

**Какво трябва да знае всяко момиче
или поверителни разговори за най-важното
*под редакцията на свещеник
Алексей Грачов, лекар педиатър***

Какво трябва да знае всяко момиче: или поверителни разговори за най-важното ***под редакцията на свещеник Алексей Грачов, лекар педиатър***

Книгата е посветена на най-важните въпроси от нравственото възпитание на момичетата и е предназначена за четене в семейството. В нея се отделя особено внимание на подготовката на момичето за семеен живот, на придобиването на добри навици и качества, необходими за бъдещата жена и майка. Тук се осветляват от православна гледна точка проблеми особено вълнуващи подрастващите девойки: дружбата и любовта, външната и вътрешната красота, справедливостта и милосърдието, изборът на житейски път.

Написана във формата на поучителни разговори между майка и дъщеря (в началото това е петгодишно момиченце, а към края - на около петнадесет години), книгата се чете леко и се надяваме, че ще се окаже полезна както за родителите, така и за децата.

Издава се с благословието на славянобългарския манастир "Св. Вмчк Георги Зограф", Света Гора, Атон.

| | |
|----------------------------------|----|
| ПРЕДГОВОР | 1 |
| ЧАСТ I | 3 |
| | 4 |
| ПЪРВИ РАЗГОВОР | 5 |
| ВТОРИ РАЗГОВОР | 8 |
| ТРЕТИ РАЗГОВОР | 10 |
| ЧЕТВЪРТИ РАЗГОВОР | 12 |
| ПЕТИ РАЗГОВОР | 14 |
| ЧАСТ II | 18 |
| ХИГИЕНА НА МОМИЧЕТО | 19 |
| ПЪРВИ РАЗГОВОР | 20 |
| ВТОРИ РАЗГОВОР | 27 |
| ТРЕТИ РАЗГОВОР | 32 |
| ЧЕТВЪРТИ РАЗГОВОР | 35 |
| ПЕТИ РАЗГОВОР | 38 |
| ЧАСТ III | 44 |
| ПРЕД ЛЕЦЕТО НА ИЗКУШЕНИЯТА | 45 |
| ПЪРВИ РАЗГОВОР | 45 |
| ВТОРИ РАЗГОВОР | 53 |
| ТРЕТИ РАЗГОВОР | 61 |
| ЧЕТВЪРТИ РАЗГОВОР | 67 |

ПРЕДГОВОР

Нравственото възпитание на детето става в семейството, което е самостоятелен духовен и физически организъм. Поради това наистина е трудно да се преоцени значението, което има в този процес примерът на родителите. “Крушата не пада далеч от дървото”, справедливостта на тази поговорка отново и отново се потвърждава: детето от люлката в много неща повтаря своите майка и баща. И благо е, ако родителите живеят благочестиво - това е големият залог, че детето, наблюдавайки живота им ден след ден, подражавайки им, също ще привикне към благочестие и ще живее духовен живот.

Православното семейство е наречено “домашна Църква”. В нея по примера на Църквата има своя, домашна иерархия: бащата се покорява на Бога, майката - на бащата, децата - на бащата и майката. Такова е правилно растящото житейско семейно дърво, със здрави корени и зелени клонове. За крайъгълен камък на семейните отношения трябва да бъде поставен духът на взаимно разбиране и любов, който Църквата проповядва и израз на който е външният църковен живот. В отношенията между родители и деца не бива да има недоверие, лъжа, недоброржелателство. Но доверието и любовта не изключват ни най-малко принципа на послушанието и дисциплината - здравата основа на възпитанието.

В наши дни в светското семейно възпитание господства друг принцип - демократическият принцип на равенството на родителите и децата. Битува мнението, дошло у нас от т.нар. “свободни страни”, че детето е саморазвиваща се личност, която трябва да расте “разкрепостена”, без да среща в развитието си никакви “прегради”. На детето, което бива възпитавано по тази система, всичко е позволено, всичките му прищевки и желания веднага биват задоволени. Така, някои родители проявяват любовта към децата си, като им разрешават всичко - с часове да гледат телевизия, да се разхождат (по-точно да се скитат) по улицата колкото искат, въобще, да правят всичко, каквото им дойде на ум.

Православната Църква категорично не приема такава постановка. Нашата културна традиция на възпитание, заложената в продължение на векове, спомага за развитието на личността на детето не по пътя на вседозволеността и извънмерното развитие на неговото его, а въпреки тях, по пътя на обучението във въздържание.

Главното, ако накратко определим същността на православната система на възпитание - това е стремежът да бъде въведено детето в зрелия, бъдещия живот през тясната врата на послушанието и въздържанието, които впоследствие ще му дадат възможност самостоятелно да противостои на злото вътре и вън от него. Само такава възпитание може да научи детето правилно да се ориентира в света, да изгражда правилни отношения с хората и може би ще го защити и от психически срывове и болести.

Модната днес вседозволеност и т. нар. “свободно възпитание” водят преди всичко до това, че се нарушават правилните иерархични отношения в семейството, детето напълно престава да уважава родителите си, започва да говори с тях с пренебрежение, позволява си да унижава достойнството им, а в подрастващата възраст просто се отвръща от тях.

Защо подрастващите се откъсват от домашното огнище? Отново по силата на това, че развратени от вседозволеността, те се стремят към все нови и нови наслаждения, към нови, неизпитани още усещания. В подрастващата възраст в тях все по-силно действат страстите, с които те не са свикнали да се борят.

Възпитавайки детето, родителите волно или неволно - с думи, дела, със своя пример - формират у него система от идеали и авторитети. Възпитанието в църковното семейство довежда детето до висшия идеал - до Христа, и ако детето усвоява този идеал, то всички други ценностни системи отстъпват пред него в детската душа, защото не издържат на никакво сравнение с него. А главен авторитет за детето трябва да бъдат неговите родители, бащата и майката - иначе мястото им неизбежно ще бъде заето от други хора.

В книгата “Какво трябва да знае всяко момиче” е направен опит да се разкаже за семейство, в което цари дух на любов и доверие и в същото време децата се възпитават в послушание към родителите си. Майката на момичето се явява за него и главен авторитет, и приятелка, с която може откровено да се обсъдят

най-сложните и даже “неприлични” въпроси, вълнуващи подрастващия. Възможно е не всички належащи проблеми на възпитанието да са намерили своето осветляване в книгата, но все пак мислим, че за мнозина тя ще се окаже полезна и интересна.

— **Свещеник Алексей Грачов**
лекар педиатър

ЧАСТ I

*Стремежът детето да
бъде въведено в зрелия, бъдещ
живот през тесните врати на
послушанието и въздържанието,
които впоследствие ще му дадат
възможност самостоятелно да
противостои на злото вътре и
вън от него, е същността на
православното възпитание.*

*Само такова възпитание може да научи детето правилно да се ориентира в света, правилно да
изгражда отношенията си с хората и може би ще го запази и от психически сринове и заболявания.*

*—Свещеник Алексей Грачов,
педиатър*

За първи път в своя живот Надето се разделяше с майка си. Цели две седмици тя бе на гости при баба и много ѝ бе домъчняло за вкъщи. През последните няколко дни дори по телефона не бе чувала любимия мамин глас. Къде е тя! Възрастните отговаряха, че майка ѝ е болна, но че скоро ще оздравее... Накрая за Надя пристигна баща ѝ.

- А къде е мама? - попита момичето.

- Вкъщи. Чака те и ти е приготвила изненада...

Майка ѝ ги посрещна на прага. Изглеждаше малко изморена, но сияеше от радост. "Слава Богу, пристигнахте!", каза тя и прегърна Надя. След това сложи пръст на устните, давайки знак да пази тишина и я поведе след себе си в спалнята. Надя се досещаше, че там я чака обещаната изненада...

Две седмици тя не бе виждала тази стая и сега не можеше да я познае. В стаята цареше полумрак: щорите бяха пуснати и пламъчето на кандилцето ярко светеше пред иконата. Мебелите бяха подредени по друг начин... Големият гардероб стоеше напъйко и отделяше един кът. А главното - в ъгъла до стената имаше малко дървено креватче с преградка, същото, каквото преди беше Надиното. Защо ли е тук? Сърцето на Надя затупка, предчувствайки нещо необикновено; тя се приближи и видя... мъничко, червено и набръчкано личице със затворени очички.

- Детенце! - удиви се тя. - На кого ли е?

- Наше. Това е твоето братче.

- Братче ли? Откъде се е взело? Кой го донесе? И защо е такова... грозничко?

- А според мен то е много хубавичко - с усмивка отговори майката. - Дори ми се струва, че на света никога не е имало толкова хубавичко детенце! Освен едно - момиченцето Надя...

- Как? И аз ли приличах на него?

- Разбира се, вие сте брат и сестра. Почакай: той ще порасне и ще стане по-хубав. Но ние и сега го обичаме, нали?

Но Надя никак не можеше да разбере какво се е случило.

- Значи то ще остане при нас? А откъде се е взело?

- Разбира се, че ще остане при нас. Даде ни го Господ, за да може всички - и аз, и татко, и ти - да го обичаме, да се грижим за него и да го възпитаваме.

- Даде ни го Господ? А как се казва?

- За сега още няма име. Име се дава при кръщението, в чест на някой светец. А твоето братче още не е кръстено. Заедно ще му изберем име и след известно време ще идем на църква, за да го кръсти свещеникът.

- Значи и то като мен ще ходи на църква и ще се причастява?

- Разбира се, че ще се причастява. Само че то още съвсем не може да ходи. Ние ще го возим на църква с количката. А откъде се е взело, ще ти разкажа следващия път. Сега върви се преоблечи, измий си ръцете и сядай да вечеряш.

Но Надето я безпокоеше още една мисъл.

- Мамо - попита тя нерешително, - а сега ти мен по-малко ли ще ме обичаш?

Майка ѝ отново силно я прегърна и я целуна:

- Какво говориш! Как мога да те обичам по-малко? Та ти си моето първородно дете. Моята главна помощничка. Ние заедно ще се грижим за твоето братче и ще сме винаги неразделни.

Изминаха още две седмици, и още две... Братчето на Надя го кръстиха с името Сергей в чест на преподобния Сергей Радонежки. Надя се учудваше: то нищо не яде, освен мляко от мама, а расте не с дни, а с часове. И става толкова хубавичко! Креватчето му още стоеше в спалнята на родителите, а Надя спеше и играеше в своята малка детска стаичка.

И макар че мама често бе заета със Серьожка, намираше време и за своята дъщеричка. Понякога, след като приспи малкия и притвори вратата на спалнята, тя идваше в детската - и започваше дълъг разговор...

ПЪРВИ РАЗГОВОР

Хората се раждат от хора. Как живеят и се размножават растенията. Бъдещото растение е скрито в семето. Защо е важно човек да знае свойствата на растенията. Коприва вместо моркови. Хората могат да подобряват видовете растения.

- Помниш ли, Надя, като видя за пръв път нашия Серьожа, ти все ме питаше: "Откъде се е взел? Кой го донесе?" Ако някой го е донесъл отнякъде, значи той е бил някъде по-рано. Някои деца точно така мислят: че има специален магазин, от който може да се купи детенце... Те, разбира се, грешат. Работата е там, че нашия Серьожа преди никъде не го е имало!

- Никъде не го е имало... - повтори Надя.

- Разбираш ли? Нито у баба, нито у други хора, нито в друг град. Никъде не го е имало, а след това се е появил - родил се е. А какво значи "родил се е"? Това е истинско Божие чудо - раждането на нов човек, такъв като нашия Серьожа, или като тебе и въобще като всеки човек.

Всички хора, които сега живеят на света, са били някога деца, също такива слаби и безпомощни, какъвто е сега Серьожка. Децата са пораснали, станали са големи хора. Много от тях имат свои деца, които след време също ще бъдат възрастни хора и на свой ред ще станат бащи и майки. Този ред е установен от Бога от далечни времена, когато Той сътворил първите хора, Адам и Ева. Те си родили деца, техните деца родили свои деца и така до наши дни... За да ти разкрия поне мъничко тайната на рождението, ще започна отдалече.

Помниш ли, наблюдавахме в нашия парк как дърветата се променят през годината? Есента листата им окапват, те стоят печални и като че не живи... Но през пролетта пак се възраждат. Гледаш през май те пак са зелени, като че ли не е имало зима. Защо е така? Защо всяко растение дава своите плодове? Защо на мястото на старите, увехнали растения се появяват също такива, но млади, нови?

Наденцето мълчеше: тя не знаеше, защо става така, но много ѝ се искаше да узнае.

- Затова, защото - отвърна майката на своя въпрос - цялата природа е сътворена от премъдрия и всесъвършен Бог. Помниш ли, ние четохме как Бог е сътворил света? Било достатъчно Той да рече дума - и всичко в природата се образувало по най-добър и най-разумен начин. Така, Бог рекъл: "Да произведе земята злак, трева, която дава семе по свой род и подобие, и плодно дърво, което дава на земята плод, чието семе си е в него според рода му." Така и станало.

Да, Надя, никой не може да нарушава дадения от Бога закон: всички растения принасят плод и семена - според рода си и от тези семена се появяват нови, също такива растения. Оттук е произлязла и думата "порода".

Ето, вие с татко толкова обичате печени семки. Това са семената на слънчогледа, едно прекрасно и много полезно растение. Ако посадим такова семенце в земята, от него ще израсне слънчоглед с високо стъбло и голямо, кръгло цвете.

А има и семена, къде-къде по-мънички: семената на мака, семената на ряпата! Те са като малки черни точки. И в такава "точка" се съдържа цялото бъдещо растение: листата, корените, плодът. Тази способност на растенията да се появяват от семенце се нарича сила за възпроизвеждане - т.е. да произвеждат подобни на себе си.

Разбра ли, Надя, откъде се появяват растенията: и високите дървета, и малките тревички, и домашните цветя?

- Да. Те порастват от семенцата на същите растения. А първите растения е сътворил Господ. От първите растения и техните семена са пораствали нови и нови.

- Браво, слушаш внимателно. А сега ще ти разкажа как става това. Помниш ли приказката за дядо и ряпа. "Посадил дядо ряпа. Пораснала ряпата голяма-преголяма"... Често ти я четях преди. Ти как си представяше това: "Посадил дядо ряпа"? Как я е посадил?

Надя помълча и си спомни.

- Аз, струва ми се, мислех, че той просто е взел и посадил в земята вече готова ряпа, само че мъничка. Но той значи е посадил семенце, което прилича на черна точка, така ли?

- Да. Той взел мъничко-мъничко черничко семенце от ряпа, направил дупчица в земята и го сложил там, после засипал с пръст и полял с водица. И започнал да чака... Когато семето попадне в земята, то оживява, започва да се храни от земята и по малко да расте, превръща се в мъничък кълн, после в голямо растение. Част от своята храна то преработва, за да изгради стъбълцето си, листата си, част - преработва в плодове; в тези плодове ще бъдат новите семена, в които се съдържа животът на следващите поколения растения. Новото растение винаги ще прилича на старото: от жълъда на стария дъб ще израсне младо дъбче, от житното зрънце ще израсне нов житен клас, а от семето на ряпата - ряпа.

Това свойство на растенията е важно за нас. Ако то не съществуваше, щеше да бъде лошо за всички нас!

Представи си, че отиваме в магазина за сортови семена и казваме: "Дайте ни, моля, семена, искаме да посадим моркови и магданоз." А продавачката ни отговаря: "Ето семената, вземете. Може би ще пораснат..." Ние ги купуваме, посаждаме и започваме да чакаме какво ще порасне. И изведнъж пред очите ни от земята порастват репей и коприва!

Надя погледна недоверчиво: вместо моркови - жареща коприва!

- Как така? Нали сме посадили добри, полезни семена...

- Само исках да си представиш, какво би било, ако семената можеха да "грешат". Земеделецът, като седи семената в земята, нямаше да знае каква реколта предстои да събира. Но, слава Богу, че това не е така.

Като садим овес или ръж, или картофи, ние знаем, че ще пораснат именно овес и ръж, и картофи. И ако изведнъж по някаква причина се случи друго нещо, ние веднага разбираме, че сами сме объркали семената. Семето не може да "греша" - такова го е създал Бог, то винаги изпълнява природния закон, даден от Бога.

Човечеството - от Адам и Ева до наши дни - съществува няколко хиляди години. През това време хората добре са изучили растенията. Те знаят кога какво семе най-добре се прихваща в земята и най-бързо започва да расте. Знаят в кои страни могат да зреят ябълки, а в кои - банани. Наблюдавайки природата, опознавайки законите ѝ, човек умело използва необходимите му от всяко растение свойства.

- За храна ли?

- Не само за храна. Също за удобство и за красота. Например дъбът е твърдо дърво, здраво. А на хората е много необходим такъв материал. И най-важното, че всеки дъб има свойството здравина. Когато слагаме кръст на гроба на дядо, нас с татко ти ни посъветваха: "Поставете дъбов кръст. Той ще издържи дълго-дълго!"

Но в работилницата тогава нямаше дъб и ние си помислихме: “Не е ли все едно...” И какво? Минаха няколко години и - ти сама видя: кръстът на гроба се изкриви, защото основата му изгни от влагата. Ако кръстът беше дъбов, нямаше да стане така.

Ето колко е важно да знаем и използваме характерните свойства на растенията! А понякога човекът, като знае законите на природата, сам формира такива свойства у растенията, каквито са му необходими.

Надя много се учуди:

- Как така “сам формира”? Та нали Бог е създал растенията и всичко, което има в тях?

- Разбира се, Наденце, Бог ги е създал. Но Той не е забранил хората да подобряват породите на растенията. Напротив, Той е заселил първия човек, Адам, в рая, т. е. в прекрасна градина, за да може Адам да я обработва и облагородява.

- Но може ли човек да направи по-добро онова, което Бог вече е направил? - недоумяваше Надя.

- Та нали човек прави всичко с Божия помощ! Без Бога той наистина може само да разваля. Господ ни е позволил да “помагаме” на природата не защото на него, на Твореца, Му е нужна нашата помощ - нали Той е всемогъщ! А за да се трудим ние, да опознаваме природата и да се обръщаме към Него за помощ.

- А ако сбъркаме нещо и не се получи добре?

- Даже и ако не се получи добре, Господ пак ни позволява да правим всичко по своему, да се учим от собствените си грешки и да придобиваме нужния опит. Преди всичко, като ни убеждава, че без Него нищо не можем да направим добре. Това е много полезно, защото човек престава да се гордее, смирява се. Знаеш ли колко важно е за християнина смирението? Нали ние с теб, Наденце, сме християнки.

Помниш ли, как пекохме пирожки за имения ден на татко? Ти искаше обезателно сама, без моя помощ, да ги оформяш от тестото, сама да им слагаш пълнежа. И аз ти разреших да опиташ. Какво стана?

Надя със смущение си спомни своите пирожки - криви, безформени, с изтекъл пълнеж. А до тях мамините: зачервени и еднакви, сякаш сами те молеха да ги опиташ! Сега ѝ стана срамно. Но майка ѝ весело се усмихваше и на момичето му стана смешно: колко упорита беше, всичко искаше да прави сама!

- Не ти се сърдех ни най-малко - продължаваше майката - и не ти пречих. Само ми се искаше по-внимателно да гледаш какво правя аз, да питаш какво и как се прави по-нататък и понякога да ме молиш за помощ. Но днес с теб имаме такъв сериозен разговор и аз искам да ти призная нещо: по-лесно щеше да ми е да направя всичко сама. Само че как тогава ти ще се научиш да печеш пирожки? А нали си ми помощничка и за много неща вече можеш съвсем добре да ме отменяш.

Ето така и Господ дава на хората възможност като че да участват в Неговите дела и да изменят породите на растенията. И когато се трудим със смирение, със страх Божий, всичко се получава много добре! Например розата произлиза от обикновената дива шипка, която расте по пътя до вилата ни. Цели четиридесет години хората се трудили над семената на шипката, изучавали я, грижели се за нея. И в резултат получили не един, не два, а три различни сорта рози - от най-малките до най-големите, от белите и бледорозовите до пурпурните и даже черните!

Или да вземем например ябълките. Дивите ябълки са дребни, твърди и кисели. Ти изобщо не би ги яла! Но ето че от тази дребна, невкусна дивачка човекът успял да направи множество сортове едри, ароматни и вкусни градински ябълки.

Обаче на тебе, дъщеричке, очичките ти вече сами се затварят. Хайде да продължим друг път, когато имаме време. Лека нощ! Господ да те пази!

Майката прекръсти Надя и излезе от детската стая.

ВТОРИ РАЗГОВОР

След един месец. Красотата на Божия свят. Как е устроено растението. Цветето: предназначение и устройство. За да може семето да расте. “Семейството на цветята”. Как става оплождането на семената на различни растения.

Измина месец. Братчето на Надя растеше не с дни, а с часове. То ангажираше все повече и повече маминото внимание. Серьожа често се будеше нощем и майка му стоеше будна заедно с него. И татко, и Надя ѝ помагаша с каквото можеха. Надя винаги следеше в стаята, където живее братчето ѝ да няма прах и всеки ден изтриваше мебелите с влажно парцалче. Тя следеше котката да не влезе неочаквано в спалнята и да изплаши бебето. Поливаше всички цветя. Изтриваше съдовете. Но въпреки това на майка ѝ съвсем не ѝ оставаше време за вечерните задушевни беседи с дъщерята: успяваше само да надникне при нея за минутка, за да я прекръсти и да я целуне...

Накрая времето се стопли и семейството замина извън града, на вилата. През горещите дни след обяд децата заедно с майка си почиваха направо на двора. Серьожа, след като се напиеше с мляко, спеше в количката си, Надя се разполагаше на надуваемо дюшечче, а майката сядаше до нея с плетка в ръка. Котката дремеше в сянката на къщата, чиято стена беше покрита с буйнорастящи фунийки. Изглеждаше не като къща, а като обрасло със зеленина възвишение.

Тук в тихите следобедни часове се подновиха доверителните разговори.

За какво така тихо си говорят майка и дъщеря, разглеждайки бледорозовото цветче на фунийката?...

- Мамичко, а в рая същите цветя ли растат?

- Не знам, миличко. Там, навярно, растат дивни цветя и дървета, само че не знам какви. Никога не сме ги виждали, не сме ги чували и не можем да си представим какво има в рая. Светците, които приживе са виждали рая, казват, че там е такава красота, каквато на земята не съществува!

- Там толкова ли е красиво като в нашата градина?

- Там е много, много по-красиво! За съжаление тук растенията увяхват и загиват, а там всичко е вечно. Но и тази красота, която ни заобикаля, Господ е създал, за да не забравяме рая и като се възхищаваме на Божиите творения, да си спомняме винаги за Твореца.

Погледни, каква красота! Простичко цветенце, скромно, светличко; днес цъфти, а утре ще увехне. Но колко прекрасна е формата му, колко меки, топли са багрите му, какви жилчици, какъв чуден, тънък аромат, каква нежност във всичко! Човекът, колкото и да се старее, никога не може да направи такова - няма на света нито плат, нито камък, нито метал, такова вещество, от което да се направи това цвете. Но дори и да се получи нещо, което да прилича, то няма да е живо! От него няма да може да произлезе ново такова цвете. А от това - може. Нашата фунийка е жива: виждаш ли, тя расте, издига се към слънцето. С всяка изминала година тя все по-гъсто ще покрива нашата къща: значи, от земята се появяват все нови и нови филизи - “дечица”. Да ти разкажа ли, как се “раждат”?

- Разкажи ми!

Надето блаженства: топло ѝ е, уютно, спокойно, наоколо всичко е красиво; майка ѝ е до нея... Тя сядва удобно и слуша.

- Ти знаеш, че растенията са творения органически, тъй като те имат отделни органи или членове, необходими им, за да живеят. Корените, стъблата, листата се наричат органи за хранене; цветята, плодовете и семената са органи за възпроизводство.

Надя въпросително погледна майка си и тя поясни:

- Може би не си забравила, че да се възпроизвеждаш, значи да произвеждаш потомство. Та ето, органите за възпроизводство служат да може всяко дърво, всяка тревичка, преди да увехне, да даде живот на ново също такова растение. Каж ми, цветето веднага ли се появява на растението, след като то започне да расте?

- Не, отначало то расте, расте, после се появява цветната пъпчица и накрая цветето.

- А за какво е нужно цветето, как мислиш?

Момичето повдигна рамене.

- Може би, за красота? - предположи то.

Майката се усмихна:

- Така си и знаех. И аз бих отговорила същото. Обаче в действителност не е така. Идва време, когато растението трябва да се погрижи да остави след себе си младо поколение и тогава то произвежда цвят. Неговото предназначение е да произведе семе, което ще носи в себе си живота на следващото поколение. Погледни още веднъж цвета на фунийката: той е устроен много интересно. Красивите листенца всички заедно се наричат венче, т.е. малък венец. Като отворим листенцата на венчето, ще видим там пет тънки пръчици, прираснали към венчето - те се наричат тичинки. На края на всяка тичинка има малка кутийка и ако я отворим, в нея ще намерим жълт прах, който се нарича прашец.

Това стъбълце в центъра се нарича близалце, а широката му част на дъното на чашката - яйчник.

- Яйчник? - удиви се Надя. - В него, какво, яйца ли има?

- Именно. Семената на растенията - това са същите яйчица, от които по-късно се появяват новите растения. Но за това ще говорим после.

И така, в яйчника се намират семенцата или яйчицата. Когато семенцето узрее, то става твърдо и черно. Ако го посадим в земята, то ще започне да попива влагата и да расте.

Момичето слушаше, внимателно разглеждайки цветето...

- И това ли е всичко? - попита то.

- Не, не е всичко. Най-интересното още предстои.

Семето не може да расте, ако преди това не е било оплодено. Необходимо е прашецът от тичинките да попадне върху близалцето, да премине по тръбичката в яйчника, където са семенцата-яйчица и тук да се докосне до тях. Само тогава в тях може да се роди живот.

Всичко това беше много интересно и Надето искаше да узнае каква връзка има то с хората и по-конкретно с малкото ѝ братче.

- А при хората... - започна тя.

Но майка ѝ отгатна нейния въпрос и се усмихна:

- Хората, разбира се, нямат тичинки и близалца, но ние все пак по нещичко си приличаме с растенията. Например растенията също имат татко и мама.

- Растенията? Имат татко и мама?!

- Погледни ето този младичък филиз на фунийката: той е още съвсем мъничък, слабичък. Като детенце, нали? Ето, значи, ако смятаме, че това е детенцето, то близалцето ще бъде неговата майка, тичинката - бащата, а цялото цветенце на фунийката ще бъде къщата на това "семейство". Само че "родителите" на

нашия млад филиз се намират в друго цветче, което вече не съществува. То е изпълнило своята задача, произвело е потомство, млади кълнове, и е увяхнало. Още се казва “прецъфтяло”.

- Значи това представлява раждането?

- Не съвсем. Говорейки за растенията, по-добре е да казваме “възпроизвеждане”. Всички растения се възпроизвеждат еднакво; но не на всички “бащата” и “майката” се намират на едно и също цветче, както при фунийката. При някои близалцето се намира на един цвят, а тичинките - на друг. Нито един от тези цветове сам по себе си не може да даде нито плод, нито семе. Ако прашецът от едното цветче не попадне върху семенцето-яйчице на другото цветче, от тях нищо няма и да порасне.

- Даже и ако ги посадим в земята?

- Даже и ако ги посадим, топлим и поливаме. А още бива и така, че цветовете с тичинките растат на едно дърво или храст, а цветовете с близалцата - на друго. Между тях може да има разстояние даже до няколко километра. Помага им вятърът, а още повече пчелите и другите насекоми. Има едно много старо детско стихче:

Пчеличка лети закачливо

в полето от цветец на цветец.

За зимата сбира грижливо

вкусен и сладък медец.

Пчеличката работничка, събирайки мед, дори и не мисли, че носи живот за ново поколение растения; а междуременно, когато влиза в чашките на цветовете, по мъхнатите ѝ крачка се полепва прашец от тичинките и тя го пренася върху другите цветове, където е яйчникът. Там прашецът ще свърши своята работа и ще даде живот на семенцата.

- Наденце! Виж кой идва при нас по пътеката.

- Татко си дойде! - високо завика Надя.

Серьожа отвори очички и заплака. Наложил се, разбира се, за днес да приключат беседата.

