходимых каждой хозяйке рекомендаций.

Рыбу следует размораживать только при комнатной температуре. Если у вас недостаточно времени, воспользуйтесь специальной функцией микроволновой печи. Ни в коем случае не опускайте рыбу в теплую воду: от этого изменится ее вкус и уменьшится содержание полезных веществ.

Удалять чешую удобно с помощью специального приспособления для чистки рыбы, но при его отсутствии то же самое можно сделать обычной металлической теркой. Чтобы избежать грязи, чистите рыбу под струей прохладной воды в раковине или ванне. Готовое рыбное филе промойте прохладной проточной водой.

Если вам неприятен запах сырой рыбы, после разделки на порции сбрызните ее лимонным соком или столовым уксусом. Это, кроме всего, придаст блюду особую пикантность.

Не переборщите с солью, лучше добавить ее в готовое блюдо. Избыток хлористого натрия сделает рыбу жестковатой, а также придаст ей не слишком приятный привкус.

Все специи следует добавлять к рыбе до термической обработки. Это относится как к жареным и тушеным, так и к вареным блюдам. Гурманы предпочитают самостоятельно составлять букет приправ, но можно обойтись и готовым набором специй для рыбы, в котором, наряду с натуральными пряностями, содержатся химические усилители вкуса. Лучшее масло для жаренья рыбы – растительное. Если вам не нравится подсолнечное, вы можете приобрести кукурузное или соевое.

Чтобы специфический запах не испортил готовое блюдо, возьмите рафинированное и дезодорированное масло.

РЫБНОЕ ЗАСТОЛЬЕ

Рассольник «Рыбный»

Вам потребуется: 500 г хека или другой рыбы, 2 столовые ложки промытой перловой крупы, 3 клубня картофеля средних размеров, 1 морковь, 1 луковица, корень петрушки, 2 соленых огурца, лавровый лист, душистый и черный перец горошком, зелень, соль и другие специи по вкусу.

Разделайте рыбу, филе освободите от костей и отложите. Из голов без жабр сварите бульон. Перловую крупу промойте проточной водой и залейте горячей. Картофель очистите, нарежьте тонкими дольками или соломкой, лук и корень петрушки – мелкими кусочками и опустите овощи в кипящее масло. Пассеруйте до золотистого цвета лука. Бульон слегка остудите, процедите через марлю или чистую тряпочку, добавьте в него обжаренные овощи и отваривайте 15 минут. Затем положите нарезанные мелкими кусочками соленые огурцы, крупу, специи, а также

рыбное филе, нарезанное мелкими кусочками, и отваривайте до готовности рыбы. В разлитый по тарелкам рассольник добавьте мелко нарезанную зелень, можно положить в каждую тарелку половинку сваренного вкрутую и очищенного яйца.

Рыбное заливное

Вам потребуется: 1 кг свежей речной рыбы, 1 л воды, 1 небольшая луковица, корни петрушки, сельдерея, пастернака, 1 морковь, черный молотый перец, 2-3 штуки лаврового листа, примерно 50 г желатина, соль по вкусу.

Рыбу очистите от чешуи и хорошенько выпотрошите, промойте проточной водой, удалите хвосты и головы, нарежьте крупными кусками и удалите из них кости. Головы и хвосты выложите в кастрюлю, залейте холодной водой и поставьте на огонь. Когда вода закипит, снимите образовавшуюся на поверхности пену и положите в кастрюлю заранее вымытые корни, очищенный лук, лавровый лист, посолите и варите еще 15-20 минут, периодически удаляя шумовкой пену. Затем извлеките из бульона головы и хвосты, положите в кастрюлю отложенные рыбные куски и отваривайте их до готовности на слабом огне. Затем аккуратно извлеките разварившуюся рыбу и выложите ее на тарелку. Бульон дважды процедите через марлю или чистую салфетку, добавьте в него заранее (по инструкции на пакете) распущенный желатин, подогрейте до кипения, но не кипятите. Рыбу разомните и уложите в формочки или другую емкость, туда же выложите нарезанную звездочками морковь и измельченные вареные корни, можно добавить укроп, петрушку, консервированный зеленый горошек. Залейте в формочки бульон и поставьте на холод. Вместе с заливным подайте на стол майонез, хрен, любой соус для рыбы.

12 декабря

День Конституции Российской Федерации

12 декабря 1993 года была принята Конституция Российской Федерации. В 1994 году президент издал указ, объявляющий этот день государственным праздником.

