



КОЛОКОЛ

Севера



6+

Православная газета № 4 (57), июнь 2014 г. от Р.Х.

Издается с июня 2004 года по благословению Преосвященнейшего Питирима, епископа Сыктывкарского и Воркутинского. Одобрено Синодальным информационным отделом РПЦ

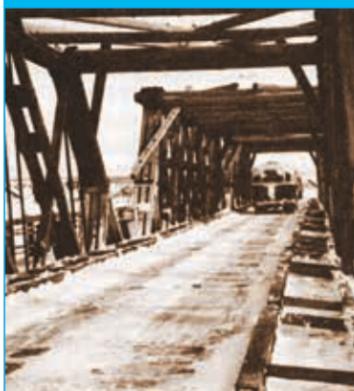
В НОМЕРЕ:

Гость номера
Стр.4



Церковная музыка
очищает душу
И твой голос несется
в небеса

Прогулки по старой
Угте
Стр.5



Первый городской
мост и почетная
улица
Презентация рубрики

РИТМ
Стр.8
Уголок моей
России



За историю о детском
парке – 1 место

Русь

*Всё, что дорого и свято,
Чем по праву я горжусь,
Отразилось в ёмком, кратком,
В красном, Божьем слове – Русь.*

*В нём бескрайние просторы,
И земли великой пядь.
В нём морозные узоры
И ржаных колосьев прядь.*

*Удаль в нём, размах и сила,
Залихватский тройки бег.
Широта, неторопливость,
Полноводье вольных рек.*

*В нём спокойствие и радость,
Грусть и светлая печаль.
В нём полынь и медов сладость,
Горизонтов синих даль.*

*В нём величие и строгость,
Бескорыстье, доброта,
И богатство, и убогость,
Непонятность, простота.*

*Плавность в нём и шелковистость
Заливных лугов, долин.
Задумчивость и лиричность
Сказок, песен и былин.*

*В нём лукавость и открытость
Разговоров и забав.
Лучезарность и искристость
Василис, Анфис, Любаев.*

*Ещё много слов красивых
Есть про Родину мою.
Все их высказать не в силах...
Просто я её люблю!*

Владимир Степанов.
Фото Инны Подмаревой.



Мне очень приятно сегодня поздравить газету «Колокол Севера» с 10-летием. За эти годы вы проделали большой путь, выросли из приходской газеты в одно из ведущих православных изданий. Сегодня каждый выпуск «Колокола Севера» наглядно и объективно отражает всю картину православной жизни не только прихода, но и благочиния в целом.

«Колокол Севера» - это свежий взгляд на события в направлениях миссионерской деятельности, тюремного и социального служения, церковной благотворительности, монашеского подвига, религиозного образования и др.

Православное издание, несомненно, украшает городской газетный ряд, делает медийное пространство республики разнообразнее.

Желаю коллективу газеты плодотворной работы, духовного возрастания и творческих успехов, а читателям газеты «Колокол Севера» - хороших новостей и приятных впечатлений от прочитанного! Завершить хочется словами Патриарха Московского и всея Руси Кирилла: «Пусть Господь поможет нам через чтение вступить на путь умственного, нравственного и духовного совершенствования, к которому Он нас призывает».

Епископ Сыктывкарский и Воркутинский Питирим.



10 лет в жизни издания - это знаменательная дата. Уже можно говорить о взрослении. И для православной газеты «Колокол Севера» - это действительно так. Газета актуальна, востребована сегодня. Одно то, что «Колокол Севера» занял третье место на Всероссийском конкурсе для СМИ, уже говорит о многом. В конкурсе «Панацея» участвовали профессиональные медицинские издания, и завоевать призовое место было непросто, однако материалы нашей газеты получили высокую оценку.

Стоит отметить, что те темы, которые поднимают журналисты «Колокола Севера», в том числе и здоровый образ жизни, в издании рассматриваются с позиций Православия, которым дышит газета. Главное ее предназначение – духовное просвещение.

Поздравляю редакцию газеты с 10-летием, желаю доброго здоровья, процветания, новых творческих достижений, увеличения тиража и расширения читательской аудитории, а главное – спасения!

Протоиерей Евгений Александров,
благочинный Удорского церковного округа, настоятель Свято-Стефановского храма.

Найти свою тропинку к Богу

Николай ЛУДНИКОВ, главный редактор газеты «Колокол Севера», член Союза журналистов России, православный писатель, призер Всероссийского конкурса «Панацея».



Как-то незаметно пролетели десять лет. И вот в 2014 году газета «Колокол Севера» отмечает свой скромный юбилей.

Просматриваю подшивку. Первый выпуск «Колокола» уже пожелтел от времени: простая газетная бумага, четыре странички новостей о жизни прихода церкви Покрова Пресвятой Богородицы.

На первой странице обращение к пастве иерея Олега Климова. О чем оно? Отец Олег задает всем нам вопрос – куда же мы все шли столько десятилетий, какой дорогой? Оказалось не той, которая ведет к храму.

Случайно ли, наверно, все-таки нет, но эта фраза фактически стала лейтмотивом всех дальнейших публикаций нашей православной газеты. В течение этих лет вместе со священниками мы стараемся рассказать о той дороге, которая ведет к храму.

Ваш покорный слуга вошел в дружный коллектив единомышленников в 2004 году, в августе, в третьем номере «Колокола» была опубликована моя заметка о Великорецком крестном ходе.

Шли годы, приходили новые авторы, зарождались новые рубрики, постепенно из скромного 4-страничного наша газета превратилась в двенадцатиполосное издание, выполненное на хорошей бумаге с цветными фотографиями.

В 2012 году редакция газеты переехала в Свято-Стефановский храм, настоятель, благочинный Удорского церковного округа протоиерей Евгений Александров взял на себя финансирование газеты. Сотрудникам «Колокола Севера» было предоставлено помещение, приобретена необходимая аппаратура, что благоприятно сказалось на качестве работы журналистов.

Газета словно обрела второе дыхание. Появилось несколько новых проектов. Это и пропаганда здорового образа жизни, и экскурсы в историю Отечества и родной Ухты. Появилась в газете «Колокол Севера» и молодежная рубрика, в которой выступают юные авторы – воспитанники школы журналистики Вероники Лудниковой. Кто-то может спросить: зачем это все нужно православной газете? Отвечу. Мы не хотим подменять собой Интернет или публиковать перепечатки даже именитых авторов. Показать православную жизнь в ее многообразии, чем живут люди, о чем думают, как ищут свою тропинку к Богу, чем помогают себе и ближним – вот в этом видится наша задача. А уж как получается, судить читателям, конечно.

От всей души желаю всем вам, нашим друзьям и единомышленникам, благотворителям и сотрудникам газеты, издателю «Колокола Севера» – всем прихожанам Свято-Стефановского храма – крепкой веры, здоровья и мирного неба над головой!

В течение трех лет «Колокол» был приходской газетой, с апреля 2007 года – Ухтинского благочиния. 15 февраля 2012 года газета получила официальный статус (была зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Коми) и новое имя «Колокол Севера», а в июне 2012 года изданию был присвоен гриф «Одобрено синодальным информационным отделом РПЦ». Сейчас газету издает Свято-Стефановский храм Удорского церковного округа (благочинный, настоятель церкви протоиерей Евгений Александров).



Иерей Олег Климов беседует с Валентином Приходько.

«Пусть ваши труды приносят радость»

Газете
«Колокол Севера» 10 лет



С особой радостью мы встретились накануне юбилейного выпуска газеты со священнослужителем Свято-Покровской церкви (Ухта, пр. Зерюнова) отцом Олегом. Иерей Олег Климов был первым священником, под окормлением которого выходил тогда наш «Колокол». Именно он благословил первого редактора Валентина Приходько на выпуск нового издания.

Много воды утекло с того времени, многое изменилось в стране и в мире, газета тоже стала другой. Появились новые рубрики и авторы. Как Вам новый «Колокол»? – спросили мы у отца Олега:

– Я не критик. Рад, что газета выжила, это уже хорошо. А все, что меняется, надеемся, происходит к лучшему. Мне нравится, когда православные находят применение своим талантам в церковных делах. Газета – это особый подвиг христианского добродетеля.

– Многие спрашивают, а как жить правильно, по-христиански?

– Чтобы пред Богом не было стыдно. Накорми голодного, одень бедного. Ведь суть всех заповедей можно отразить в нескольких словах: возлюби Господа и ближнего своего. А возможность проявить любовь свою и к Богу, и к людям у нас есть каждый день, каждый час, каждый миг.

– Но, может быть, любовь – это тоже талант, который у кого-то есть, а у кого-то нет?

– Вот в музыке да. А любовь есть у всех, потому что мы по образу Божию созданы и можем стать на Него похожими. Но это зависит от нас. Живем не в раю, поле непаханное. В любом нашем шаге мы можем быть похожими на Христа.

– Несколько пожеланий коллективу газеты «Колокол Севера»:

– Одно скажу: спаси вас Бог! Чтобы руки у вас не опускались, чтобы Господь вас всегда укреплял. Пусть ваши труды приносят радость другим, это великое утешение.

Фото из архива редакции газеты «Колокол Севера».

Вероника Лудникова:

О первых шагах «Колокола» вспоминаю с умилением. Когда Валентин Приходько пришел со своей идеей ко мне, я восприняла это, как некую авантюру. Человек, который так мало знал о Православии и немногим больше об издательском деле, взялся за выпуск приходской газеты. Но у Валентина был особый дар, он умел собирать команду, находить тех, кто знает дело, и умел вдохновить их на подвиги.

2004 год был самым началом моего воцерковления, я только знакомилась с азами Православия, но газетный опыт у меня уже был неплохой. Работа в ежедневной газете приучает быстро соображать – сегодня ты пишешь о культуре, завтра о криминале. Почему бы и не попробовать, решила я. Тем более, что с приходом в Церковь, ты словно рождаешься заново, горишь в вере, хочешь духовных подвигов. Отец Олег всячески поддерживал наши начинания, просвещал в религиозных вопросах. И в результате выпуск православной газеты стал делом моей жизни.

Валентин Приходько (Царствие ему Небесное!) ушел 25 мая 2005 года, но газета, которую он придумал, уникальный центр развития ребенка (МДОУ №40) в Ухте, который он создал, до сих пор живут и развиваются. В этом, конечно, есть частичка его заслуг, его души. Вечная ему память!

Коллектив газеты «Колокол Севера» сердечно благодарит всех тех, кто когда-либо оказал нам свою помощь и поддержку – иерея Олега Климова (основателя издания), протоиерея Вадима Голубева, благочинного Ухтинского церковного округа, прихожан храма Покрова Пресвятой Богородицы и новостроящегося Новомучеников и Исповедников Российских, в земле Коми просиявших (приход с основания газеты по апрель 2012 выделял средства на оплату типографских услуг), нынешнего издателя – настоятеля о. Евгения и приход Свято-Стефановского храма Ухты, всех предпринимателей и благотворителей. Особые слова восхищения нашим авторам-энтузиастам – Елене Шиловой, Галине Башкировой, Юрию Теплинскому, Николаю Карионову, Галине Митиной, Александру Новикову, Надежде Митиной с Удоры, Галине Смирновой, фотографу Олегу Сизоненко и многим-многим другим, кто своими работами украсил страницы газеты. Спасибо Елене Фельк, которая на протяжении многих лет была постоянным корректором нашего издания. И, конечно, благодарим за труды тех, кто сегодня делает газету, – дизайнера Романа Маковского и корректора Светлану Якунину. Многая лета!

Сердечно поздравляю газету «Колокол Севера», редколлегию и читателей с 10-летием со дня выхода первого номера!

Ваше участие в возрождении православных и культурных традиций является достойным примером для многих ухтинцев. Вы сумели объединить духовное и светское и направить это взаимодействие в нужное и полезное русло.

За минувшие годы газета обрела известность и добрую репутацию.

Многие люди проявляют интерес к вашему изданию, обсуждению проблем современного общества и православного мира, радуются каждому новому номеру вашей газеты!

Особого уважения заслуживают ваши усилия по просветительству молодежи, укреплению духовно-нравственных основ нашего общества.

В юбилейный год газеты «Колокол Севера» желаю коллективу и читателям крепкого здоровья и мудрости, бодрости духа и вдохновения, успехов во всех делах и начинаниях на благо Ухты и всей нашей республики!

Руководитель администрации
МОГО «Ухта»,
член Правительства
Республики Коми И.Н. Михель.



Уважаемые читатели и сотрудники православной газеты «Колокол Севера»!

Примите мои самые искренние и сердечные поздравления со знаменательным событием – 10-летием Вашего издания!

В нашем мире много суетного, мимолётного и поверхностного, и тем нужнее сейчас те вечные ценности, которые помогают нам достойно и нравственно жить – вера, любовь, добро, сострадание, мудрость. Каждая страница газеты, все её материалы пронизаны светом и духовностью, они учат и просвещают, успокаивают и радуют, побуждают и вдохновляют.

Я выражаю вам, уважаемые сотрудники газеты, глубокую признательность за ваш благородный труд в сфере духовного образования и просветительства. Это особенно важно для нашего подрастающего поколения, чьи души подвластны любому влиянию. Наполнить их по-настоящему важными знаниями и добрыми чувствами – это наша общая задача.

Проще всего в долгие годы – изданию, редакции – больших творческих успехов и вдохновения! Всем, кто читает, и всем, кто делает газету, – доброго здоровья и благополучия, душевной гармонии и мира! Пусть «Колокол Севера» отзывается в сердце каждого верой, надеждой, любовью!

Глава МОГО «Ухта» –
Председатель Совета МОГО «Ухта» Р.В. Мельник.



«Славься, Русь моя!»

Культура

**Хвала апостолам славянства
И нашей грамоты творцам!
В красе духовного убранства,
Они по всем земли концам
Язык наш чудный прославляют...**

С этих бессмертных строк Василия Жуковского начался праздничный концерт в честь Дня славянской письменности и культуры. В большом зале ДК Ухты собрались ценители настоящей поэзии, живой русской классики и народной песни.