ТРЕТИ РАЗГОВОР

Жизнената сила на растенията. С какво животните се различават от хората и от растенията. Животните се появяват от яйца. Как се появяват на света рибките. “Изоставените дечица”.

- Ето защо, Наденце - започна майка ѝ следващия път, - всяка пролет природата оживява, всичко се раззеленява. Слънцето свети все по-силно, снегът се топи, водата попада в затоплената земя, а в земята лежат... какво лежи там?

- Семената на растенията.

- Да. Такива семена, в които дреме животът. Те само и чакат пролетната топлина и влага, за да се пробудят и започнат да растат, да се вдигат към слънцето. Господ е дал на растенията способност да се възпроизвеждат и голяма жизнена сила. Помниш ли, ние с теб видяхме една тъничка, слаба на глед тревичка, която, за да расте, беше пробила асфалта и се издигаше към светлината от пукнатината!

Тя расте, расте, после започва да цъфти и в цвета дава живот на ново поколение също такава трева. Как става това вече ти разказах. Говорейки за растенията, употребяваме думата “възпроизвеждане”. Казваме “растението се възпроизвежда в ново поколение”. А за животните вече няма да кажем така. За тях казваме: “раждат”, “раждат се”. Също както и за хората.

- Хората приличат ли на животните?

- Приличат само отчасти, по външния строеж на тялото, макар при човека то да е значително по-сложно и по-съвършено. Но между тях има огромна разлика и ти знаеш каква. Какво има човекът, което животните не притежават?

Момичето се замисли и мълчеше. Тя знаеше, че човекът има душа, която живее в тялото му, а когато човекът умира, както умря нейният дядо, душата му се разделя с тялото. Тялото заравят в земята, а душата излиза от него и отива при Бога. Надя знаеше, че когато дойде краят на света и Страшният съд, всички души отново ще се съединят с телата си и всички умрели ще възкръснат. Дали това отличава човека от животните?... Тъкмо Надя искаше да заговори, и майка ѝ я изпревари:

- Е, добре, виждам, че знаеш. На човека Бог е дал безсмъртна душа и той живее на земята не за тялото, а за душата. Животните се ръководят от инстинкти - такива способности правилно да се държиш, за да оживееш. Те са заложени от Бога: инстинкт за самосъхранение и инстинкт за продължаване на рода. Затова нашата котка например, когато е гладна, с всички сили ще се стреми да си добие храна, ще я иска от нас, ще мяука досадно и няма да се успокои, докато не похапне. А човекът? Той, знаеш, може заради ползата на душата и да се откаже от храна, както това се случва по време на пост. Човекът дори е способен да пожертва живота си, за да спаси душата. Така християнските мъченици в древността отказвали да се поклонят на езическите богове бесове и за това са били убивани. А те с радост отивали на смърт, защото знаели: Господ ще ги приеме в Царството Небесно, т.е. в рая.

Но за хората ще ти разкажа друг път. Сега ще си поговорим за животните. Те са по-нисши творения в сравнение с човека и по-висши по отношение на растенията. Нисшата, растителната форма на живот, е възникнала по Божия заповед на третия ден от сътворението. По-късно, на петия ден, по думата Божия, водата произвела земноводните (т.е. пълзящите) животни и риби, а над земята полетели птици. А на шестия, последния ден на творението, Бог заповядал на земята да произведе животни, които обитават сушата - добитък и зверове.

Растенията живеят, растат, възпроизвеждат се и умират. Но те не се грижат за своето потомство, нямат сетива и не могат да се придвижват. Животните и приличат, и не приличат на тях.

Приличат, на първо място, по това, че също се появяват от яйца.

Може да се каже, че семената - това са яйцата на растенията, а яйцата - това са семената на животните. От семето произлиза детето растение, а от яйцето - детето животно.

Ето че стигнахме с теб до яйцето. Каж ми, Наденце, знаеш ли, какво представлява яйцето?

- Разбира се - отвърна Надя. Тя прекрасно познаваше беличките или леко жълтеникави кокоши яйца, които като счупиш черупката, се ядат с чаена лъжичка. Повече от всичко на нея ѝ харесваха боядисаните великденски яйца.

Майката разбра, за какво мисли момичето.

- А знаеш ли, че яйцата биват много различни? Например хайверът на рибата - това също са яйца; от всяко яйчице може да се "излюпи" рибка, както пиленцето от кокошето яйце. Откъде се взима хайверът на рибата?

Почти цяла година рибата майка живее в морето, но през пролетта, когато тялото ѝ е пълно с яйца, от морските дълбини тя отива към брега в плитчините, влиза в реките и даже преминава по тях стотици километри само за да намери подходящо място, където да "снесе" яйчицата.

- Като кокошка ли?

- Не съвсем. Слушай по-нататък. Бащата риба плува заедно с майката. Когато те намерят удобно местенце, самката избутва яйцата от тялото си и те остават да плуват във водата. Тя е свършила своята работа. Обаче, ако яйчицата останат неоплодени, от тях никога няма да произлязат малки рибки. Точно както от семенцето

никога няма да излезе растение, ако то преди това не е оплодено с прашец. За това таткото риба плува над яйцата и изпуска върху тях от тялото си специална течност, която съдържа жизнено начало. Влизайки в яйчицата, тя им дава възможност да се развият и да станат малки рибки.

Надя беше потресена:

- Но как рибите разбират всичко това? Та те са глупави!

- Наденце, сами по себе си, те може и да са глупави, но във всичките им действия се отразява Божията премъдрост. Рибите, както и всички Божии твари, са надарени с особен дар, за който вече ти говорих - инстинкт. На този свой инстинкт те се подчиняват във всичко. Виждаш ли, сякаш някой ги командва: "Плувай, плувай... стоп! Тук може да хвърляш хайвера..." Ръководи ги инстинкт, чрез който действа волята на техния Творец, на Бога...

Е, какво? Знаеш ли сега как се раждат рибките?

- Значи и рибките си имат мама и тате?

- Разбира се. Щом дори растенията си имат родители, то рибките още повече. Но тези малки деца рибки никога не се запознават със своите родители. След като хвърлят хайвера, рибите ще отплуват и никога повече няма да видят децата си. А ако ги видят, няма да ги познаят. От яйчицата, които остават в топлата вода, след няколко дни ще се появят рибки и ще започнат самостоятелен живот.

Надя се натъжи: беше ѝ мъчно за малките беззащитни деца рибки, които са се излюпили от зрънцата на хайвера някъде далеч от дома, в чужд край, без мама и тате и никой няма да се грижи за тях, да ги храни, да ги обича!

За да утеши момичето, майка му му разреши да свали сандалите и да походи босо по топлата земя.

ЧЕТВЪРТИ РАЗГОВОР

Историята на трите стърчиопашки. Птиците притежават родителски инстинкт. Как става оплождането на птичето яйце. От какво яйце се появяват бозайниците. Колкото по-сложен е организмът, толкова по-дълго се развива и зависи от родителите си.

На другия ден валеше дъжд и майката и дъщерята прекарваха следобед на терасата. Серьожа тихо спеше в къщата в креватчето си. Надя седеше на дивана до майка си и внимателно слушаше.

- Помниш ли, миналата пролет наблюдавахме как две стърчиопашки вият гнездо под покрива на нашата къща. От сутрин до вечер птичките бяха усърдно заети с работа. А когато гнездото беше готово, една от тях снесе яйца и седна върху тях, за да бъдат постоянно топли. Това беше майката стърчиопашка. Другата птица, бащата, през цялото време летеше наоколо, донасяше червейчета, мухи и друга храна, пееше песни, за да развлече своята другарка. Птицата майка понякога излиташе от гнездото, а бащата сядаше на нейното място, за да бъдат яйцата през цялото време топли. След известно време в гнездото се появиха малките пиленца, а майката и бащата ги пазеха и им носеха храна. Ти все искаше да се качиш на стола и да ги погалиш, но аз не ти разреших: от това птичките можеха да загинат. И родителите стърчиопашки щяха много да страдат и да се тревожат за своите пиленца, забелязвайки, че човек пипа гнездото им.

Както виждаш, птиците са по-грижовни родители от рибите, а и пиленцата са добри, послушни дечица: непрекъснато са до мама и татко, поне докато се научат да летят. А после малките стърчиопашки отлитат и бащата и майката вероятно никога повече не ги виждат.

- А ако се срещнат някъде в градината или в гората, ще се познаят ли?

- Не. Родителският инстинкт е свършил своята работа, той повече не е нужен на птичката - до следващата пролет, когато тя ще измъти нови пиленца от нови яйчица.

Птичите яйца се развиват в тялото на майката, в яйчника. Но от тях няма да се излюпят пиленца, ако не са оплодени от специално вещество от тялото на бащата, още когато се намират в тялото на майката. След това майката-стърчиопашка снесе яйцата, те прекараха три седмици на топло и от тях се излюпиха малките птички, които толкова ти харесаха.

В това време скръцна вратата - на терасата излезе котката.

- Аха! - каза майката. - Навреме се появяваш. Тъкмо исках да разкажа за теб.

- За котката?

- И за котката, и за другите ѝ събрата - висшите видове животни, които хранят децата си с мляко. Тези животни се наричат бозайници. Ти познаваш добре много от тях: котки, кучета, коне, крави. Случвало ти се е да видиш как котката кърми своите котенца: малките животни лежат до майка си и сучат мляко от гърдите ѝ.

- Да, знам. Но котетата не се появяват от яйце!

- Грешиш. И при бозайниците животът също започва в яйцето, само че то не е голямо, не е покрито с твърда черупка и майката не го мъти в гнездото, както правят птиците. Яйцето през цялото време остава в тялото на майката: то е толкова мъничко, че не може да се види без микроскоп и ако не е оплодено от бащата, от него никога няма да се развие ново живо същество. В тялото на майката в специална торбичка то расте и се развива. Кръвта на майката го храни, дишането на майката му доставя необходимия въздух, докато не дойде време да започне свой собствен, самостоятелен от майката живот. Тогава то се появява на бял свят или, както се казва, се ражда. Но и след раждането животът на новороденото животно е тясно зависим от майката, защото от гърдите ѝ то получава храна, има нужда от нейната закрила и само след няколко седмици и даже месеци ще стане напълно независимо.

А при нас, хората, децата още по-дълго се нуждаят от майчини грижи - даже и след като ги отбият от кърменето и им поникнат първите зъбки.

По-рано се учудвах защо Господ така е устроил нещата? А след това разбрах - колкото по-висше и по-съвършено е живото същество, толкова по-безпомощно бива то в детството си.

На теб ти беше жал за малките рибки, за които никой не се грижи. А на тях това не им е и нужно. Те сами се грижат прекрасно за себе си.

Животните, които се хранят с мляко, стоят много по-високо от тях. В началото на своя живот те се хранят с майчино мляко и не могат да храносмилат другата храна, годна за възрастните животни. Затова те не се отделят от майката, докато не пораснат толкова, че да се хранят със същото, с което се храни и майка им. Тогава майката престава да ги кърми с мляко и вече не се грижи за тях.

Човекът заема най-високото място сред живите същества и неговите деца са най-безпомощни. Започвайки своя живот, те абсолютно нищо не могат да правят самостоятелно.

Наблюдавай например нашия Серьожка. Ти ще узнаеш, че малкото детенце отначало съвсем не може още да си вдигне главата, макар вече да я обръща от една страна на друга и мъничко шава с ръчички и краченца. После ще започне да си вдига главичката, а после ще свикне да стои изправено и ще се опитва да подскача в скута на мама. След няколко месеца ще се опита да се вдигне на крака, а когато стане на около годинка, вероятно и ще проходи.

Виждаш, колко време минава, докато то се изправи на крака. А жребчето се научава да бяга само няколко часа след своето раждане.

Животът на животно не е сложен. Не му е нужно много време, за да стане онова, което Господ го е предназначил да бъде. Но на човека, за да се развие напълно, му е нужно много повече време. Твърде бавно той се научава да разбира, да мисли, да преценява и действа. А когато се развият всички органи и способности, дадени му от Бога, той още трябва да се учи да различава кое е добро и кое зло.

Ето, ти скоро ще станеш на шест години. Ако се бе родила не човек, а куче или конче, ти щеше вече да си зряло животно и щеше да имаш поколение. Но ти си човек и на твоите ненавършени шест години ти тъкмо-тъкмо започваш да опознаваш живота...

От вътрешността на къщата се чу детски плач. Майката погали Надя по бузата и стана.

ПЕТИ РАЗГОВОР

Откъде все пак се появяват децата. Как са произлезли първите хора и как са напълнили земята. Децата също се появяват от яйца! Животът на детето в майчиното тяло. "Ти кога вече знаеше за мен?" Начинът на живот на бъдещата майка. Защо е нужно пъпчето. Раждането. Стрданията и радостта на майката. Детето е част от своята майка и своя баща. Детеродните органи на тялото. А откъде се взима душата? Любовта на родителите към своите деца. Децата ги дава Господ на хората.

Времето изглежда се развали задълго. Надя почти не излизаше в градината и по цели дни се въртеше около майка си. Стараеше се да ѝ помогне в грижите за Серьожка и не ѝ напомняше за продължението на разказа. Тя знаеше, че майка ѝ е стигнала до най-интересното и когато остане по-свободна, сама ще започне разговора. Така и стана.

Веднъж, след като сложи сина си да спи и изми съдовете, тя уморено се отпусна на дивана и с усмивка примами към себе си Надя:

- Сядай. Да поговорим, искаш ли? Днес аз най-накрая ще мога да ти отговоря на въпроса "откъде се появяват децата".

За какво ли само не говорихме с теб! И за тревичката, и за дъба, и за фунийката, и за рибките, и за стърчиопашките, и за котката... Но всичко това е, за да може да ти стане по-разбираемо как се ражда човекът - висшето Божие творение.

- Първия човек го е създал Сам Бог - вметна Надя. - От пръст. И вдъхнал в него безсмъртна душа.

- Да. Никого повече Бог не е създал така - само човека. Всички следващи поколения обаче са се раждали вече от самите хора.

Майката стана и взе от масата кутия кибрит. Тя извади три клечки и ги сложи на дивана - една по-нагоре, две по-надолу.

- Гледай - каза тя. - Дядо ти е имал двама синове - твоят татко и чичо Валери. Татко ти има две деца - ти и Серьожа. Ето, слагам под тази клечка още две. Чичо Валери има три дъщери. Слагаме още три клечки. Е, всички вие ще пораснете, ще си имате свои дечица - кой две, кой три, а може и повече. Слагаме още клечки.

- А те ще си имат ли дечица? - На Надя ѝ се искаше да продължи - скоро целият диван щеше да е зает от клечки.

- Ще си имат. Но ти нали разбра? Ето как расте човечеството и хората изпълват земята.

Откъде все пак се появяват децата? Веднага искам да ти кажа нещо, което много-много ще те изненада: децата при човека също се появяват от яйца. Не голямо яйце с черупка като на кокошката, а от същото такова мъничко яйчице като при бозайниците.

В тялото на майката се намира яйчник и в него - яйце. То може да излезе оттам и никой да не узнае това. Но ако яйцето е оплодено, то ще остане в тялото на майката и ще расте там почти година - цели девет месеца.

Удивително, как от миниатюрно яйчице, което дори е трудно да се види, малко по малко се развива детенце, което тежи 3-4 килограма! И цялата тая промяна се извършва в тялото на майката. Там детето лежи защитено от всяка опасност. И майката знае това и вече обича своето дете, преди да го е видяла.

Виждаш ли, какво се получава - всеки човек е бил някога част от своята майка.

Момичето напрегнато слушаше.

- Представяш ли си - продължаваше майката, - ти някога си била малка прашинка, точица, по-мъничка дори от върха на игла?

Когато твоят живот е започнал, е можело да те разгледат само с микроскоп. Докато си била толкова мъничка, лесно е можело да те загубим. И наистина това би могло да се случи, ако Господ не се бе погрижил за теб. Той така е създал тялото на майката, че за децата в него има една специална "стаичка", където детето остава скрито от всяка опасност, докато не порасне толкова, че да се появи на Божия свят и да заживее свой отделен живот.

- А ти знаеше ли за мен, когато още бях като точица?

- Аз се надявах, че ти вече живееш в мен, а твърдо се уверих в това по-късно, когато ти започна да растеш. Докторът ме прегледа, направи изследвания и каза: "Да, няма съмнение, ще имате детенце."

На Надя беше интересно, какви са били тогава отношенията с майка ѝ.

- Ти зарадва ли се?

- Много! А веднъж усетих леко движение отвътре, сякаш ти почука с мъничка ръчичка по стената на твоята стаичка и каза: "Мамо, аз съм тук!" Стори ми се, че беше точно така. И аз се опитвах да си представя каква ще бъдеш, когато те видя.

Девет месеца ти живееше в своята стаичка в моето тяло и растеше с всеки изминал ден. Искаше ми се да бъдеш щастлива и затова и аз самата се опитвах да бъда доволна и щастлива.

- А татко? Той също ли знаеше за мен?

- Татко те чакаше още повече! Той всеки ден слагаше ухото си на моя корем, където живееше ти, и слушаше: как е там нашето малко човече? Всички ли е наред?

Надя щастливо се засмя.

- Разкажи ми още! - помоли тя.

- Аз ти избирах проста и добра храна, за да бъдеш здрава. Татко се грижеше за мен: купуваше пресни плодове, в които има много витамини, водеше ме под ръка на разходка, за да дишам по-често чист въздух. Ние знаехме, че всичко това - и витамините, и чистият въздух - ще бъдат и за тебе...

И за душата си се грижех. Стараех се да бъда добра, нежна, търпелива, съдържана, в нищо да не съгрешавам - въобще, да бъда такава, каквато ми се искаше да видя теб: нали всичко, което правех през това време, добро или лошо, щеше да се отрази и на теб.

И още аз почти всяка седмица ходех на църква, изповядвах се при свещеника и се причастявах със Светите Христови Тайни. Аз знаех, че така и до теб се докосва Благодатта Божия!

- А как се хранех?

- Помниш ли, ти все ме питаше, защо е нужно пъпчето? Ето защо: през него ти се съединяваше с моето тяло и се хранеше, когато живееше в мен. Преди да се родиш, на мястото на пъпчето кожата ти завършваше с дълга тръбичка, другия край на която беше прикрепен към моето тяло. По същата тази тръбичка моята кръв и хранителните вещества идваха при тебе.

Когато дойде време да се появиш на света и да заживееш отделно от мен, трябваше да излезеш от твоята "стаичка". Татко ме закара в болницата, където докторите ти помогнаха да излезеш. Всяка майка страда,

когато ражда детето си. Това страдание е дадено от Бога след грехопадението на Адам и Ева. Помниш ли, Господ казал на Ева: "В мъки ще раждаш децата си?"

Но, знаеш ли, Наденце, всички мъки се забравят, когато детето се появи на света! Като видиш за първи път своето дете, вече нищо не си спомняш и не усещаш, освен радост!

И тъй, ти излезе на Божия свят или, както се казва, се роди. Тогава лекарят отрязва тръбичката, която те свързваше с мен. После това място зарасна и така се появи твоето пъпче. Когато за пръв път в живота поевъздух с твоите гърдички, ти силно заплака. По този плач аз разбрах, че си жива и здрава. Обзе ме радост и аз попитах: "Момче ли е или момиче?"

- А нима ти още по-рано не знаеше, че съм момиче?

- Аз се надявах, мечтаех и се молех на Бога: "Господи, прати ми дъщеря!" Но не знаех точно, докато ти не се роди. За бебетата момичета се приготвя всичко в розово, а за момчетата - в синьо. Има такъв обичай. За момчето - сини шапчици, ризки, одеалце. А за момичето - всичко в розово. И макар да не бях сигурна, че ще се родиш ти, все пак предварително изплетох розова блузка и чорапки, които ти носеше и които пазя до сега...

- И какво стана после?

- После? Изкъпаха те и те повиха в пеленки, а след това те донесоха и дадох да те взема на ръце. И тогава за първи път видях личицето на малкото детенце, което толкова отдавна обичах. Сега разбираш, защо си ми толкова скъпа... и защо въобще майката толкова обича своите деца. Те са част от нея самата.

Но в същото време детето е част и от бащата. От яйцето не би излязло дете, точно така, както от семенцето не би се развило ново растение, ако не бяха оплодени. Това се извършва от бащата. Жизненото начало се съдържа в яйцето, но то никога не би се пробудило, ако не бъде докоснато от специална жизнена сила, която може да даде само бащата.

Човекът няма близалце и тичинки, както при растенията. Но той има специални органи на тялото, които се наричат детеродни. Хората никога не ги показват пред външни хора, покриват ги с дрехи и даже съвсем мъничките дечица се къпят в реката с гащички. Хората пазят тези органи, съхраняват тяхната чистота, не ги докосват без нужда, защото всеки иска да роди някога хубаво, здраво детенце! Ето, понякога ти вечер не искаш да се миеш преди лягане, бързаш по-скоро в леглото и се налага да бъда строга. Сега разбра ли, защо е толкова важно да се пази чистота и да не те домързява?

- Разбрах, за да мога, когато порасна, да родя здраво детенце... Разказвай по-нататък!

- Аз вече всичко ти разказах - усмихна се майката... - Разбираш ли сега какви удивителни отношения съществуват между бащата и майката и защо те толкова много обичат своите деца?

Но на Наденцето не всичко и беше ясно. Яйцето получава живот от бащата, развива се в тялото на майката, в него се оформя тялото на детето. Това е ясно. Но как се получава човекът? Човекът, който обича, радва се или тъгува, вярва в Бога? От какво се състои тялото, е ясно. А душата? Откъде се взема душата, която отличава човека от растенията, рибите, птиците и животните?

- Мамичко, а откъде идва душата? Нали се ражда само тялото? А кога в него се заселва душата?

Майката не очакваше този въпрос, той се оказа сложен дори и за нея.

- Душата? Тя е от Бога. Четох някъде, че Господ изпраща душата в детското тяло тъкмо тогава, когато яйцето в майчиното тяло получава първия тласък за развитието на живота. И, разбира се, ражда се младенец вече с безсмъртна душа. Но за това разпитай по-добре татко.

Ти разбра ли сега, че животните, както и хората, също имат родителска привързаност към своето поколение? Но все пак това не е любов в смисъла, в който ние, хората я разбираме. Това е родителски инстинкт. Истинска

любов има само при хората. И бащата, и майката, дълго още преди да се появи детето, мислят и се грижат за него, а когато се роди, нежно го предпазват и дълги години го възпитават и обичат така, както никога и никого повече. Детето е част от тях двамата. Бащата и майката са му дали живот.

Но всичко това се извършва само по Божия воля. Има хора, които нямат деца. Помниш ли, в приказките често се казва: "Имало едно време дядо и баба, и те си нямали деца... Нямали, защото Бог не им е дал. А има и такива, които, обратно, имат твърде много деца. Господ по-добре от нас знае, кое е полезно за нас. На нас с татко Той ни е дарил дъщеря и син. Какво щастие!

- Мамичко! Сега разбирам, защо толкова те обичам - повече от всички на света!

И Наденцето силно прегърна своята майка.

ЧАСТ II

ХИГИЕНА НА МОМИЧЕТО

Изминаха няколко години. Надя караше единадесетата си година. Сега тя беше високо синеоко момиче с къса, стегната плитка. А Серьожа скоро навърши пет години, на колкото бе Надето, когато той се роди. Семейството се увеличи; Надя и Серьожа имаха още две сестрички - тригодишната Альонка и малката Дашенка, наречена на прабаба си. Тя скоро навърши годинка.

Когато в неделя цялото семейство влизаше в църквата - Серьожа крачеше, хванал майка си за ръка, бащата носеше Даша на ръце, а Надя водеше за ръчичка Альонка, при това и трите момичета, както и майка им, бяха с бели забрадки - възрастните жени ги гледаха с умиление, въздишайки за своите безпътни внуци и внуци, които съвсем не влизат в Божия храм!

Надя сега бе истинска мамина отмяна и често майка ѝ напълно искрено казваше: "Какво щях да правя без Надето!" И наистина някои грижи по дома бяха напълно поверени на момичето. Тя без напомняне миеше чиниите след обяд и вечеря (а в голямото семейство те не бяха малко), по пътя след училище купуваше хляб, наглеждаше братчето си и Альонка.

Альонка беше нейна любимка. Те живееха в една стая и Надя учеше сестричката си старателно да си оправя леглото, самичка да се облича, решише я и заедно се молеше с нея преди лягане. Голямата сестра права четеше молитвите на глас, а малката застава на колене или седеше в креватчето си и накрая сама се молеше на глас: "Господи, помилвай мама, татко, баба, Надя, Серьожа, Даша и мен!" Тя по малко запомняше и повтаряше след Надя "Отче наш" и "Богородице, Дево". Надя възпитаваше сестричката си, показваше ѝ картинки от "Детската библия" и ѝ разказваше разни епизоди от Свещената История. В храма застава с Альонка близо до солея, за да може тя всичко да вижда и чува. Альонка отвърщаше на Надя с любов и преданост: струваше ѝ се, че на света няма по-добра, по-умна и по-мила от нейната кака!

Съдовете, чистенето, пазаруването на хляб, разходките и заниманията с Альонка и Серьожа бяха постоянно задължение на Надя. Но, разбира се, тя никога не отказваше да участва в приготвянето на обяда, особено когато е празничен, с баници... Ако прибавим към това, че Надя не само се учеше отлично в училище, но ходеше също и на музикална школа и вече свиреше добре на пиано, че в неделите посещаваше неделното училище към храма, където изучаваше Закон Божий и църковно пеене; ще стане ясно, че момичето практически през цялото време беше заето и не знаеше какво е безделие, което светите отци наричат майка на всички пороци. Тя не познаваше състоянието на разпусната мечтателност и скука, която толкова често спхожда другите момичета. Тя не знаеше, какво означава: "търкалям се на дивана", или "гледам в една точка", или да се чуди "с какво ли да се захвана"... Но това се получи не от само себе си, а благодарение на обмислената система на възпитание.

Някой недоверчиво ще поклати глава: "Има ли някъде такива примерни момичета?"

На това може да се отговори, че макар и рядко, но в здравите православни семейства такива момичета действително се срещат.

Някой ще се усъмни: "Нима Надя никога не е роптала срещу своята заетост? Нима тя с удоволствие чисти и още повече мие чиниите?"

Разбира се, малко приятно е миенето на съдовете, особено през лятото извън града, където няма топла вода, а чиниите са намаслени, мазни и твърде много: не само чинии и чаши, но и тенджери, тигани! Всички познават желанието да отложиш задължението за после. Майка ѝ никога не спираше Надя: "После, значи после, само да не забравиш!" И на момичето се наложи от собствен опит да се убеди, че неприятното, но необходимото трябва да се прави веднага. Ако го отложиш - после съвсем няма да искаш да го свършиш, а и ще отнеме повече време. А така, по-приятно е бързо и пъргаво да свършиш трудното задължение в домакинството и да знаеш, че всичко си изпълнил! Много важна е вътрешната нагласа, с която пристъпваш например към миенето на чиниите. Надето бе вярващо момиче и много ѝ помагаше мисълта, че Господ винаги я вижда - при това не само действията ѝ, постъпките, но и нейните мисли. Тя се стараше да не прави нищо, за което

после трябва да се кае на изповед. И накрая, тя обичаше и жалеше майка си и беше много доволна, че благодарение на нейната помощ, майка ѝ може малко да си почине. По-добре Надя сама да измие планини от мръсни чинии, но майка ѝ да има време да поседи и да поговори с нея за нещо интересно...

ПЪРВИ РАЗГОВОР

Как християните трябва да се отнасят към храната. Храненето е необходимо за всички живи същества. Затлъстяването може да бъде следствие от чревоугодие или нарушена обмяна на веществата. Тялото се състои от клетки. Откъде се взимат новите клетки и къде отиват разрушените. За предпочитане е да се консумира лесно усвоима храна. Защо са нужни белтъците, мазнините и въглехидратите и в кои продукти се съдържат. Значение на водата в човешкия организъм. Основните правила на здравословното хранене. “Правила за лакомниците”. Защо е вредна дъвката. Солени и пикантни храни. Как да разберем вкуса на хляба и водата. Полезни и вредни (възбуждащи) напитки. Вредни навици. Пиянството. Пушенето. Човекът не трябва да придобива навици, които го лишават от свобода.