Конституция – это главный закон страны, закрепляющий основы общественного строя и государственной организации в соответствии с интересами народа. Наибольшее внимание в ней уделяется вопросам власти, положению личности, формам собственности. Нормами Конституции определяется деятельность всех граждан страны, должностных лиц, государственных органов, политических партий и других общественных организаций.

Традиция праздновать День Конституции существует в нашей стране довольно давно. До 1977 года он отмечался 5 декабря. После принятия новой конституции СССР праздник перенесли на 7 октября.

В соответствии с поправками к Трудовому кодексу с 2005 года 12 декабря является рабочим днем.

УХОД ЗА МЕХОМ И КОЖЕЙ

С наступлением холодов в вашем гардеробе появляются забытые за летние месяцы изделия из меха и фетра. Нелишним будет напомнить правила ухода за ними.

С фетровых шляп и кепи пятна удаляются смешанными в равных пропорциях спиртом и денатуратом. Смочите приготовленным составом кусочек шерстяной ткани и протрите загрязненные участки. Затем промокните увлажненные места мягкой тканью и высушите вдали от нагревательных приборов. Свежие жирные пятна можно быстро вывести

корочкой черного хлеба. Если такая мера не помогла, воспользуйтесь специальным пятновыводителем или очищенным бензином.

Если шляпа от долгой носки стала лосниться, осторожно протрите проблемные участки мелкозернистой шкуркой. В крайнем случае, насыпьте на лоснящиеся места крупную соль и счистите ее щеткой средней жесткости.

При чистке меховой шапки бензином все движения должны быть направлены только вдоль направления ворса. Сильно загрязненные изделия из меха можно привести в порядок, используя смесь 1 чайной ложки нашатырного спирта, 3 чайных ложек соли мелкого помола и 2 стаканов кипяченой воды. Мягкой тканью или ваткой, смоченной в свежем растворе, осторожно протрите мех, затем обсушите его махровым полотенцем и осторожно расчешите, чтобы предотвратить слипание ворса. Шапку и шубу из искусственного меха можно почистить раствором стирального порошка в теплой воде. Мыльную смесь затем смойте мокрой поролоновой губкой и расчешите мех.

Если мех свалялся, перед очисткой хорошенько расчешите его, иначе ворс спутается еще больше. Замшевые изделия чистят специальным мягким ластиком или мелкой солью.

Не сушите мокрый мех на солнце или у огня.

Никогда не вешайте крашенный мех рядом с некрашеным. Не вешайте шубу у побеленной стены: известь портит мех.

Не посыпайте шубу нафталином и не прячьте ее в чемодан или под диван. Зашейте ее в простыню или упакуйте в бумажный или полиэтиленовый мешок и повесьте в шкаф.

Если шуба лежала в чемодане и сильно помялась, протирайте ее влажной мягкой губкой, пока ворсинки не станут мокрыми. Намокшую шубу отряхните и повесьте на плечики. Когда она высохнет, энергично встряхните. Слипшиеся волоски нельзя расчесывать ни гребешком, ни щеткой.

Пятна с меха можно удалить, протирая ватным тампоном, смоченным раствором из равного количества денатурата и аммиачной воды или состоящим из 1 части аммиачной воды, 3 частей поваренной соли и 50 частей воды.

Изделия из искусственного меха храните в подвешенном виде на плечиках. Масляные пятна удаляйте ваткой, смоченной в ацетоне, грязь – щеткой, смоченной в мыльной пене, с последующей промывкой чистой водой.

ЖЕНСКИЕ СОВЕТЫ

Для сохранения упругости кожи в зрелом возрасте смешайте яичный желток со столовой ложкой свежего светлого меда и таким же количеством растительного масла, добавьте 20 г коньяка и взбейте миксером. Нанесите на лицо и оставьте на 15 минут, затем смойте теплой водой.

Маски из яичного белка обладают тонизирующим, стягивающим действием, способствуют сужению крупных пор, улучшают внешний вид кожи. Сухой коже поможет средство, изготовленное по следующему рецепту. Один яичный белок смешайте с чайной ложкой любого рафинированного растительного масла, чайной ложкой моркови, натертой на мелкой терке, для густоты добавьте картофельный крахмал. Нанесите маску на чистую кожу лица и шеи, подержите 15-20 минут, затем смойте теплой водой, используя ватный тампон.