Открыл концерт по традиции оркестр народных инструментов под руководством Ольги Шаты. Такая музыка всегда настраивает на торжественный лад и создает особую атмосферу русского раздолья.

Подвигу святых Кирилла и Мефодия был посвящен небольшой видеофильм. На экране - иконы равноапостольных учителей Словенских, святые места России, буквы славянской азбуки, а за кадром звучит поэтический гимн «Все в жизни тленно, только Слово вечно».

Безусловно, многие из участников программы хорошо знакомы зрителю.

Ведь такой репертуар, что греха таить, есть ни у каждого артиста и ансамбля. На сцене звучат романсы и классическая инструментальная музыка, исполняют народные песни и танцы. Но были в нынешнем году и дебютанты. Юный Михаил Гибадуллин (преп. Екатерина Лиманская) замечательно исполнил на скрипке знаменитую «Славься, славься ты, Русь моя!».

Тяжело ли создавать такие программы, спросили мы у режиссера праздника, руководителя ансамбля «Светоч» Галины Корепановой:

- Конечно, не просто. К сожалению, в русском государстве не проводится должной просветительской работы с целью популяризации Дня славянской письменности и культуры. Мое твердое убеждение, этот праздник должен быть главным, особенно для работников нашей профессии. Потому в программах, которые провожу уже более 10 лет, участвуют те, кто тонко, профессионально подходят к выбору репертуара. Это ансамбль «Морозко», Центр эстетического воспитания, коллективы и исполнители из музыкальной школы №1 и другие. Огромное им спасибо!

Нужно расширять формат праздника, делать его более масштабным, - считает Галина Михайловна. - Например, почему бы не провести 24 мая



фестиваль хоровой музыки, где бы приняли участие самые разные коллективы района, а может быть, и республики.

Безусловно, такие мероприятия не только дают отличную возможность от-

дохнуть, послушать настоящую музыку, но и несут большое просветительское значение. И как хотелось бы, чтобы программы, пропагандирующие русскую классику и народное творчество, по-

чаще посещали школьники и студенты, чтобы для них открывался и этот пласт культуры страны, в которой они живут.

Вероника Лудникова.
Фото Олега Сизоненко.

Акция

Ветеранам - сердечный поклон

Накануне Дня Победы - одного из самых святых для народов России праздника - в Ухте стартовала акция «Поздравь ветерана». Уже третий год подряд в акции принимают участие прихожане Свято-Стефановского храма. В этом году в ней активно проявили себя представители молодежного клуба духовно-просветительского центра «Сретение» и участники православного проекта «Будь готов».

В нынешнем году поздравление ветеранов проходило в два этапа. 1 мая, по благословению настоятеля Свято-Стефановского храма протоиерея Евгения Александрова, Даниил Юдин, Александр Делягин и Кирилл Захаревич на своем транспорте помогли социальному отделу администрации МОГО «Ухта» развезти подарки по указанным адресам, поздравили ветеранов и каждому вручили газету «Колокол Севера».

Также прихожане Свято-Стефановской церкви подготовили 20 продуктовых наборов, которые собирали с большой любовью. Как хочется доставить радость нашим дорогим ветеранам, выразить самую сердечную благодарность и уважение.

И 7 и 8 мая двумя группами православные отправились по новым адресам. Поздравляли тружеников тыла, тех, кто на своих плечах вынес тяжкий труд, голод, холод во имя великой Победы. Марии Делягиной и Виталию Власову (на фото) достались самые окраины Ухты - Ветлосян, Подгорный, п. Дальний. И везде пожилые люди были так рады гостям, подаркам от Свято-Стефановской церкви и, конечно, православной газете «Колокол Севера».

Как приятно было видеть, что наши ветераны не падают духом. Торжественно одеты, настроены приподнято. Те, кто еще могут выступать, охотно соглашаются на встречи с молодежью. Понимают, как важно сегодня почасе рассказывать об ужасах Великой Отечественной войны и подвиге русского народа, чтобы дети знали, помнили, берегли мир на земле.

<http://sv-stefan.ru/>
Фото Николая Лудникова.



Услышать друг друга

Родительский клуб

Жизнь городских жителей все больше напоминает вечный бег по кругу. Ни на что не хватает времени. И самое печальное, что порой взрослые не находят минутки, чтобы просто по душам поговорить с ребенком. И когда чадо вырастает, удивляются, почему у него такой характер, почему он совершает такие ужасные поступки, почему не находит времени для нас, родителей. Как избежать ошибок в воспитании ребенка? На все эти непростые вопросы ищут и находят ответы в родительском клубе Свято-Стефановского храма Ухты.

Завершающее в нынешнем учебном году заседание родительского клуба посвятили актуальной теме «Умение общаться - одно из важных средств и целей воспитания». Ведь именно общение лежит в основе всех наших взаимоотношений. Только поговорив с ребенком, мы сможем узнать, о чем он думает, что его беспокоит. Психолог Наталья Чупракова по-настоящему заставила задуматься родителей, а на самом деле общаемся ли мы с детьми. Ведь задать несколько быстрых вопросов о том, какие оценки он получил в школе, - этого недостаточно. Если у вас нет душевного контакта с сыном или дочерью, все происходящее с ними останется для вас тайной. И только какой-нибудь, чаще неприятный, инцидент, откроет вам правду о том, каков ребенок на самом деле.

А рецепт - он всегда прост. Любовь по Евангелию, уважение к своему ребенку не дадут ошибиться. Да, общение «родитель - ребенок» не должно быть панибратским, но и авторитарным до бесконечности оно быть не может.

На собрание в родительском клубе провели эксперимент. Один родитель «превратился» в малыша, сев на корточки, и протянул руку высокому папе. Удобно ли в такой позиции разговаривать? И один из родителей сразу ответил: если вопрос серьезный, нужно сесть на одном уровне с малышом. Только глаза в глаза вы сможете что-то услышать и понять.

Все мы воспринимаем информацию по-разному, через призму своего опыта, каких-то воззрений, грехов. Психолог Наталья Чупракова показала родителям это на простом примере. Трое вышли из кабинета, остальным прочитали текст. Один из сидящих пересказал его новичку. Новичок - другому, который еще не слышал эту историю. И оказалось, что из первоначального текста практически никакой информации не осталось. Что-то забылось, что-то додумалось.



Потому нужно очень объективно оценивать то, что рассказывает ребенок. Особенно в конфликтной ситуации.

Конечно, дочку или сына нужно любить и хвалить. Но оценку «самый лучший» стоит исключить из своего лексикона. Эти слова формируют неправильное восприятие себя и окружающей действительности. И если самооценка будет неадекватной, конфликты с собой или окружающими неизбежны, а могут произойти и настоящие трагедии.

Расходиться родителям не хотелось. В духовно-просветительском центре «Сретение» предоставляется уникальная возможность получить индивидуальную консультацию психолога и совет священнослужителя.

Подытожил встречу отец Василий Баланда. Он поблагодарил всех участников клуба за неравнодушие к такой важной теме, как воспитание детей. Пожелал всем хорошего отдыха и предложил приносить свои вопросы в Свято-Стефановский храм (их можно направлять и по электронной почте rudnikovnn@mail.ru с пометкой «Родительский клуб»). На следующих заседаниях на них обязательно ответят священнослужители и психолог.

Родительский клуб возобновит свою работу осенью. Первое собрание состоится 30 сентября 2014 г. Телефон для справки: 89129484173.

Вероника Лудникова.
Фото Николая Лудникова.

Хотите проверить, насколько вы знаете своего ребенка?

Этот тест предложила родителям психолог Наталья Чупракова. Закончите предложения так, как, по вашему мнению, думает сын или дочь:

1. Мне бывает радостно, когда...
2. Я очень расстраиваюсь, когда...
3. Мне бывает страшно, когда...
4. Мне бывает стыдно, когда...
5. Я горжусь, когда...
6. Мои родители часто...
7. Мои родители никогда...

Отложите листочек с ответами. И предложите продумать эти же фразы своему ребенку. Если Ваши ответы совпадут, у вас полная гармония. А если нет, значит, есть повод задуматься, а что мы делаем не так.



Церковная музыка очищает душу

Гость номера

Светлые, душевные люди встречаются, к сожалению, не так часто. А уж среди людей знаменитых, заслуженных и подавно. И тем радостнее было для нас общение с оперной звездой мирового масштаба Ольгой Сосновской. Такого открытого, дружелюбного собеседника нужно еще поискать.

В Ухту Ольга Сосновская и Владимир Юрковский вновь приехали с благотворительной миссией. Ровно год назад они выступали в Свято-Стефановском храме на благотворительном концерте в поддержку возрождения большого концертного зала, находящегося в церкви и пока требующего огромного ремонта. Это стало настоящим событием в культурной жизни Ухты. А в мае 2014 артисты приехали, чтобы провести мастер-классы для юных вокалистов.

Жаль, что это образовательное мероприятие не привлекло внимания широкой общественности. А ведь Ольга Александровна не только замечательная певица, но и хорошая рассказчица. Она поделилась профессиональными секретами: как нужно заниматься, как беречь голос, какие народные средства помогают. А пришедшим на занятие к звезде вокалистам подсказала, как сделать их выступление действительно ярким и запоминающимся. Два часа пролетели на одном дыхании. И уже поздним вечером состоялось наше долгожданное интервью:

- Несмотря на огромную концертную занятость, Вы всегда находите время на благотворительность. Почему этим занимаетесь? Как относитесь к Православию? Верующая ли у вас семья?

- Конечно, верующая. Мы покрестили своих деточек сразу же, спустя полтора месяца после их рождения. Старшего, Лешу, еще в маленькой часовенке (Свято-Стефановский кафедральный собор еще строился). До сих пор поддерживаем очень хорошие отношения с крестными родителями. Сама являюсь крестной матерью уже двоих детей, отношусь к этому с особым трепетом. Быть крестной – это очень ответственно, твоя миссия – духовное воспитание ребенка. И если у него что-то не так, в этом есть и твоя вина.

Моя бабушка была очень верующей. Она переживала, что в детстве меня родители

не крестили (тогда с этим было очень строго). Я покрестилась сама, когда мне было 25 лет, в церкви на Украине. И у меня было такое ощущение, как будто несколько пудов грязи смыла. Я неделю буквально летала, вся была какая-то воздушная. И с тех пор моя жизнь изменилась в лучшую сторону. До этого я постоянно преодолевала какие-то трудности, болезни, препятствия. И после крещения стала молиться, за себя, за близких. Мне очень хочется, чтобы вера укреплялась, и православных людей становилось как можно больше. Ведь в церкви находишь такое утешение. У меня в прошлом году умер папа. Хочется поставить свечу за упокой, постоять, помолчать у иконки, послушать песнопения, которые трогают душу.

- Знаю, что Вы иногда выступаете с клиросными хорами, что испытываете при этом? Часто ли поете церковную музыку?

- Часто исполняю и стараюсь участвовать и в фестивалях, и в праздничных службах, правда, не всегда удается ходить в храм постоянно из-за отсутствия времени. Но всегда прихожу на день любимого моего святого Николая Чудотворца, на Пасху, Рождество. Я пела в хоре, который исполнял духовную музыку. Мы обезздили много стран с этой программой. Помню, сидишь на репетициях и чувствуешь, что после ты как будто очищаешься. Есть в церковных песнопениях что-то такое, что делает твою душу лучше.

Был у нас еще один замечательный коллектив – «Благовест», созданный с благословения епископа Сыктывкарского и Воркутинского Питирима. В вокальном ансамбле пели шесть мужчин, и я была солисткой. Это было самое лучшее время. Мы служили на выходных в часовенке при строящемся Свято-Стефановском храме, даже ночные службы, несмотря на то, что утром надо было бежать в театр. От пения с прихожанами получали колоссальное удовольствие. Как было приятно, что ты не просто стоишь на службе, но и можешь воспеть славу Богу. И твой голос несется в небеса – такое ощущение потрясающее. Многие мои театральные поклонники приходили потом в церковь, там музыка совсем другая. Дома у нас много пластинок, часто хожу на концерты церковной музыки, особенно в Москве. Хоровое пение очень красивое, оно завораживает. И если есть при храме хороший хор, то туда хочется прийти.

- В этом году исполняется 27 лет Вашей творческой



С 1993 года в Республике Коми проводится «Международный конкурс юных вокалистов на приз Ольги Сосновской», участниками которого являются дети от 9 до 20 лет. Свое начало этот конкурс взял в Инте. В 2013 году проводился в двух городах: Красноярске и Петрозаводске. Но раз в два года, по традиции, проходит в Сыктывкаре. Главным организатором и продюсером этого конкурса на протяжении многих лет является супруг Ольги Сосновской, тоже артист, вокалист и солист театра оперы и балета Владимир Юрковский.

деятельности на сцене. Заслуженная артистка России, оперная звезда. Трудно не возгордиться, когда тебя превозносят. Нет внутренне-го конфликта, как у человека православного?

- Никогда не была звездной. Главное – всегда оставаться человеком. Сегодня – при регалиях, а завтра их может и не быть. Надо быть ближе к людям, всегда входить в положение. Чтобы, прожив годы, не стыдиться своих поступков.

Для меня примером была моя бабушка, которая никого никогда не судила. Говорила, неизвестно, как бы ты поступила, оказавшись в такой ситуации.

- Конкурсу на приз Ольги Сосновской более 20 лет. Для чего вы этим занимаетесь?

- Рада, что Интинское музыкальное общество придумало в свое время этот конкурс и пригласило меня, тогда еще молодую солистку. Это замечательно, что я еще в силах и могу много дать. Лауреаты конкурса уже поют в Цюрихской опере, в Париже, в Саратовском оперном театре, многие еще учатся в консерваториях. При поступлении в эти учебные заведения мы даем рекомендацию, и она имеет вес. Когда ты видишь какие-то плоды, то понимаешь, ради чего тратишь силы и время.