Доиде именният ден на татко. Както винаги, двете стопанки - майката и Надя, се готвеха да посрещат гости. Чакаха най-близките - баба и чичо Валери, брата на татко, със семейството си. Тъй като и чичо Валери имаше четири деца, то на масата трябваше да седнат дванадесет души, без да се брои малката Дашенка.

Майката и Надя трябваше да изпекат две баници, да приготвят риба и няколко салати. И докато готвеха, се разговориха.

- Мамичко, защо печем баници само на празник?

- А ти как би искала?

- Всеки ден! Виж, колко бързо се получава! А когато ти нямаш време, аз и сама ще се справя.

- Е, а как тогава ще различим празниците от делниците?

- Не по храната, разбира се! Голяма работа, храна!

- Ти грешиш, Наденце. Храната е много важно нещо. Християните обичат на празници да се събират на празнична трапеза и ти сега ще ми кажеш, защо. На Кого подражават те? Кой често на трапезата им даваш духовни наставления? Кой седял с тях на пасхалната трапеза на Тайната вечеря? Кого те по-късно познали при преломяването на хляба?

- Спасителят.

- В памет на Тайната вечеря ние извършваме Божествената Литургия - именно тогава Господ е установил спасителното тайнство Причастие. Причастието също е трапеза, Трапеза Господня...

- Това е причастието, то се извършва в храма. А обичайната храна, домашната? Мисля си понякога - толкова труд, приготовления, а всичко така бързо се изядва и забравя и после пак трябва отново да се готви...

- Е, виж - усмихна се майката, - ту искаше да печеш баници всеки ден, ту приготвянето на храната ти се струва неблагоприятно и безсмислено труд! Ще се наложи да ти прочета кратичка лекция. Извади брашното, моля те.

Храната в нашия живот има много голямо значение. Всичко живо трябва да се храни. Добави още малко брашно.

- А как са били древните подвижници? Те не са яли много дни!

- Но после, след поста, все пак нещо са яли. Било сухар, било зеленчуци или даже корени на растения. Известно време човек може да прекара, без да се храни изобщо и дори, без да пие, докато в тялото му има запас от хранителни вещества, но после започва необратим процес на разпадане.

- Какво означава “необратим”?

- Непоправим, който вече не може да се спре с човешки средства. Даже ако гладуваният започне да се храни добре, той вече няма да оживее.

- Значи, за да бъдем здрави, трябва много да ядем, така ли?

- Не, това също е лошо. Ти, разбира се, си виждала на улицата или в метрото прекалено пълни хора, толкова пълни, даже дебели, че трудно си местят краката. Това става от прекалено много храна: организмът не успява да я преработи, т. е. да я смели и излишното се превръща в мазнина. Такива хора не живеят, а се мъчат - тежко им е да дишат, трудно им е да си намерят дрехи, неудобно им е да седят, да стоят.

- Мамо, тези хора ли са чревоугодници?

- Възможно е сред тях да има и чревоугодници, но не бива да осъждаме никого. Повечето от тези нещастни хора просто са болни. Те вече не могат да не ядат по много. Чревоугодникът е човек, който просто не иска да се въздържа, да обуздае утробата си - т.е. корема, стомаха. А болният човек е гладен, ако не изяде например пет кюфтета, тенджерата с картофи, две-три кофички със сметана. И това съвсем не е смешно - ти какво се усмихваш? Причина за тази болест понякога е нарушената обмяна на веществата.

- Каква обмяна?

- Обмяната на веществата в организма. Хайде, аз ще ти разкажа за това, но ти не оставяй ножа - режи краставичките, само, моля те, по-старателно!

Ако разгледаме нашето тяло под микроскоп, ще видим, че цялото се състои от много мънички капчици, наречени клетки. Всяка клетка има кратък живот и за да продължава цялото тяло да живее, трябва да се поддържа с хранене. Храната, като попадне в стомаха, се превръща в специална течност, която преминава в кръвоносните съдове, превръща се в кръв и тече във всички части на тялото.

Ако храната е била добра и хранителна, то в кръвта ще има всички нужни вещества, които изграждат костите, мускулите, нервите и всички други органи. Всеки орган избира от кръвта именно онези вещества, които му са нужни.

Защо се изморяваш? Защото в тялото ти се извършва непрекъснатата работа. Ти играеш и тичаш, мислиш и работиш, за всички тези занимания се изразходват част от клетките, които изграждат твоето тяло. И за да се появят на мястото на разрушените клетки нови, са нужни нови вещества, които се получават от храната.

Ако при всяка работа част от клетките се разрушава, то какво става после с тези мъртви клетчици? Различните органи ги изхвърлят от тялото. Червата изхвърлят голямата част от твърдите вещества, бъбреците отделят замърсените течности. Освен това, още много вещества се отделят чрез белия дроб при дишането, а също и през кожата.

- През кожата? - Надя с удивление погледна ръцете си.

- Наденце, ти така се стараеш, че чак челото ти се е изпотило, ето ти салфетка.

- А - досети се Надя, - потта! Това са ненужните вещества, които излизат през кожата.

- Може би ще ти се стори странно, че всяко денонощие от тялото ни излизат през кожата повече ненужни вещества, отколкото през червата. Но това е точно така. Кожата ни има много малки дупчици, които се виждат само с лупа. Те се наричат пори. През тях, във вид на пот тялото отделя ненужните, вредните вещества.

За да не остават ненужните вещества в тялото, трябва да ядем такава храна, която леко се преработва в наши кости, нерви и мускули.

Ако децата от ранно детство бъдат научени да се хранят с полезна и проста храна, те ще боледуват по-малко, стомахът и червата им ще работят добре, ще имат здрав цвят на лицата.

Коя е полезната и проста храна? Полезната храна трябва да съдържа белтъчини, въглехидрати, витамини, минерални соли, вода (всичко, което е необходимо на организма). Ще поговорим друг път в кои продукти се съдържат тези вещества. Но главното е, че храната трябва да бъде проста, т.е. приготвена просто, без излишна обработка, без много вкусови подправки, пикантни вещества, мазнини, майонеза. Да вземем например картофите. Спомни си, че наскоро пекохме картофи на жар. Какво удоволствие беше за теб! Без всякакви подправки, само малко магданоз - и какъв вкус! И главното е, че запазиха всички витамини, всички полезни вещества. А ако задушим или изпържим картофите, ако ги подправим със сосове, ще загубят истинския си вкус и повече от половината от полезните вещества. Затова е по-добре да сварим картофките и да ги подправим с растително масло, а може и във фурната, направо с кожата да ги запечем - ще станат като на жар. Това правило за приготвяне се отнася за всички продукти. Децата често боледуват, защото ядат много пържена, мазна, пикантна и солена храна.

Белтъчините, които се съдържат в животинските продукти - месото, рибата, се наричат животински белтъчини. Подрастващият организъм особено много се нуждае от тях. От животински белтъчини се изграждат мускулите, кожата, мозъкът, вътрешните органи.

Но трябва да помним, че нашият организъм харчи много сили, за да преработи тези белтъчини. За да му помогнем, трябва да ядем месото, пилето, яйцата, рибата със зеленчуци, а не с макарони или тесто. С това много ще облекчим работата на нашия стомах.

Много добре се преработват и усвояват от децата животинските белтъчини, които се съдържат в млякото и млечните продукти. Млякото е полезно за малките деца до седем-осем години. При по-големите деца и при възрастните веществата, преработващи млякото, липсват в организма. Затова ние с теб ядем киселомлечни продукти (извара, сметана, айран, мътеница, кисели млека). Ти нали много обичаш закуска плодово кисело мляко. То е като смазка за добрата работа на стомаха.

Растителните белтъчини се съдържат в граха, фасула, в хляба. Те донякъде могат за известно време да заменят животинските белтъчини.

- Това време постът ли е?

- Да, Надя. Затова през Великия пост, когато с татко и с теб не ядем нито месо, нито риба, нито млечни храни, често на масата имаме боб.

Децата много се движат - тичат, играят, работят, помагат на родителите. Освен това и учат - с една дума, изразходват много енергия. И, разбира се, организъмът трябва да я възстанови. А за това помагат мазнините и въглехидратите.

Въглехидратите се съдържат в зърнените храни и хляба, картофите и другите зеленчуци. Мазнините - преди всичко в олиото. Спомни си, как огладняваш след веселите игри на открито. Обаче, ако човек малко се движи, седи на едно място, а към супата си е изял и допълнително, а после и още две чинии ядене? Какво ще стане тогава? Организъмът ще задели тази храна като резерва във вид на мазнини. Ето, че се е нарушила обмяната на веществата. А ако организъмът получава такова преизобилие от хранителни вещества всеки ден? Представяш ли си какво ще стане?

- А витамините в какво се съдържат?

- Витамините се съдържат в зеленчуците и плодовете. Въобще, в състава на човешкото тяло влизат най-различни вещества, в това число желязо, калций, калий, магнезий и т.н. Но повече от всичко в нашия организъм се съдържа... вода. Главният мозък например съдържа 80 процента вода, мускулите - 76 процента, костите - 25 процента!

Забелязвайки, че тези цифри нищо не говорят на Надето, майката поясни:

- 80 процента - това значи, че главният мозък е почти течен, в него има почти само вода! А костите, които са основа на човешкото тяло, които му осигуряват здравина - съдържат една четвърт вода. Не е ли удивително?

Ето защо са толкова нужни за човека водата и минералните соли. Прием вода, когато сме жадни, организмът я поема още от сокове, супи, компоти, мляко, а също и от други хранителни продукти. Някои от тях съдържат много голямо количество вода, например краставиците и динята.

Вода има и в кюфтетата, и в хляба и даже в сухарите. Без вода не могат да се осъществяват жизнените процеси - не може да се храносмила храната, не може да работи сърцето.

Без храна човек може да преживее седмици, а без вода - броени дни.

- А още? Ти говореше за някакви соли?

- Минералните соли попадат в човешкия организъм по следния начин: оказва се, че се съдържат в най-обикновените продукти - в зелето, ябълките, млякото, рибата.

Когато човек се храни неправилно, например употребява прекалено много белтъчини и пренебрегва минералните соли и витамините, това може да доведе до болестно напълняване. Особено ако човек сяда на масата, без да е гладен.

- За да сме стройни, за да не напълнеем, по-рядко ли трябва да ядем?

- "По-рядко", "по-често" - всичко това е неточно, ненаучно...

- Нима за храната може да се говори научно?

- Ние тъкмо това направихме, когато ти разказвах за белтъчините, мазнините и въглехидратите. Значи, ето, ще говорим научно - учените медици, специалисти по храненето, препоръчват децата да се хранят четири пъти на ден.

- Защо четири?

- Много просто. За да се смели храната трябва три-четири часа. По този начин закусваме в осем-девет часа, обядваме около един часа, около четири имаме следобедна закуска и в седем вечерта - вечеря. Цялата храна успява да се смели до момента, когато поемаме новата храна.

- Знаеш ли, мамичко, аз мислех, че във всички семейства има такъв ред, а оказва се, че не. Катя, например яде в различно време, когато си поиска. Баба ѝ я пита понякога: "Искаш ли да си хапнеш?" И Катя се съгласява. И по всяко време, даже и ако скоро е обядвала, ѝ отрязват парче хляб, правят ѝ сандвич или ѝ дават паста, парче торта. А Оля, обратно, така се страхува да не напълнее, че е готова съвсем да не яде. Тя само закусва надве-натри и вечеря. А като си дойде от училище, казва, че там вече е обядвала, макар че това не е вярно.

- Просто твоите приятелки не знаят, колко е важно правилното хранене. Ти им обясни.

Някои момичета като искат да не напълнеят, се стараят да ядат по-рядко. И какво става? Обикновено те изяждат за два приема на храна повече, отколкото организмът може да усвои и точно тогава част от неусвоената храна се превръща в мазнини. Човек не само не слабее, а още повече напълнява.

Ако се храним винаги по едно и също време, целият организъм своевременно ще се подготвя за приемането на храната - отделя се стомашният и жлъчният храносмилателен сок. В резултат - храната се усвоява добре. Но ако е дошло време за обяд, а човекът не е ял, храносмилателните сокове ще се отделят напразно, а това за организма е вредно.

Ето главното правило за храненето при децата - винаги да се хранят по едно и също време.

- Ами ако се случи, че идва определеното време, а не ти се яде?

- А защо да не ти се яде?

- Ами, нямаш апетит например...

- Наденце, ако не нарушаваш определения ред, апетитът винаги ще дойде навреме. Спомни си - хранила ли съм те някога насила? Никога, нали?

Надя помисли, че в тяхното семейство всички деца имаха завиден апетит - и тя самата, и Серьожа, и Альонка почти винаги оставаха празни чинии и не седяха на масата по един час над изстиналата храна като някои други деца.

- Никога. Ние всички имаме добър апетит. - А знаеш ли, защо?

- Защото се храним по едно и също време.

- И още?

- Молим се преди хранене. Храната е много вкусна.

- Всичко това е така. Но ще ти разкрия, Надя, една моя тайна - никога не съм ви позволявала да ядете между общите трапези, т.е. не навреме. Защото мнозина се хранят не навреме и не че ядат месо или супа, но често нещо "вкусничко" - бисквитки, курабийка, сандвич...

- Знам. Катя почти непрекъснато нещо яде. Или печени орехи или бонбони. А супа и въобще нормална храна не може да понася!

- Това е много лошо, Наденце. Ти поговори с нея, че иначе просто може да се разболее. Организмът ѝ не получава необходимата храна! А що се отнася до лакомствата, то най-опасно е да се увличаме от тях. Защото може не само да се наруши обмяната на веществата, но и много рано да останеш без зъби. Бонбоните, шоколадът, сладоледът са голямо удоволствие, но и носят голяма вреда. В устата ни и така е топло и влажно, а ние още прибавяме там и въглехидрати - храна за микробите.

Трябва да кажеш на Катя макар и само трите главни "правила за лакомниците". Знаеш ли ги?

- Не.

- Нужно е не да се откажем напълно от лакомства, а културно да ги употребяваме. Ето три правила, как да опазиш зъбите от кариес:

първо - не яж сладко преди лягане;

второ - не яж сладко заедно с друга храна или след нея. Нашият стомах не може едновременно да се справи и с месото, и с картофите и с парчето торта. Сладкото трябва да бъде отделна храна;

трето - добре е след сладкото да изядем ябълка или да си измием зъбите.

- А дъвката? Нали също защитава зъбите?

- Казват, че дъвката защитава зъбите от кариес. Възможно е наистина да ги почиства. Но, от друга страна, тя е вредна за стомаха - човекът дъвче, дъвче, стомахът, бедният, чака, кога в него ще попадне храната, изработва стомашен сок за храносмилането. А храната не идва. Ето как се получава голяма вреда за храносмилателната система. Освен това, Наденце, този навик - да дъвчем дъвка подобно на животните не е за християните. Представи си, как изглежда момичето, което непрестанно дъвче и дъвче... Не, това е грозно, вредно. Нашият свещеник забранява това и аз не ви позволявам да дъвчете дъвка.

Запомни ли "правилата на лакомниците"?

- Общо взето, запомних. Значи, вредната храна е всичко сладко?

- Не е съвсем така. С мярка може всичко. Захарта е нужна на организма, но тя се съдържа достатъчно в плодовете, които трябва да ядем повечко, особено през лятото, когато са толкова много.

Също е вредно да прекаляваме със соленото и лютото. Помниш ли, на твоя имен ден бяха дошли на гости съученичките ти? Порази ме, че една от тях поиска черен пипер и поръси с него почти всяко ястие. Когато поднесох пилето, момичето поиска кетчуп и горчица. Тъй като в къщи нямаме нито едното, нито другото, тя почовърка пилето с вилица и не хапна от него - не ѝ беше вкусно без пикантна подправка.

- Това е Лена! Тя така е свикнала! Тя и в столовата в училище яде кренвиршите само с горчица.

- Честно казано, се учудвам, че в училищната столова има горчица. А за Лена ми е жал. И не само защото пикантните подправки развалят стомаха, пречат на храносмилането, но от тях кожата на лицето след време става мазна, некрасива, излизат пъпки. Жал ми е и за това, че за нея всяка храна има един и същи вкус - все едно е дали е пиле или е кюфте, или са кренвирши. Може да се каже, тя вече твърде много е развалила вкуса си. Вече няма да може да разбере колко вкусни са печените картофи или обикновеният хляб без никакви салами и подправки колко е вкусен!

- Знаеш ли, мамичко, кога за първи път разбрах, колко вкусен е обикновения хляб?

- Досещам се, - с усмивка отвърна майката.

- Когато навърших седем години и настъпи Великият пост, аз за пръв път постих с тебе и татко. Тогава още не ходех на училище. И помня, че въщи нямахме нито бонбони, нито бисквити, нито ванилови сухари. На следобедна закуска пих доматиен сок с типов хляб. И ми се стори толкова вкусен!

- Не "ми се стори", Наденце - той е наистина такъв. Просто обикновено не забелязваме вкуса му, защото го ядем като "допълнение" към другата храна... А в действителност хлябът е много полезен и хранителен. В него хората влагат много труд. През всички времена хлябът се е смятал за особена храна, почти свята. Хляб е ял Спасителят с учениците Си. По време на Литургията именно хлябът по молитвите на Църквата се пресъществува в Тяло Христово и ние (заедно с Кръвта Христова, претворена от вино) се причастяваме с него.

Мнозина вярващи смятат за голям грях да се хвърли хляб на земята или да се изхвърли старият хляб на боклука. Баща ти имаше баба - Даря Ивановна (ти никога не си я виждала, тя отдавна е умряла), дълбоко вярваща руска жена, молитвеница, постница. Тя и нашият татко като дете е водила на църква и е научила да се моли. Вярваме, че и сега се моли на Бога за всички. Та ето, тя никога не оставяше хляб, дояждаше всяка коричка. А ако, не дай Боже, плесеняса, тя внимателно отрязваше развалените части и ги ронеше на птичките. За това татко ти така се сърди, когато на масата не си изяждате хляба, оставяте парчетата.

- Мамо, а в неделното училище ни разказвах, че древните отци пустинници цял живот са яли само хляб и вода и не са боледували, и са доживявали до сто години.

- Защото хлябът и водата съдържат всичко най-необходимо за човека. Но децата все пак трябва да се хранят по-различно. Организмът им още расте и много се нуждае от белтъчини. При това не забравяй, че древните подвижници не просто така са се отказвали от храната - те са се оттегляли в пустинята и са поемали пост заради Бога и спасението на душата. Благодарта Божия ги е подкрепяла! Не мисля, че съвременният градски жител, който води обикновения начин на живот, може дълго да се храни само с хляб и вода...

- А ето, вкуса на водата не забелязвам. Тя безвкусна ли е?

- Тя има вкус, но той се усеща още по-трудно от вкуса на хляба. За това е необходимо да се откажеш макар и временно от други напитки - не само от кафе и чай, но и от сокове, от компоти...

Много, много отдавна, когато теб още те нямаше, ние с татко ти ходихме на едно аязмо - извор на светена вода - в Малинники, близо до Троице-Сергиевата лавра. Гората там се изкачва по един висок хълм и право от върха на хълма, от извора надолу се спуска водопад. Той шуми и гърми. Водата е чиста-чиста и прозрачна!

Смята се за целебна. Има особен вкус - с някаква особена свежест и сладост. След това дълго пазихме шише с тази вода и тя не се разваляше.

Въобще, най-добрата напитка е чистата вода. Когато ядем плодове, сокът им е и много приятен на вкус и много полезен за здравето. Полезно е също и киселото мляко, чаят от билки, от шипки. От тези три неща получаваме достатъчно течност и нищо друго не е нужно да пием. Черният чай и кафето могат да бъдат много вредни, особено за децата. След силен чай и кафе на човек му се струва, че нещо е ял, а в действителност тези напитки нищо хранително не дават на тялото и служат само като възбуждащи средства. Възбуждащи се наричат тези средства, които действат на организма като бич - след тях работата на организма се ускорява, а силите не се увеличават. Докато децата растат, им е особено нужна пълноценна храна, защото в тялото им не само се подменят разрушените клетчици, но се създават и нови. И ако децата поемат храна, която не носи необходимите за растежа на тялото вещества, то, разбира е, това не носи полза.

Ние правим голяма грешка, ако от млади години привикнем към вредни навици. Много по-добре е да бъдеш господар на тялото си, отколкото да се подчиняваш на неговите капризи и прищевки.

- Мамо, а с водката също ли може да се свикне и да се нуждаем от нея? Нали пияниците не могат без нея, както ние не можем без храна? Вярно ли?

- Ох, Наденце, това е мъка за много семейства, когато възрастните мъже не могат без вино или водка, или други спиртни напитки.

- Но нали и светите отци са пили вино!

- Само по себе си виното не е зло. Хората го правят зло. Ето днес и ние на масата ще имаме бутилка вино, и всички ние, възрастните, ще пием за здравето на татко. Зло е пианството, когато се злоупотребява с алкохола, т.е. когато пият повече от необходимото. Толкова много, че губят контрол над постъпките си, престават да разбират къде се намират, кой е пред тях.

- Мамичко, аз се страхувам от пияните! Когато видя на улицата пиян човек, старая се да го обиколя отдалече - нали не знаеш какво да очакваш от него!

- Именно. Пияният и сам не знае, какво да очаква от себе си. Когато е в състояние на опиянение, човекът е способен на най-ужасното престъпление, дори убийство, способен е да унищожи и чуждия, и своя живот, навеки да погуби душата си. Най-лошо от всичко е, че към алкохола бързо се пристрастяват. Веднъж-дваж, и организмът вече започва да се нуждае от вино. Човекът, висшето Божие творение, се оказва роб на бутилката, бива обхванат от страстта на винопийството и често само чудо може да го спаси.

Ако пианството е твърде голямо зло за мъжете, то още по-голямо зло е то за жените. Първо, жените значително по-бързо стават зависими от спиртните напитки и скоро вече могат да се напиват до безпаметство, и второ - по-трудно е да се излекуват от тази болест - алкохолизма. И накрая, ако жената пияница поиска да стане майка, тя не може да роди здраво дете - често такива жени раждат деца уроди, с големи глави, с празен поглед. Тези деца не могат да се научат да говорят, твърде малко разбират...

Има още един вреден навик, вреден и за телесното, и за душевното здраве. Това е пушенето. За съжаление има много, много хора, които пушат.

- А вярно ли е, че татко по-рано е пушил?

- Вярно е. Той е придобил този вреден навик в горните класове на училището. А когато се учил в института, по време на изпитите, учейки усилено, той пушел по цяла кутия на ден! Това е твърде много.

- Но сега вече не пуши!

- Слава Богу, той отдавна ги е отказал, когато още теб те нямаше на света. В това има и моя заслуга. Когато се запознах с татко, не ми харесваше в него само едно - пушенето. Той миришеше на цигари и аз не скривах, че тази миризма ми е неприятна. Скоро забелязах, че той не само съвсем не пуши на нашите срещи, но и

се старее да премахне тютюневата миризма - смуче ментови бонбони... Но окончателно отказа цигарите, когато се оженихме и когато за пръв път му казах, че чакам дете. Аз му обясних, че бъдещата майка не само не бива да пуши, но и да вдишва цигарен дим, даже и ако мирише от устата на друг човек. Баща ти тогава пред мен изхвърли в кофата за боклук последната кутия цигари и обеща заради нас с тебе, Наденце, никога повече да не държи вкъщи цигари, никога да не пуши. И удържа на думата си. А аз се възхищавах на неговата твърдост, сила на волята.

Виждаш ли, колко много зависи от жената! Защо много момчета започват да пушат? Защото искат да изглеждат по-възрастни в очите на момичетата, искат да изглеждат зрели мъже. А момичетата не само, че не ги спират, но и одобряват тяхното пушене, виждайки в това някаква смелост, геройство. Някои момичета и сами започват да им подражават и също пропушват. Колко ужасно е това, Наденце! Лош дъх от устата, жълти зъби, сива, пепелява кожа на лицето, преждевременна старост, страшни болести на белия дроб - ето какво очаква такива момичета. Не мисля, че такива пушачки ще могат да родят някога здрави, силни деца. А и момчетата, впрочем, тайно презират пушещите момичета. Те могат да се посмеят заедно с тях, да се поразвлекат, но когато си избират жена, спътница за цял живот, обезателно ще предпочетат момиче без вредни навици.

- Значи пушенето също става навик, както и пианството?

- Към цигарите се привиква много бързо, особено в детството и юношеската възраст, а се отвиква с огромни усилия. Знаеш ли, колко години татко ти, когато беше нервен, уморен от работа, по навик посягаше към джоба, за да извади цигара! Колко години по време на сериозен разговор с колегите, когато всички запалваха цигара, започваше да върти в ръце химикалката си или очилата, някак да се отвлече от желанието да вземе цигара и да я сложи в устата. Той даже от мен криеше, колко трудно му е било.

Тютюнът е много вреден за нервната система. Той парализира нервите, т.е. отнема им силата. Човекът, свикнал да пуши, под влияние на цигарите престава ясно да чувства умората или болестта, защото нервите, които трябва да му дадат сигнал за това, се притъпяват и работят лошо. Тютюнът действа на сърцето, карайки го да бие прекалено бързо; от това то отслабва и животът на човек се скъсява.

Стотици, хиляди деца умират от детски паралич, защото техните бащи много са пушили. Жените често губят здравето си поради това, че техните мъже много пушат и въздухът вкъщи постоянно е напоен с цигарена отрова.

Неведнъж са правени изследвания в училищата, които показват, че момчетата пушачи се учат по-трудно от непушещите, защото паметта им се притъпява и отслабва съобразителността.

- Но на света има много добри хора, които пушат...

- Тъкмо там е и лошото. Със своето поведение като известни и уважавани хора те съблазняват другите, дават им лош пример. Вероятно тези хора са започнали да пушат в своите млади години, преди да узнаят колко е вреден тютюнът. А сега вече им е станало навик, от който е почти невъзможно да се избавят. Струва ми се, тук се заключава още едно доказателство, че не бива да се приучаваме към неща, които ни правят свои роби.

Аз искам и ти да израснеш напълно свободен човек, свободен от всички порочни навици, от всичко, което ни оплита и скована. Искам свободно да мислиш, свободно да действаш, свободно да се разпореждаш с всичките сили и способности на твоето тяло и твоя дух, както ни е и заповядал Господ.

Така, Надя. Всичко е готово. До идването на гостите остава около един час. Ще ида да събудя децата - нещо много дълго спят. Започвай да подреждаш масата.

ВТОРИ РАЗГОВОР

Какво представлява човешкото тяло. Душата и тялото. "Дом на душата". Колко премъдро е устроено нашето тяло. Защо старците имат толкова различни лица. Храм на Светия Дух. Плътските грехове

(чревоугодие и блуд) оскверняват тялото. То се осквернява също и от превземките и пренебрегването на чистотата. За да не те мислят за немарливка... Колко пъти мием ръцете си. Как да се грижим за краката. Личната хигиена не трябва да бъде предмет за обсъждане. За някои функции на тялото може да се говори само с мама.

Една вечер майката надникна в стаята на момичетата. Аљонка вече спеше дълбоко, а Надя седеше на леглото си и на светлината на нощната лампа сплиташе косата си за през нощта.

- Наденце, помоли ли се вече?

- Да, мамичко.

- Нещо не обърнах внимание, краката изми ли си?

- Измих ги на Аљонка.

- А твоите?

- Мамо, не успях. Спи ми се, молих се дълго, цялото вечерно правило прочетох!

- Но за да си измиеш краката са нужни не повече от десет минути. Не те ли домързява, случайно?

- Не знам. Струва ми се, по-добре е през това време да свърша нещо душеполезно: да почета от Евангелието, някоя друга духовна книга. Това за душата е по-нужно. А ти все за тялото, та за тялото!...

- Това още не съм го чувала, Надежда. Откъде такова презрение към тялото? Струва ми се, че не си права. Лягай си, щом си се помолила, а аз мъничко ще поседя при тебе. Да поговорим, искаш ли? Само тихичко...

Надя с удоволствие се пхна под чистия чаршаф. А майката започна с въпроса:

- Какво представлява според теб човешкото тяло?