Для жирной кожи с расширенными порами весной рекомендуется маска с витаминными добавками. Взбейте яичный белок в крепкую пену, добавьте чайную ложку свежевыжатого лимонного сока и перемешайте. Накладывайте на лицо каждые 5 минут поверх предыдущего слоя, повторите трижды. Не смывайте состав, а осторожно сотрите его ватными тампонами, пропитанными некрепким чаем или отваром календулы.

Для устранения неприятного жирного блеска кожи используйте следующий рецепт. Белок одного яйца взбейте, постепенно добавьте 2 чайные ложки свежего яблока, измельченного до пюреобразного состояния. В качестве загустителя используйте картофельный крахмал. Маску можно держать на коже до получаса. После ее смывания осторожно протрите кожу заранее приготовленным льдом с добавлением успокаивающих травяных настоев, удалите лишнюю влагу мягкой салфеткой и нанесите увлажняющее, но нежирное средство.

Для питания и одновременного отбеливания кожи попробуйте сделать дрожжевую маску. Растворите живые дрожжи в молоке так, чтобы смесь по густоте была похожа на сметану, затем нанесите массу на кожу лица и шеи, подержите 15 минут и снимите влажной салфеткой. Данный рецепт подойдет для любого типа кожи, особенно в весеннее время. Внешний вид жирной кожи значительно улучшится после следующей процедуры. Смешайте 2 чайные ложки дрожжей с таким же объемом свежевыжатого капустного сока, разбавьте получившуюся массу до средней густоты и поставьте посуду с составом в емкость с подогретой водой. Когда начнется процесс брожения (появятся пузырьки), перемешайте, влейте по 20 капель масляного раствора витаминов А и Е (их можно приобрести в любой аптеке) и такое же количество камфарного масла. Снова размешайте. Кожу лица и шеи протрите ватным тампоном, смоченным в капустном соке или рассоле изпод квашеной капусты, нанесите маску и подержите 20 минут.

Снимите ее тампоном, смоченным в соке капусты и подсушите кожу на воздухе. Результат вас приятно удивит.

Темные брови не обязательно подкрашивать, достаточно лишь регулярно корректировать их форму, удаляя лишние волоски, и укладывать щеточкой со специальным фиксирующим гелем.

Тонкие губы лучше обводить карандашом или жидким контуром, немного отступив от естественной линии наружу (не переусердствуйте), подчеркивая углы рта. Тон помады должен быть сочным, желательно также пользоваться блеском. Разную толщину губ также можно скорректировать подводкой, уголки рта при этом выделять не стоит. Для полных губ подойдут спокойные, приглушенные оттенки помады и более темный карандаш или подводка.

Чтобы скрыть имеющиеся дефекты кожи, используйте специальные средства – корректирующие карандаши, маскирующие тональные составы. Они обладают более плотной структурой и прекрасно «замазывают» небольшую пигментацию или неровности. Ни в коем случае нельзя скрывать таким способом угри, особенно воспаленные, участки кожи с аллергической реакцией или раздражением. Родинки затушевывать не обязательно – они придают лицу индивидуальность и неповторимый шарм. Очень светлые ресницы и брови можно подкрасить в косметическом салоне специальным составом, который будет держаться длительное время. Если вы носите очки, посоветуйтесь со стилистом и визажистом: они помогут вам подобрать форму оправы и декоративный макияж к ней.

Поредевшие, неровные брови следует подкорректировать с помощью специального пинцета. Создать видимость прежней густоты можно подходящим по оттенку карандашом для бровей. Растушуйте отдельные штрихи и расчешите волоски щеточкой, смазанной специальным гелем для укладки. Для подчеркивания контура глаз

приобретите карандаш подходящего оттенка, выдвижной или затачиваемый.

Тяжелые, массивные веки можно зрительно уменьшить, если зачесать брови кверху и уложить их гелем. Используя тушь для ресниц, подогните их также кверху или завейте щипчиками. Верхнее веко подчеркните подходящим по оттенку карандашом и проведите линию по естественной кожной складке над глазом. Растушуйте подводку, высветлите пудрой или легким тональным кремом зону под бровями.

Другая проблема – чересчур близко расположенные глаза – решается так же просто. Внутреннюю часть бровей необходимо проредить пинцетом. Тени нанесите от центра верхнего века до наружного угла глаза, оставшееся пространство покройте более светлыми тенями. Под бровями кожа должна быть светлее – воспользуйтесь пудрой или легким тоном. Тушь нанесите только на внешнюю часть ресниц.