- Как пришла идея проводить мастер-классы?

- Мы видим, что порой на конкурс дети приезжают неподготовленными, с невыгодным для себя репертуаром.

Поэтому проводим встречи на местах. Это своеобразная лаборатория, где ребята смогут повысить свой уровень. Ведь раньше из училища искусств отправлялись в глубинку, искали талантливых детей. Сейчас этого нет. А наши мастер-классы открывают таких звездочек. Если есть талант, ему нужно помочь развиваться. Думаю, что в этом тоже какое-то мое предназначение.

- Как вы относитесь к эстрадной музыке?

- Если это хорошая музыка с хорошим текстом – прекрасно относюсь. Я пою много эстрадной музыки из репертуара Сенчиной, Пугачевой. Очень люблю «Нежность», как

ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВНА СОСНОВСКАЯ

– оперная певица (лирическое сопрано), Заслуженная артистка России, Народная артистка Республики Коми, лауреат международного и Всероссийских конкурсов вокалистов, лауреат I-го республиканского конкурса «Человек года» в номинации «Творческая личность года».

Солистка Государственного театра оперы и балета Республики Коми, г. Сыктывкар, преподает в колледже искусств и гимназии искусств РК.

В репертуаре Ольги Сосновской более 350 вокальных произведений.

Принимает самое активное участие в общественной жизни театра, города, республики. Участвует в благотворительных концертах и мероприятиях, республиканских конкурсах и фестивалях.

Общественная и благотворительная деятельность певицы всегда отмечались высокими духовными наградами: Архиерейские грамоты Сыктывкарской и Воркутинской епархии, Патриаршая грамота Патриарха Московского и всея Руси Кирилла (2010), Епархиальная медаль Сыктывкарской и Воркутинской епархии РПЦ святителей Герасима, Питирима и Ионы II степени (2012).

и вообще песни со смыслом. «Луна-луна, цветы-цветы» – я это не понимаю. Потому то, что произошло в этом году на Евровидении, для меня – нонсенс, это протест всему музыкальному. Ни таланта, ни музыки, ни исполнения, просто даже не знаю, за что народ проголосовал. Такое впечатление, что просто в качестве протеста. А давайте вот это – оно – выберем. Для меня это противоестественно.

- Ваш отец родом с Украины, как оцениваете события, происходящие в этой стране?

- Мне трудно говорить, потому что я нахожусь не там. Но мне очень больно. Украина – это моя вторая Родина. Там жил мой папа, и мы каждое лето приезжали, навещали его. И, прости меня Господи, рада, что он не дожил до этих трагических событий. У него бы разорвалось сердце. Страшно, что люди теряют человеческий облик. Я за мир во всем мире, я за то, чтобы человека судили по поступкам, а не по его национальности.

- У вас творческая семья – это помогает в жизни? Кто у вас главный?

- Конечно, мужчина. Это правда. Я имею свое мнение и, может, не всегда соглашусь с Владимиром Ивановичем. Но мы всегда стараемся найти общий взгляд и смотрим в одну сторону, как говориться. У нас очень много общего. Иногда бывает сложно. Но мне, кажется, наоборот, больше плюсов. Потому что человек другой профессии может в чем-то меня бы и не понять. Нам легче вместе, мы делаем одно общее дело. Это сближает. Мы коллеги по работе (поем в одном театре), занимаемся конкурсом, со-

вместными проектами, такими как «Фаустина», «Главное, ребята, сердцем не стареть». Много совместных концертов и так далее. Растим двоих мальчишек. И они не пьют и не курят. Наш младший сын, похоже, тоже будет певцом. Поступает ко мне в класс в этом году.

- О чем мечтаете? Всего ли добились в профессии, в жизни?

- Всего добиться невозможно. Совершенство нам не грозит. Мечтаю петь на больших и прекрасных сценах, мечтаю побывать в Америке, в Австралии (хотя мы были уже и в Африке, и в Индии, и в Шри-Ланке, и многих странах, люблю путешествовать). Главное, сохранить как можно дольше голос. В этом помогает школа Сергея Павловича Маркова, моего учителя (Заслуженный работник культуры России, Народный артист РК, Заслуженный учитель Коми АССР), жить долго и счастливо вокальной жизнью.

- Газете «Колокол Севера» исполнилось 10 лет. Ваши пожелания?

- Как можно больше читателей и интересных материалов. Чтобы газета пользовалась успехом. Всем читателям и редакции издания крепкого здоровья и сильной веры!

Кстати, Ольга Сосновская и Владимир Юрковский пообещали, что приедут и выступят на юбилейном концерте в честь 10-летия «Колокола Севера» 19 октября во Дворце культуры Ухты.

Беседовали
Вероника Лудникова,
Светлана Цимбалюк.
Фото Яны Мацкив
и из архива
О.А. Сосновской.



Ольга Сосновская с мужем Владимиром Юрковским и сыновьями Александром и Алексеем.



Первый городской мост и почетная улица

Прогулки по старой Ухте

Гуляя по старому городу, теперь частенько захожу в Свято-Стефановский храм в духовно-просветительский центр «Сретение». Пообщаться с журналистами газеты «Колокол Севера», за свежим номером этого любимейшего уже многим ухтинцам издания. И в один из таких визитов в редакцию мне поступило интересное предложение о сотрудничестве.

Предложение заключалось в следующем: подготовить «длинную» серию статей-рассказов, посвященных историческому центру нашего славного города, его старым улицам, зданиям, крупномасштабным памятникам и скромным памятным знакам. И, конечно же, не забыть об отдельных прославленных тружениках, на которых следует равняться в первую очередь подрастающему поколению.

Сразу вспомнилась инициатива местного отделения партии «Единая Россия» под звучным названием «Имена Ухты». Проект, приуроченный к 80-летию «жемчужины Севера», предлагал всем городом вспомнить замечательных земляков и выбрать среди них самых выдающихся.

Так вот, ознакомившись с откликами горожан на официальном сайте администрации, экспертный совет (куда был приглашен и я) отметил три ключевых момента:

- в электронном голосовании преимущественно участвовала технически оснащенная ухтинская молодежь;
 - нынешние учащиеся и студенты (мягко говоря) плохо знакомы с именами тех, кто внес неоценимый вклад в становление и развитие Ухты – промышленного центра Республики Коми;
 - молодые горожане (в возрасте до 30 лет), не будучи знакомы с легендарными именами «жемчужины Севера», отдавали свои предпочтения современным, добившимся значительных спортивных успехов.
- Широко разрекламированный проект «Имена Ухты» тихо заглох, оставив после себя лишь наборы книжных закладок с портретами забытых молодежи героев войны и труда. А в коротких подстрочниках к ним издатели умудрились понаделать еще и досадных опечаток.

Жизненные реалии однозначно показывают: к истории Ухты следует периодически возвращаться, и это нужно не только современной молодежи, но и ветеранам, в разные годы приехавшим в наш город и оставшимся тут навсегда. Такая работа, безусловно, ведется, но, видимо, в недостаточном объеме.

Ухтинская тема мне дорога и близка: с 2006 года я написал и опубликовал 14 историко-художественных книг, посвященных любимому городу и его согражданам. Поэтому предложение редакции «Колокола Севера» меня заинтересовало, и я принял за дело.

Город Ухта начинался с Рабочего городка, где на базе лагпункта №1 была создана соответствующая инфраструктура. Начальник Ухтпечлага Я.М. Мороз, предварительно облетев на самолете берега реки Ухты, в декабре 1933 года подписал приказ о строительстве нового центра Ухтпечлага, который было велено наименовать городом Чибью.

Решительный Яков Моисеевич не привык откладывать задуманное в долгий ящик, и работа закипела... В течение трех последующих лет на левом высоком берегу Ухты было построено множество строений производственного, жилого и культурного назначения. Я.М. Мороз ежедневно обходил свои владения и любовался результатами труда заключенных архитекторов,



А для пассажирских автобусов иногда делали исключение (Фото А.А. Кричкина, начало 1960-х г.г.)

художников, инженеров-строителей. Всесильный начальник был доволен: команда оправдала его ожидания и сработала качественно, дешево, красиво.

Это были стойкие и мужественные люди, ставившие интересы народа превыше обид, нанесенных им сталинским режимом. Именно они были носителями технической и нравственной культуры. 26 октября 1937 года из разрозненных групп и бюро был создан проектно-изыскательский отдел Ухто-Печорского треста, родоначальник ПечорНИПИнефти.

К концу 1930-х годов лагпоселение начало приобретать городские черты, и вот 14 июля 1939 года Президиум Верховного Совета РСФСР своим Указом утвердил постановление Президиума Верховного Совета Коми АССР об образовании Ухтинского района с центром в рабочем поселке Чибью, переименовав его в Ухта.

В Ухте было не так много объектов, о которых, спустя десятки лет, горожане вспоминают с особым теплым чувством, замешанном на ностальгии, о старых добрых временах.

Одним из инженерных сооружений, памятных и любимых ухтинцами, был деревянный мост, в 1938 году впервые соединивший берега студенкой Ухты в том месте, где спустя тридцать восемь лет появился плавательный бассейн «Юность».

Если идти к зданию бассейна по накатанной дорожке и, миновав главный вход, выйти прямо на берег реки, то мы окажемся именно там, где уникальный мост упирался в песчаный откос. И на правом берегу до сих пор хорошо видна обрывающаяся у воды насыпь. А по низкой воде можно с большой точностью вычислить, где стояли центральные опоры моста.

До 1938 года в рабочем поселке Чибью не было настоящего моста, позволяющего наконец-то соединить промышленную и центральную части будущего города. Да такого, чтобы по нему могли передвигаться не только пешеходы, но и тяжелая техника. В разные годы из положения выходили с помощью ледовых переправ, лодок, паромов. Конечно, мост был нужен, и это хорошо понимало руководство Ухто-Ижемского лагеря. Поэтому, как только вопрос согласовали «наверху», строительство тут же началось. Спустя год по новой транспортной артерии впервые прошла колонна тяжелых грузовиков.

Это было поистине уникальное инженерное сооружение. Три пролета, фермы, четыре главных опоры – все выполнено из сосны. Только соединения металлические – скобы, болты, тяги. Для защиты опор от ледохода были построены ледорезы. Их деревянный каркас обшили стальными листами, а внутренний объем засыпали бутовым камнем. По мосту осуществлялось одностороннее движение. При этом водители руководствовались негласным правилом: кто первым на



Ухтинская улица под натиском вешних вод (Фото С. А. Кулыгина, весна 1960 г.)

мост въехал, тот первым и проезжает. Правило не распространялось на пешеходов, свободно передвигавшихся по узким дорожкам, отгороженным от проезжей части стенкой из бруса.

Деревянный мост выглядел тяжеловесным. У зрителя он создавал впечатление ажурной, удачно вписанной в естественный ландшафт конструкции.

Человеком, под руководством которого были построены мосты через реку Ухту в нашем городе и Сосногорске, железнодорожный - в районе Ухтинского кирпичного завода, красавцы - через реки Седью и Ижму - был Станислав Фомич Кучинский. Этот исключительной скромности и трудолюбия человек, родился в Ленинграде в семье скромного уездного учителя. После окончания Варшавского технического училища, принимал участие в прокладке стратегических военных дорог, а позже был направлен на строительство моста через реку Неман. Множество мостов построил Кучинский в различных областях России. И каждый становился ступенькой на его пути к большому мастерству.

В Коми край Станислав Фомич попал в 1929 году по печально известной статье 58-7. В неимоверно трудных условиях рабочие пробивали дорогу с юга республики к реке Ухте к только что родившемуся поселку нефтяников Чибью. Строительство мостов по этой дороге руководил Кучинский.

Когда в феврале 1932 года политическая статья была с него снята, он добровольно остался и дальше работать в Ухте. Станислав Фомич всегда стремился строить быстро и качественно, и ему поручались самые ответственные задания. Он тихо скончался в Ухте 27 ноября 1961 года в возрасте 79 лет.

Выше моста, на участке, ограниченном поймой реки Чибью и забором стадиона «Нефтяник», кипела частная жизнь. Сразу после войны в городе разрешили индивидуальное строительство. Но это вовсе не означало: вот вам земельный надел - возводите дом. Их (даже в одну - две комнаты) строили в соответствии с планом развития Ухты бригады осужденных. Вокруг города тригиды отдельных лагерных пунктов, так что дармовых рабочих рук хватало. Да и пиломатериалов сколько угодно.

На правом берегу реки, напротив железнодорожного техникума, где-то до середины 1960-х годов функционировала лесобиржа. Здесь, на реке, ставились боновые заграждения, удерживающие в запани сплавляемые бревна. Кстати, по бонам также можно было переправиться на противоположный берег.

Было время, когда в этой части города неукоснительно соблюдали принципы уличной застройки, и тогда между отдельными индивидуальными домами со всех сторон оставались удобные переулочки. Именно здесь проходила улица с почетным для нашего города названием - Ухтинская. Со временем отдельные хозяйства «расширились». В результате вдоль берега выросла неприступная стена, почти полностью перегородившая доступ к реке гражданам, не имеющим водопроводов и колодцев.

Еще в 1952 году горсовет принял решение, запрещающее строить на Ухтинской индивидуальные дома, но они продолжали появляться, постепенно превращая этот участок города в бесхозное поселение, не просыхающее от грязи. В половодье тут все заливалось водой, и дома торчали как островки, между которыми на лодках передвигались озабоченные хозяева. Но вот вода спадала, земля просыхала, и жизнь снова входила в свое привычное русло.

Почти у самого моста располагался городской рынок. Здесь продавались излишки с подворий индивидуальных хозяйств. Молоко, сметана, творог пользовались большим спросом. Некоторые граждане наивно полагают, что овощи и ягоды появились в Ухте с началом развития дачного движения в середине 1960-х годов. Ничего подобного. В 1950-х годах на своих земельных участках отдельные рачительные хозяева снимали приличные урожаи зелени, кабачков, огурцов, помидор, смородины, крыжовника и даже клубники. И, естественно, часть несли на рынок.