Надя, прилежната ученичка на неделното училище, не трябваше дълго да мисли:

- Човекът се състои от душа и тяло, като че от две части. Тялото виждат всички. То расте, яде, пие, боледува. А душата никой не вижда: тя е невидима като ангелите. Тя стои по-високо от тялото, по-главна е от тялото. Тя ни отличава от животните и приближава до Бога. Тя е безсмъртна, вечна, прекрасна! А тялото е временно, то боледува, старее, разрушава се и умира. Тогава душата излиза от тялото и до Страшния съд е разлъчена от него. А тялото лежи в гроба, ядат го червеи...

- Мрачна картина. Е, а после?

- Кога?

- Ти каза: "До Страшния съд". А после?

- После душата отново се съединява с тялото и човекът ще възкръсне.

- С какво тяло тя ще се съедини?

- С нейното, със същото.

- Така-така, това е много важно: със същото, своето тяло. Най-главното ти знаеш добре и на мен ми остава само да допълня.

Човешкото тяло е дом на душата. Само с помощта на душата тялото може да съществува в този, материалния свят, и да общува с другите души. Нали не виждаме душите на другите хора. Ти правилно каза, че душата е невидима. А душата е главното в човека. Тук ти също си права. Така че ние не виждаме душите

на другите. Виждаме само “къщичките”, в които живеем, защото нашите тела, както вече ти казах, са само нашите удивителни къщи с прозорци, врати, различни стаи. Но докато живеем на света, тези къщи за нас са много ценни: не можем нито да ги дадем, нито да ги продадем, нито разменим или да се преселим от една къща в друга. И колкото и да се повреди нашата къща, докато съществуваме, сме длъжни да живеем в нея. Затова трябва грижливо да се отнасяме със своето тяло, да следим всички негови органи да бъдат в ред и никога да не позволяваме който и да било друг човек да му причинява вреда.

Ти имаш само един чифт очи и, разбира се, трябва да ги пазиш. Има много хора, които, четейки на тъмно или при слаба светлина на лампата, напрегат и развалят очите си, сякаш това не са техните очи, а обикновени очила: като се повредят едните, ще идем да си купим други!

Несъмнено, нашето тяло заслужава по-голямо уважение. То ни е дадено от Бога, то е разумно и даже премъдро устроено. Никаква машина не може да се сравни с него по съвършенство.

Когато се разболее един орган, друг веднага започва усилено да работи. Здравите клетки сами се борят с болните. Сърцето непрекъснато се свива и разпуска, изтласквайки кръвта по цялото тяло. А как е устроено човешкото око! А ухото! Или носът... Изглежда, като че няма нищо интересно: стърчи нещо на лицето, две дупчици. А бих могла да ти разкажа, как е устроена неговата защитна система срещу микробите и праха, как той предпазва от опасности, ако въздухът е замърсен... Затова и носа трябва много да пазим и в никакъв случай да не бъркаме с пръст в него, а да използваме носна кърпичка, на което всички ви приучавам.

Трябва да ценим нашето тяло, да пазим здравето му цяло и непокътнато като скъпоценен дар Божий! Нашето телесно здраве трябва да предадем на нашите деца: аз - на вас четиримата, а вие - на своите бъдещи синове и дъщери.

Честно казано, ме огорчи твоето пренебрежително отношение към тялото като към стара дреха, която сме поносили, развалили и изхвърлили. Ти сама знаеш, че в същото тяло ние ще възкръснем, ще застанем пред Съда Божий и ще отидем или в Царството Небесно, или в ада за нашите грехове. И нека то дълго лежи в земята и самото да стане на земя, но в деня на Съда всички тела ще се възобновят.

- Мамо, а тези хора, които са били разкъсани от диви зверове?

- Всички части на тялото им ще се съединят и няма да се объркат с чужди.

- А които са се удавили? Или са изгорели в пожар? Или са се взривили?

- Църквата ни учи, че телата на всички хора ще се съединят с техните души, където и в каквото и състояние да се намират. А как именно ще стане това - защо да гадаем!

Още искам да ти кажа, че душата и тялото са много тясно свързани. Много по-тясно, отколкото сме свързани ние с дрехите или с нашите истински къщи и апартаменти. Забелязала ли си, че лицата на старите хора са много различни?

- Разбира се. Едните имат добри лица, като че с тиха усмивка, с любов. А други имат навъсени вежди, устата изкривена - зли лица, неприятни.

- А знаеш ли, защо е така? Защото с времето на лицето се отпечатват страстите: ако не се бориш с тях, те стават явни за всички. Лицето на такъв човек като че ли предупреждава околните: “Внимание: гняв, раздразнителност”. Или: “скъперничество”. Или: “гордост”... Тук вече никакво притворство не може да помогне, абсолютно всички виждат твоите основни грехове.

Надя се замисли. Тя явно не искаше да има лице, изкривено от страст. А майката продължаваше:

- Ето, бори се с греховете, ако искаш в старостта да имаш хубаво, светло лице... Четох някъде при светите отци, че и след възкресението всяко тяло със своя вид ще свидетелства за греховете, извършени от човека приживе. Едните тела ще бъдат светли, красиви - тези хора ще отидат в рая. Другите - тъмни, страшни...

И още нещо. Ти като православна християнка знаеш, че тялото не е просто жилище на душата ни. То се нарича храм на Светия Дух, защото нашата душа със своята добра, висша, духовна част се съединява с Бога. Когато се причастяваме, ние приемаме в себе си Самия Христос, под вид на хляб и вино. При това се освещават и нашата душа, и нашето тяло. А да оскверниш храма на Светия Дух е огромен грях. Кажи ми, с какво човек го осквернява?

- С какво? С греховете.

- Да, на първо място с плътски грехове: чревоугодие, блуд. Тези страсти оскверняват тялото и даже външно го обезобразяват.

- Мамо, а какво е това "блуд"?

- Това е такъв грях, когато човекът встъпва в брачни отношения не със своя съпруг, мъж или жена, а с разни странични хора. Когато встъпва в такива отношения без благословението на Църквата, без венчание. Накрая, когато тези брачни отношения стават не в семейството, не за да се родят деца, а просто така, по греховната похот на лекомислените хора. Грехът на блуда е страшен, смъртен грях. В Писанието ясно е казано, че блудниците няма да влязат в Царството Небесно, т.е. чака ги адът, ако, разбира се, не се покаят и не се поправят.

Греховете на чревоугодие и блуда не само погубват душата, но действат пагубно и на здравето. Чревоугодниците често страдат от заболявания на стомаха и червата, нарушена обмяна на веществата. Блудниците често заболяват от неизлечими болести, при които на живо загива тялото им, разваля се кръвта, разрушава се носът...

Е, да не говорим повече за такива страшни неща. Както вече ти казах, тялото се осквернява и с простото превземане. Едно момиче от твоя клас има навик да дърпа края на очите си надолу и в същото време, като бръкне с палците в устата, да я разтяга на различни страни. Всичко това само за да се посмеят приятелките. С тези дяволии тя си разваля лицето и става все по-безобразна.

Тялото се осквернява и от пренебрежение към чистотата. Да, да, обикновената чистота на тялото, за която ти се изказа с такова презрение.

Вече ти говорих, че много ненужни, вредни вещества организмът ни излъчва през кожата, която има пори - мънички-мънички отворчета. За да бъде човекът напълно здрав, тези отворчета не бива да се замърсяват. Ако ненужните вещества, излизачи чрез порите, останат върху кожата и не се отмият навреме с вода, те ще запушат порите и човек ще се почувства нездрав. За това е нужно тялото да бъде винаги чисто. Трябва да се мием колкото може по-често, за да не се замърсяват порите и за да не причиняваме неприятности на околните.

- На околните?

- Да, на хората, които живеят близо до нас. Потта, която излиза през порите, има неприятна миризма, особено на някои места на нашето тяло. Например между пръстите на краката и на ходилата. Ако човек не е свикнал да си мие краката, околните веднага забелязват това, макар че възпитаните хора никога няма да го покажат. От човек, който винаги излъчва тежката и неприятна миризма на пот, околните стоят по-далечко. А да се избавиш от неприятната миризма може да помогне само чистотата.

Момичето, ако не иска да минава за немарливка, е необходимо старателно да се грижи за чистотата на тялото си. Да чисти зъбите сутрин и вечер, всеки ден да си мие ушите и врата, а не просто как да е да изплакне лицето... А още - ръцете и краката. Дай си ръчичката! Така... Ноктите са изрязани, няма мръсотия под тях, дланта е мека... И не е чудно: нали ръцете си мием със сапун по-често от всичко. Хайде да си припомним, колко пъти на ден си миеш ръцете?

- Сутрин, когато ставам. Вечер преди лягане. Когато се връщам вкъщи от училище или от разходка. Преди ядене. Преди готвене. След готвене. След миене на съдовете. И всеки път след ходене до тоалетната. Още при специални случаи, когато ръцете се изцапат с нещо.

- Виждаш ли колко пъти се събраха. Много се радвам, че свикнахте често да си миете ръцете - това предпазва от много заразни болести. Само никога не забравяй да миеш не само пръстите и дланите, но и китките - ето тук. И още - изтривай винаги ръцете до сухо.

За ноктите също трябва да се грижим. Ти само ги изрязваш с нокторезачка или малки ножички, но това не е достатъчно: виждаш, че не се получава много равно. При това, острите ъгълчета остават. Трябва всеки път, когато изрязваш ноктите на ръцете или на краката, да използваш пиличка: с нея внимателно да заглаждаш крайчетата.

Ти, за щастие, нямаш вредния навик да си гризеш ноктите. Такива "гризачи" имат грозни нокти, пръстите са такива, че не ти се поглежда. От този навик е трудно да се отучиш. Някои майки намазват края на пръстите на децата си с нещо горчиво - това обикновено помага.

Ако с ръцете на момичетата често всичко е наред, то за краката те се грижат по-малко. Краката обезателно трябва да се мият всеки ден. Това не само е хигиенично, но и много полезно за здравето, тъй като миенето на краката с хладка вода е чудесна закалителна процедура. А ако си решила да изрежеш ноктите на краката - това, както знаеш, трябва да се прави не по-рядко от два пъти на месец - добре е да ги измиеш предварително с гореща вода, в която можеш да добавиш и малко сода за пиене. Ти вече сама трябва да правиш всичко това.

Освен това, трябва да се грижиш и за петите. След летните дни, когато си ходила боса или със сандали, кожата на петите и ходилата затвърдява, става груба, корава. За да стане пак мека, трябва да отстраним задебелените частици. Знаеш ли, как се прави? Взимаш пемзата и след миене търкаш петата или ходилото. Точно така винаги съм ти търкала петите. Но ти трябва и сама да не забравяш това.

Още искам да ти кажа, Наденце, че твоята лична хигиена: грижата за краката, миенето, търкането с пемза и другите хигиенически процедури, не бива не само да ги излагаш на показ пред другите хора, но и да ги обсъждаш със странични хора, дори и с твоите приятелки. Това е само твоя работа и никого не бива да посвещава в подробностите на това, как се грижиш за тялото си.

- Нима това е грях?

- Не е грях. Нужно е да се грижиш. Естествено е. Но е неприлично това да се обсъжда с другите. Обикновено пред хората се показваме измити, облечени и сресани. Но всички тези работи извършваме в своята стая или в банята. Така е не защото да се миеш или решиш е лошо, а защото да се занимаваш с тоалета си пред външни хора би било невежливо.

Никой не слага кофите за боклук в гостната стая, обаче на всички е ясно, че да се събира и изхвърля боклука от къщи всеки ден е по-необходимо отколкото, да речем, да свириш на пиано, защото от чистотата и спретнатостта зависи здравето на цялото семейство. Гостите си не приемаме в същата баня, където перем мръсното бельо, обаче всички знаят, че бельото трябва да се пере. И макар това занятие да не е съвсем приятно, никой не би казал, че е лошо. Точно така и някои органи на тялото ни имат задължения, които възпитаните и вежливи хора извършват само насаме.

Когато сядаме на масата, за да обядваме заедно, знаем, че храната служи да поддържа тялото. След като храната влезе в устата, тя минава в стомаха, преработва се там, по-нататък отива в червата и се всмуква от тях. След това преминава в кръвта и се разнася по всички най-мънички жилки, всмуква се в тъканите на тялото, преработва се в тях и става самото тяло. Но не всичко изядено от нас минава по този път.

Част от храната остава във вид на отпадъци и трябва те да бъдат отстранени от тялото, точно както в кухнята остават обелки от картофи, огризки от ябълки, черупки от яйца и други подобни остатъци, които трябва да се изхвърлят, за да бъде чисто. Необходимо е и нашето тяло навреме да се очисти от всички отпадъци. Ако те се задържат по-дълго, отколкото трябва, това е много вредно и се отразява на здравето.

Ние пием мляко, вода, сокове. Течностите, минавайки през различните органи на тялото, ги промиват и после се извеждат от организма. Много е важно за здравето ненужната мръсна вода да не остава в тялото по-дълго

от нужното. И ако момичето не иска да се покаже невъзпитано, то трябва да прави всичко това насаме, а не в компания с приятелките.

Скромното и уважаващо себе си момиче, още повече момичето християнка, не би позволило на никого да говори за някои функции или части на тялото си така, че да ѝ бъде неудобно да слуша. Ако някоя от приятелките ѝ се опита да ѝ разкаже нещо грубо, неприлично и момичето почувства, че не би искало да предаде този разговор на майка си, то най-добре е да спре приятелката си, като ѝ каже: “Аз не искам ти да ми говориш за тези неща. Ще попитам майка си и тя всичко ще ми обясни.”

Не се учудвай, Наденце, че ти говоря за това, което ти отдавна знаеш и правиш. Това, че един път преди лягане не си си измила краката и си пропуснала другите хигиенични процедури, разбира се, не е трагедия. Днес ти наистина си уморена. Но искам, това изключение да си остане изключение, а не да стане правило, разбираш ли? Защото лошите навици се придобиват много лесно, а добрите навици се изграждат трудно. Един-два пъти не си се измила преди лягане, и вече не ти се иска, мързи те...

А сега спи. И помни: чистотата на тялото е нашето най-добро украшение. Господ да те пази.

И майката прекръсти Надя.

ТРЕТИ РАЗГОВОР

“Седни исправено!” Ползата от спортните занимания. Вредата от професионалния спорт. Как Надината майка се отучила да се прегърбва. Как стойката влияе върху здравето. Положението на тялото е свързано с душевното състояние. Какво значи “винаги да ходим пред Бога”. Когато между тялото и душата има съгласие. Как те спорят помежду си. В какво е ползата от християнския пост.

- Надя, седни, моля те, исправено - се чу маминият глас.

Момичето, седящо на бюрото, машинално се изправи. Майката подреждаше чаршафите и детското бельо в гардероба. След малко тя погледна дъщеря си: тя отново седеше прегърбена. Лявата ѝ ръка, подпряна в лакътя на масата, подпираше слабоволно отпуснатата ѝ глава.

- На-дя... - каза отново майката.

- Какво, мамо?..

- Откъсни се за минутка. С какво се занимаваш?

- Водя дневник. Записвам какво беше вчера.

- Това е добре. Но ти твърде си се увлякла и седиш прегърбено. Внимавай за себе си, моля те. Когато свършиш записките, ела при мен: нужен ми е съвет.

“Съвет?”.. Това заинтригува Надя. След пет минути тя беше в кухнята, където майка ѝ приготвяше вечерята.

- Една наша позната от енорията - започна майката, - леля Марина... Познаваш ли я?

- Разбира се.

- Тя записва своя Ванечка на спортна секция по плуване, там имат група за предучилищна възраст. Тя предлага да запиша там и Серьожа.

- И какво?

- Ние с баща ти още не сме решили. От една страна, това, разбира се, е хубаво. Ще се научи да плува, ще боледува по-малко, ще развива гръдния кош. От друга страна, тренировките са три пъти седмично. Кой ще го води на басейна?

- Ти искаш той да стане спортист, шампион?

- В никакъв случай. Когато някой се занимава със спорт професионално, спортът "изяжда" целия живот на човека, не остават нито време нито сили за други сериозни занимания. Освен това спортът развива дух на съревнование, а значи, превъзходство над другите, т.е. гордост. Всеки истински спортист се стреми да постави рекорд, т.е. да постигне в своята дисциплина нещо повече от другите: най-високо да скочи, най-бързо да бяга или да плува. Спортистът във всичко си налага ограничения - и в храната, и в отдиha, и в семейните радости, но в името на какво? Не заради Бога като християнските подвижници, а заради същия този рекорд. Струва ми се, това е не само безсмислено, но и вредно за душата ограничение.

Не, ние с баща ти не искаме нашият син да стане шампион. Искаме той да израсне здрав и силен човек. Виждаш ли, колко е бледен, често настива. Това е, защото живее в центъра на града, малко се движи. Разбира се, аз се старая да ви организирам подвижни игри, по-често да се разхождаме, но това, явно, не е достатъчно.

Детският организъм изисква движение, особено организъмът на момчето. Плуването, струва ми се, е тъкмо това, което е нужно. При това помага да се изработи правилна, изправена стойка. Че иначе нашият Серьожа ще почне да се прегърбва като тебе...

На Надя ѝ беше неприятно, че майка ѝ я даде за лош пример. Тя незабелязано се изправи.

- В детството аз също се изгърбвах - сякаш без да забележи, продължаваше майка ѝ. - Но аз имах много строга баба. За да ме отучи от навика да се прегърбвам, тя започна без предупреждение да ме пляска по гърба. Знаеш ли, не е много приятно: седиш и четеш интересна книга или си учиш уроците и не забелязваш как баба ти се е приближила. Тупва те с длан по гърба! Не боли, но е досадно. За да избягна това, започнах да внимавам за себе си. Дълго привиквах към правилната стойка, а когато привикнах, не можех вече другояче: и в училище, и вкъщи, и пред хората, и насаме винаги се държах изправено, стегнато. Даже питаха родителите ми: "Дъщеря ви балерина ли е? Или гимнастичка? Всички момичета се изгърбват, а тя е права, като струна..." Виждаш ли как се получи: тогава аз се сърдех на баба си, обиждах се, даже плачех, а сега съм и много благодарна. Разбира се, не е там работата, че да се прегърбваш е грозно, макар, съгласи се с мен, че това също е важно. Главното е, че неправилната стойка влияе лошо на здравето.

Учените и лекарите отдавна са забелязали, че всяко неправилно положение на тялото има лоши последици. Например те открили, че при малките деца плоският, вдлъбнатият гръден кош е много рядко явление. Той става такъв по-късно, в училищната възраст, когато децата цели часове стоят наведени над книгите. Докторите също забелязали, че навикът да се подпираш на един крак развива тялото неравномерно - човекът става малко изкривен. И не само тялото, но и лицето става неправилно: едната му страна е по-кръгла, а другата - по-плоска; едната страна на устата се отпуска, носът се изкривява настрани и едното око е по-отворено от другото. Та ето, ако искаш лицето ти да е симетрично, съветвам те без отлагане да се научиш правилно да седиш и стоиш. Но изкривените черти на лицето не са най-голямото нещастие. От навика да стоиш на един крак или да седиш накриво, опирайки се на едната ръка, вътрешните органи се изместват от мястото си и това довежда много беди, когато момичето порасне и стане жена и майка.

Ти знаеш, че детето трябва три четвърти от годината да преживее в тялото на своята майка и му е нужно място, където да расте. Ако майката, още като момиче, се е формирала неправилно и е станала изкривена или прегърбена, "стаичката", където детето трябва да расте, вероятно няма да се развие нормално, ще бъде свита или изместена от мястото си. На бебето ще му бъде тясно, то ще се роди преждевременно и ще бъде некрасиво, болно, слабо.

Но има и още една причина, поради която не бива да бъдем прегърбени, разслабени, изкривили цялото тяло... Знаеш ли каква?

- Сигурно, неуважение към околните? Некрасиво е пред другите да седиш разслабено...

- А пред своите, близките? Пред татко и мама, братята и сестрите?

- Също не е много красиво.

- А насаме, когато никой не те вижда?

- Не знам...

- Хайде тогава да направим един малък опит. Застани изправена пред мен. Сега леко подгъни коленете, премести раменете напред, ръцете нека висят свободно, наведи главата настрани, отпусни брадичката и леко отвори уста. Как се чувстваш сега?

Надя побърза да смени уродливата поза, а майката продължаваше:

- Сега си представи нещо такова, за което е нужна активност, сила, смелост - например, че бягаш и се надпреварваш с някого или се изкачваш на върха на някое възвишение. Погледни, как веднага коленете ти се стегнаха, гърбът се изправи, главата се вдигна, устата се затвори и очите заблестяха. Ти се чувстваш силна, бодра, смела...

Погледни как ходят хората: един лениво влачи крака по земята, подгъва колене; цялото му тяло е разхлабено, безсилно; ръцете висят и се клатят. От такъв човек трудно можеш да очакваш решителни и смели постъпки. Другият върви бързо, стъпва твърдо, държи се изправено и бодро. Дори само по вида му можеш да предположиш, че такъв човек е склонен да действа решително и енергично.

Всичко това ти говоря, за да разбереш: положението на нашето тяло е изключително тясно свързано с нашето вътрешно, душевно състояние. Ние с теб вече беседвахме за това. Аз ти обяснявах, че душевното състояние се отразява на здравето и външността. А може би и обратно...

Надя, знаеш ли, какво значи "винаги да ходиш пред Бога"?

- Разбира се, ти ми обясни. Това значи човек така да живее, че всяка минута да помни, че Бог го вижда.

- Той и сега ни вижда нас с тебе, нали? Помниш ли това? Тогава се опитай да седнеш свободно, отпусни врата, отвори леко устата, опри се на лакът, можеш да праметнеш крак върху крак...

Надя се раздвижи и се усмихна смутено. Не ѝ се искаше да прави това, макар че преди тя с желание изпълняваше мамините задачи. Не с ума, а с някакво тайнствено вътрешно чувство тя разбираше, че пред Бога трябва да се седи по друг начин.

Майката също се усмихна:

- Тогава седни така, както според теб седи човек, който твърдо вярва, че Бог сега го вижда, вижда не само поведението му, но и мислите, чувствата.

Надя се изправи, отпусна рамене, сложи ръце на прибраните колене, погледна иконата и с вяра произнесе за себе си: "Господи, помилуй!" Приятно беше да я погледне човек: пред майка ѝ седеше умно, прибрано момиче със светло, осветено от чиста мисъл лице.

- Ех, ако винаги бяхме такива! - възкликна майката. - Сега видях в теб пълна хармония между душата и тялото. Твоето тяло се подчиняваше на душата. Душата си спомни за Бога, обърна се към Него и тялото беше длъжно да се подчини.

А има и други, ненормални отношения между човешката душа и тялото: тялото излиза от подчинение и прави каквото поиска...

- Как така?

- Желанието да се отпуснеш, разслабиш, е желание на тялото, т.е. на плътта. Лошо е, когато душата не възразява на това желание, а обратно, казва: "Е, добре! Аз също ще се отпусна, ще забравя Бога, ще помечтая..."

В такова състояние нито ще се помолиш, нито ще помислиш за нещо висше, духовно. Ще мислиш само какво да похапнеш, как да поспиш и да се поразвлечеш...

Някои грехове произлизат от това, че тялото не иска да се подчини на душата. Например чревоугодие. Тялото изисква: "Искам нещо вкусничко!" Душата се опитва да възрази: "Още не е дошло времето, почакай, скоро е обед..." А после отстъпва. Душата, бедната, става не господарка, а робиня на тялото. Вече и на самата нея и се струва, че трябва още и още да похапне, и то повечко, и по-вкусничко - тогава, значи, и ще бъде добре.

Когато постим обаче, всичко си идва на мястото. Тялото например заявява: "Искам мляко! Или яйчице." А душата твърдо му отговаря: "Нищо блажно няма да ти дам. Днес е петък, всички християни постят и аз също съм християнка."

В това е голямата полза от поста: той ни учи да подчиняваме телесните потребности на душевните нужди.

Надя се замисли. Ето, оказва се, какви сложни отношения съществуват между душата и тялото. Така спорят те цял живот, недоволни един от друг, а след това се разделят, когато човекът умира... Тя въздъхна. Майката разбра нейната мисъл.

- Не се огорчавай. Когато след възкресението човешкото тяло отново се съедини с душата, между тях ще има пълно съгласие. Праведниците ще имат светли, прекрасни тела, а грешниците - тъмни. Ние с теб вече говорихме за това...

Разбра ли, Наденце, защо така често ти напомням да стоиш изправена? Страхувам се още за твоето зрение: когато се навеждаш ниско над бюрото, се развалят очите. Та как все пак да постъпим със Серьожа?

- Мамичко, а не може ли да го водим на басейна не три, а два пъти седмично? Един път може да го води баба, а другия път - ти. А аз този ден ще остана с момичетата...

- Трябва да питаме - въздъхна майката. - И още трябва да се посъветвам с нашия свещеник. Е, върви си почивай.

Надя се върна в стаята си и отвори дневника. Тя записа следното: "Пак говорихме с мама за душата и тялото."

ЧЕТВЪРТИ РАЗГОВОР

Надя не отиде на училище. За какво се безпокоеше мама. Началото на половото съзряване на организма на момичето. "Боли ли?" Как се държи момичето в такива дни. Необходимо е често да се мием! Защо християните наричат това "нечистота". Поведението в църквата. Защо момичетата правят бележки в календара.

- Мамо, може ли днес да не ходя на училище?

- Какво има?

- Коремът ме боли...

Друга майка може би се усъмнила в искреността на дъщеря си: не е тайна, че някои деца се измъкват от училище под предлог, че са болни. Ту главата ги боли, ту коремът, ту още нещо - особено в онези дни, когато не са си научили урока или се страхуват от трудно контролно. Но Надя беше честно и послушно момиче, а главното, тя обичаше да учи.

Затова майката се разтревожи не на шега: каква е тази болка в корема? Момичето скоро ще стане на единадесет години; това вече може да бъде болка от физиологичен характер, а тя не е предупредила дъщеря си, нищо не ѝ е разказала... Впрочем, единадесет години... Сякаш още е рано?...

Надината майка помнеше как това се случи с нея за пръв път на дванадесетгодишна възраст. Беше в пълно неведение за тази особеност на женския организъм и една сутрин изпадна в ужас, не разбирайки какво ѝ е и смаяно питайки баба си: "Умирам ли?"

И макар скоро да се изясни, че Надя няма тая болка, че има слабо натравяне, майката реши да не отлага разговора. "По-добре да узнае по-рано" - реши тя.

Вечерта преди лягане, като сложи Альонка и Даша да спят в спалнята, тя приседна на Надиното легло.

- Е, как си. Не те ли боли коремчето?

- Не, и вече не ми се повдига. Само някаква слабост...

- Слабостта - може би е от това, че не си яла цял ден. Хайде още един ден да поседиш вкъщи, а? Или да видим, как ще се чувстваш утре сутринта?

- Да, хайде да почакаме до сутринта.

- Наденка, когато ти днес се оплака, че те боли корема, аз си помислих: дали не започва при тебе едно особено състояние, което никога не се случва при момчетата, а бива само при момичетата, девойките и жените.

- Някаква болест ли?

- Не, не, това не е болест. Напротив, ако момичето дълго време няма това състояние, тогава може да се смята за болест. При нормалните, здрави момичета то започва обикновено на дванадесет-тринадесет години или малко по-рано. Ти рано си проходила, рано си проговорила, въобще се развиваш бързо - при тебе може да бъде и на единадесет години.

- Та какво е това? - недоумяваше Наденка.

- Сега всичко ще ти обясня. Както растението не може веднага да произведе семе за бъдещото растение, а първо трябва да порасне, укрепне, разцъфти, така и всички други живи организми дълго узряват, преди да станат способни да родят поколение. Особено дълго време е нужно за половото съзряване на човека, висшето Божие творение. Неговият организъм е по-сложен и по-съвършен, но, главното е, че човек има душа, а душата също узрява, расте духовно - така, че човек не само да може да роди, но и да възпита детето, да му предаде правилно разбиране за Бога и света. По този начин трябва да съзреят и душата, и тялото.

Явлението, за което ти говорех (майката накратко го описа), тъкмо показва, че започва телесната подготовка на момичето за брак и майчинство. Струва ми се, няма смисъл да навлизаме сега във физиологични и медицински обяснения, по-важно е да ти обясня, как да се държиш.