Торговали дарами леса - грибами, ягодами, дичью. Рыбаки приносили свежую рыбу - язей, щук, хариусов, карасей с Пионерского озера. В те времена в Ухту еще заходила на нерест семга.

На рынке появлялись и так называемые спекулянты. Сейчас это слово практически вышло из обихода, поскольку исчез дефицит - главный двигатель незаконной торговли.

Мастерицы-надомницы долгими вечерами шили женское белье и платья. С носильными вещами было туго, и этот ходовой товар был в большой цене.

Много чего было тогда в дефиците, да вот хотя бы те же поздравительные открытки. В книжном магазине они появлялись редко. А если есть спрос, то будут и предложения. В 1950-х годах широкое распространение получили самодельные открытки-фотографии с душевным текстом:

«Люби меня, как я тебя, тогда счастливым буду я».

Ловкие умельцы изготавливали гипсовые статуэтки, которые можно было встретить в каждой квартире так же, как деревянную кадку с фикусом или розой. Редкая семья обходилась без ярко раскрашенных кошек-копилков. Мелкие монеты щедро сыпались в них и приятно звенели. Правда, кошки не гарантировали стопроцентную сохранность вкладов. При необходимости с помощью тонкого ножа достать монетки удавалось.

Зимой на ухтинский рынок приезжали ижемские оленеводы. Они привозили мясо, рыбу, изделия из оленьих шкур. Наши городские женщины во все времена высоко ценили удобные и теплые пимы. Расторговавшись, гости приценивались к городским товарам. Сейчас даже трудно представить, как они мчались по центру города на легких санках, погоняя рогатую тройку длинной палкой.

К 1960 году, после двух десятков лет интенсивной эксплуатации, надежность городского моста заметно снизилась. Едва река Ухта покрывалась льдом, движение по мосту закрывали и машины посылали в объезд. У рынка и напротив здания почты (сейчас на этом месте, открывая улицу Бушуева, стоит десятиэтажное здание бывшего Главкомгазнефтестроя) автобусы и грузовики штурмовали берега. Весной к опорам вываливали тонны битого кирпича и булы, чтобы сдерживать натиск льдин. Также выше и ниже моста перед вскрытием реки взрывали лед.

В начале 1960 года было принято решение соорудить постоянный городской мост. Ухтинская проектно-изыскательская контора подготовила проектное задание, в которое заложил типовые пролетные строения из железобетона. Общую стоимость работы оценили в 550 тысяч рублей.

К ноябрю 1961 года поднялись опоры будущего моста, но на этом строительстве надолго застыло из-за возникших проблем с верхними конструкциями.

В 1962 году убрали часть индивидуальных домов, а жильцов расселили в новые «хрущевки». Был выполнен огромный объем земляных работ и укрепление берегов каменной отсыпкой. В итоге низинный, затопляемый вешними водами участок «подрос» и плавной сплелся с улицей Мира. Теперь последствия разлива Ухты можно наблюдать лишь в пойменной части речки Чибью.

К лету 1964 года пятнадцать ленинградцев-монтажников мостопоезда № 428 завершили работу: автодорожное движение по новому бетонному мосту было открыто. Но ухтинцы ломать уникальный деревянный мост не спешили.

В 1971 году ледоход начался только 18 мая. Забегая вперед можно отметить - это было самое позднее вскрытие реки за последние 65 лет (1933 - 1998 годы). И этот паводок выдержал деревянный мост, но его судьба была окончательно решена. В ночь на 27 июля мост сожгли...

Юрий Теплинский.

В ДВИЖЕНИИ – ЖИЗНЬ

Ваше здоровье

Рубрика «Ваше здоровье» появилась в нашей газете сравнительно недавно, воплотилась в реальность моя мечта - создать страничку, посвященную проблемам оздоровления. В статьях я пытаюсь рассказать нашим читателям о том, как решают свои проблемы, борясь с недугом, известные и неизвестные люди, делюсь своим скромным опытом.

Осознание необходимости размещения материалов на данную тему у меня появилось как реакция на тот беспредел, который сейчас творится на страницах газет и журналов, на экранах телевизоров и в Интернете. Навязчивая, беспардонная и лживая реклама предлагает нам мгновенное решение всех проблем, если мы будем использовать то или иное лекарство. Чтобы снять с себя ответственность и защититься от возможных судебных исков потребителя, фирма-изготовитель в самом низу рекламного текста, зачастую мелким неразборчивым шрифтом, сообщает потенциальному покупателю о необходимости перед применением препарата проконсультироваться у специалиста. Где бы еще найти этих специалистов, которые могли бы ориентироваться в огромном количестве БАДов и лекарств, выбрасываемых практически ежедневно на неконтролируемые фармацевтические рынки. Очаровательные дикторши и популярные актрисы поставленными голосами убеждают нас применить тот или иной препарат, ту или иную методику похудения, обещая чуть ли не мгновенный эффект.

И с каждым месяцем подобной рекламы в средствах массовой информации становится все больше, кажется, предприимчивые люди сошли с ума, настолько гипертрофировано велика у них тяга к живые лубыми путями.

Убежден, что законодателям уже давно следует обратить самое пристальное внимание на рекламу лекарств и пищевых добавок в наших СМИ. Здоровье нации гораздо дороже прибылей фармацевтических компаний.

А есть ли у современного человека альтернатива всем этим чудодейственным препаратам, какие методы и средства в состоянии заменить и замесить порочное необдуманное применение лекарств нашими соотечественниками? Вот об этом я и хочу поговорить в предлагаемой работе.

БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК

Рядом с нами в Ухте живет человек, который всей своей жизнью доказывает нытикам и маловерам, что можно обходиться без лекарств, иметь феноменальную физическую выносливость в преклонном возрасте. Его смелости, силе духа может позавидовать любой мужчина нашего Отечества. Разговор в данной статье пойдет о нашем земляке Владимире Георгиевиче Солдатове.

Бегающего по тротуару человека в старой части Ухты я периодически встречал в разное время года. Меня всегда поражала скорость, с которой пожилой человек передвигался, его шаг был очень широк, казалось, легкоатлет летел над асфальтовой дорожкой. Техника бега завораживала, легкость, с которой он двигался, вызвала чувство зависти, а ведь ему было далеко за 70. Я мысленно ставил себя рядом с ним и сразу же понимал, что тягаться с этим спортсменом мне не по силам.



Шли годы, вот и я достиг пенсионного возраста, приобрел несколько тренажеров, боксерскую грушу, закрепил в коридоре своей квартиры турник, более регулярно стал заниматься физкультурой.

Однако частенько перед глазами возникал образ парящего над землей спортсмена, который сосредоточенно наматывал километры по ухтинским улицам.

Неоднократно у меня возникало желание пообщаться с ним, как человек, всю жизнь занимающийся физкультурой и спортом, я понимал, что передо мной личность явно незаурядная. Неотложные дела, а скорее всего суета мирская, не позволяли мне до поры пообщаться с бегуном.

Решение о встрече окрепло после того, как я узнал, что данный легкоатлет победил в своей возрастной группе в очередном международном марафоне, который проходил в Берлине в 2013 году, и было ему в ту пору 80 лет!

Навел справки и узнал, где можно встретить В.Г. Солдатова, он является руководителем духового оркестра нашего города. Помещение, где его коллектив репетирует, находится во Дворце культуры. У дежурной уточнил график занятий оркестра и в один из дней зашел в небольшую комнату, плотно заставленную всевозможными музыкальными инструментами. За столом сидел пожилой мужчина, назвать его стариком язык не поворачивается, он вопросительно смотрел на меня, явно ожидая пояснения моего присутствия в его кабинете.

Представился, объяснил причину моего визита. Герой моего рассказа, сказал, что интервью возможно, но не сегодня. Мы договорились о встрече и расстались, обменявшись номерами мобильных телефонов.

Меня интересовали не регалии и награды Владимира Георгиевича, а то, как он достиг такого уровня тренированности, что и в 80 лет способен пробегать марафонскую дистанцию длиной в 42 километра 195 метров. Любители бега тратят на ее преодоление от 3 до 5 и более

часов, в зависимости от степени тренированности и возраста.

Вопросов было много, все они были важными, поскольку перед нами налицо уникальный опыт спортсмена, который раздвинул рамки физических возможностей организма.

Какой у него распорядок дня: когда ложится спать, когда просыпается, сколько раз принимает пищу, в какое время, чем питается? Как строит тренировочный процесс, какие упражнения использует для поддержания должного уровня физической активности?

Не секрет, чем старше мы становимся, тем больше начинаем беречь себя, стараемся меньше двигаться, боясь перегрузить сердце и другие органы, постепенно приобретая кучу заболеваний. Снижая двигательную активность, набираем лишние килограммы. Я знаю людей, обладающих избыточным весом в 50 и более кг. Представляете, каково это носить на себе рюкзак весом в 50-70 кг, не расставаясь с ним ни на минуту, который давит на несчастного, деморализованного человека 24 часа в сутки, и так долгие годы.

За последние десятилетия у многих жителей городов уровень физических нагрузок кардинально поменялся в сторону уменьшения. Большинство из нас пересело на личный автотранспорт, уменьшился километраж пеших прогулок, вместо ходьбы многие предпочитают комфортное передвижение на машине. Поэтому в разы снизилась нагрузка на сердце, сосуды и весь организм. И многие, похоже, еще не осознают, чем это им грозит, поэтому уже сейчас надо всеми доступными средствами обращать внимание на существующую серьезную проблему, связанную с физической деградацией городских жителей. Наши дети занятиям физкультурой и спортом, предпочитают общение в Интернете.

Спортом В. Г. Солдатов начал заниматься в далеком 1945 году, было ему в ту пору 12 лет. После окончания института Владимир Георгиевич по-

ехал в Воркуту. Здесь он продолжил тренировки, летом – беговые дисциплины, зимой – лыжи.

Был у Солдатова небольшой перерыв в занятиях спортом, в течение полутора лет. За этот промежуток времени наш герой набрал почти двадцать килограммов лишнего веса, стало болеть сердце, «прыгать» давление. Осознание необходимости физических нагрузок пришло через плохое самочувствие, начал потихоньку нагружать свой организм, на что ушло несколько лет. В 1971 году он уже окончательно встал на путь активных тренировок, которые продолжались уже 43 года. Очень тяжело было сбрасывать лишний вес, однако он выдержал испытание голодом, постепенно организм «успокоился», научился извлекать максимум калорий из того, что предлагал ему «хозяин».

Восстановление своих физических кондиций он начинал через пешие прогулки. К 1990 году Владимир Георгиевич достиг такого уровня тренированности, что начал подумывать о сверхдлинных дистанциях. Первым для него стал Московский международный марафон мира.

Общаясь с титулованным спортсменом, я, естественно, не мог не поинтересоваться тем, как он питается. Основой его меню являются каши и овощи, хотя он не исключает из рациона рыбу и мясо, любит и сладкое, т.е. не ограничивает себя сознательно от каких-то продуктов, просто не ест их в большом количестве. Часто делает себе салаты, которые состоят из огурцов, помидоров, сельдерея, лука, чеснока и капусты. Любит также квашеную и морскую капусту. Употребляет в пищу и молочные продукты – кефир, творог, сыр. Регулярно ест горький шоколад, содержащий 85% какао-бобов. По мнению врачей, прием его в пищу способствует разжижению крови и очищению сосудов.

У Солдатова жесткий режим дня: подъем в 5 часов 50 минут. Зарядку он начинает уже в постели, делая гимнастику для глаз, массирует

живот, суставы рук и ног. Комплекс упражнений начинается с маховых движений руками, затем всевозможные вращения туловищем. Много времени уделяет упражнениям для ног, поскольку они являются самым уязвимым местом у бегунов. Владимир Георгиевич применяет различные комплексы упражнений на голено-стопа, коленные и тазобедренные суставы.

Сушавную гимнастику Солдатов делает, используя методику доктора Сергея Михайловича Бубновского. В Интернете работы этого специалиста есть, однако заикливаться только на этой фамилии, я думаю, не стоит, в нашей стране и за рубежом есть достаточно авторитетов, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Использует в своих занятиях и парадоксальную дыхательную гимнастику Стрельниковой. Я тоже неоднократно пробовал эту систему на себе, однако хочу предостеречь от чрезмерного увлечения данной техникой дыхания. Гораздо действенней с моей точки зрения нагрузка на легкие с использованием обычных физических упражнений – ходьба, бег, плавание, лыжи, гимнастика восстанавливают вам правильное, полноценное дыхание. Системы же Стрельниковой, Бутэйко и тем более дыхательную гимнастику Цигун необходимо осваивать под наблюдением специалиста. Восточные техники православному человеку вообще желательно не применять, поскольку они неразрывно связаны с духовными практиками.

Одно из любимых упражнений нашего героя – отжимание от пола. За один подход отжимается 20-25 раз. Всего старается сделать 200-250 отжиманий за 10 подходов. Никогда не идет при этом на рекорд, перенапряжение организма небезопасно, особенно в таком солидном возрасте.

Владимир Георгиевич постоянно ведет контроль за самочувствием, замеряя давление и пульс до и после тренировки. В покое его пульс не превышает 55-58 ударов в минуту, иногда менее 50. После занятий



физкультурой редко превышает 90. Раз в год проходит медицинский осмотр, стремясь выявить на ранней стадии различные патологии.

Я спросил Владимира Георгиевича, есть ли у него свободное время и как он им распоряжается. Ответ был неожиданным – оказывается, свободного времени у нашего героя нет, весь день расписан практически по минутам, по вечерам он руководит духовым оркестром, так что домой приходит после 19 часов, а ведь надо еще приготовить ужин, поскольку он вдовец.

Беговые нагрузки у него вечером. Продолжается тренировка полтора часа, после бега обязательно 15 минут упражнений на суставы.