- Боли ли?

- Зависи от общото здравословно състояние на момичето и от спазване на правилата на личната хигиена. Има слаба болка като тежест в долната част на корема, ето защо днес сутринта се обезпокоих. Има също неразположение, също слабо. Като правило здравите, закалени момичета, които нормално се хранят, спят, разхождат се на чист въздух, понесат добре това състояние. Така че и ти няма от какво да се страхуваш.

То продължава от три до шест дни на месец и в тези дни е особено нужно да се спазва хигиена: често да се миеш, често да сменяш бельото. Ти, слава Богу, си свикнала с всичко това.

- През тези дни момичетата на легло ли лежат?

- Ама не, какво говориш! Те продължават да водят нормалния си начин на живот, ходят на училище, домакинстват. Даже може да спортуват. Само трябва да избягват упражненията, изискващи голямо натоварване: яздене на кон, каране на велосипед, скачане, вдигане на тежести.

- А може ли да се къпя?

- Да се къпеш в реката не бива, а да взимаш душ - и може, и трябва. Няма никаква вреда, а ползата е огромна! Колкото по-често се къпеш през тези дни, толкова по-добре. Въобще, трябва да се държиш така, че околните да не виждат и да не се досещат, че при теб има нещо особено.

- Това неприлично ли е?

- Как да ти кажа? Всички знаят, че това го има, но да се говори за това не е прието, още повече при християните.

- Но нали ние с теб говорим...

- Ние с теб сме най-близките хора, майка и дъщеря. И пак аз се старая да говоря внимателно, съдържано. На нищо не прилича, обаче, когато някои момичета, забравили срама, не само не се стараят да скрият, но обратно, подчертават своето неразположение. Те си мислят, че стават зрели девойки и без свян, дори пред момчетата, намекуват една на друга за своето състояние. Само момичето християнка без нужда няма да говори с никой за своята телесна нечистота.

- "Нечистота" ли?

- Да. Това е църковното име на това месечно състояние, за което говорим. Съветвам и ти занаяд да употребяваш тази дума, ако се наложи да говориш с църковни хора.

- Ето какво било "нечистота"! Аз толкова пъти съм чувала... Когато свещеникът на общата изповед изброява греховете, той казва: "В нечистота е идвала в храма, целувала е иконите..." Ето какво било!

- Защо не си ме попитала?

- Ами, аз мислех, че той просто говори за немарливите: който сутринта не се е измил, или не си мие ръцете...

- В Стария Завет пише за това. В древността по закона на Моисей жените в това състояние се считали за нечисти. Те трябвало да седят въщи седем дни. Никой не бивало да се допира до тях. Чакай, ще ти прочета...

Майката стана, взе от рафта Библията, разлисти я и прочете на Надя откъс от 15 глава на книгата Левит:

- "И всеки, който се допре до нея, да бъде нечист до вечерта. И всичко, на което тя легне, докато трае очистиането ѝ, да е нечисто; и всичко, на което седне, да е нечисто..." и т.н.

И в нашата Православна Църква за момчетата и жените в това състояние се налагат някои ограничения, макар и не такива строги. В продължение на седем дни жената не бива да пристъпва към никое Тайнство: нито да се кръсти, нито да се венчае, нито да ѝ се прави маслосвет, нито да се причастява.

Помниш ли, ти веднъж попита Маша, дали ще се причастява на Коледа? Маша отговори, че не, не може. И ти започна да разпитваш - за какво и защо. На Маша ѝ беше неудобно и се наложи да се намесе и да отклони разговора на друга тема. Сега разбра ли, защо не може?

Никога не проявявай излишно любопитство, на човека може би това му е неприятно, може да го поставиш в неудобно положение. Въобще, това "не може" по-големите момичета и жените разбират без излишни думи. Още може да се каже: "Неразположена съм". Някои ще разберат всичко, а другите няма да се смутят от такъв отговор.

През тези дни не бива да се докосваме до светините: мощи и икони. На църква на богослужение може да се ходи, но не през първите два дни и не е прието да се стои близо до олтара. Не може да се палят свещи, да се взема просфора, да се пие светена вода. Когато минат седемте дни, християнките правят всичко както обикновено.

- А благословение от свещеника може ли да се взема?

- Може.

- А това състояние на едни и същи дати ли бива?

- Не, датите се променят, защото периодът между всеки два цикъла на нечистота е не точно месец, а 21-27 дни. За християнките това не е много удобно: времето, когато не бива да се причастяваш може да се падне на голям празник.

- Сигурно е много обидно, когато не може да се причастиш на Великден!

- Много. Но, какво да се прави, трябва да се смиряваме. Затова пък ще се причастим на следващия празник..

- А ако, например, годеници са решили да се венчаят и изведнъж на девойката ѝ настъпят тези дни на нечистота? Свещеникът чака, гостите са дошли в църквата.

- Въобще никакви "изведнъж" не трябва да има. Обикновено момичетата отбелязват дните си в календарчето и са готови за всякакви изненади. А как именно трябва да се спазва хигиена през тези дни, ще ти разкажа, когато стане нужда... Прочете ли вече вечерните молитви?

- Още не.

- И аз не съм се помолила. Хайде, аз ще чета на глас, а ти лежи и се моли в леглото. Сега, само да надникна при малките.

След няколко минути майката отново влезе, застана до Надиното легло, прекръсти се и започна:

- В името на Отца и Сина и Светия Дух.

- Амин - отвърна Надя.

ПЕТИ РАЗГОВОР

Семейството на приятелката пред телевизора. "Защо ние нямаме?" Как Надето гледеше телевизор. До какво доведе това. Съветът на свещеника и лекаря. Как се получава зависимост от телевизора. Вредата за детското здраве, телесното и душевното. На какво ни учат телевизионните предавания. Телезрителите живеят в илюзорен свят. Какво представлява компютърът. Компютърните игри. Играчът е в състояние на хазартна страст. Вредното облъчване.

Беше топъл майски ден. Надя и майка ѝ седяха на пейката в парка. Даша спеше в количката, а Серьожа и Альонка играеха в пясъка.

- Мамо, аз вчера наминах у Катя. У тях е толкова хубаво! Цялото семейство: и баба ѝ, и родителите, и Катя - седят пред телевизора и гледат филм...

- И какво хубаво има?

- Ами... седят, гледат. Такива задружни, заедно се смеят, пият чай...

- Те имат телевизор, затова пък ние заедно четем книжки. Също задружно и хубаво. Или не съм права?

Надя мълчеше.

- Ти мъничко ѝ завидя, нали? Че те имат телевизор, а ние не?

- Техният е японски, цветен.

- Е, разбирам - усмихна се майката. - Дъщеря ми има изкушение.

- Какво изкушение?

- Ти четеш "Отче наш", молиш се: "Не ни въвеждай в изкушение". Аз ти обясних, че "изкушение" - това е възможност да съгрешиш. По-точно, такава жизнена ситуация, в която човекът категорично е изправен пред свободен избор: да съгреши или не? При това грехът не изглежда страшен, отблъскващ - обратното, има съблазнителен, т.е. лъжливо-привлекателен вид.

Ето вчера те е постигнало мъничко изкушение, попаднала си в ситуация, която те е прелъстила, съблазнила те е. Телевизорът, яркият екран, филмът... Какво показваха?

- Много дълъг филм. Сериал. Семейството на Катя го гледа вече няколко месеца. Познават всички герои. И момичетата от нашия клас също го гледат и коментират всяка серия. На мен този филм изобщо не ми се гледаше, просто ми стана интересно: какво е това? И вчера аз мъничко погледах. Даваха море и две момичета, много красиви, плуваха с една лодка. Майката на Катя предположи, че ще има буря и те ще се удавят...

- Кажи, Наденце, много ли ти е обидно, че ние не живеем като момичетата от твоя клас? Че например нямаме телевизор и ти не можеш да участваш в коментирането на филмите?

- Ама не, мамо! Изобщо не ми е обидно. Може би им завидях за минутка, а после ми мина. Нали сме вярващи, православни, имаме такова семейство, каквото няма никой друг! А и не само ние нямаме телевизор, много деца от неделното училище също нямат.

- Но ти разбираш, че нямаме не защото не можем да си купим? Не защото нямаме пари или няма къде да го сложим?

- Разбирам, разбира се. Ние просто не искаме да го имаме. Но вчера аз за първи път се замислих: защо все пак вие с татко се отказахте от него?

- По много причини, но всичките могат да се сведат до една: ние искаме да запазим здравето на нашите деца, телесното и душевното. А телевизорът въздейства на детското здраве разрушително.

- Как?

- Да започнем от това, че преди време имяхме телевизор. Тогава живеехме заедно с баба ти. И веднъж, когато ти беше на две години и половина, ние решихме да гледаш детско анимационно филмче. Разбира се, избрахме хубав, добър, поучителен сюжет - как петленцето будило слънцето. Ти гледаше с удоволствие, весело се смееше, пляскаше с ръце. Филмчето свърши, а ти започна да ревеш. Не си отиваш от телевизора и толкова. Аз те отвличах, разбира се. Но от този ден ти сякаш стана друго дете. Очевидно бе преживяла толкова силно емоционално сътресение, каквото не даваха нито книгите, нито плочите. Ти непрекъснато ме теглеше към телевизора и с плач ме молеше да го включа. А хубавите филмчета са толкова малко! Баба ти обичаше да гледа телевизия и често, когато бях на работа (тогава още работех, макар и не всеки ден), ти седеше пред екрана заедно с нея и гледаше всичко наред. И ето...

- Започнах да боледувам ли?

- Не че да боледуваш... Отначало забелязах, че сънят ти се разстрои. По-рано тебе и с топ не можеше да те събудят: както легнеш - така и ставаш, очичките ясни, смееш се. А сега - ту викаш, ту плачеш на сън, ту сякаш някой те гони. Появиха се нощни страхове, страх от тъмното. По цяла нощ при нас светеше нощната лампа: не дай си Боже Надето да се събуди в тъмното! Боеше се да ставаш за гърнето, все ти се струваше, че някой се крие под леглото.

- А после?

- Ох, по-добре да не си спомням! После започна да ти играе оченцето ей така, без причина. Гледаш внимателно нещо - и изведнъж, като почне да трепери, да играе! И едновременно с това ти започна лекичко да заекваш особено когато бързаше да кажеш нещо.

- Сигурно с татко много сте се разстроили!

- Децата винаги боледуват. Но едно нещо е гърлото, коремчето... А тук - явно нервно разстройство. Отидох при свещеника в църквата. "Отче!, казвам, Какво да правя? Надето толкова често се причастява, а се случват такива неща!" (Разказах му.) А той пита: "Прекръствате ли креватчето и? Благославяте ли, прекръствате ли момичето преди лягане?" "Да, да", казвам. "Тогава, да не би тя да гледа телевизия?" "Гледа..." "Е, тогава всичко е ясно. Малкото дете трябва да се държи по-далеч от телевизора."

- И вие послушахте ли?

- Татко ти още настояваше да те заведе на детски лекар, невролог. Тогава имахме добър лекар, възрастен... Ти не го помниш. Той потвърди "диагнозата" на свещеника. Никакви лекарства не ни предписа. Само каза: "Спешно заминавайте на вилата, по-близо до тревичките, до цветенцата, при птичките и пчеличките. Там никакъв телевизор няма да и е нужен!" И тогава аз напуснах работа и с теб заживяхме на вилата: от май до октомври, а татко ти идваше при нас два пъти в седмицата.

- И всичко ми мина: страховете, заекването, оченцето?

- Мина, но не веднага. Страховете останаха най-дълго. И ние по съвета на свещеника започнахме за през нощта да оставяме запалено кандилцето пред иконата. Слагаме иконата на масата - така, че ако се събудиш през нощта, веднага да видиш иконата с кандилцето пред нея и да си спомниш, Кой те пази и защитава...

- Спомням си, спомням си... Кандилцето пред иконата на масата отлично си спомням! Беше преподобният Серафим Саровски, с бяла дреха, с тояга. Аз се събуждах, виждах доброто му лице и си мислех: "Ето, отец Серафим ме пази." Тя и сега е най-любимата ми икона. А след това, когато се върнахме от вилата?

- А след това ти, разбира се, пак започна да искаш да гледаш телевизия. Но ние ти казахме, че е повреден. И наистина беше повреден - татко ти извади от него някаква важна част, за да не се съблазнява и той самият, защото по-рано той обичаше да гледа политическите предавания. Когато след половин година се преместихме в този апартамент, с татко ти твърдо вече бяхме решили: никакъв телевизор. Още повече, че искахме да имаме още деца...

- А аз дори и не си спомням, че някога съм гледала телевизия...

- Е, и слава Богу.

- Мамичко, разкажи още! Винаги толкова интересно разказваш! Ето, когато се налага да говоря с момичетата, аз не всичко мога да им обясня, даже и за Бога...

- Е, нали за това ходиш на неделно училище, че и сама да поумнееш и на другите да можеш да обясниш. А момичетата не се ли подиграват с твоята вяра?

- Не, какво говориш! При нас мнозина се смятат за вярващи, само че не постят и не ходят на църква. Но са кръстени, даже носят кръстчета.

- Ето, виждаш ли, кръстени са, а не са станали православни. Как може без Църквата, без Причастието? Ти им припомни пословицата: "На когото Църквата не му е майка, на него и Бог не му е Баща."

- Ти, мамо, и поговорки много знаеш и изобщо всичко знаеш. А аз все забравям и знам още много малко. Ето, и за телевизора не мога да обясня: защо е вредно да се гледа?

- Първо, кажи на момичетата, че много бързо се получава зависимост от телевизора - същата, като при алкохола, пушенето, кафето. Представи си, че в семейството на Катя се повреди телевизорът, японският.

- Те имат още един, стар.

- Е, да предположим, че и двата са повредени. Какво ще правят те вечерно време? Защото в такива семейства, където телевизорът е непрекъснато включен, хората престават да общуват, да разговарят, да четат, да се разхождат заедно. Само видът на мълчания, угаснал екран ще ги довежда до състояние на мъка и раздразнение. Нима това е хубаво? Някои хора не могат да живеят без алкохол, други - без цигари, а има много такива, които не могат без телевизор.

Пристрастяването към телевизора става много бързо, дори и при малките деца. Това е първата беда. Освен това телевизорът явно вреди и на физическото, телесното здраве. За децата въобще не е добре дълго време да стоят неподвижни, а пред телевизора незабелязано минават не минути - цели часове. Поради обездвижването се разстройва работата на стомаха и червата, организмът не извежда добре продуктите на разпада - отпадъчните вещества и децата често боледуват. Освен това от телевизионния екран (той се нарича кинескоп) излиза облъчване, което изтощава детската нервна система. Децата, които често гледат телевизия, развалят зрението си. Също е забелязано, че при тях отслабва паметта; те по-лошо запомнят в училище, не могат да се съсредоточат; нарушава се сънят им; стават лесно възбудими, раздразнителни, обидчиви. Влошават се и отношенията им с родителите, особено ако те настояват децата да се откъснат от екрана и да се заемат с нещо полезно.

Нищо чудно: защото телевизията пленява душата, оказва хипнотично въздействие. Не само децата, но и възрастните с тяхната по-здрава и устойчива психика не могат да противостоят на това въздействие.

Най-страшно от всичко е, че телевизията действа разрушително върху психиката на детето, кара го да живее не по Божиите заповеди, а по жестоките закони на света, който е показан на екрана.

Ти сигурно си виждала момчета с много дръзко и безцеремонно държание, които говорят през стиснати зъби, плюят пред краката си, гледат с присвити очи и т.н. ? Това са момчета, които са се нагледали на лоши филми - екшъни. Те подражават на героите в тях: престъпници, полицаи, частни детективи. Нещастните момчета мислят, че приличат на "истински мъже" и не разбират, че са смешни и нелепи. А момчетата изглеждат още по-смешно, като забравят, че основното им украшение е чистотата и скромността, и се опитват да подражават на героините от екрана - зрели жени, чужденки, които пушат, пият, обличат се предизвикателно, искат да се харесват на мъжете.

Подражанието стига до там, че руските момчета и момичета отхвърлят православните имена, често дадени им при кръщението, и се наричат един друг с чуждите имена на героите (или артистите), които им харесват.

Това, което детето вижда на екрана, както разбираш, не е истинският живот. Нищо такова просто не съществува. Това явление се нарича "илюзия". А децата са вътрешно толкова незащитни, че много по-лесно от възрастните потъват в света на илюзиите като в истински свят. И доколкото измисленият живот е по-интересен, по-богат на събития, отколкото собствения му, делничен живот, детето и предпочита онзи живот. Седейки пред телевизора, то губи усещането за реалност и се потапя в странно лунатическо състояние, напомнящо опиянение. Телевизионният живот, в който детето е преживяло такива силни усещания, му се струва "по-истински" от действителния.

И знаеш ли, кое още е лошото? Много хора гледат едно и също. Ти сама казваше, че твоите съученички всеки ден коментират сериала, който дават по телевизията вече няколко месеца. Но нали това не е единственото предаване, което всички гледат. По такъв начин зрителите постепенно загубват своята индивидуалност, обезличават се, т.е. губят своето своеобразие, неповторимост. Нима е добре, ако всички си приличат, мислят и чувстват еднакво, по един и същи начин?

Телевизорът за мнозина е станал основен авторитет. Когато ние, църковните хора, искаме да покрепим някое мнение, казваме: "Така пишат светите отци" или: "Така каза свещеникът". А телезрителите, които постоянно следят разни предавания, казват: "Така казаха по телевизора"...

Майката замлъкна. Тя се заслуша. В пясъка се разгаряше спор: Серьожа и Альонка не можаха да си разделят някаква играчка.

- Серьожа, аз нещо забравих: кой от вас е по-голям? Аљонка, ти сигурно си изморена и искаш да се прибираме? - строго попита майката.

- Не, да се разхождаме! - отвърна момичето.

След минута децата отново мирно играеха.

- И още - продължаваше майката, - много ме безпокои едно нещо. Във вашето училище от догодина въвежат компютърно обучение.

- Какво е това?

- Ще ви учат да работите на компютър. Това е много сложна електронна машина. Един вид електронен мозък, направен от ръцете на човека.

- Как се работи на тая машина?

- На нея пишат, рисуват, смятат, изработват схеми и таблици. Натискат копчетата и гледат екрана. Въобще, външно компютърът прилича малко на телевизор: също има екран, но от човека, който натиска копчетата, зависи какво да се изобразява на него. Компютърът има едно устройство, наречено "памет". То съхранява в машината всички данни, които човекът е вложил в нея. Представяш ли си, цели планини от обемни чертежи, цели шкафове с документи, книги - всичко това може да се съхранява в паметта на компютъра.

Така че това е удобна и много полезна в съвременния живот машина, макар че, от друга страна, да се работи дълго на нея е вредно за здравето. Екранът на компютъра, както и на телевизора, дава вредно за организма излъчване - заради това облъчване организмът може да загуби имунитета си към тежки заболявания. Но аз говорих с вашия директор: вие ще стоите пред компютъра твърде малко, минималното време, необходимо за занятията. Обаче, освен занятията, съществуват и компютърните игри. Работата е там, че на компютъра може не само да се работи, но и да се играе. И аз се страхувам, че мнозина от вашия клас, като получат достъп до компютъра, ще се увлекат не от полезна работа, колкото от вредна и опасна игра. Директорът ми каза, че да играят на компютърни игри могат "всички желаещи". Дано желаещите да не се окажат прекалено много!

- Мамичко, нищо не разбирам. Как може играта да бъде опасна, вредна?

- Преди всичко, с теб неведнъж сме говорили, че вредно може да бъде всичко онова, от което човек лесно може да се увлече. Играещият на компютъра става като че и режисьор, и участник в това, което става на екрана пред него: играе и се бие с чудовища, често много страшни като бесове. Играта е изградена така, че или играещият избягва от противника, или го унищожава. При това той само гледа екрана и натиска две-три копчета. Това е много примамливо, увлекателно.

- Аз, струва ми се, съм виждала такава игра. На Катя ѝ подариха електронна приставка за телевизора. Там се гонят едни котки - като на анимационно филмче, но човекът управлява котките...

- Точно така. И играта с котките още е от най-безобидните компютърни игри.

- Веднъж отидох да видя Катя, че беше се разболяла. Влизам, а тя седи пред екрана и гледа като че ли някакво филмче. Като ме видя, даже не стана. Аз я повиках. "Сядай - казва, - аз, ей сега, само минутка." И продължава да играе. Седи една такава напрегната, гледа екрана. Аз я питам: "Как се чувстваш? Кога ще дойдеш на училище?" А тя сякаш не ме чува. Само издава възгласи: "Е, давай!.. Е!.. Аха!.. Ох!.. Тю, да му се не види!.." Аз седях, седях, гледах, гледах и ѝ казвам: "Катя, трябва да си вървя вкъщи, мама ме чака." А тя: "Аха, аз сега, минутка..." И сама не може да се откъсне. Така си и тръгнах, даже малко се обидих. Но после, в училище тя ме помоли да не ѝ се сърдя...

- Това, Надя, е много страшно състояние. Когато човек заради игрите забравя целия свят, забравя сам себе си и става роб на някаква тъмна сила, като бесноват.

- Значи, там е вредата от компютърните игри - в пристрастяването и хазарта?

- Има още едно зло, за което вече ти говорих. Този, който започне да се увлича от компютърни игри, прекарва пред компютъра твърде много време. А това е много вредно, особено за момичетата. Четох скоро в едно списание, че 80 процента от девойките, които работят с компютър, не могат след това да родят здрави деца.

- Как така - 80 процента?

- Е, осем девойки от десет. Само при две от десет - всичко е добре. А останалите или не могат да станат майки, или раждат болни деца. А бъдещите майки, които вече носят в утробата си дете, изобщо не бива да работят на компютър - това е много опасно за тях. Ето, Наденце, защо ме тревожи това, че започвате компютърно обучение...

Но, струва ми се, трябва да си тръгваме. Трябва да събудим Даша, и за вас е време да обядвате. Дечица, хайде към къщи!

ЧАСТ III

ПРЕД ЛЕЦЕТО НА ИЗКУШЕНИЯТА

Изминаха четири години, през които се промениха много неща в живота на нашата героиня.

Надя беше вече на четиринадесет години. В църковните записки “за здраве” тя все още се записваше като “отроковица Надежда”, но сред приятелките ѝ в енорията имаше много “девици”, т.е. момичета, навършили петнадесет години. Предстоеше скоро и Надя да влезе в това число. На улицата непознатите вече се обръщаха към нея с думата “девойко” и на “вие”, което тайно радваше Надя. Сега тя не обичаше да ѝ казват “Наденце” като малка и се представяше с друго име (например, като се обаждаше на някого по телефона): “Ало! Обаждат се Надежда!” Започна да отделя повече внимание на своята външност, стремейки се да изглежда по-привлекателна и даже понякога постъпваше не по съветите на майка си. Така, тя не искаше да сплита дългата си коса, а често само я прихващаше с ластик и я носеше като разпуснат кок или, както казват момичетата, “на конска опашка”. Майката видя, че това е важно за дъщеря ѝ, не настояваше и повече не говореше за нейната прическа.

Но с това и се изчерпваше Надината зрялост. В останалото тя беше все така добро, откровено, трудолюбиво момиче, чийто най-добър приятел си оставаше майка ѝ. Розовите бузи, чистото чело, откритият поглед показваха, че момичето не само няма никакви тайни пороци, но калта на околния свят като че ли още съвсем не бе докоснала душата ѝ.

Тази година на Надя ѝ предстоеше да завърши музикалната школа. Нито тя самата, нито родителите ѝ считаха за нужно да продължава музикалното си образование. Ясно беше, че изтъкната пианистка тя няма да стане, а и никой от близките ѝ не желаше това. Знанията на момичето бяха напълно достатъчни, за да пее по ноти на клира. Тя пееше в детския хор на своята енория вече от две години и се смяташе за опитна хористка. Вярно, че за огромно нейно съжаление, ходеше в храма само веднъж седмично, в неделя. И причина за това беше не само недостигът на време. Работата е там, че семейството на Надя преди около година се събра да живее с баба ѝ и се премести в ново жилище. А от там до храма се налагаше да пътува цял час.

Затова пък, вместо три, сега имаха цели четири стаи. В най-светлата и просторната живееше момичетата: Надя, Альонка, която тази година тръгна на училище, и петгодишната Даша. За да не пречи на сестрите, Надя учеше в стаята на баба си, а с музика се занимаваше в родителската стая (която беше и гостна), където беше пианото.

Какво още да разкажем за живота на Надя? Тя както преди обичаше поверителните разговори беседи с майка си. Ако преди Надето приемаше всяка дума без разсъждения, то сега тя често искаше доказателства и понякога противоречеше. Затова на майка ѝ някой път дори се налагаше да се готви за беседите с дъщеря си по книги, да се съветва с майка си или със свещеника.

ПЪРВИ РАЗГОВОР

Защо Надя закъсня за училище. “Несъвременната” блузка. С какви дрехи момичетата ходят на училище. Униформата не лишава учениците от тяхната индивидуалност. Какво значи “да бъдеш красива”. Може ли момичето да подобри своята външност. Козметиката е лъжа. Да се гримираш, значи да хулиш Божия образ. За красотата на душата. Стихотворението “Некрасивото момиче”. Светското и църковното разбиране за красота. За разхубавяване на външността помага работата над душата. За целомъдрието. Как трябва за изглежда християнката. Какво да прави Надя?

Надя закъсняваше за училище. Не защото се бе успала. И не защото имаше лошия навик на някои момичета да се излежават в леглото, да си довършат съня или да мечтаят в полудрямка. Не, Надя ставаше веднага след звъна на будилника. Просто тази сутрин тя много дълго се обличаше и решеше. Облече една блузка, после я съблече, сложи я настрана. Подържа в ръцете си друга - после и нея сложи настрана. Отиде в кухнята:

- Мамичко, може ли да облека твоя розов пуловер?

- Че той ти е голям, ще се загубиш в него!

- Не, тъкмо така е модерно, пуловерът да е голям и да виси в раменете!

- Надя, какво има? Не ми се свиди, но ти си имаш свои дрехи! А синята ти фанела?

- Не става, тя е някак си...

- Дъще, закъсняваш! Облечи жакета. Само че, все пак случило ли се е нещо? До вчера ти ходеше със синята си фанела, всичко беше нормално...

- Ох, мамо, аз после всичко ще ти обясня - и Надя се скри в детската.

Облечено криво-ляво, момичето отиде в банята. Като се гледаше внимателно в огледалото, то започна да събира косата си на висока опашка, чак на темето. Взе малкото огледалце, погледна се отстриани. Не, не е добре.

Пусна косата си и още веднъж я среса с четката. Сложи си диадемата. Не, така, с пусната коса, не може да ходи на училище. Тя ядосано хвърли диадемата.

- Наденце, ще закъснееш! - викаше баба ѝ от прага на банята. Майка ѝ нервничеше и с мъка се сдържаше да мълчи.

- Сега, бабче! - момичето изпусна четката и с досада тропна с крак.

Накрая Надя се успокои, като си направи ниска свободна опашка и пусна косата над ушите. Все пак нещо не е както трябва, но няма вече време да се преправя. Набързо целуна майка си и баба си, грабна чантата и изтича навън, вече закъснявайки с пет минути за първия час.

Както винаги, като затвори след нея вратата, майката се прекръсти:

- Пресвета Богородице, запази отроковицата Надежда под Твоя свят покров! Опази я от всяко зло!

Днес тя произнесе тези думи с особено чувство...

Когато Надя се върна от училище и се наобядва, майка ѝ я попита:

- Какво имавте днес в училище? Някакъв празник ли? Или някакво специално събитие?

- Не, нищо такова нямаше. А защо?

- Тогава заради какво закъсня за училище? Какъв беше смисълът на твоите приготовления?

- Какви приготовления?

- Днес ти необикновено много време отдели на своя външен вид, струва ми се, без никаква необходимост. При това ти сама се канеше да ми обясниш, защо изведнъж разлюби синята си фанела.

Надя се чудеше какво да каже. Не искаше да обиди майка си. От друга страна, още по-малко ѝ се искаше да си криви душата.

- Разбираш ли, синята фанела по принцип ми харесва. Тя е мека, удобна, топло ми е с нея, не ми спарва, отива на всяка друга блузка. Но... е някак несъвременна.

- Какво означава "несъвременна", когато тя съществува в наше време, баба ти я изплете съвсем скоро?..

- Тя е несъвременна като стил, старомодна е. И не ми прилича.

- Ама кой ти каза това, Надя?

- Момичетата. Те вчера ми направиха “критичен разбор”. Съвсем не е обидно: те се отнасят добре с мен, знам, но... Огледаха ме от всички страни през голямото междучасие и ми казаха своите забележки. А по-рано не съм се и замисляла, че в облеклото нещо не ми е наред.

- Какво значи “не ми е наред”?

- Полата е прекалено дълга - така ми казаха. Фанелата ми е старомодна, прекалено проста и скучна. Още казаха, че много ще ми отиват гривни, гердан и обеци на ушите.

- И ти какво отговори?

- Отговорих, че диваците обичат да си окачват много дрънкулки. Че гривните просто ще ми пречат, още повече на училище. Че на мен например също не ми харесват много техните украшения, обеци и колиета, но аз не бих си позволила да ги критикувам. А относно полата и фанелата - някак не намерих какво да им отговоря...

- А как се обличат момичетата във вашия клас?

- О, мамо, у нас цари пълен произвол и дух на съревнование. Има момичета, които се обличат скромно, но болшинството си сменят премените всеки ден. Основно ходят с джинси или мини-поли. Ярки пуловери или дънкови якета. Бели маратонки... При това почти всички са с пробити уши, с обеци. За гривните, колиетата вече ти казаха. Много имат ярки, вносни марки. И прическите... На плитка, разбира се, никой не ходи. Болшинството са късо подстригани. А ако някой има дълга коса, даже като моята - носят я просто пусната. Ти, мамо, ще се учудиш, но много момичета от нашия клас се гримират като зрели жени: червят си устните, гримират си очите, лакират си ноктите. И представяш ли си, до скоро всичко това просто не съм го забелязвала! Но ето, вчера аз ги погледнах, погледнах себе си и видях, че изглеждаме някак различно. На мен далеч не всичко в тях ми харесва, но за нещо са наистина прави - за това, че съм облечена несъвременно, старомодно. Така, сигурно, си се обличала в училище още ти...

- На мен, Надя, ми провървя. Когато аз бях момиче, всички ученици носеха униформа. Момичетата имаха три вида униформено облекло. В делник ние носехме кафяви рокли с черни престилки. Празничната униформа се различаваше по престилката: вместо черната, в тържествените дни момичетата слагаха бяла престилка. И когато момичетата от класа идваха с белоснежни престилки - колко празнично и красиво беше! Ние приличахме на гимназистки отпреди революцията.

- И никой не идваше на училище с шарени блузи, пуловери, рокли? Момичетата не ходеха с панталони?

- Какви ти панталони? Освен само на работа в двора на училището или в училищната градина. В клас можеше да влезеш само с униформа. Даже в много студените дни обличахме фанелите не отгоре, а под униформената рокля, за да не се вижда.

- И на вас, на момичетата, не ви беше обидно, че са ви облекли с някакви еднакви работни дрехи? И не ви се искаше да се облечете по своему?

- Разбираш ли, на нас дори на ум не ни е идвало. Ние знаехме, че на училище ходим за да се учим, а не да демонстрираме своите премени. В клас нищо не ни отвличаше вниманието от дъската, от лицето на учителя; не се разглеждахме един друг. Впрочем, ти грешиш, като мислиш, че всички са изглеждали еднакво. Първо, и роклите, и престилките можеха да бъдат много различни в детайлите. Якчките и маншетите на роклите бяха или от обикновен бял плат, или атлазени, или дантелени. Престилките имаха прости строги презрамки (това също има своя красота), а можеха да бъдат и с богато набрани “крилца”. Самите престилки можеха да бъдат или вълнени, или от кашмир, а можеха да бъдат и копринени. Белите престилки на едни бяха от полупрозрачен капрон, а на други - от мека и нежна коприна. Но на мен най-много ми харесваха простите престилки от най-обикновена материя. Добре изпрани, колосани и изгладени, те изглеждаха по-празнично от другите. Така че все пак униформата на всички беше различна.

Не, добре е, когато учениците имат униформа, добре е по много причини. В частност, това освобождава момичетата от завист: защото някой може да носи скъпи, модерни дрехи и да ги сменя всеки ден, а друг не може. Знаеш ли, в училището на Альонка, може би ще въведат униформа и аз много се радвам за това.

Ти, миличко, смяташ, че униформата ограничава свободата на момичето, а аз напротив, смятам, че именно тя му дава свобода.

- Свобода от какво? От завистта?

- И още от това, което те мъчеше днес сутринта. От ненужния избор на дребните неща. Видях как се колебаеше какво да облечеш? Това или онова? Аз видях, но не можех да ти помогна: ти беше в такова състояние, че все едно не би приела моя съвет. И с прическата дълго се мъчи, хаби време, душевни сили - защо? Ти имаш хубава, гъста коса, няма какво да се умува!

- Подбирах си такава прическа, която да скрие недостатъците на лицето ми.

Майката се удиви на това неочаквано изявление:

- Кои недостатъци искаш да скриеш?

- Разбираш ли, лицето ми е прекалено кръгло и устните ми са дебели. Затова момичетата казват, че трябва някак да се "уравновесят" с по-пищна прическа. А аз нося опашка или плитка, така че и косата не се вижда както трябва: тя цялата е зад гърба.

"Бедното момиче - помисли си майката. - Ето ти изкушение!"

- Надя, но нали ти не се показваш по телевизията. Хората те виждат от различни страни, в движение, непринудена и естествена. Виждат те не такава, каквато ти виждаш себе си в огледалото. И после, какво си измислила относно твоето кръгло лице? Нима това е лошо? Нима не помниш как са описани приказните царкини: те винаги са с кръгли лица и червени бузи! И устните... Имаш обикновени розови устни! Не си измисляй нищо и не слушай никого.

- Мамо, аз грозна ли съм?

- Защо ме питаш за това?

- Твърде много се различавам от момичетата в нашия клас.

- А нима не знаеш, че има различни представи за красота? Светските хора - не миряните, а именно светските хора, т.е. хората, които са далече от Църквата, имат една представа. Православните хора имат друга представа. Каж ми, кой според теб е красив? От момичетата, разбира се.

- Струва ми се, Катя е много красива. Не можеш да не я забележиш.

- Катя е много ярка. Черна коса, големи черни очи, бяла кожа. Но тази яркост е национална черта. Баштата на Катя е арменец. Сравни южната природа с природата на нашите средни ширини: там всичко е ярко, хвърля се в очите, а тук е сдържано, скромно, тихо. Руската красота е в унисон с руската природа. Тя не се хвърля в очите, а прониква в сърцето... Обаче, щом вече заговорихме за Катя, признавам ти, че аз не бих я нарекла красива. Първо, тя изкривява външността си с много козметика. Ти сигурно си обърнала внимание, че тъкмо тя е от онези, които си червят устните? И второ, тя много разпуснато и дръзко се държи. В речта ѝ има много груби думи и обрати, които и в устата на момче биха звучали неприлично. Движенията ѝ винаги са резки, а гласът ѝ винаги е пронизващо силен. Когато говори с някоя приятелка, ту слага глава на нейното рамо, ту ѝ шепне на ухото, ту хихика, сякаш нещо намеква... Нима това е съвместимо с красотата, още повече с моминската красота?

- Значи "красотата" не е само лицето и фигурата, но и поведението?

- Разбира се. Поведението, маниерът да се държим, говорим, общуваме с хората, да гледаме, да ходим... Във всичко трябва да има сдържаност, женственост и простота. По-рано момичетата от дворянските семейства са се учили на красиво държание: без превземане, без вулгарни кокетливи гримаси.

Помниш ли, как Пушкин описва Татьяна, която се появява във великосветската гостна? Той не говори, колко дълги са миглите ѝ, кръгло ли е лицето ѝ или е овално, как е направена прическата ѝ: по-важно е другото. Слушай:

Не беше тя нетърпелива,

хладна, приказлива.

Без мания да покори,

без подражателни игри,

без наглост в погледа уверен,

без поза или суета

в спокойната си простота.

Ето какво значи да се държиш красиво. Това е написано за светска жена, но подхожда и за момиче християнка.

- Мамичко, а ако момичето не е много красиво, може ли с помощта на козметика да подобри своята външност? В класа ни всички смятат, че не само може, но и трябва. Посъветвах ме да си слагам спирала на миглите, за да изглеждат по-дълги, и веждите да изписвам с молив, че иначе ми били много белезникави. И лекичко да си слагам червило на устните...

- А ти?

- Е, не! Откъде накъде да се рисувам, като някаква кукла? Свещеникът казва, че да се гримираш е грях.

- А защо, знаеш ли?

- Защото как ще целуваш иконата с начервени устни? И да се причастяваш с начервени устни също не бива: ще изцапаш лъжицата, края на Чашата ще зацапаш, а още и ако преди причастието си оближеш устните, ще изядеш и глътнеш червилото и няма да можеш да се причастиш.

- Е, да допуснем, че с устните всичко е ясно. А всичко останало: очите, бузите, косата, ноктите?... Също ли не бива да се рисуват? А защо, знаеш ли?...

Аз на своето време питах свещеника за това и той ми обясни така. Първо, защото козметиката е лъжа. Ти имаш бледорозови устни, а създаваш впечатление (за околните), че са червени като ягода. Косата ти е права, равна, блестяща (което също е красиво!), а на тебе ти се иска да бъдеш къдрава. И ето, взимаш машата и ролките или си правиш във фризьорския салон студено къдрене... Всичко това е лъжа. А бащата на лъжата знаеш, кой е?

- Дяволът.

- И се получава, че момичетата, които се гримират, без сами да го осъзнават, служат на дявола. Ти само не им казвай това: по-скоро ще ти се изсмеят за тези думи, но сама ги имай пред вид.

Господ, виждайки тази лъжа, често я разкрива и посрамя такива гримирани момичета: ту ще завали дъжд и косата им ще се развие, тушът от миглите ще се разтече по бузите; ту бързайки, няма да успеят да се

гримират или ще забравят да се начервят и всички ще видят, че устните им са бледорозови, а веждите светли... И смях, и грях...

Но има и други причини, поради които е грях да се ползва козметика. Защо се прави това? Да допуснем, че момичетата подражават на зрелите жени: певици, артистки, манекенки. Е, а те защо се гримират? За да привлекат вниманието на мъжете, да ги прелъстят с видимата си красота. В древността са се гримирали само блудниците - жените с позорно поведение, които са направили прелъстяването на мъжете своя професия. Трябва ли младото момиче и девойката да им подражават? Но и това още не е най-главното. Свещеникът казва, че разкрасяването с помощта на козметиката е хула срещу Бога.

- Как така, мамо? Защо против Бога?

- Защото Бог чрез твоите родители те е дарил именно с такъв, а не с друг външен облик. Цветът на очите, тяхната големина, цветът на косата, формата и цветът на устните - всичко това ни е дадено от Бога. Хората са много различни. Едни имат правилни черти на лицето, а други - не особено. Някой има малък нос, а друг има голям...

Високи и ниски на ръст... Някои даже се раждат истински уроди, макар че това става рядко, често поради греховете на родителите им. Тези хора по неволя трябва да се смиряват. Освен това вроденото уродство ги предпазва от множество грехове... Какво въздишаш?

- Все пак ми е жал.

- А нима аз казвам, че не ми е жал? Казвам, че вярата в Бога предполага и вяра в Неговия благ Промисъл за света и за всеки човек. Нима мислиш, че, например тебе или същата тази Катя Господ обича повече, отколкото такъв нещастен, не надарен с телесна красота човек? Просто Той всекиго води по различни пътища към една цел - към спасението.

Човекът е създаден по образ Божий. И внасяйки произволни изменения в своята външност, той хули Божия образ. Момичето, което си черви устните и си слага спирала на миглите, къдри си косата и т.н., с това като че казва на Господ: "Господи, не ми харесва, каквато си ме създал. Смятам, че не си ме създал много добре, а ето, Катя, си създал по-добре. Дал си ми светли вежди, къси мигли, а аз искам тъмни, дълги. И щом не си ми ги дал, аз сама ще си ги направя!"

Надя слушаше с широко отворени очи. Порази я, че въпросът за козметиката, който ѝ се струваше относително безобиден, е свързан с богохулство.

- Мамичко, но какво да се прави? Трябва, все пак, да ги предупредим? Например Катя...

- Катя със сигурност сама скоро ще престане да се гримира: ще разбере, че това ѝ е напълно ненужно. Козметиката я прави по-груба и много по-голяма от годините ѝ. Тя и така е с ярка външност, а с начервени устни придобива просто предизвикателен, почти неприличен вид. Впрочем, Катя отдавна те познава и с нея можеш да поговориш насаме. Само помни, че не винаги човек е готов да изслуша истината смирено и с полза за душата. Трябва да избереш подходящ момент, когато Катиното сърце ще бъде отворено за твоите думи. Иначе нищо няма да се получи. Когато говориш с нея за козметиката, не забравяй да поговориш и за държанието ѝ: посъветвай я да бъде по-сдържана, проста, по-тихо да говори, да не употребява нецензурни думи... Тогава тя наистина ще стане много красиво момиче. В светски смисъл. Защото според разбирането на църковните хора красотата е нещо съвсем различно.

- Какво?

Майката се замисли. Тя искаше да обясни на дъщеря си, че главното е красотата на душата, че тази красота осветява с вътрешна светлина и лицето, и движенията, и целия живот. Че човекът, надарен с нея, е не само "красив", но е прекрасен... Но тя се страхуваше да не би думите ѝ да се сторят на Надя скучно повторение на отдавна известни истини. Нужен беше някакъв жив пример, но майката не искаше да го търси сред Надините приятели...

- Почакай - каза тя. - Аз по-добре ще ти прочета едно стихотворение, което много ми хареса още в юношеските години, а и сега ми харесва. Само се страхувам, че няма да си го спомня - ще ми трябва книгата...

След минута майката се върна с книгата, на корицата на която пишеше: "Николай Заболоцки". Тя намери страницата и прочете на глас:

Некрасивото момиче

сред другите играещи деца

напомняше на жабче...

В стихотворението се говореше за едно малко момиче, което още не забелязва своето уродство, радва се на чуждата красота, "ликува и се смее, обхванато от щастието на битието"... А завършва така:

Да вярвам искам, че човешкото сърце не е играчка

да го сломиш едва ли може изведнъж!

Да вярвам искам, че с чистия си пламък,

горящ във скритите ѝ дълбини,

тя ще превъзмогне болката и в нея

най-тежкия товар ще претопи!

Какво, че нейните черти не са красиви,

и няма да пленят въображението?

Душата с чиста грация и нежност

струи от нейните движения.

А щом така е - що е красотата?

И на какво покланя се светът?

Съдина, в която пустотата

намира своя пристан, дом и път

или пък огън, който тайно там гори?

Поетът, написал това стихотворение, каза майката, не е бил православен християнин, но той разбира красотата по християнски. Съдина, в който има пустота - това е светското разбиране за красотата. Огън, който там гори е църковното понятие. Спомням си, че веднъж в храма по време на изповед погледнах към клира, към вас и не можех да откъсна очи: толкова красиви бяха лицата ви. Внимателно слушахте словото на свещеника, забравили за себе си, без да забелязвате, че ви гледат енорияшите и си помислих: "Какви чудесни са ни момичетата, истински красавици!" После проповедта свърши, всички тръгнаха към кръста, започнахте да си говорите, да се смеете и отново станахте обикновени добри момичета, мили и симпатични. Но високото душевно настроение отмина, и с него отмина и онази рядка духовна красота, за която ти говоря.

- Значи, аз съм ту красива, ту некрасива?

- Излиза, че е така! - засмя се майката. - Но това е много по-интересно, отколкото през цялото време да бъдеш една и съща, не намиращ ли? Днес ти ме попита, дали може не много красиво момиче да подобри

своята външност? Сега ще ти отговоря: може. Като работи над своята душа. А най-главното - като пази целомъдрието си. Знаеш ли какво е това?

- Телесната чистота. Съхранение на чистотата, девството до встъпване в законен брак.

- Не само. Целомъдрието това е чистота на душата, чистота на помислите. Някое друго момиче може да пази телесната си чистота, а да съгрешава с мислите. Разказвах ли ви случката с една игуменка, чиято племенница умряла?

- Не... Не си спомням.

- В един манастир при игуменката живяла и нейната племенница, младичко момиче, малко по-голямо от вас. Впрочем, много красиво. Но, както се изяснило, красотата ѝ се оказала "съсъд, в който има пустота". Всички сестри се радвали на ангелското ѝ житие и скромност. И ето, че момичето умряло.

Игуменката била сигурна, че душата на племенницата ѝ е отишла в райските обители. Тя молела Господ да ѝ покаже тези обители. Една нощ племенницата ѝ се явила, но не в райската радост, а в адовите пламъци. "Ти ли си това? - с ужас възкликнала игуменката. - Защо си попаднала в ада?" "Защото - отговорила нещастницата, - аз, опазвайки тялото си непорочно, не опазих душата си чиста. Тайно бях влюбена в един младеж и го гледах в църквата..."

Страшна история, нали? Страшна, но поучителна. Тя ни учи, първо, да не съгрешаваме - не само с дело или слово, но и с мисъл. И второ, ако все пак сме съгрешили - по-скоро да се покаем... Надя! Ти какво се натъжи?

- Срам ме е, мамо, за онова, което направих сутринта. Прости ми.

- Е, няма нищо. Искаш ли да ти дам един много ценен съвет, да запомниш завинаги как трябва да се облича и да се реше християнката? Той ще ти трябва цял живот. Винаги се обличай така и носи винаги такива прически, като че ли отиваш на църква. Това не значи мръсно, небрежно, грозно. Не. Това значи чисто, спретнато, красиво. Но красиво не по светски, а по църковному. Така винаги ще изглеждаш момински скромно и целомъдрено. Иначе може да получиш раздвоение на личността, ако с едни дрехи ходиш на църква, а с други (други като стил) - на училище, на гости при Катя или на разходка.

Днес ти отиде на училище не със синята фанела, която критикуваха приятелките ти, а с жакета, който преди обличаше само на празник. Какво казаха момичетата?

- Казаха, че така е по-добре, но все пак не е това, което трябва.

- И винаги ще бъде "не това, което трябва". Няма да угодиш на момичетата, докато не се уподобиш с тях напълно, не се откажеш от своето "аз", от принципите на нашето семейство. Ако търсиш похвалата им, по-добре е веднага да облечеш впити дънки, да си пуснеш косата върху раменете, да си начервиш устните... Не, но по-добре е да избереш друг път. Защото момичетата в този случай стават оръдие - знаеш ли на кого? На този свят. На падналия свят, който лежи в злото и иска да потъпче с краката си всичко, което не прилича на него. Дръж се.

Да ти кажа ли, как бих постъпила аз на твоето място?

- Как?

- Няма принципно значение, какво носиш, фанела или жакет, или моя розов пуловер. Но, струва ми се, сега ти предстои да ходиш, както и по-рано, със синята фанела, сменяйки блузите. Повярвай ми, това е красива, целомъдрена християнска дреха. Тя много ти отива, особено в съчетание с бяла блузка. Вярно, че с нея не приличаш на нито една американска актриса или поп звезда, но затова пък, знаеш ли, на кого приличаш?

- На кого?

- На красива девица от руска приказка.

Надя остана доволна от това сравнение.

ВТОРИ РАЗГОВОР

Среща с младежа инвалид. “Нищо не разбирам”. Майката се готви за разговор. Надя поставя въпроса: защо Бог допуска страданията? Представите на момичето за щастлив живот. Винаги ли са благо бракът и раждането на деца? За Божието всезнание. Случаят с майката на поета Рилеев. Трябва да повярваме в Божию Промисъл. Човешкият живот е подготовка за вечността. Скърбите обръщат към Бога и помагат да се разкрият способностите (съдбата на Козлов). “Божие посещение”. За да живее душата. Волни и неволни скърби. Всички имат свои скърби. Не всички са достойни за “Божие посещение”. Защо страдат праведниците. “Да се лекуваш - грях ли е?” Милосърдието. Примерът на праведната Юлиания. На кого и как да даваме милостиня. Служение на болните.

Един намръщен ноемврийски ден Надя си дойде от училище много разстроена. Тя само кимна на майка си и на баба си и веднага отиде в банята. Виждаше се, че момичето с мъка сдържа сълзите си.

И даже след няколко минути, когато седна на масата да обядва, тя не можеше да скрие състоянието си. Всички вече бяха обядвали и Надя седна на масата сама. Майка ѝ нищо не я питаше.

Като каза “Отче наш”, момичето взе парче хляб, гребна супа с лъжицата... но пак я пусна в чинията.

- Мамо - каза тя. - Искам да те попитам нещо: защо на света има толкова мъка и страдание?

Майката сложи настрана недозакърпения чорап, отпусна ръце на коленете...

Тя събра смелост и отговори:

- Момичето ми, защото земният живот така се и нарича: “долина на страданието”. И Господ е предупредил Своите ученици, а в тяхно лице и всички нас, че: “На света скърби ще имате.” Земният път е пълен със скръб, но “който претърпи докрай, ще бъде спасен”.

- Не, аз искам да разбера смисъла... Аз нищо не разбирам. Сега видях в метрото един инвалид, който просеше милостиня - возеха го по вагоните... И той искаше да сложи парите в пакета, завързан за количката, и не можеше да го стигне...

- Надя, ти разказваш много объркано. Разкажи спокойно. Какъв инвалид?

- Мамичко, нали ти казвам; съвсем младо момче, такъв един беличък. Около двадесет годишен, не повече. Или малко повече. Без крак. А дясната му ръка - отсечена. На врата му висеше табелка: “Инвалид от войната”. Беше с униформа със защитен цвят, такава петниста. С лявата ръка приемаше парите, кой колкото даде, и се опитваше да ги сложи в един пакет зад гърба си. Той се опитваше да се обърне, да стигне, но никак не успяваше. Накрая човекът, който буташе количката, му помогна. Не мога да забравя лицето му: такава жалка, безпомощна усмивка, такива добри очи... Представяш ли си, мамо, той ще живее още дълго-дълго. Но що за живот е това? На всички е в тежест, никому не е нужен. Връстниците му ще се оженят, ще имат деца, ще ги възпитават, ще се учат и ще работят, а той? Той, сигурно, и да се облече не може сам... Устните на Надя затрепериха...

- Почакай, Наденце. Не можем да знаем, какъв ще бъде животът на този младеж. Тъкмо се опитвах да ти разкажа. За това писаха преди няколко години в списание “Здраве”. Също такъв млад човек (бил в Афганистан) бил осакатен от мина и попаднал във военната болница. Останал без крака. И една медицинска сестра, руско момиче, се грижела за него и не просто се грижела, влюбила се в него и той в нея. И после, представи си, те се оженили! Станали мъж и жена. Някои хора съжалявали онова момиче, сестрата. А другите хвалели нейния героизъм! А тя отговаряла с усмивка: “Ама за какво ме хвалите? Аз просто съм щастлива с моя мъж - и това е всичко.” Така че може би и днешният инвалид ще намери своето земно щастие... Ти сега яш, моля те, че супата съвсем ще изстине, а вечерта, като приспим децата, ще поседим в кухнята и ще си поговорим.

Надя се поуспокои. След половин час тя вече звънеше на Катя: “Ало, аз съм Надежда!”

А на майката се наложи старателно да се подготви за вечерния разговор. Първо тя сне от рафта брошурата за Божествения Промисъл от свети Иоан Тоболски, където се излага учението на Православната Църква за бедствията и нещастията в човешкия живот. Прелисти я. Някои страници задържаха вниманието ѝ. След това отвори “Основи на изкуството на светостта” от епископ Варнава (Беляев) - книга, която често в трудни житейски ситуации ползваше като своего рода справочник. По азбучника намери думата “скърби” и прочете посочените страници. Преди самия разговор, преди да иде в кухнята, където вече я чакаше Надя, майката широко се прекръсти: “Господи, помогни ми, вразуми ме! Не допускай отроковицата Надежда да се усъмни в Твоята благодат.”

Надя, клатейки се на стола, гледаше към тъмния прозорец. Тя вече беше готова да ляга да спи: пенюарът беше наметнат върху нощницата, косата на слепоочията и на врата ѝ беше влажна (тъкмо се беше изкъпала). От момичето лъхаше чистота и свежест и едновременно с това се усещаше вътрешното ѝ напрежение.

- Сега - започна майката, - след като си се успокоила, се опитай да ми обясниш твоето състояние. Какво се случи с теб днес? От какво беше така разстроена?

Раменете на Надя потръпнаха:

- От жалост. Просто ми стана жал. Нима това не е достатъчно, за да се разстроиш?

- А на мен ми се струва, че не “просто” от жалост. Жалостта е емоция, мимолетна реакция на душата на външно впечатление. Това е първото сърдечно движение, което след това поражда мисъл, слово, дело. Не знам какви мисли си имала във връзка с видяното, но чух думи, които ме удивиха. Ти каза: “Аз нищо не разбирам”, и в гласа ти имаше такава безпомощност, такава обърканост! Какво значеха тези думи?

- Аз наистина се обърках. Винаги съм знаела, че съществуват злото и страданието, но никога не съм се замисляла за това сериозно. Знаех и за войните, и за убийствата, виждала съм просяци и сакати. Но днес... Мамичко, днес като че за първи път през целия си живот се замислих: “Защо е така? Защо?” Този младеж инвалид... Та той също е бил малко дете... не, той първо се е родил. Майка му го е обичала, купувала му е ризки, учил се е да говори. После е тръгнал на училище... Нали Господ му е дал живот - не за това, да му отрежат на война крака и да стане такъв... сакат... Започнах да мисля и нищо не можех да измисля: все излизаше, че животът на този младеж е свършен, а това, което ще бъде с него по-нататък, е само мъка, безсмислена мъка... Но нали Бог е Любов?..

Надя пак се обърна към прозореца.

- А какъв живот ти би му пожелала, ако не беше това нещастие?

- Какъв? Обикновеното човешко щастие: семейство, деца, семейни радости, интересна работа...

- Да прави бизнес, да ходи на дискотеки, да кара кола... - в тон с нея тихо продължи майката.

- Да. А защо не? - с известно предизвикателство възрази момичето.

- Почакай, Надя. Хайде да помислим спокойно. Ти каза за семейните радости. Ти би искала този младеж, както и неговите връстници, да се ожени. А откъде си сигурна, че женитбата е нещо добро?

- Но нима ти самата не си ми го казвала винаги?

- Първо, аз говорех за законния, т.е. за венчания в Църквата, благословен от Бога брак. Мнозина ли днес се венчават в Църквата? После, нима няма нещастни бракове, когато хората проклинат деня на сватбата си като ден, в който са извършили непоправима грешка? А колко много са разводите! Спомни си поне семействата на твоите съученици. Нима са малко момчетата и момчетата във вашия клас, които нямат бащи? Повече от половината клас, Наденце. И с всяка година стават все повече. Родителите се развеждат, създават нови семейства, които също се разпадат... Ти съдиш по нашето семейство, а при нас по Божия

милост всичко е благополучно най-вече затова, че ние с татко ти и двамата сме вярващи, православни. Надя, такива семейства като нашето, са малко. За съжаление. Запомни това и благодари на Бога.

- Мамо, но бракът е добър даже и само за това, че в него се раждат деца.

- Да, това е голяма радост - да имаш свои деца. Но колко мъка чака родителите, които не успеят правилно да ги възпитат! Помниш ли, ние с теб видяхме как една старица майка влачи пияния си син към дома? Той я ругае, отблъсква, иска да върви обратно, а тя плаче, умолява го и го държи за ръката здраво-здраво със старческите си ръце... Мислиш ли, че е много щастлива? А когато през тридесетте години разрушаваха църквите, често това правеха децата на вярващи майки. Представяш ли си, какво са преживели онези майки, чиито деца са хвърляли в огъня светите икони, изхвърляли от гробниците мощите на Божиите угодници?

Кой знае, може би децата на този младеж инвалид биха станали страшни грешници, богоборци.