Мы посчитали, сколько же времени в неделю уходит у него на физические упражнения, и вот какие цифры получились: утренняя зарядка 1,5 ч каждое утро, в неделю получается 10,5 часов. 4 раза в неделю бег по полтора часа, плюс 15-минутная разминка - итого 7 часов. Всего за неделю у нашего героя набирается свыше семнадцати часов активных физических нагрузок, почти сутки.

Посчитайте и вы, сколько времени тратите на активные занятия физкультурой и спортом.

В настоящее время наш герой чувствует себя хорошо, бегать старается в любую погоду, только мороз свыше 25 градусов прерывает его календарь тренировок на свежем воздухе. В морозные дни занимается дома.

Солдатов отметил, что особенно тяжело входить в тренировочный процесс, если по какой-либо причине прервал его, и чем больше пауза, тем труднее восстанавливать свои физические кондиции, быстро набирается лишний вес. Поэтому двигаться надо всю жизнь. Каждое утро обязательно начинайте с зарядки. Комплексов физических упражнений в настоящее время пропагандируется великое множество, не надо выбирать самые сложные, начните с простых. Не нагружайте себя с самых первых тренировок, ничего хорошего с такого форсажа не будет, надорветесь. Также потихоньку осваивайте упражнения, постепенно вводя все новые и новые. Со временем вы самостоятельно наработаете несколько вариантов упражнений, которые будете чередовать в процессе тренировок, чтобы не было привыкания организма к нагрузкам.

У Владимира Георгиевича была аденома простаты второй степени. Излечил ее не медикаментозно, при помощи специальных упражнений. Ежегодно проходит УЗИ, заболевание устранено.

Он гипертоник с 40-летним стажем, но лекарствами практически не пользуется, очень редко принимает эналаприл. После бега давление у него нормализуется, благодаря кардионагрузке.

Зимой одевается на пробежки тепло, старается пропотеть во время бега, летом любит заниматься максимально открытым, обычно в трусах и майке.

Пищу принимает два раза в день. Утром, после зарядки пьет чай, затем готовит себе завтрак, обычно это каша. Ест ее только через 30 минут после приема жидкости. Чай и кофе пьет без кофеина, поскольку он сужает сосуды, для гипертоника это не полезно.

Широко практикует различные травяные сборы, заваривая их как чай. Шиповник, боярышник, калина, Melissa, использует луковую шелуху. Она хорошо очищает сосуды. Шелуху промывает, затем заливает кипятком, десять минут кипятит и час отстаивает. Частенько заваривает вместе шиповник, калину и шелуху лука, и пьет в течение дня. Использует также настой пижмы, зверобоя, хвоща полевого. С помощью трав самостоятельно вывел камни из почек.

Соль и сахар не употребляет в чистом виде. Приготовленную кашу старается есть с селедкой, кроме того добавляет ломтики вареного картофеля. Ужин с 19 до 20 часов. Отбой в 22 часа. Днем старается не спать.

Интересны воспоминания Солдатов о Хельсинском марафоне. Перед началом соревнований всех бегунов осматривают врачи, в основном измеряют давление, у нашего героя давление перед забегом было 180 на 120. Сказывалось волнение, кроме того, Владимир Георгиевич гипертоник с многолетним стажем. Однако до марафона его допустили. После окончания соревнования Солдатов подходит к тому же врачу, у него повторно измеряют давление, прибор показывает 135 на 80!!! Пульс – 104 удара.

Самый трудный марафон был в Париже. Еще в Ухте у Владимира Георгиевича разболелся тазобедренный сустав, проявил себя остеохондроз. Поначалу он хотел отказаться от участия в забеге, однако руководитель делегации уговорил его поехать на соревнование (когда еще появиться такая возможность побывать в Париже). Участие в забеге он принял, бежать было очень тяжело, порой переходил на ходьбу, однако в лимит времени уложился, преодолел дистанцию менее чем за 6 часов.

Вот уже сорок лет Владимир Георгиевич ведет дневник тренировок, так в 2005 году он пробежал 2700 километров. За сорок лет беговых нагрузок им было преодолено 90 тысяч км.

В 2013 году Владимир Георгиевич пробежал свой последний полный марафон, в дальнейшем он планирует бегать полумарафоны. В 2015 году на Канарский марафон он заявился уже на дистанцию в 21 километр.

Рассказывая о нашем современнике Владимире Георгиевиче Солдатове, я стремлюсь донести до читателя главную, на мой взгляд, мысль – боритесь за себя до конца, в каком бы безнадежном положении вы не находились, помните всегда, что мирская жизнь наша в руках Господа, а Он всегда придет на помощь твари, которая создана по Его образу и подобию.

ВЕРНУТЬ ЗДОРОВЬЕ ВОЗМОЖНО

В этой связи я хочу привести высказывания известного человека, кардиохирурга Николая Михайловича Амосова, посвятившего всю свою жизнь пропаганде здорового образа жизни:

- в большинстве болезней человека виноваты не природа, не общество, а только он сам. Чаще всего он болеет от лени и жадности, но иногда и от неразумности;

- не надейтесь на медицину. Она неплохо лечит многие болезни, но не может сделать человека здоровым;

- чтобы стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их нельзя ничем. К счастью, человек столь совершенен, что вернуть здоровье можно почти всегда. Только необходимые усилия возрастают по мере старости и углубления болезней;

- для здоровья одинаково необходимы следующие условия: физические нагрузки, ограничения в питании, закаливание, время и умение отдыхать;

- достаточно 20–30 минут физкультуры в день, но такой, чтобы задохнуться, вспотеть и чтобы пульс участился вдвое. Если это время удвоить, то будет вообще отлично.

Идея активного долголетия всегда витала в головах ученых, общественных деятелей и простых людей. За долгие века существования человеческой цивилизации постепенно складывались те принципы и законы, следуя которым человек существовал и развивался. Активный, творческий отрезок своей жизни, оставаясь дееспособным практически до последних минут своего существования в материальном мире.

«ТАЙНАЯ МУДРОСТЬ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ОРГАНИЗМА»

Трудно переоценить вклад того или иного мыслителя в науку о здоровье, и все же фамилия одного из них, нашего соотечественника Абрама (в крещении Александра) Соломоновича Залманова (1875 – 1964 гг.) стоит особняком в славной когорте просветителей. В своей статье я приведу лишь некоторые идеи замечательного ученого, полностью ознакомьтесь с его исследованиями можно, прочитав главный труд его жизни – «Тайная мудрость человеческого организма». Книга эта будет интересна всем - и простым людям, и врачам, поскольку идеи и принципы, излагаемые Залмановым, на многие десятилетия обогнали время, смею надеяться, что когда-нибудь его главный принцип в лечении пациента – «не навреди» будет использоваться и нашими эскулапами.

Какую же идею выдвигает А.С. Залманов как основание для стимуляции собственных защитных механизмов организма? Это «капилляротерапия», или, как он пишет, способ «глубинного» воздействия на капилляры, точнее же - на обменные процессы, происходящие на уровне этой части сосудистого русла.

Классическая кардиология в своих теориях движения крови рассматривает сердце человека как центральный насос, перегоняющий кровь в артерии, по которым оно через капилляры доставляет питательные вещества клеткам тканей. Капилляры в этих теориях отводятся всегда пассивная, инертная роль.

Французский исследователь Шовуа утверждает, что сердце не делает ничего другого, как только проталкивает кровь вперед. А. Круг и А. С. Залманов отводят начальную и главенствующую роль в кровообращении капиллярам, которые являются сократимыми пульсирующими органами тела.

Общая длина капилляров в человеческом организме составляет 100 тысяч километров, длина почечных капилляров составляет 60 км. А теперь представьте себе, в состоянии ли сердце привести в движение кровь



Николай Михайлович Амосов (6 декабря 1913, д. Ольхово - 12 декабря 2002, Киев) - советский и украинский торакальный хирург, учёный-медик, литератор. Автор новаторских методов в кардиологии и торакальной хирургии, автор системного подхода к здоровью («метод ограничений и нагрузок»), дискуссионных работ по геронтологии, проблемам общественного интеллекта и рационального планирования общественной жизни («социальной инженерии»). Академик АН УССР (1969) и Национальной Академии Наук Украины, Герой Социалистического Труда (1973).

на всем бесконечно длительном пути.

Жизнь тканей и клеток зависит главным образом от этих маленьких сосудов. С полным основанием можно считать, что патологические изменения капилляров лежат в основе любой болезни. Европейский исследователь Хюшар еще в 1908 г. назвал капилляры бесчисленными периферическими сердцами. Он обнаружил, что капилляры способны сокращаться. Их ритмичные сокращения - систолы - наблюдали и другие исследователи.

Вся сложная система кровообращения, включающая сердце, сосуды, а также механизмы нервной и эндокринной регуляции, создана природой для того, чтобы доставить в капилляры кровь, необходимую для жизни клеток и тканей. Как только в капиллярах прекращается циркуляция крови, в тканях наступают некротические изменения - они отмирают. Вот почему эти микрососуды являются важнейшим участком кровеносного русла.

Каррель (Carrel, 1927) подсчитал, что потребность человеческого организма в крови и лимфе составляет 200 000 л в сутки.

Бесконечно малыми, но замечательно используемыми средствами человеческого организм осуществляет совершенное орошение тела человека 5 литрами крови, 2 литрами лимфы и 28 литрами внеклеточной и внутриклеточной жидкости.

Вообразите себе сокращения и расширения капилляров на протяжении ста тысяч километров, мощь их непрерывной деятельности, водный обмен между ними и внеклеточными жидкостями, непрерывное изменение их объема - и вы обнаружите развернутую гемодинамику, поток жизни, который начинается в сокращающихся мембранах, распространяется в вены и вены с их клапанами и достигает правого желудочка.

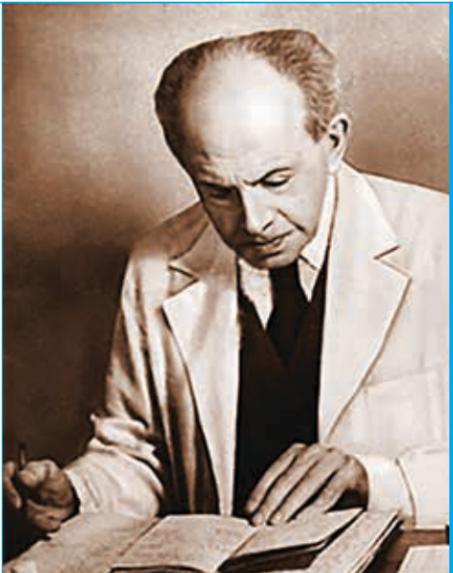
Жизнь - это вечное движение жидкостей между клетками и внутри клеток. Остановка этого движения приводит к смерти. Частичное замедление движения жидкостей в каком-то органе вызывает частичное расстройство. Общее замедление вне- и внутриклеточных жидкостей в организме вызывает заболевание.

Существует множество способов стимулировать жизненный поток жидкостей внутри нашего организма, одним из эффективных способов, на мой взгляд, является ритмичная длительная нагрузка. В этой связи бег и ходьба являются наиболее оптимальными средствами, посредством которых мы можем поддерживать нашу жизнедеятельность на высоком уровне.

Надо знать и всегда помнить: все, что происходит в организме, прежде всего совершается во имя спасения его жизни!

Николай Лудников.
Фото автора, из архива В.Г. Солдатов и по сети Интернет.

Абрам (Александр) Соломонович Залманов (20 июня 1875, Гомель - 24 января 1965, Париж) - знаменитый российский врач, создатель современного варианта методики скипидарных ванн и учения о капилляротерапии. Широко известен как автор книги «Тайная мудрость человеческого организма», выдержавшей несколько изданий во Франции, СССР, России и странах СНГ. Залманов работал в России, СССР, затем - в Германии и Франции.



Уголок моей России

Когда тебе подворачивается возможность съездить в новые места, научиться чему-то новому, узнать много интересного, ни в коем случае нельзя отказываться. Так, благодаря участию в конкурсе «Уголок моей России» я попала в самое известное село нашей республики – Ыб и участвовала в замечательном форуме «Мультимедийная журналистика для школьников».

В первую очередь, поражает красота этих мест. Когда мы приехали, то сразу же направились на экскурсию. Нам повезло с погодой, а потому, гуляя по волшебным по своей красоте местам, я порой забывала совершенно, что нахожусь не на отдыхе, а на журналистском семинаре. Наслаждаясь видами и красотами

северной природы, я записывала все, что рассказывала нам наш экскурсовод. Позднее она сопровождала нашу команду на еще одну прогулку, где нам поведали историю деревни Каргорт. И лишь поздним вечером, когда мы отсняли материал для нашего фильма, мы решили вернуться. Но всё же без приключений не обошлось. Возвращаясь в гостиницу, наша группа потерялась в бескрайних полях села Ыб. И выйти к дороге мы смогли лишь через полчаса.

Задание нам попало не из легких, но и команда подобралась серьезная. Когда мы вернулись вечером в гостиницу, то сразу же принялись за работу. Нам предстояло снять документальный фильм о деревне Каргорт и его достопримечательностях, смонтировать его, и все за одну ночь. Трудились не напрасно, нас ждала

достойная награда - первое место.

На семинаре для нас провели интересные мастер-классы. Настоящие журналисты, профессионалы рассказали нам, как правильно работать в кадре, что такое прямое включение, и мы даже попытались сами сделать небольшие репортажи. На других занятиях обучали работе в команде

и рассказывали, как заинтересовать читателя.

В заключение хотелось бы добавить, что в Ыбе довелось пережить немало приключений, но это все несравнимо с тем, что я увидела, пожалуй, самые красивые места нашей республики и узнала удивительную историю этого райского уголка. Самая

Истории

Реальные

РИТМ

Молодежь

Творчество



Светлана Цимбалюк.
Фото автора.

Мы спросили у слушателей школы журналистики духовно-просветительского центра «Сретение» - сотрудничаю с газетой - что это для вас значит?