- Едва ли... Той е такъв добър, веднага се вижда...

- Работата не е там, какъв е, а как той и жена му биха възпитали децата си. При това хората, Наденце, много често грешат в оценките си един за друг. Ние даже себе си не познаваме истински, а ближните - още по-малко. Затова нашите оценки: "Този е добър, онзи е лош", често се опровергават, даже в този, временния живот. Не говоря за това, че до самия си край човек запазва свободата на избора между доброто и злото. Спомни си примера от Евангелието: от една страна - благоразумният разбойник, който се покая на кръста, който изповяда Христа като Бог и отиде в рая, а от друга - апостол Юда, който сред най-близките дванадесет ученици следваше Спасителя, слушаше учението Му, бе свидетел на чудеса и изцеления, но стана предател на Господа... Знаеш ли, как би протекъл животът на младежа, когато си срещнала днес, ако с него не бе се случило това нещастие?

- Ами, едва ли по-лошо от сега.

- Почакай. Нека засега да не даваме оценки "по-добре" или "по-зле". Само кажи: ти знаеш ли, как *именно* би протекъл животът му?

- Не, разбира се.

- И аз също не знам. А Господ знае.

- Знае не само, какво е било, какво е и ще бъде, но и какво *би било*...

- Разбира се. За нас това е труднопостижимо поради нашата ограниченост и несъвършенство. Ние съществуваме и мислим във времето: каквото е било - вече няма да го има, каквото ще бъде - още не е било, и два пъти да преживеем един живот, като че в различни варианти, не ни е дадено. А Господ е всезнаещ, всесъвършен, вечен. Той знае и вижда всичко наведнъж: и миналото, и бъдещето, целия временен живот и вечната участ, при това на всеки човек. Ти не си успяла да помислиш за нещо, а Господ вече знае всички възможни последици от тази мисъл в различните варианти. Ти при това оставаш напълно свободна в избора си - ето кое е удивително!

Ще ти разкажа един случай. Това е истинска случка. Аз я чух много отдавна, когато тебе още те нямаше и може в някои детайли и да сгреша. Тази история свещеникът я разказваше на проповед.

Това се случило в Русия, в самото начало на 19 век. Детето, младенец, на една жена, бедна дворянка, умираше. Не помня от каква болест. Струва ми се, вече се задушавало и било близо до смъртта. Майката горещо се молела на Бога. Вярата ѝ била дълбока и силна, а майчината ѝ мъка придавала на молитвите дръзновение и неотстъпчивост. Нещастната жена умолявала Господа да запази живота на сина ѝ. Отпуснала глава на детското легло, тя се унесла и като че задрямала. И в съня си видяла страшно видение. Бесило. Петима обесени, сред които и нейният син, само че вече като възрастен... Майката се опомнила. Тя разбрала, че Господ ѝ е открил бъдещето на сина ѝ, което би го чакало, ако той остане жив. Позорна екзекуция на държавен престъпник! Но майката още по-горещо започнала да се моли: "Господи! Запази живота на моя

син! Аз ще го възпитам в лоното на Твоята Църква! С него няма да се случи това, което Ти ми показа! Господи!" Момчето останало живо. Но майката не могла да го възпита такъв, какъвто искала. Намерили се лоши другари, попаднали в ръцете му лоши книги, влязъл в лошо обкръжение.

Революционно. По-късно членовете му били наречени "декабристи". Те замисляли държавен преврат, свалянето на царя, Божия помазаник, и жестоко платили за това. Петима от най-видните ръководители на движението били обесени, сред тях и поетът Рилеев - онова същото момче, което някога майката измолила от Бога...

Виждаш ли, Наденце, как действа Божият Промисъл. Умира детенце. И ти, и аз, и всеки човек би казал: "Какво нещастие!" А някой би добавил, както ти днес: "Аз нищо не разбирам..." Но аз се надявам, че случаят, който ти разказах, ще те убеди, че и не трябва да се опитваме да разбираме, т.е. логически да изследваме едно или друго явление - трябва просто да вярваме. Защото вярата в Бога предполага не само вяра в Божието битие, в това, че има Бог. Това е също вяра в Божия Промисъл, в това, че Господ всичко *устройва за наша полза*.

- Дори и смъртта?

- Звучи страшно, но не искам да си кривя душата пред теб: дори и смъртта. Днес, размишлявайки за съдбата на младежа инвалид, ние говорихме само за това, че той се е лишил от много *земни* блага и утешения. Но ние с теб, Наденце, сме християнки и трябва да гледаме по-надалеч и по-надълбоко. Животът на човека на земята е няколко десетилетия. Това е само един миг пред цялата история на човечеството, а още повече пред вечността. Помниш ли как е писано в "Псалтира": "Защото пред Твоите очи хиляда години са като вчерашния ден." А по-нататък е казано за човешкия живот: "Дните на нашия живот са седемдесет години, а при по-голяма сила осемдесет години; а най-доброто време от тях е труд и болест." Щом хиляда години пред Господа са като "вчерашен ден", то 70-80 години на човешкия живот (а мнозина не доживяват до тази възраст) са просто миг. Но от този "миг", от това, как ще прекараме тук дните си зависи нашата вечна участ. Разбираш ли? Да изживееш определения ти срок тук, през цялото време, избирайки между доброто и злото, добродетелта и греха и да наследиш според избора си или Царството Небесно, вечното блаженство с Бога и светиите, или бездната на ада и вечната мъка с дявола и неговите слуги. Ето какво трябва да помним, размишлявайки за страданията и нещастията в този живот. Жалко е за нещастния младеж-воин, но мисля, че не случайно Господ му е изпратил този кръст. Вероятно по този начин той ще избегне множество грехове, които би извършил, ако беше млад, силен, красив... Вероятно той, вкусвайки скърбите, ще се обърне към Бога... А може би ще се открият у него таланти и способности, които не би имал, ако вихърът на обикновения живот го бе завъртял...

Живял в Русия един забележителен поет, съвременник на Пушкин, Иван Козлов. Той бил блестящ гвардейски офицер, светски човек, обичал баловете и празниците. Характерът му бил открит, жизнерадостен. Такива хора наричат "душа на компанията". Весело прекарвал дните си и бил, както му се струвало, напълно щастлив. И ето, че Господ го посетил...

- Как го посетил? Имал е видение?

- Не, не видение. Така благочестивият и мъдър руски народ назовава скърбите - *посещение Божие*, знак за Неговата любов. "Господ го посети" - така казвали за онези хора, които са преживели неочаквано нещастие. Скърбите са като че вестители Господни. Те ни напомнят, че животът ни има край и на всеки предстои да даде отговор пред Вечния Съдия...

И тъй, този великосветски човек, напълно щастлив в своя земен живот, Господ посетил с велика скръб - болест. И не обикновена болест. В разцвета на силите, около четиридесет години, той заболял от паралич. Знаеш ли, какво е това?

- Знам, дядото на Маша има паралич. Той може само едва-едва да си мърда пръстите на ръцете и да си обръща главата. Не става от леглото даже до тоалетната, изобщо не се движи. Може да говори, но много лошо, като че устата му е пълна с нещо, само най-близките му, домашните, могат да го разберат... Колко жалко! Та той, мамо, е бил учен! Много книги е написал! Вярно, не е бил вярващ, майката на Маша, дъщеря си, не е пускал на църква. А сега лежи и само гледа иконите...

- Да, знам, Наденце. Нашият свещеник през Великия пост ходи при него да прави маслосвет...

Но едно е, когато е парализиран старец, изживял дълъг живот, и друго, когато това нещастие е постигнало още млад, пълен със сила мъж, както се е случило с Иван Козлов. Не стига, че загубил способността да се движи и бил прикован към леглото и стола, но отгоре на това и напълно ослепял. Представяш ли си? Пълна слепота, мрак. Невъзможно е не само да четеш, да пишеш, но и да виждаш Божията светлина! Така той прекарал още двадесет години - последните двадесет години от своя живот. Забележи: не два месеца или две години, а двадесет. Полуседнал, след това само легнал, без нищо да вижда пред себе си. Такъв човек може да се нарече "жив труп", изглежда, че и на околните може само да навява тъга и униние. Обаче станало обратното. Той сам всички утешавал и избавял от тъга и униние. Започнал да пише стихове, станал поет, прочут по цяла Русия. Поезията му била не просто изпълнена с дълбоко чувство, тя била пропита с дълбока вяра и покорност на волята Божия. Той писал за себе си:

"Всички земни радости

с Небесната надежда замених."

- Аз даже не съм чувала за такъв поет. В училище не са ни говорили за него.

- За това пък едно негово стихотворение ти знаеш много добре, а и кой руски човек не го знае?

Вечерен звън, вечерен звън!

Колко много думи ни навява...

Надя се усмихна, като чу думите на познатата песен, а майката продължи:

- Това стихотворение е пропито с църковно благовестие. Прочети го до края (имаме го в сборника "Руски поети") и ще бъдеш изумена: то е за смъртта, но с какво християнско смирение и кротост приема поетът мисълта за смъртта, за края на земното съществуване! Не напразно Жуковски малко преди смъртта на Иван Козлов пише за него на Вяземски (те всички били познати): "Отбий се при Козлов, той е в ужасно състояние: пръстите му се вдървяват, езикът е започнал да изтръпва, слухът му отдавна е отслабнал. А душата - живее." Главното е - душата да бъде жива. Аз съм сигурна, че и на онзи младеж, когото си срещнала в метрото, душата е жива и ще бъде жива. Не случайно те е поразил добрият, мек израз на лицето му. А онова, което може би у него е било лошо, греховно, всичко ще се смекчи от страданието. Душата му ще се очисти от страданието. И ако той понася своята скръб без ропот, с търпение и смирение, Господ, разбира се, ще го награди във вечността. Ти как мислиш?

- Значи без скърби е невъзможно да се спасим?

- Невъзможно е. Нали ни е казано: "На света скърби ще имате." Само че скърбите, както казва старецът Макарий Оптински, биват волни и неволни. Волните скърби, т.е. доброволните - това е подвижничеството. Постите, бденията, продължителните молитви, доброволните лишения, например като изпълнението на монашеските обети. Но хора, които могат да поемат върху себе си волни скърби, се срещат рядко: това е пътят на Божиите избраници, пътят на съвършените. Останалите, които нямат подвизи заради Христа, Господ посещава и спасява с неволни скърби. Тук вече щеш не щеш, трябва да си носиш кръста.

Да речем, че човек е събрал пари, наканил се е да ходи на море, в чужбина. Всичките му мисли са за отдих и развлечения. За Бога и душата е забравил... И изведнъж - Божие посещение: или болест, или кражба на цялото му състояние, или скръб в семейството. И той се опомня. Така става.

А друг, сякаш и в Бога вярва, и ходи на църква, но сърцето му е студено като камениста земя, и все не е това, което трябва. Дава си дума повече да се моли, да се бори със страстите, да живее по заповедите... Тъкмо почне - и отново пада в същите прегрешения. И отново - студенина, леност, униние... Такъв човек също се нуждае от Божие посещение. Само че ние искаме Господ да ни посещава с утешения: с чудеса, видения, сбъдване на желанията ни. А Той ни посещава със скърби. Това е полезно още и затова, че от скърбите

не можеш да се възгордееш. Ще избягаш от една, а на друго място, в друга ситуация, те чака нова, често пъти по-сериозна.

- Но нали има много хора, които нямат никаква скръб. Те са доволни и щастливи. Какво, те няма ли да се спасят?

- Кой например?

- Ами много, много хора. Струва ми се, в нашето семейство никой няма скръби!

- Мислиш ли? Значи, не си много внимателна. За вас, децата, няма да говоря. Вас сега Господ ви пази със специална любов, вие растете в лоното на Православната Църква и нямате такива скръби, каквито имат възрастните. И все пак, ето нашият Серьожа от ранно детство е със слабо здраве, непрекъснато настива. Нима това не е кръст? Да, не може да се сравни с кръста на младежа, който си срещнала. Приятелите на Серьожа ядат навънка сладолед, а той - не. За него това винаги е забранено. Децата тичат в студа, играят хокей - а той е с увито гърло, гледа ги през прозореца... А моята скръб е, че трябва през лятото да го водя на море за да укрепне от морския въздух, а ние не можем да си го позволим. Ще ми повярваш ли, че сънувам как седим на морския бряг, Серьожа излиза от водата - загорял, здрав. В детството си почти всяка година ходех с родителите си на юг, а сега, за да можем всички да заминем - нали не мога да ви оставя на болната ви баба! - са нужни огромни пари. Ами нашият татко! Нима не виждаш, какъв кръст носи? Този кръст е работата. Той, както знаеш, работи на две места и почивният му ден е само един - неделя. Прибира се късно, излиза рано. С него малко се виждаме, не може да отдели много време на децата си, които обича повече от всичко на света. И защо? Защото ни храни. Ето ни, колко сме много и всички живеем с парите, които той изкарва и които все едно, не ни стигат. На Серьожа трябва да купим юношеско колело - значи, ще се наложи ти да почакаш за ново палто... И така ние с него седим и премисляме: откъде може да се икономиса... Баща ти се изморява, често дори няма сили да почете преди сън. Нима това не е кръст? А ако си живееше самичък, материално щеше да му е много леко и хубаво. Нямахте да ни има нас... Така че, Наденце, и вие имате своите скръби. И аз ги имам, и ти ги имаш.

- Мамо, а богатите хора, предприемачите, бизнесмените, семействата им - те със сигурност нямат скръби! Живеят и се наслаждават на живота.

- Първо, докато, както ти казваш, "се наслаждават на живота", някой от тях може би вече го чака нещастие. И в някакъв смисъл това е добре: от такова Божие посещение се пробужда, оживява душата. Второ, не мисли, че богатите хора, за които говориш, са толкова щастливи. Човек има една особеност: все не му стига и той ще намери повод да завидва на ближния. Този има по-хубава марка кола, онзи има повече пари, трети има власт. И ето ражда се завист, най-мъчителната страст, която смуче и гложде душата като червей. При това такива хора често живеят в страх. Налага се да си наемат телохранители, да си слагат бронирани врати. Те само това и чуват, че някого от познатите им са застреляли във входа, или са отвлели детето... Те подозират всички: струва им се, че ги подслушват, че през цялото време някой ги следи. Такива хора нямат покой нито тук, нито получават мир там, в задгробния свят.

Накрая ще ти кажа още нещо. Не всеки е достоен за такава скръб, която наричаме посещение Божие. Някому това няма да помогне, няма да послужи за спасение, човекът само ще започне да роптае и да хули Бога в скръбта. Затова той и остава без спасителни и очистителни скръби. Ето това са най-най-нещастните хора, които светът смята за преуспели и даже щастливи.

- Мамичко, ако скръбите имат спасително, очистително значение, защо Господ ги праща на добрите хора, не просто на добрите, а на праведниците? На Своите угодници? Ето, преподобният Серафим, той вече е бил пустинник, подвижник, велик молитвеник и тогава селяните крадци го пребиват до смърт... Защо страдат праведниците?

- Първо, за по-голямо съвършенство, за придобиване на по-големи венци в Царството Небесно. Освен това Господ чрез скръбите може да изпитва праведниците в добродетелта търпение. Така е било с библейския праведник Иов. Понякога става така, че човек е и праведен и почти свят - до първата сериозна скръб. А като

дойде скръбта - и той възроптае, и вярата му се поклаща. В носенето на скърби ние често познаваме нашето вътрешно устроение.

В скръбта ние често познаваме своята немощ и се смиряваме.

Второ, Бог може да посещава праведниците със скърби и за смирението на другите. За да покаже на немощните как трябва да се носят страданията. Често Господ дарява такива хора с духовни дарове: дар на прозорливост, разсъждение, утешение. Вярващите хора наричат тези страдалци блажени.

- Кажи, мамо, ако болестта трябва да разбираме като Божие посещение, то да се лекуваш, това грях ли е?

- Светителят Тихон Тоболски подробно разглежда този въпрос. Не, да се лекуваш, когато си болен, не е грях. Как ние, православните, трябва да постъпваме в този случай? По каквато и непосредствена причина да е започнала болестта няма никакво съмнение, че това е по Божия воля. Обаче на болния не му е известно Божието намерение за продължителността на болестта му, затова той може да се обърне към лекар и да потърси лекарство. Когато след продължително лечение види, че нищо не помага, може да си направи извод, че такава е волята Божия - да търпи продължителна и тежка болест. И все пак болният не знае, угодно ли е на Бога, той да страда до смъртта си, затова може да продължи да се лекува, за да си възвърне здравето или да облекчи болестта, т.е., всъщност, до последния ден на живота. Това е много по-смирено, отколкото да си въобразява, че е способен да понесе мъчителната болест без лечение. А има хора, които чакат Господ да ги изцели с някакво чудо или знамение. Това показва липса на смирение у човека.

Най-главното е да помним, че във всеки случай ни изцелява Господ, действайки със средствата на видимия свят, чрез лекарствата и лекарите. Да не възлагаме упованието си напълно и изцяло на медицината, защото Господ може както да вразуми и умъдри лекаря, който ни лекува, така и (ако не Му е угодно да ни върне здравето) да лиши всяко, и най-доброто лекарство, от лечебна сила.

Но ми се иска да ти кажа в какво още е ползата от скърбите. В това, че дават на другите възможност да проявят милосърдие. А това е велика християнска добродетел. Разказвайки днес за младежа инвалид, ти спомена за неговия приятел, който вози количката. Мисля, че това също е подвиг, дело на любов. Така скръбта смекчава не само този, който непосредствено я изпитва, но и хората, които обкръжават страдалеца.

- А аз тъкмо исках да отбележа, че щом скърбите са така полезни и спасителни, то получава се, че ние трябва да се радваме на нещастията на ближния и да го оставим да носи кръста си...

- Надя, запомни: Господ е благ и даже злото обръща в добро. Войната например може да доведе до всенародно покаяние и вразумление. Великата Отечествена война, която започна през 1941 г., донесе на нашия народ огромни скърби и бедствия. Но, от друга страна, тя сложи край на гоненията на Православната Църква. Започнаха да се отварят храмовете, да се връщат свещениците и епископите от заточение, преди битките и след тях се отслужваха молебни. Руският народ се върна към вярата.

Много бойци носеха със себе си на фронта икони. Всичко тук не е толкова просто. Можеш да попиташ: "Значи войната е нещо добро?" И аз ще ти отговоря: "Разбира се, че не. Тя е зло. Но Господ и злото обръща към добро."

А колко любов и милосърдие се открило в руските хора по време на войната! Как те помагали на ранените и даже на пленените немци - за тях руските жени също намерили в себе си милост. Въобще, милосърдието е общохристиянска добродетел, но особено е свойствена тя за жената християнка.

Знаеш ли житието на праведната Юлиания Лазаревска?

- Това е тази, която хранела гладните?

- Тя била много благочестива жена, молитвеница и тайна подвижница. Давала милостиня също тайно от домашните си: искала от свекърва си по-големи порции храна за себе си, казвайки, че повече ѝ се яде, и раздавала на бедните. А на старини, вече като вдовица, тя раздавала имуществото си на нуждаещите се и сама станала бедна. Това било в царството на Борис Годунов. В Русия настъпил такъв страшен глад, че

хората се хранели с мърша и даже с човешко месо, т.е. започнало людоедство. И ето, вече самата почти като просяк, старицата Юлиания заповядвала на останалите при нея слуги (другите отдавна си тръгнали, пуснати на свобода) да събират лобода, да свалят от брястовете кора и от тях да правят хляб. С този хляб тя не само се препитавала заедно със своето домочадие, но и хранела всички бедни, които като голямо множество идвали в къщата ѝ (тя тогава живеела в село Вочнево до Нижни Новгород). И ето кое е удивителното. Хлябът от лобода и кора би трябвало да бъде съвсем негоден за ядене. Но по молитвите на милостивата Юлиания той се оказал хранителен и вкусен. За това говорили бедните, на които Юлиания давала милостиня. Ето колко велика пред Бога е добродетелта на милосърдието!

Впрочем, когато виждаме до себе си чуждата скръб, желанието ни да помогнем е естествено. Отначало ни обхваща силна жалост. Но ако сме християнки, то жалостта трябва да се превърне не в ропот срещу Бога, не в душевен смут, който те е обхванал днес. Християнката, която се сблъсква със страданието на ближния, няма да разсъждава защо или за какво, или какво би било, ако... Тя първо мислено ще се помоли на Бога - ще предаде страдалеца и себе си на волята Божия. А след това ще прояви милосърдие - или ще даде милостиня, или поне ще ободри нещастния с дума, или ще му помогне по някакъв начин. Ако не може с нищо да помогне именно на този човек, тя ще обърне милосърдието си към други, нуждаещи се от помощ. Трябва само да прави това не от душевни чувствителни подбуди, а спокойно, разсъдително, както всичко, което се прави заради Бога.

Иначе ще станеш роб на своите емоции: някой от бедните ще ти хареса повече, ще поискаш всичко да му дадеш, а някой няма да ти хареса - няма да му дадеш нито стотинка.

- Вярно, мамичко, аз понякога не давам на просяците именно по тази причина. Даже от дребните, които татко всяка седмица ми дава специално за милостиня. Някои просяци извикват у мен недоверие. Момичетата от нашия клас казват, че те наистина са милионери, че си имат своя "мафия" и че даже децата им са нещо като наемни артисти, които са станали професионални просяци...

- Ах, Надя, този път е много опасен. Не мисли за това, не слушай момичетата! Дори и така да е - дори и "мафия" да е и да са "професионалисти"... Тебе какво ти е? Ако правиш милостиня по Божията заповед, то и Бог ще изпрати твоята милостиня където трябва.

- А няма ли да се получи, че аз ще дам на някакви авантюристи и вече няма да мога да дам милостиня на истинските бедни?

- Знаеш ли, какво казва нашият свещеник за това? На този, който се обръща лично към тебе, и при това моли "заради Христа", трябва да даваш милостиня обезателно, макар и стотинка. А в другите случаи - както Господ те вразуми. Винаги трябва да се молиш, давайки милостиня (наум, разбира се), за да бъде тя за полза, а не за вреда на човека. И да се стараеш по-малко да съдиш.

Но по-добре е да се помага с дела. Добро дело е да се грижиш за болните. Тук вече не може да има никакви съмнения: тези хора действително се нуждаят от милосърдие. Когато служиш на болните, и сама се смиряваш, успокояваш, укрепяваш във вярата...

- А ти откъде знаеш? От грижите за нас, децата, когато боледуваме ли?

- Ами, какво говориш! Да се грижиш за своите деца не се смята за дело на милосърдие. Това е почти като да се грижиш за себе си. Но това, което ти казах, наистина ми се случи да узная от опит.

Вече няколко седмици поред за около два часа излизам от къщи, като ви оставям с татко и баба ти. Знаеш ли, къде ходя?

- Ти казваше, че трябва да се помогне на леля Марина...

- Аз и наистина ѝ помагах: заедно ходихме в болницата, за да измием, нахраним, да почистим на лежащоболните. Това са старци, които вече не могат да стават от леглото. Децата им не ги посещават. И свещеникът благослови заедно с леля Марина и още няколко жени да ходим там един път седмично. Не исках да казвам на никого за това, но сега ти казах, само заради това... Знаеш ли, защо?

- Защо?

- Защото днес ми се стори, че е време да взема и теб със себе си. Искаш ли заедно с нас идващата неделя да дойдеш в болницата? Само имай пред вид, че там не е много весело. Там и за възрастна жена е тежко. Мръсно е. Мирише на лошо. Не знам, дали ще можеш...

- Ще мога, разбира се! И много ми се иска!

Майката тайно се зарадва на Надиния ентузиазъм:

- Как момичето християнка трябва да отговори? "Не знам. Надявам се на Божията помощ." Е, добре, дъще. Върви да се молиш и да лягаш да спиш, ние и така дълго говорихме.

Майката прекръсти Надя, която засия от радост.

ТРЕТИ РАЗГОВОР

"Кралица Марго". Безопасно ли е за душата четенето на такива книги. Момичето трябва да подбира книгите си. Някои книги замърсяват паметта с вредни впечатления. Какво може да чете момичето християнка. Надя мечтае за "истинска приятелка". Как тя разбира дружбата. Приятелките ѝ Катя и Юля. Защо се скараха с Юля. Приятелството в християнското разбиране. Защо има ревност. "Всички обичай, всички избягвай." Пристрастието и любопитството развалят дружбата. Приятелството между момче и момиче е пълно с изкушения. "И аз самата поглеждам към него." Майката предпазва Надежда.

На вечеря Надя беше разсеяна и не забеляза, че баща ѝ вече втори път се обръща към нея:

- Надежда, ти чуваш ли ме?

- Какво, тате? - потрепна Надя.

- Питам, от коя дата ви е ваканцията.

- Мисля, че от двадесет и пети декември - и момичето отново потъна в мислите си.

- Миналата година сякаш беше другояче, помниш ли?

- А-а-а - неуместно проточи Надя.

Баща ѝ въпросително погледна майка ѝ, тя му отвърна с недоумение в погледа...

След вечерята Надя припряно изми чиниите, изтри масата, после с веща ръка, почти машинално изтърка мивката, прибра в шкафа приборите и изтича в бабината стая. Там на бюрото, на което обикновено учеше, светеше лампата и лежеше отворена книга. Надя седна на бюрото, обърна страницата и забрави всичко на света. Приключенията на героинята толкова я бяха завладели, че тя не забеляза как баба ѝ влезе и излезе (след това на бюрото пред Надя се появи ябълка, която тя, без да се откъсва от книгата, започна да яде), как измина един час, и още един... Красавиците с кринолинови рокли, кралският двор, интригите, баловете, галантните кавалери, тайните срещи, горещите обяснения в любов - от този омагьосващ свят я извади маминият глас:

- Какво четеш?

Щеш не щеш трябваше да се откъсне. Майката поседна на дивана. Надя отмести книгата и обърна към нея някакъв замъглен поглед.

- По всичко си научих за утре. С музика се занимавах още през деня. Прибрах масата...

- Знам, ти си ми умница - усмихна се майката. - Все пак - каква е тая книга?

- Александър Дюма. “Кралица Марго”.

Майката се учуди. Тя се надяваше, че за дъщеря ѝ времето на увлечение от такива романи благополучно е минало. И изведнъж - “Кралица Марго”.

- Откъде я имаш?

- В класа всички момичета я четат по ред. Ето и на мен ми я дадоха.

- Е, и как е? Харесва ли ти?

- Знаеш ли, мамичко, аз, честно казано, разбирам, че тази книга е напълно празна. Но е толкова завладяваща! Знаеш ли, да си починеш, да се отвлечеш от всичко сериозно... Мамо, е, какво мълчиш? Нима затова, че съм християнка, трябва да чета само жития?... Мамо! Ти какво, сърдиш ли ми се?

- Не, не се сърдя. Макар да ме огорчава, че си се заела да четеш такава дебела книга, при това празна, без благословието на свещеника и даже без да се посъветваш с мене. Разбира се, няма да ти забранявам да я четеш, щом си започнала. Мога само да те посъветвам: спри, не чети по-нататък. Това не е лесно, но победата, която ще удържиш над себе си, е много важна за твоя бъдещ живот.

- Но защо, мамо? Знаем, че има неприлични, мръсни списания и книги, тях никога не бих ги чела. Но “Кралица Марго” е просто приключенски роман от едно време. Всички момичета са го чели, всички са във възторг. Красиви сцени, романтични чувства... Мамо, ама защо мълчиш? Нима смяташ това за нещо сериозно? Ще прочета книгата - и ще забравя. И всичко ще бъде както преди.

- Уви, Наденце няма да забравиш. И вече няма да си предишната. Такива книги като тази оставят в душата лоши следи. Ти ще искаш да забравиш, а в паметта ти ще изплуват образи - не свети, духовни, а образи на разпътни великосветски дами. Ще си спомняш сцените и думите на героите... Нима мислиш, че впечатленията минават през душата ти, без да оставят следи? Те затова се наричат така - *впечатления*, защото оставят дълбок отпечатък. Замърсяват сърцето и човек вече не може чисто да се моли. Но защо, защо ти първо не се посъветва с мен, а веднага взе да четеш? Ти днес и сама не си на себе си, като че не си с нас, а си в друг илюзорен, измислен свят...