Светлана Цимбалюк:



- Для меня сотрудничество с газетой «Колокол Севера» началось неожиданно. Это огромная поддержка и опора, ведь еще год назад я и подумать не могла, что стать журналистом не просто мечта, а вполне осуществимая реальность. И вот я и оглянуться не успела, а уже читаю в газете собственные статьи.

Так что хочу сказать одно: спасибо. Спасибо за то, что существует такая газета на протяжении долгих и трудных десяти лет.

Данил Юдин:



- Газету «Колокол Севера» я читаю уже очень давно. И с каждым годом она становится все лучше и лучше: красочно оформлены страницы, много интересной информации. Она развивается, и мы стараемся ей соответствовать. Убежден, что если и впредь газета будет так же уверенно идти вперед, то будет неизменно интересна самой широкой читательской аудитории. Желаю сотрудникам газеты наилучшим образом делать свое дело и не обращать внимания на выпады недоброжелателей. Будьте счастливы и здоровы, радуйте нас и дальше. Мы нуждаемся в вас не меньше, чем вы в нас.

За историю о Детском парке – I место

Слушательница школы журналистики духовно-просветительского центра «Сретение» победила в республиканском конкурсе.

Школа журналистики при Свято-Стефановском храме существует уже третий год. Приходят сюда ребята из разных школ Ухты. Постигать азы мастерства им помогает Вероника Лудникова, газетный работник со стажем, член Союза журналистов России. В этом году юные корреспонденты из «Сретения» впервые решили поучаствовать в конкурсе, и сразу победа.

Конкурс «Уголок моей России» проводился в рамках грантового проекта Союза журналистов Республики Коми «Школа юнкоров» при поддержке Агентства РК по печати и массовым коммуникациям, Министерства образования и экономического развития республики. Юным участникам (от 11 до 17 лет) было предложено 5 номинаций. Ухтинка Светлана Цимбалюк выбрала «Памятники истории и культуры». Свой материал она посвятила Детскому парку: «Каждому человеку особенно дорого то место, где он родился, его малая родина. Для меня это «жемчужина Севера» - Ухта. В нашем городе немало интересных и памятных мест, но ни одно из них, пожалуй, не имеет такой захватывающей истории, как Детский парк».

Юная журналистка привела интересные исторические данные о его создателе Г.А. Карчевском, о том, какие диковинки в парке были. И отметила: «Многие горожане с грустью вспоминают то время, прекрасно понимая и видя, как все изменилось. Парк из моего детства почти перестал существовать...».

Доводилось слышать от ухтинцев: «Сейчас осталась лишь тень того Детского парка, которым так гордились. Заброшенные качели, пустырь там, где раньше были аттракционы. Но ухтинцы всегда будут любить это место».

В 2011 году в нашем городе активисты решили вернуть парку былую славу. Стали проводить субботники, отремонтировали некоторые аттракционы своими силами. Поняв, что невозможно вечно водить своих детей в разрушенное место, люди захотели все исправить. И эта инициатива не осталась незамеченной, администрация города озаботилась судьбой парка. И мне хочется верить, что у нас все получится».

Светлана убеждена: «История Детского парка еще не закончилась. Она будет писаться до тех пор, пока будут находиться люди, готовые ему помочь».

Этот материал получил самые лестные отзывы жюри и заслуженно завоевал первое место.

Награждение проходило в легендарном селе Ыб на итоговом семинаре по проекту Союза журналистов «Мультимедийная журналистика для школьников» (руководитель проекта Валентина Вениаминовна Лях). В этнокультурном парке ребят ждали мастер-классы от профессионалов и



награждение. А также юные журналисты должны были выполнить непростое задание: Свете Цимбалюк и ее новым коллегам довелось создать видеосюжет о деревне Каргорт. Школьницы сумели разглядеть интересные особенности этой части этнопарка, познакомили с туристическими объектами, расположенными в этом чудесном уголке республики (фильм можно посмотреть в группе газеты «Колокол Севера» «ВКонтакте»:

<https://vk.com/club60484570>). За столь подробное журналистское расследование команда заслужила не только первое место, но и специальный приз – сертификат на посещение веревочного парка.

От редакции газеты «Колокол Севера» поздравляем Светлану с победой и желаем ей новых творческих свершений и открытий.



В поисках деревни Каргорт. Фото Валентины Лях.



С пасхальным настроением и русским размахом

Выставка

Как много у нас талантливых, замечательных мастеров и художников. В этом могли убедиться все посетители Пасхальной выставки в Свято-Стефановском храме Ухты. За две недели работы здесь побывало более 400 человек.

Некоторые приходили снова и снова, чтобы получше рассмотреть произведения, вникнуть в концепцию, точнее понять то, что сказал автор. А увлекающиеся творчеством и рукоделием смогли найти новые приемы, детали и наметить для себя какие-то необычные направления.

На экскурсии приходили и школьники, и взрослые, и подопечные отделения дневного пребывания Центра социальной защиты, знакомились с традициями празднования Пасхи, с историей иконописи и, конечно, видами народного творчества. А какие интересные мастер-классы были в этом году – по плетению кружев на коклюшках, росписи по дереву, торсион-папье (плетения из скрученных газет), мраморированию!

Но для Пасхальной выставки это все не главное. Как отметили организаторы, самое важное – поделиться радостью праздника – Воскресения Христова, который каждому из нас дает надежду, обновление, веру. Потому постарались отобрать работы, которые несут особую атмосферу – любви, добра, света. И по признанию многих посетителей, это задача была выполнена.

«Пришла на выставку в полной депрессии, но посмотрела на картины и вдруг почувствовала, что плохого настроения как не бывало». «Здесь так ясно чувствуется Божие присутствие» «Хочется творить, придумывать что-то новое». И таких признаний было великое множество.

На закрытии выступил один из организаторов выставки – сотрудник духовно-просветительского центра «Сретение», главный редактор газеты «Колокол Севера» Николай Лудников. Он отметил, что сегодня так редко можно увидеть настоящее искусство: «Телевидение и Интернет тиражируют суррогат, пытаются выдать это за особый креатив, новые подходы в искусстве и так далее. Но, пожалуй, настала пора сказать: а король-то голый. Вот на таких выставках, как наша, можно увидеть еще произведения русских мастеров, которые все делают для людей своими руками, с любовью. И это дорогого стоит».

Наиболее активным участником выставки были



24 апреля в Свято-Стефановский привезли благодатный огонь. Частичкой этой святыни поделились прихожане, которые специально съездили в Свято-Никольский храм на Заречную. И первыми увидеть благодатный огонь смогли посетители Пасхальной выставки.

Взрослые спели праздничный тропарь: «Христос воскрес из мертвых». А ребята не отводили глаз от огонька, мерцающего в лампадке, и слушали рассказ художницы Риммы Кадыровой о том, как в Иерусалиме на Землю спускается благодатный огонь.

вручены благодарственные письма Свято-Стефановского храма, в которых настоятель протоиерей Евгений Александров отметил важность труда художников, мастеров и тех, кто помогал в организации выставки. Ведь все это труды во славу Божию, особая миссия в просвещении людей. Благодаря таким вернисажам люди больше узнают о Православии и ближе знакомятся с традициями своих предков.

Церемония награждения завершилась небольшим концертом. Художник Виктор Шемарин исполнил две песни о любви и о Родине. «Уголок России» так органично прозвучал среди русских пейзажей, представленных на выставке. А слова «И глаза, и песни русские» были так в тему. Мастерница Елена Крепышева спела знаменитого алябьевского

«Соловья». Расходиться просто не хотелось.

Жаль, что в центре «Сретение» так мало сотрудников и нет возможности проводить выставку длительное время, и потому особых благодарностей в этот день заслужили те, кто помогает в оформлении, дежурит, убирается в помещениях. Ведь это труд негромкий, незаметный, но такой важный и нужный. Многая лета хочется спеть художнице и главному оформителю выставки Римме Кадыровой и добровольным помощникам – Юлии Каневой, Ларисе Симонюк, Татьяне Скатовой, Данилу Юдину, Дмитрию Трещенко, Наталье Юничиной.

Мастерица Анна Дмитриевна Зубехина отметила: «Как хорошо, что есть такие выставки. Мы ведь сидим по домам, закрывшись в своих квартирах. А здесь мы можем пообщаться, познакомиться с

чем-то новым, поделиться своим опытом».

Завершилось торжество чаепитием, где за праздничным столом с кусочком пирога смогли еще поговорить об искусстве, о Православии, о судьбе России. Дай Бог не в последний раз.

Хотелось бы отметить, что на сегодня малый зал Свято-Стефановского храма – по сути, единственный, подходящий для выставок в Ухте. В «жемчужине Севера» нет выставочного зала. И в храме рады сотрудничеству с художниками, мастерами не только в период рождественских и пасхальных торжеств.

Спаси вас Господи! До новых встреч!

Вероника Лудникова.
Фото Николая Лудникова.



На пасхальном вернисаже свой музыкальный подарок преподнес ансамбль песни «Светоч» (руководитель Галина Корепанова): «Как же нам Россией не гордиться, мудрыми умельцами её!»



Впервые в Пасхальной выставке в Ухте приняли участие ребята из студии «Лестничка» Свято-Серафимовского храма г. Сосногорска (они представили более 30 работ). Инициатор создания и руководитель студии Антонина Чернихова, художник-оформитель по профессии. «Лестничка» существует уже второй год. Любимые техники – декупаж, пейпарт. Но планов – громадье, появятся в студии новые мастера, займутся и другими видами прикладного творчества. «Лестничка» стала для детей и их руководителя вторым домом. Здесь царит атмосфера любви, и потому в любую погоду спешат на занятия при храме. Для юных творцов это не просто веселое времяпрепровождение. Например, Женя Михеева уже знает, как можно украсить любую вещь, превратив ее в настоящее произведение искусства – даже простую дамскую сумку. Несомненно, занятия творчеством приносят ребятам огромное удовольствие и помогают развить их таланты.

Духовно-просветительский центр «Сретение» сердечно благодарит художников, мастеров прикладного творчества: Елену Стрельченя, Инну Подомареву, Надежду Сидорову, Виктора Шемарина, Галину Налимову, Антонину Черникову (руководителя студии «Лестничка», Свято-Серафимовский храм, г. Сосногорск), Елену Поломошнову, Татьяну Медведеву (женский клуб «Я самая»), Наталью Удилову (г. Сосногорск), Елену и Алексея Крепышевых, Злату и Марину Кругловых, Ирину Талееву, Анну Зубехину, творческое объединение «Домашний очаг», Галину Дикареву, заведующую дневным отделением Центра социальной защиты, Александра Семирота, Светлану Терентьеву, Ольгу Щинову (МОУ ДОД «ЦЮТ»), Лидию Поздееву (ГОУ «Школа-интернат №2»), Людмилу Гончарову (директора Детской художественной школы), Ирину Бакланову (ГОУ «Школа-интернат №2»), Зою Картаеву и всех-всех юных и взрослых участников выставки.

К СВЯТЫМ МЕСТАМ НА СЕМИ ХОЛМАХ

Паломничество

«Приезжайте к нам в Ыб. Увидите старинный храм. Да и вообще, у нас такая красота!» - эти слова случайной попутчицы вспомнились мне, когда спустя несколько лет я узнала о строительстве в этом селе финно-угорского этнокультурного парка. Место для него выбрано поистине уникальное. Помимо исторических достопримечательностей Ыб поражает красотой природы, а люди, живущие в селе, стараются сохранять уклад предков. Мне сразу захотелось побывать с учениками в этом необычном поселении, которое ещё и располагается на семи холмах, как в сказках. Конечно, я не представляла тогда, что мне предстоит открыть для себя старинный Ыб ещё и как духовный коми православный центр, привлекающий множество паломников.

Майским солнечным утром наш автобус отправился в путь. После короткой остановки в финно-угорском этнокультурном парке (нам предстояло ещё вернуться сюда) началась автобусная экскурсия. Когда подъезжали к селу, кто-то сказал: «Смотрите, как красиво!». Действительно, с берега реки открывался изумительный вид на Сысолу и тайгу, уходящую синей дымкой за горизонт. Из рассказа экскурсовода я узнала, что Ыб состоит из нескольких деревень, растянувшихся почти на 15 км вдоль реки. В переводе с коми языка «Ыб» - возвышенность, простор. И то, и другое соответствует действительности. А ещё это одно из древнейших поселений на территории нашей республики. Первое упоминание о селе Ыб относится к 1586 году.

Наш автобус остановился у красивой белоснежной церкви. Свято-Вознесенский храм - один из старейших в Республике Коми, который милостью Божией и стараниями прихожан не был осквернен в годы безбожия. И в настоящее время является не только памятником культуры и архитектуры республики, но и местом, куда уже третье столетие приходят люди за духовной поддержкой и утешением. Храм построен в 1825 году. В 1877 на колокольне установили огромный колокол весом более трёх тонн. В 1936 году церковь закрыли, а колокол сбросили,

паломнические поездки преподавателей «Основ религиозных культур и светской этики» в Ухте уже стали хорошей традицией. Зародилась она после «круглого стола» в Свято-Стефановском храме, где обсуждали вопросы духовно-нравственного воспитания школьников. И одним из пунктов резолюции стало обращение к властям с просьбой помочь в организации таких выездных семинаров для учителей. Глава МОГО «Ухта» Роман Мельник откликнулся сразу. И первая поездка в Кылтаво и Усть-Вымь с сотрудниками духовно-просветительского центра «Сретение» состоялась в апреле 2013 года, а в этом году 17 мая учителя отправились в Ыбский монастырь. Мероприятие состоялось благодаря участию главы муниципалитета Р.В. Мельника и финансовой поддержке ООО «Газпром трансгаз Ухта».



после чего он бесследно пропал. Существует легенда, что его якобы утопили в реке. Советская власть хотела вскоре открыть в храме клуб. Не получилось. Колокольню храма разобрали на кирпичи, их использовали при строительстве новой школы в 1950-х годах. Через десять лет она, увы, сгорела. А храм Вознесения Господня до сих пор стоит. Церковь построена так, что видна отовсюду. Она является не только душой, но и своего рода визитной карточкой одного из древнейших сёл Сыктывдинской земли. Мы ещё некоторое время постояли, любуясь живописными окрестностями села, открывающимися с вершины холма.

Немного отдохнув, продолжили путь к Серафимовскому женскому монастырю. Во время экскурсии мы посетили храм преподобного Серафима Саровского, побывали на могиле игуменьи Серафимы (В.А.Волочковой) - первой настоятельницы монастыря. Обитель находится на возвышенности, и с ее территории открывается потрясающий вид. Но, пожалуй, главным впечатлением останется для меня удивительная, непривычная уху городского жителя тишина. В памяти до сих пор звуки пробуждающей весенней природы и наполняющие душу



спокойствие, умиротворение.

На территории монастыря посчастливилось нам побывать и в храме святителя Стефана Великопермского. Село Ыб тесно связано с именем православного просветителя коми-зырян XIV века, сподвижника святого Сергия Радонежского, первого епископа Коми

края. Ыбская легенда рассказывает, что когда Стефан плыл в Вотчу (где началось строительство монастырской церкви), решил остановиться для проповеди на Ыбских холмах. Лодка Стефана стала приставать к берегу, но выбежали местные жители и стали закидывать миссионера камнями, оттолкнули лодку

баграми, так и не дав ступить гостю на землю. В наказание Стефан Пермский прозвал местечко «Худой деревней» (сейчас это Ыбская деревенька Худой-грезд, в котором большая часть жителей носит фамилию Худоевы). Через 500 лет в знак покаяния местные жители принесли крестным ходом из села Вотча икону святителя Стефана, отслужили на холме Кубримыльк молебен и в один день поставили здесь деревянную церковь в честь крестителя зырян. В нашей епархии сложилась традиция - ко дню святителя Стефана Великопермского 7-8 мая из Сыктывкара в Ыб отправляется крестный ход.

Поставив в храме свечи и подав записки о близких, мы отправились к святым источникам. Вокруг монастыря их не менее 14, обладающих целебной силой. В нескольких источниках сооружены купальни. Интересно, что вода в каждом из них отличается по минеральному составу и вкусу. Первым на нашем пути стал источник Преображения Господня в деревне Волокул, который помогает при кожных заболеваниях. А в местечке Подгорье мы побывали у источника в честь иконы Божией Матери «Всех Скорбящих Радость», его вода, по преданию, лечит глазные болезни. Ушли не с пустыми руками. Многие наполнили целебной водой заранее подготовленные бутылки.

На обратном пути нам предстояло познакомиться с многофункциональным комплексом «Финно-угорский этнокультурный парк». Здесь можно поиграть в народные игры, познакомиться с бытом коми, попробовать блюда коми кухни и научиться тому, что умели наши предки. С удовольствием мы приняли участие в познавательной программе «Вёр-вашьяс» («Звуки природы»), где познакомимся с традиционными музыкальными инструментами коми народа, учились играть на них и даже организовали импровизированный оркестр.

День, насыщенный событиями, подошёл к завершению. Перед посадкой в автобус я долго стояла и смотрела на купола монастырских храмов, которые хорошо видны с центральной площади этнокультурного парка. Обдумывала новое путешествие к этим святым местам на семи холмах. Теперь уже со своими учениками.

Инна Кудрявцева.

Фото Светланы Цимбалюк и Олеси Колесник.

«ВЛИШКОМ МНОГО ВЕРЫ В ЭТОЙ ГРУППЕ»

Простые истины

Необычный проект реализовала с детьми в своей группе воспитатель детского сада №14 г. Ухты Татьяна Мальцева. Вместе с малышами несколько недель накануне Пасхи они изучали важнейшую проблему: для чего надо красить яйца?

Этот вопрос задал один из воспитанников, и воспитатель



решила, что ребятам будет полезно поближе познакомиться с пасхальными традициями Православия. Благословила у настоятеля Свято-Стефановского храма о. Евгения. И работа закипела. К проекту подключились и дети, и родители. На занятиях Татьяна Александровна знакомила деток с историями и сказками, загадками и стихами. Где еще дети узнают, что традиция красить яйца по древнему преданию пришла к нам из Рима. Император язычник Тибериус не поверил Марии Магдалине, возвестившей о Воскресении Христа. И на его глазах белое яйцо стало красным.

А сколько техник окраски яиц существует! И писанки, и крашенки, и крапанки, и драпанки. Дома ребята вместе с мамами пробовали сами покрасить яйцо. Об этом отсняли настоящие фоторепортажи, которые продемонстрировали в финале проекта.

Завершилась пасхальная кампания в детском саду грандиозным конкурсом чтецов. С каким удовольствием и артистизмом ребята читали строки о празднике праздников - Воскресении Христовом.

Как удалось в простом детском саду так успешно внедрить настоящую православную программу? Татьяна Мальцева (педагог с 28-летним стажем) поделилась, что это было непросто. У родителей поначалу были сомнения, даже звучали реплики - «слишком много веры в этой группе». Но когда мамы и папы увидели, что глазенки детей горят, что дополнительные занятия помогают развивать речь и моторику (а ведь в учреждении воспитываются дети с задержкой речевого развития), вопросы отпали сами собой. И как бальзам на душу звучат слова малыша: «Я так люблю выступать в храме» (ребята из д/с №14 постоянные участники утренников в Свято-Стефановской церкви).

Православные программы для малышей Т.А. Мальцева разрабатывает последние 10 лет. И нынешний проект для нее еще одна попытка рассказать детям об Истине, о традициях наших предков. И дай Бог, чтобы росточки веры проросли и дали плоды. Божией помощью во всех ее благих начинаниях.

Вероника Лудникова.
Фото автора.



Концерт пролетел как на одном дыхании. Юные артисты были просто молодцы. Как играла на скрипке Катя Семенова! А когда выступил Артем Утянский со стихотворением «Весть, что люди стали мучить Бога», я не смогла сдержать слез. И многие зрительницы тоже плакали. Так радостно, что в празднике приняло участие столько детей. Каждый, как мог, проявил свои таланты.

Огромное спасибо организаторам - Нине Васильевне Харченко, Ирине Ивановне Серебрянской, Веронике Васильевне и Николаю Николаевичу Лудниковым, всем юным и взрослым артистам. Большое спасибо. Христос воскрес!

Надежда Филиппова.
Фото Николая Лудникова.

Письмо

Бог воскрес, и СМЕРТЬ ПОБЕЖДАНА!

27 апреля 2014 года в храме святителя Стефана Пермского г. Ухты прошел пасхальный утренник для детей. В нем приняли участие ребята из нашего прихода, воспитанники клуба «Ратник», ученики воскресной школы и гимназии иностранных языков, малыши из детского сада №14. Ребята пели, танцевали, декламировали стихи.

Огромное спасибо организаторам - Нине Васильевне Харченко, Ирине Ивановне Серебрянской, Веронике Васильевне и Николаю Николаевичу Лудниковым, всем юным и взрослым артистам. Большое спасибо. Христос воскрес!

Надежда Филиппова.
Фото Николая Лудникова.



Уроки истории

Отечественная история - основа нашей национальной идентичности, культурного национального кода. Задача школьного курса — дать ключевые факты из героического прошлого, о делах наших соотечественников. На деле же детям предлагают скудный набор дат и цитат, подобранных весьма тенденциозно. Мы сами, вольно или невольно, принижаем то, что сделано нашими предками. Зачем? Мне непонятно. Пришло время обратить особое внимание на то, чему учим детей, а главное, как сами относимся к истории государства Российского.

«Нужно привить уважение к собственному прошлому и любовь к своей Родине», - заявил Президент России Владимир Путин. Он считает, что школьные учителя должны иметь возможность рассказывать ученикам о разных мнениях и научных теориях, и отмечает важность продолжения профессиональной дискуссии вокруг наиболее спорных событий истории.

Итак, первые лица государства наконец-то заговорили о необходимости освободить от шелухи вранья и домыслов реальное древо истории России. Насколько это важно в наше время, трудно переоценить.

Сегодня мы воочию наблюдаем, как переписывается история в тех странах, которые получили свою «независимость» после распада СССР. Яркие примеры - Грузия и Украина, лидеры этих стран приложили много усилий для того, чтобы вымарать из учебников реальные события, заменив их вымышленными. Так, Саакашвили, будучи президентом Грузии, на весь мир заявлял о якобы колонизации страны царской Россией. Фальсификация налицо, исторический факт - грузинские цари несколько веков просились под сильную «руку» Москвы, ибо только она могла защитить их от непрекращающейся агрессии со стороны Турции. Маленькое государство изменило в неравной борьбе, теряя лучших сынов своих.

Переписывание истории, как правило, идет по всем направлениям, но прежде всего оно затрагивает подрастающее поколение, людей зрелого возраста трудно переубедить в том, чего не было, молодежь же с чистого листа впитывает в себя любую информацию и принимает ее за истинную.

Наблюдая за тем, как перетасовывается новейшая история, как кардинально меняется оценка событий, происходивших чуть ли не на наших глазах, невольно задумываешься о далеком прошлом. Как же освещались факты тысячу, две тысячи лет назад, в первые десятилетия после Рождества Христова, когда апостолы Мессии шли проповедовать слово Божие во все концы земли? Можно только догадываться, сколько раз менялись и искажались исторические события в угоду тем или иным политическим и религиозным доктринам.

К сожалению, в мире сложилось такое положение вещей, когда каждая новая власть переписывает историю под себя. Все больше убеждаешься в том, что, в конечном счете, спустя многие столетия, неважно, кто выиграл то или иное сражение, важно, как подадут итоги события историки. И вот на этом-то поле всегда разворачивалась ожесточеннейшая борьба. Примеров тому великое множество. Мне же хотелось бы остановиться на некоторых моментах исторического процесса развития Руси и будущей Российской империи. Сделать попытку осветить отдельные темы, над которыми всерьез работают и размышляют интеллектуалы и ученые, разрабатывают различные духовные концепции, касающиеся истории нашей Родины.

«Прочным фактором современной жизни является то, что от Балтий-



«Вечная Россия». Илья Глазунов.

Откуда пошла земля русская?

ского моря до Берингова пролива Россия таит глубинное несогласие с западным историческим анализом, с постоянно предрекаемой ей второстепенной судьбой. И в обеих столицах, и в провинции, в негромких беседах раздаются суждения, что это не в первый раз - страна распадалась и исчезала в 1237, 1612, 1918 годах, она стояла на краю гибели в 1709, 1812, 1941 годах, но восстанавливалась в 1480, 1613, 1920, 1945 годах. И этот национальный код невозможно изменить, он не только живет в массовом предании, он составляет сущность нации, - пишет в своих книгах известный российский историк Анатолий Уткин. - Откровенная цель уважающих себя народов - не попасть на задворки истории, быть ее творцами. Это мироощущение в высшей степени присуще России.

На пути своего многовекового развития Россия - единственная страна, которая никогда не была колонией Запада (от себя я бы добавил: и Востока). Более того, не раз и не два на протяжении своего многовекового существования она «учила» Запад, наказывая зарвавшихся политиков. Совмещая православную цивилизацию с модернизацией, она создавала адекватную своим нуждам военную систему, позволившую ей выстоять под ударами Карла XII, Наполеона и Гитлера».

Меня как православного человека очень интересует вопрос происхождения России на современной географической и политической карте мира. Откуда пришли славяне на Русь, как они раньше назывались, что было на этом месте до возникновения государства?

Вполне вероятно, исчерпывающего ответа на поставленные вопросы мы не найдем никогда, однако и смиряться с этим не стоит. Поскольку уж очень много развелось в настоящее время всевозможных писак, старающихся принизить роль России в истории. Причем споры эти с годами не притупляются, не утихают, а становятся все яростнее, все больше аргументов приводит каждая из сторон, освещая, доказывая свою точку зрения. Причем в ход идет все, вплоть до фальсификации исторических фактов, исправления и уничтожения рукописей. О чем речь пойдет ниже.

С какой точки отсчета нужно начинать историю Руси? Вряд ли мы когда-нибудь найдем ответ на этот

вопрос. Поскольку рукописных свидетельств тому нет и быть не может. Сначала люди заселяли или завоевывали землю, а уже позднее, и порой значительно, начинали писать летопись истории своего народа, своих завоеваний.

Ожесточенность спора о начале Руси не случайна. Очень многие на Западе, да и в России, пытаются доказать, что, как нация, славяне не состоятельны, они не имели и не имеют в своей среде пассионариев - выдающихся лидеров, способных повести за собой народ. Их удел быть постоянными ведомыми, точнее, стадом, для которого необходим пастух с кнутом и пряником.

Недавно попала мне в руки книга Сергея Кравченко. С помпезным названием - «Кривая империя. История государства Российского», краткий курс. Объем достаточно солидный для «краткого» - 630 стр. Читать данное произведение оказалось довольно тяжело и неприятно. Тяжело не потому, что написано оно сложным для понимания языком, а потому, что создан сей пасквиль в настолько оскорбительной форме, что пройти мимо такой работы, не отреагировав должным образом, я не смог. Краткий курс истории государства Российского подразумевает хотя бы кажущуюся объективность в изложении событий, приведение нескольких точек зрения на ту или иную проблему. Всего этого, увы, в данной книге я не нашел.

В последнее время наши прилавки захлестнуло немалое количество подобных изданий, где перевирается, перетасовывается история нашей Родины. И это особенно больно, поскольку и так за множество веков из нее было с корнем вымарано множество глав, страниц, фактов и эпизодов. Перекраивание было настолько глобальным, что восстановить многие фрагменты нашего бытия в прошлом вряд ли удастся, поскольку письменных свидетельств нет, а по легендам реставрировать и научно доказать то или иное утверждение практически невозможно.

Вопрос о начале славянства и Руси чрезвычайно сложен, общепринятой точки зрения нет и сегодня, и вряд ли историки придут к общему знаменателю в ближайшем будущем. Так думает подавляющее большинство известных российских ученых. Однако для Сергея Кравченко, похоже, белых пятен не существует, на все у

него есть свое мнение, мягко говоря, довольно оригинальное. Вот что он пишет в части I в главе «Предки наши»: «Земля наша в основном пуста была. В Европе, Африке и Азии зарождались и гибли цивилизации, бушевали толпы... работали библиотеки. Пифагор, Евклид, Архимед, Аристотель заложили основы наук... Вавилон, Афины, Рим и Карфаген испробовали на себе и предложили на выбор все формы государственного устройства... Прошло пять тысячелетий - пятьдесят веков... Уже и дикари уселись в своих германиях на выбор все формы государственного устройства... Прошло пять тысячелетий - пятьдесят веков... Уже придумали люди бога из своих (В этой фразе сразу видна позиция автора, и она явно не христианская, поскольку он считает Иисуса Христа простым смертным, одним из пророков, т.е. вся эта работа написана автором с антихристианских позиций - прим. автора). Уже и убили его... А у нас еще ничего не было... Нет России, нет русских. Почти никаких нет. Степь. Лес. Волки. Медведи. Кабаны. Кочевники...»

А пришли сюда славяне невесть откуда... Пока другие славяне влезли в самый центр Европы, воевали там и строили города, наши охотились, собирали мед... торговали воском и мехами... И вовремя прятались обратно на опушку...»

Поразительно, как автор с такой легкостью и безапелляционностью расправился с нашей историей. Я думаю, доказывать по пунктам, в чем не прав автор, а где он откровенно клеветает на свою Родину, не имеет смысла. Я пойду другим путем - попытаюсь осветить, раскрыть иные точки зрения на эти довольно сложные и запутанные проблемы нашей истории.

Одним из узловых является вопрос происхождения нашей государственности. Когда и каким образом шло формирование Руси, самостоятельно или с привлечением пассионарных лидеров других народов? Кто такие варяги? Другим родом собиратель русских земель Рюрик?

Версий о начале Руси много, однако все они приводятся к двум основным. Первая, так называемая «норманнская теория», утверждает, что основателем Российского государства был народ, отличный от славян, скандинавы или норманны, а назывались они варягами - руссами.

Вторая версия - основателями государства Российского были сами

славяне, и варяги по происхождению были тоже рода славянского. Варианты же у первой и второй теорий - великое множество. В своей работе я постараюсь осветить основные из них.

«Ожесточенность спора о начале Руси на протяжении двух с половиной столетий проистекает из-за политической важности вопроса. Не случайно, например, Гитлер, Гиммлер, Геббельс включились в полемику, разглагольствуя о народах «способных» и «неспособных» к поддержке «порядка», к созданию собственной государственности. «Организация русского государственного образования», - распался Гитлер в «Майн кампф», - не была результатом государственных способностей славянства в России; напротив, это дивный пример того, как германский элемент проявляет в низшей расе свое умение создавать государство... В течение столетий Россия жила за счет этого германского ядра своих высших правящих классов». А откуда следовал практический вывод: «сама судьба хочет указать нам путь своим перстом: вручив участь России большевикам, она лишила русский народ того разума, который породил и до сих пор поддерживал его государственное существование» (А.Г. Кузьмин. Предисловие к книге «Откуда есть пошла Русская земля»).

«Варяжский вопрос» - центральное место бесславной «норманнской теории», которая вот уже более двухсот лет тщится вывести русскую историю из иноземной. Вот что пишет по этому поводу Карамзин - один из ярких представителей «норманнской теории»: «...Прежде всего решим вопрос: кого именует Нестор варягами? Мы знаем, что Балтийское море издревле называлось в России Варяжским: кто же в сие время - то есть в IX веке - господствовал на водах его? Скандинавы, или жители трех королевств: Дании, Норвегии и Швеции, единоплеменные с готтами. Они, под общим именем норманнов, или северных людей, громили тогда Европу. Еще Тацит упоминает о мореходстве свеонов, или шведов; еще в шестом веке датчане приплывали к берегам Галлии; в конце восьмого века они уже везде гремели, и флаги скандинавские, развевавшаяся пред глазами Карла Великого, смиряли гордость сего монарха, который с досадою видел, что норманны презирают власть и силу его. В девятом веке они грабили Шотландию, Англию, Францию, Андалузию, Италию; утвердились в Ирландии и построили там города, которые доньше существуют; в 911 году овладели Нормандией; наконец, основали королевство Неаполитанское и под начальством храброго Вильгельма в 1066 году покорили Англию.

Предпринимая такие отдаленные путешествия и завоевания, могли ли норманны оставить в покое страны ближайšie: Эстонию, Финляндию и Россию?

А как в то время, когда, по известию Несторовой летописи, варяги овладели странами чуди, славян, кривичей и мери, не было на севере другого народа, кроме скандинавов, столь отважного и сильного, чтобы завоевать всю обширную землю от Балтийского моря до Ростова (жилища мери), то мы уже с великою вероятностью заключить можем, что летописец наш разумеет их под именем варягов...»

Однако далее сам автор не оставляет камня на камне от своей теории. Вот что он пишет: «... Напрасно в древних летописях скандинавских будем искать объяснения: там нет ни слова о Рюрике и братьях его, призванных властвовать над славянами; однако же историки находят основательные причины думать, что Несторовы варяги-русы (балтийские славяне) обитали в королевстве шведском, где одна приморская область издавна именуется Роскою, Roslagen...» (Н. Карамзин. История государства Российского).

Николай Лудников.
Фото по сети Интернет.
(Продолжение следует).

Пробег в честь Георгия Победоносца



Православный мир

Яркой масштабной акцией отметили день Георгия Победоносца в этом году кадеты из Сосногорска. Школьники с георгиевскими флагами пробежали 5 километров по городу. День был выбран неслучайно – великомученик Георгий является небесным покровителем всего православного воинства, его изображение украшает и герб кадетской школы Сосногорска.

Как рассказал нам директор МБОУ «Кадетская школа» Юнир Рашитович Бикчурин, нынешний год для их учебного заведения юбилейный. В статусе кадетской школы уже десять лет. Здесь обучаются 205 кадетов, с 5 по 11 класс. Особое внимание уделяют патриотическому и духовному воспитанию ребят. Со дня основания со школой сотрудничают казаки и благочинный Сосногорского церковного округа протоиерей Сергей Филиппов. Совместно проводят



множество мероприятий – военные сборы, торжественное посвящение в кадеты, концерты и многое-многое другое.

– Настоящий патриот своей Родины должен служить вере, народу и Отечеству, – отметил Юнир Бикчурин. – Этому мы учим наших кадетов.

Любое мероприятие здесь привыкли начинать с молитвы. Так, в день Георгия Победоносца о. Сергей отслужил молебен. А потом устроили пробежку для учеников старших классов. Мероприятие преследовало две цели: напомнить горожанам о право-

славном святом, а также привлечь к здоровому образу жизни. В школе намерены сделать пробег в день великомученика Георгия традиционным.

*Вероника Лудникова.
Фото Сергея Ларионова.*

В июле приглашаем группы школьников в духовно-просветительский центр «Сретение» (Свято-Стефановский храм, Ухта, ул. Октябрьская, 8) на просветительские программы «Русские традиции – православный храм», «Учитель Земли русской преподобный Сергей Радонежский» (к 700-летию рождения святого), «Петров день» и другие. В программе – экскурсия по православному храму, беседа, конкурс загадок на тему «Православные традиции». Запись по телефону: 89129484173.

Объявляется дополнительный набор в воскресную школу, а также в военно-патриотический клуб «Ратник» Свято-Стефановского храма Ухты (ул. Октябрьская, 8). В воскресную школу приглашаем девочек и мальчиков от 5 до 7 лет, занятия раз в неделю по воскресеньям по «Основам православной культуры» (ОПК). В «Ратник» принимаются девочки и мальчики от 8 до 12 лет, занятия четыре – пять раз в неделю – ОПК (углубленный курс), История Отечества, занятия по рукопашному бою. Родителям необходимо заранее написать прошение на имя настоятеля. Справки по телефону 89129484173.

ВОЗРОДИМ ОЧАГ ДУХОВНОЙ КУЛЬТУРЫ!

Приход Свято-Стефановского храма обращается ко всем неравнодушным людям за помощью.

Свято-Стефановский храм проводит огромную просветительскую работу: создан духовно-просветительский центр «Сретение», финансируется издание православной газеты «Колокол Севера». При этом прихожане своими силами стараются провести ремонт здания, и средств, конечно, не хватает.

Большой зал по-прежнему находится в запустении, а ведь он мог бы стать одной из лучших концертных площадок для выступлений мастеров хоровой и классической музыки. Потому обращаемся к тем, кому небезразлично будущее нашего города. Ведь воспитание подрастающего поколения – это вклад в наше будущее. Жертва на церковь – жертва Богу.

РЕКВИЗИТЫ ХРАМА

Местная религиозная организация православный приход Свято-Стефановского храма г. Ухта РК Сыктывкарской и Воркутинской епархии Русской Православной Церкви (Московского Патриархата)
169300 г. Ухта Республика Коми, ул. Октябрьская – 8, тел. 8(8216)74-09-78,

р/с 40703810804220000023 в ФАКБ «Северный Народный Банк» ОАО г.Ухта, ИНН 1102019820

к/с 3010181000000000785, БИК 048717785, КПП 110201001, ОКПО 41660346, ОКОНХ 98700
В платёжном поручении указывать полное название получателя:

Мест. религ. орг. правосл-й приход Свято-Стеф-го хр. г. Ухта РК Сыкт-й и Вор-й епархии Рус-й Прав-й Церкви (Моск-го Патр-та)
С пометкой -
на ремонт концертного зала.

Духовно-просветительский центр «Сретение» Свято-Стефановского храма (Ухта, ул. Октябрьская, 8) приглашает учителей истории для преподавания в клубе «Ратник» дисциплины «История Отечества». Возраст детей от 8 до 13 лет. Подробнее по телефону 89129484173.

В силе духа – залог будущих побед



На снимке: координатор проекта «Будь готов» Илья Лазарев.

Турнир на реке Чуть

24 - 25 мая на берегу реки Чуть прошёл первый туристический слёт участников проекта «Будь готов». Молодые люди убеждены, что каждый православный должен быть готов защитить себя, своих близких, свой народ и Отечество.

Заранее был организован лагерь, возведён чум, поставлены палатки, в том числе и копия походной палатки времён ратников и рыцарей.

На слете прошли занятия по основам альпинизма, правильного обращения с оружием, по стрельбе из лука и метанию сулиц (маленьких метательных копий). Завершились состязания маленьким потешным турниром по боям на мягких мечах.

В итоге участники слёта научились не бояться плохой погоды, получили много новых знаний и массу хороших эмоций и впечатлений.



В ухтинском клубе единоборств «Сатори» подвели итоги спортивного сезона. Уже год рукопашным боем под руководством чемпиона мира Алексея Ковалева здесь занимаются и воспитанники военно-патриотического клуба «Ратник». Поздравить бойцов с окончанием учебного года пришел настоятель Свято-Стефановского храма Ухты протоиерей Евгений Александров.

Первым выступил руководитель клуба «Сатори» Алексей Ковалев. Он отметил, что прошедший сезон был очень успешным, ребята приняли участие в 17 соревнованиях различного уровня. Один из старших бойцов клуба Александр Копчиков занял третье место на чемпионате мира по кэмпо в Будапеште.

«Ратники» из Свято-Стефановского храма тоже неплохо проявили себя, становились призерами внутриклубных и региональных соревнований. Неслучайно руководитель клуба «Сатори»

отметил родителей особо отличившихся «ратников» – Юры Рочева, Евы Притчиной и Дмитрия Устинова. Помимо благодарственных писем всем спортсменам от Свято-Стефановского храма были вручены памятные призы – керамика ручной работы и газета «Колокол Севера».

Выступая перед спортсменами, отец Евгений отметил, как важно развивать в себе не только физические способности, но и духовные:

– В жизни, как и на татами, побеждает тот, кто сильнее духом. И этому мы учимся у наших святых, таких как Александр Невский, который за свою жизнь не проиграл ни одного сражения. Сегодня вы обучаетесь рукопашному бою, готовитесь стать защитниками Отечества, своей семьи, учитесь постоять за себя. Но нужно, чтобы вы развивались не только телом, но и духом. В этом залог ваших будущих побед.

<http://sv-stefan.ru/>
Фото Николая Лудникова.

Газету «Колокол Севера» и православные новости Ухты и Удоры читайте на сайте: <http://sv-stefan.ru>

УЧРЕДИТЕЛИ:
Н.Н. Лудников, А.В. Лудникова
ИЗДАТЕЛИ:
Удорское благочиние,
о. Евгений Александров.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:
Николай Лудников
ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР:
Вероника Лудникова
КОРРЕКТОР: Светлана Якунина
ДИЗАЙН: Роман Маковский

Одобрено Синодальным
информационным отделом
РПЦ - свидетельство № 205
от 09.04.2012 г.

Зарегистрирована Управлением
Федеральной службы по надзору в
сфере связи, информационных техно-
логий и массовых коммуникаций по
Республике Коми - свидетельство
ПИ №ТУ 11-0135 от 15.02.2012 г.

ПЕЧАТЬ: отпечатано в
ООО «Вятский издательский дом»
(г. Киров, Динамовский проезд, 4).
Тираж 1000. Заказ 5142. Выпуск под-
сан в печать 23.06.2014 г. Дата выхода
газеты 24.06.2014 г. Цена свободная.

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
169300, Республика Коми, г. Ухта,
Октябрьская, 8.
ЭЛ. ПОЧТА: ludnikovnn@mail.ru
ТЕЛЕФОНЫ: 8(8216)74-81-09,
89129472105