- Е, мамо, не се огорчавай! Това е само една книга... Нима заради някаква си “Кралица Марго” ще се караме? Искаш ли още утре да я върна на момичетата и край?

- Бих искала да ти обясня нещо. Да ти прочета, както в детството, малка лекция. Прости ми, ако някои неща ти се сторят отдавна известни, “азбучни” истини. Слушай ме внимателно. Ти спомена сега житията на светиите. Разбира се, това е най-доброто четиво за момиче на твоята възраст. От светската литература достатъчно е засега онова, което влиза в учебната ви програма. Малко по-късно ще започнеш вече да четеш светоотеческа литература, поученията на светите отци. Това е сериозна литература. А ти, както казваш, искаш да си починеш. Е, какво пък! Това не е само простимо, но и напълно законно желание. Може да четеш и светска литература, такива произведения, които макар и да не възвишават мисълта към духовния свят, но поне пробуждат в нас добри чувства и мисли. Помниш ли, какво пише Пушкин:

И дълго ще бъда обичан от народа затова,

че добри чувства с лирата си съм пробуждал.

А “Кралица Марго”? Помисли поне за това как са изобразени в тази книга семейните отношения - между майка и синове, между съпрузи и съпруги? В юношеските си години четох този роман и много съжалявам: той не донесе никаква полза на душата ми, но за сметка на това замърси паметта ми с образи, от които дълго не можех да се избавя. Такива книги незабелязано, ненаатрапчиво учат на лъжа, коварство, разпътство, действат пагубно на моминското целомъдрие. Ти и сама, ако си внимателна и честна пред себе си, ще го забележиш. Когато четеш, много скоро ти става ясно дали искаш и сама да станеш по-добра, по-умна или напротив, книгата извиква у теб лоши чувства и такива желания, за които не би искала да говориш с мен.

Светите отци наричат човешките сетива “прозорци на душата”. През тези прозорци (зрението, слуха, обонянието, осезанието, вкуса) околният свят прониква в душата ни със своите впечатления, и не само с полезните, но и с вредните. А зрението е най-главният, най-големият прозорец.

Видиш нещо и вредното впечатление здраво се връзва в паметта и ако след това искаш да го забравиш, ще ти бъде много трудно. Нашата памет е една удивителна галерия. Всичко, което виждаме, чуваме, мислим, се събира в различни картини и се подрежда в тази галерия. Ако я напълним с глупави и порочни картини, после цял живот ще се наложи да прекараме сред тях, а от това, разбира се, няма да станеш нито по-умен, нито по-добър. Понякога човек иска да си спомни какво е видял, мислил и правил добро в своя живот, започва да преглежда своята галерия, а там, оказва се, доброто е много малко, повечето са такива картини, които и да гледаш е срамно.

Порочните спомени принизяват човека. Не му позволяват да израства духовно. И после, неговият характер, навици, представи се предават на децата и на тях ще им бъде много по-трудно да станат добри хора. Не бива да забравяме, че не само нашата бъдеща задгробна участ, но и животът на бъдещите поколения зависи от това как се държим, какво гледаме и слушаме, какво четем, за какво мислим...

Към книгата трябва да се отнасяме като към събеседник. Ако ти предложат да избираш, с кого искаш да говориш - с някой старец подвижник или с велик писател, или с човек, който пуши, пие, мотае се по ресторанти, играе на карти и изневерява на законната си жена - вероятно не би се колебала нито минута. Но великите хора са малко, светите още по-малко, рядко се случва да говорим с тях. А в същото време книгите ни дават възможност да избираме приятели сред най-добрите хора на света.

Често казват с похвала: “Той чете толкова много!” Но е важно не колко, а какво чете човек. Има много момчета и момичета, които са чели много, но не са били особено прецизни в избора на приятели сред книгите. Те са чели за крадци, тайни агенти, грабежи, убийства, за лекомислени и разпътни хора и така са замърсявали паметта си с всякакъв безсмислен боклук, който съвсем не си е струвало да се помни и даже да се знае. По-добре чети хубави разкази, повести, които имаме у нас вкъщи.

Чети, ето, романите на Дикенс - те са и интересни, и поучителни. Чети “Повестите на Белкин” на Пушкин. Чети разказите на Тургенев от “Записки на ловеца”. Чети Гогол, Чехов. Само не забравяй да се съветваш с мен или баща ти. Добре е още да четеш научнопопулярни книги, в които се говори как живеят хората в различните страни, как са живели по-рано, какви са били нравите им и обичаите и как въобще е устроен светът. Как живеят различните животни. Как е устроена вселената...

В тези книги има много от това, което трябва да знае всеки човек, а животът не е чак толкова дълъг и затова не си струва да хабим време за четене на разни безсмислени глупости. Още повече ти, която имаш много полезни и нужни занимания...

Наденце, сега ти нещо замлъкна и се натъжи... Какво ти е?

- Такива книги като “Краллица Марго” ни въвличат във фалшив свят, това ти, разбира се, каза правилно. И още добре каза, че книгите са приятели, събеседници. Те ти помагат да забравиш самотата. Затова се и захванах с тази книга.

- Самотата? При тебе? - майката просто бе поразена. Нейната Надя, светлото, открито, винаги заобиколено от хора момиче, се чувства самотно?

- Да.

- Чакай. Ами Катя? А момичетата от клира? А Юля? А нашето семейство? Ами накрая, аз? Нима с нас ти е самотно?

- Мамичко, всичко това малко не е същото. Ти си ми по-близка и по-скъпа от всички, но ти си възрастна. Аз искам да имам приятелка, такава, която да ми бъде второ “аз”: всичко-всичко да си споделяме една с друга,

да делим всички радости и тъги една с друга. Не са ми нужни много приятели, трябва ми една-единствена приятелка, но такава, че всичко да ни бъде общо, да нямаме тайни една от друга... В детството си смятах Катя за такава приятелка. Но днес от оная детска дружба почти нищо не е останало. Ние имаме малко общо. Даже ни е скучно заедно. Не, ние имаме прекрасни отношения, но, как да ти обясня? - не дълбоки, повърхностни.

- А Юля? Последния месец само за нея говориш. Няколко пъти на ден си звъняхте по телефона. А сега нещо не чувам за нея...

- Юля? Не. С Юля също приятелство, истинско приятелство, не се получи. Отначало тя много ми харесваше: такава умна, сериозна, даже стихове пише и също е православна, ходи на църква, има си изповедник... Но тя... Не, даже не искам да говоря за нея.

- Юля е направила нещо лошо?

- Измяна в приятелството - как мислиш, не е ли лошо?

- Нима е толкова сериозно? - майката поиска да се пошегува и с шегата да снесе напрежението. Но тя виждаше, че шегата сега може болезнено да засегне момичето. Майката си спомни, че през последната седмица Надя беше замислена и тъжна. Ето каква била работата! Може би този интерес към "Кралица Марго" е свързан с това разочарование - желанието да се забравиш, да се утешиш... Тя попита внимателно:

- Юля е издала някаква твоя тайна, която си й доверила? Или зад гърба ти те е осъдила? Или те е наклеветила?

Надя мълчеше. И майката зададе още един въпрос:

- Каж ми, това миналата седмица ли се случи?

- Да. В петък. Юля ходи в някаква "Школа по изкуствата" на кръжок по поетично творчество. Там също ходи и Наташа от другия клас. И цялата минала седмица те с Наташа се готвеха за вечерта на поезията, гледаха си тетрадките със стихове, обсъждаха размери и рими, аз не разбирам нищо от това. Всяко междучасие тичаха презглава една към друга. А в четвъртък си тръгнаха заедно за къщи, макар че Юля прекрасно видя, че я чакам. И ето, в петък същата работа. Аз се приближих до тях (а те вече вървяха по коридора с Наташа) и ги питам открито: "Юля, ти с мен ли ще дружиш или с Наташа?" Какво? Глупаво ли е?

- И Юля какво ти отговори?

- Нищо. Просто сви рамене и премълча. Наташа, изглежда разбра, че съм обидена и каза: "Е, аз да тръгвам." Но Юля не я пусна. И те заедно си тръгнаха. Вечерта в петък Юля ми позвъни, но аз не исках да говоря, затворих слушалката. От този ден в училище не сме се приближавали една до друга. Аз, честно казано, чаках тя наново да се обади, готвих наум разни умни фрази, но всичко напразно: тя повече не ми звъни... Какво ще кажеш за това, мамо?

- Тъжна история. Но ако се интересуваш от моето мнение, позволи ми да ти кажа честно и откровенно: ти сама си виновна. Ако приятелството ви завърши така, ще се наложи да обвиняваш само себе си.

- Защо?

- Защото очевидно не си представяш добре какво е приятелство в християнския смисъл на думата.

Приятелството е велико утешение, дадено ни от Бога в скръбния земен живот. То несъмнено е дар Божий. Затова този, който няма приятел, може да се моли на Бога: "Господи, изпрати ми истинска приятелка!" А който има, трябва да благодари на Бога за този дар. Разбира се, ти си права, че това с Катя не може да се нарече истинско приятелство. И не поради това, че понякога заедно ви е скучно. Просто вие нямате истинско единомислие, единомислие. Катя изобщо е добро момиче, но въпросите на духовния живот са й безразлични, а за теб са много важни. И се получава, че гледате сякаш в различни посоки и вървите по различни пътища.

Юля е друга работа. Между вас би могло да има истинско приятелство, приятелство между две момичета християнки. Но очевидно във вашите отношения липсва онова, което задължително съпътства това приятелство: простота, деликатност и взаимно доверие. Беше ти досадно, че Юля прекарва много време с Наташа, но вместо веднага, от първата минута да ѝ признаеш това и да изясниш вашите отношения, ти остави ревността да се развие - тази ужасна страст, сродна със завистта. И когато тази страст се е развила с пълна сила, е станал разрив, защото си поставила приятелката си пред труден избор.

При истинското приятелство не може да бъде така, защото то е жертвено. В Евангелието се казва: "Няма по-голяма любов от тая, да положиш душата си за своите приятели." Тази жертвена любов е връх на приятелството, но ти не си тръгнала към този връх. Знаейки колко важни са за приятелката ти поетичните ѝ занимания, как се готви за вечерта на поезията, ти, вместо да се оттеглиш за известно време, да останеш в сянка и да се радваш на нейната радост, вместо това си я поставила пред избора: "Или аз, или Наташа." В същност: "Или дружбата с мен - или твоите занимания с поезия." Без сама да искаш и да го разбираш, ти си била жестока с приятелката си.

Дружбата само тогава е здрава и трайна, когато приятелите или приятелките проявяват чувствителност и деликатност един към друг. Ако единият прояви настойчивост в нещо, изисквайки да се спазват неговите интереси, край на приятелството. А ти си проявила не просто настойчивост - била си натрапчива, държала си се сякаш Юля е твоя собственост и сякаш не може да има нито свои интереси, нито приятели, освен теб.

Знаеш ли откъде произлиза ревността в приятелството? От прекалена чувствена привързаност.

- Какво значи "чувствена"?

- Основана на емоции и на утвърждаване на своето "аз". Християнското приятелство има духовна основа, а във външните си прояви то - не се учудвай, моля те, е по-студено, отколкото ти се струва. Някога свещеникът ми беше цитирал думите на светител Тихон Задонски: "Всички обичай, всички избягвай." Аз го питах примерно за същото: какви трябва да бъдат християнските отношения с приятелите. И той ми отговори с цитат от светия отец: "Всички обичай, всички избягвай."

- "Всички обичай" - е ясно. А какво означава "всички избягвай"?

- Това значи... казано по светски, да спазваш определена дистанция в отношенията с хората. Да не разгласяваш пред никого, дори пред най-близкия приятел, най-съкровено. Никакви "тайни", откриването на които ти смяташ за важен признак на приятелство. Да ги оставяш за свещеника, твоя духовник. А някои теми, особено свързани със здравето и хигиената, да обсъждаш само с майка си. Аз не харесвам, когато момичета приятелки прекалено откровеничат помежду си. Всяка трябва да има достатъчно уважение към себе си, за да пази някои тайни за себе си, да говори за тях само с майка си. Познавах момичета, на които дори не им идваше на ум, че не бива например да се говори за някои семейни работи и те изнасяха пред приятелките си абсолютно всичко, каквото става при тях у дома. Както всеки човек, така и всяко семейство може да има свои лични неща, които страничните хора не бива да знаят. А ако приятелките разказват всичко наред, могат да поставят близките си в смешно и неприятно положение.

С Катя вие грешихте с празно бърборене, обсъждане на учителите, случаи в час и т.н. Колко пъти ми се искаше да натисна вилката на телефона и да сложа край на тези празни разговори, особено когато започвахте да гадаете кой в класа ви в кого е "влюбен"!

Но, честно казано, и вашите разговори с Юля не ми харесваха: разказвахте една на друга сънищата си (нима не знаеш, че не бива да се прави това?), надпреварвахте се да си споделяте всички мисли и чувства, да си разказвате всяко най-незначително усещане, правехте се на умни една пред друга... Сякаш бързахте до край да откриете душата си една пред друга, като че се стараехте да обърнете душата си наопаки. Затова и вашата гореща дружба така лесно се счупи.

Само християнинът, член на Църквата, може да разбере как се съчетават тези понятия: "Обичай всички" и "бягай от всички". Работата е там, че християнската любов не е пристрастна, тя не си присвоява приятеля - тя го предава на волята Божия. И момичето християнка за приятелката си би трябвало да мисли примерно

така: “Господи, благодаря ти за този дар, приятелството. Моята приятелка не ми принадлежи, тя е Твое създание и аз вярвам, че Ти водиш всеки от нас по най-добрия път към спасение. Помогни ми да се избавя от пристрастието си към нея, от ревността към другите и приятелки и занимания...”

Приятелството често се разваля от любопитството, проявено от една от приятелките. Не бива никога да допускаш това. Даже ако ти е много любопитно да знаеш нещо, по-добре да почакаш, докато приятелката сама ти разкаже. А ако не ти разкаже, трябва да се смириш и да се успокоиш...

Знаеш ли, от твоите приятелки най-много ми харесва Маша. И Маша, и вашите отношения с нея. Те са най-близо до християнската представа за дружба.

- Но ние с Маша не сме най-близки приятелки...

- Само затова, че не говорите по половин час по телефона? Не се пъхате в душата една на друга? Не се ревнувате и не се карате? Всичко това са признаци на чувственото, пристрастно приятелство. Затова пък сте единомислени християнки, завършили сте едно и също неделно училище. Заедно служите на Бога - пеете на клира. Малко приказвате, но се разбирате от половин дума. Обединява ви общата молитва. Накрая, сте духовни сестри: имате един и същ духовен баща. И аз не се съмнявам, че в труден момент, когато имаш нужда от помощ, с дума и дело до теб ще бъде именно Маша.

- Мамо... А какво мислиш за приятелството на момче и момиче? Някои смятат, че то е по-здравно, по-надеждно, отколкото дружбата с момиче. Приятелят никога няма да те предаде, няма да издаде тайните ти, ще те защити...

- Може и да има такива случаи, но аз не знам нито един. Обаче знам много случаи, когато отношенията между младеж и девойка (защото не говорим с тебе за малки деца, нали?) са започнали като приятелство, чисто и благородно, а после са прераснали в любов, която, както знаеш, е свързана с много изкушения.

- Ами нека да се изкушава, като не може иначе! На мен какво ми е!

Майката изумено погледна Надя и тя се изчерви.

- Ти, Наденце, за какво говориш?

- За Саша от десети клас. Той ми звъни понякога. Струва ми се, че бихме могли да бъдем добри приятели. Скоро работихме в двора на училището, чистихме снега. Та той дойде, макар че неговият клас не трябваше да участва в прибирането, и почисти вместо мен целия ми район! И после забелязвам, че в междучасията стои някъде до прозореца с ръце в джобовете и ме гледа. Момичетата казват, че аз му харесвам.

- Е, а ти какво?

- Нищо. Смя се с момичетата. Нека гледа, не ми се свида. Аз и сама поглеждам към него: дали още гледа или се е обърнал? Веднъж с Катя вървахме под ръка в коридора, минахме покрай него и аз изведнъж рязко се обърнах. Срегнахме си погледите и ми стана някак неловко... А когато той изчисти снега вместо мен, всички момичета ми завиждаха... Мамичко, ти какво се разтревожи? На мен той съвсем не ми харесва, безразличен ми е. Аз просто мисля дали не можем да бъдем приятели...

- Не мисля, че това е възможно. Но ме безпокои друго: не знам, правилно ли се държиш? Струва ми се, че те блазни вниманието на този десетокласник и ти малко се докарваш, когато те гледа. Разменяш си погледи, приемаш услугите му...

Надя се обърка.

- Безпокоя се за това - продължаваше майката, - че твоето настроение ми се струва лекомислено. Ти на свещеника на изповед поне каза ли за тези погледи? Момичето трябва да бъде много, много сдържано и внимателно, когато забележи, че се харесва на момче, на юноша. Нали не искаш да оставиш в сърцето му

крвяща рана? Това е голям грях. Повече от всичко се пази поведението ти да не бъде съблазнително. Не забравяй думите от Евангелието за тези, чрез които дохождат съблазните в света! Може ли така, какви ти погледи! Нима не разбираш, че Саша може да ги приеме като знак за ответен интерес към него? И какво след това?

- Мамо, но нима тези изкушения са неизбежни?

- Уви, неизбежни са, ако става дума не за светци, а за обикновени хора. Там е работата, че между юношите и девойките съществува естествено взаимно влечение, предизвикано дори и само защото принадлежат към различни полове. Това влечение трябва да завърши със законен брак, т.е. венчание в църквата, съпругеска любов и раждане на деца. Но докато девойката и юношата не са достигнали брачна зрялост, им е рано да мислят за брак. Затова, ако искат да запазят целомъдрие - не само телесната, но и душевната чистота, по-добре е да стоят на безопасно разстояние един от друг, да не общуват прекалено често, дълго и тясно.

Не напразно в миналото дори годениците, когато въпросът за брака е бил вече решен, се пазели от близко общуване помежду си, не им позволявали да се виждат насаме. Сега, разбира се, времената са други. Девойките и младежите от нецърковна среда се държат много свободно, лишават се от целомъдрие и стават робини на плътската похот като животни.

Аз не говоря за теб, разбира се. Сигурна съм, че когато пораснеш и поискаш да встъпиш в законен брак, твоят избраник, твоят бъдещ съпруг ще бъде християнин като теб, член на Православната Църква. Иначе няма да бъдете единомислени, единомушни. Защото именно това, а не само съвместното преживяване, общият бит, плътските отношения е основата на семейното щастие.

Майката погледна часовника и ахна:

- Ама се заприказвахме ние с теб! Баба ти вместо нас мие и приспива децата!

ЧЕТВЪРТИ РАЗГОВОР

Трудната тема за съчинение. Пред какъв избор стои всеки човек. Тесният и широкият път. Избор на лекарска професия. Какво значи "изцеление". "Жената не може да бъде добър специалист." Надя съжالياва, че не се е родила мъж. Всички велики хора са родени и възпитани от жени. Значението на жената в семейството. Защо казват, че "всичко зло на земята е от жените". От тях излиза и злото, и доброто. За какво ѝ е на жената образование. Творческите способности на жената и мъжа. Висшето творчество на човека е работата над себе си. Как християнката се бори със страстите. За жените пътят на апостолското служение е отворен. Пътят на спасението и пътят на съвършенството. Решението да се поживее в манастир. Кой път ще избере Надежда?...

Измина студената зима. Слънцето вече затопляше земята, напомняйки, че скоро всичко ще се раззелени, ще се съживи... За Надя тази година беше особено важна. Първо, тя завършваше седми, последен клас на музикалното училище и много се упражняваше, готвейки се за изпита по специалността. Второ, завършваше осми клас на общообразователното училище и скоро ѝ предстоеше да реши дали да продължи в средното училище или да се готви да кандидатства в медицинско училище. От есента на миналата година те заедно с майка ѝ ходиха в болницата, грижеха се за болни (вярно, че майка ѝ не я взимаше със себе си всяка неделя, а два-три пъти в месеца) и ѝ се струваше, че е намерила работа, с която в бъдеще би могла да свърже живота си. Тя искаше да завърши училище, да поработи като медицинска сестра, след това да постъпи в института и да стане детски лекар...

Родителите общо взето одобряваха нейното решение, но свещеникът, когато се обърнаха към него за съвет, изрази съмнение: "Тъкмо това ли ѝ е нужно? Дали това е нейният път?" и предложи още да помисли и да се помоли. Надя и сама не беше уверена в нищо, изборът ѝ не беше окончателен. Тя пребиваваше в размисъл. Затова, когато дадоха за домашно съчинение на тема "Изборът на жизнения път", момичето, което обикновено леко и с удоволствие пишеше съчинения, се оказа в твърде затруднено положение. И реши да се посъветва с майка си.

- Мамо, - каза тя, влизайки в кухнята, - дадох ни трудна тема за съчинение. Не мога да измисля какво да пиша. Темата е "Изборът на жизнения път".

- Нима това е трудна тема? - учуди се майката.

- Но ти знаеш, че аз още нищо не съм избрала. Все мисля, мисля...

- Ето, че съчинението ще ти помогне да обмислиш всички варианти, да формулираш мислите си... Впрочем, нали съчинението не е изповед и не е нужно да съобщава на учителката своите планове и да откриваш помислите си. Съчинението е само едно словесно упражнение. При това виж, как е формулирана темата, според мен много коректно. Не е казано: "Моят избор..." или: "Моят жизнен път". А просто общо: "Изборът на жизнен път". Забележително! И много интересно.

- Така ли мислиш? - със съмнение произнесе момичето. - И какво може да се напише тук?

- Откриват се богати възможности за интересно разсъждение - майката говореше, като продължаваше да бели картофи и с жест покани Надя да се присъедини към нея. - Първо, самата дума "избор" навежда на размисъл. Аз бих написала, че човек всяка минута от живота си стои пред избор, само че не пред избор на професия, а пред избор между доброто и злото, между добродетелта и греха... Изобщо, бих писала не за професията, а за живота... "Жизненият път" може да се разбира много различно. Нали темата е свободна?

- Да.

- Добре тогава. Бих казала, че човек избира и избира през целия си жизнен път. А защо? Защото е надарен със свободна воля за разлика от всички други Божии творения...

След това бих казала за основния избор на път... По принцип, възможни са само два пътя. Знаеш ли, какви?

Надя се затрудни да отговори. Майка ѝ сама отговори на своя въпрос:

- Има тесен път. Има и широк път.

- А! - зарадва се Надя като си спомни евангелския образ. Много ѝ харесваше хода на мамината мисъл. Тя се стараше да не пропусне нещо.

- Тесният път се нарича така, защото да се върви по него е неудобно, трудно. Това е животът по Божиите заповеди. В Евангелието се казва, че този път води във вечния живот, в Небесното Царство. Всички християни, които желаят спасението, вървят по тесния, стръмния път. Едни сами застават на него. Това са подвижниците, които избират въздържание във всичко, доброволната нищета, смирение пред Бога, самоотвержено служение на ближните.

Защо този подвижнически живот е труден? Защото е изпълнен с постоянно самопринуждение. Ти сама знаеш, че дори и за делата на любов и помощ на най-близките - за миенето на съдовете, чистенето, готвенето на храната и т.н. трябва самопринуда. Даже за това да даваме милостиня на бедните трябва да се принуждаваме. А да стоим на дългите богослужения? А да ставаме по-рано и да се молим? Всичко това изисква самопринуда.

Човек избира този път доброволно, свободно и съзнателно. Е, а тези, които нямат решителност да го изберат, Господ спасява... помниш ли как?

- Помня. С неволните скърби. Своите посещения: болести, лишения, бедствия.

- По този начин - заключи майката - тези хора също се оказват на спасителния път. Обаче те имат и свобода на избор. Те могат и да се озлобят, да възроптаят срещу Бога в скърбите, да дадат свобода на страстите завист, гняв... А могат и обратното, при идването на скърбите, да кажат: "Господ ме е посетил, не ме е забравил. Бог наказва, когато обича. Слава Богу за всичко!" Ето ти и "избор на жизнен път".

- Ти смяташ, че всичко това може да се напише в съчинението?

- А защо не? Само трябва да пишеш просто и ясно, без богословски термини, с конкретни примери...

- Мамичко, ти сякаш не познаваш нашата учителка? Тя може да се заяде, че “темата не е развита”. По същество тя, разбира се, няма да е права. Но не може да ѝ се обясни, да се докаже. Макар във формулировката на темата няма нито дума за професия, социално положение, семейство, но трябва да става дума именно за това: така каза учителката.

- Е, какво пък! Можеш да напишеш за професията на лекаря.

- Това е скучно...

- Съвсем не, ако не искаш да отбиеш номера с общи фрази за “хората с бели престилки”, а да надникнеш по-навътре. Например да разгледаш понятието “изцеление”. Какво значи да се изцелиш от дадена болест? Самата дума подсказва - да станеш цял. Телесните болести, както знаеш, най-често биват следствие от грехове. Душата е наранена от грехове, тялото - от болести, а и между тялото и душата няма единство и съгласие. И изцелението означава не само избавление от болестите на тялото, но и от душевните немощи. Помниш ли, в Евангелието Господ, като изцелява болните, им заповядва повече да не грешат? Защото грехът и болестите са взаимосвързани. И лекарят християнин трябва да разбира това. Той преди всичко трябва да знае, че изцелява само Господ и като прилага средствата на медицинската наука, да се обръща към Него с молитва за изцеление на болния. Той обезателно ще посъветва своя пациент да иде на изповед и да се причасти със Светите Христови Тайни. И вярвай ми, често това е достатъчно болестта да отстъпи. Освен това, като говорим за лекарската професия, можеш да пишеш и за милосърдието като християнска добродетел. Можеш да споменеш светиите, които не се гнусили с ръцете си да измиват и да превръзват гноящите рани на заразно болните... Можеш да споменеш светителя Лука Войно-Ясенеcki, известния професор хирург, който при това бил и подвижник на благочестието и изповедник на вярата...

- Мамичко, пак ще се получи съчинение за неделното училище, а не за обикновеното! Просто няма да ме разберат!

- Тогава какво да правим? - майката малко се смути.

- И аз самата не знам. Главното - не ми се иска да разсъждавам за нищо, да мечтая за някакво служение на хората, за подвизи на милосърдието, за нужната професия. Знаеш ли за какво мисля в последно време? За това, че въобще жената в никоя област на науката и обществения живот не може да бъде добър специалист. Тя не е способна за нищо сериозно. Тя е обречена на един-единствен път и друго няма. Това е домът, домакинската работа, вечната кухня, детските болести, материалните проблеми. Впрочем, Катя гледа на това много трезво. Тя смята, че изборът на жизнен път при нея вече е станал - когато се е родила момиче. Тя и в съчинението иска честно да напише, че след завършване на училището ще се постарее да се ожени изгодно за богат чужденец или новобогаташ, за да стане светска дама, стопанка в дома, и да има прислуга... Тя, разбира се, се надява да роди деца и даже им е измислила имена... Смята, че за жената няма друг път, ако иска да си остане честна жена. Това е всичко. И на мен ми се струва, че за много неща е права.

Знаеш ли, мамо, понякога ми е обидно, че съм се родила жена, а не мъж. Ама наистина! Може би моите думи ще ти се сторят глупави и смешни, но погледни, колко са направили мъжете: сред тях има и велики подвижници, и велики учени, и инженери, и строители, и велики писатели и поети, и велики композитори... Сама съди, много ли гениални жени има на света? Ако се огледаме, ще видим, че огромните сгради, храмове, кули, паметници, мостове са построени от мъже... Всички географски открития са направени от мъже... И изобщо... Даже не може да се изброят онези велики дела, които те са извършили... Какво се усмихваш? Струва ти се глупаво?

- Не. Напротив, мисля, че всички момичета минават през това - желанието да бъдат мъже, а не жени. Искам да ти отговоря. Ще започна от това, че недоволството от състоянието, в което си роден, също е грях като всеки ропот и за това трябва да се покаем. И наистина мъжете имат широко поле за дейност, но все пак тяхната дейност не стои по-високо, отколкото труда на жената. Ти се възхищаваш от огромните сгради, кули, мостове - всичко това са построили мъжете. Също така те плават по моретата, управляват народи, откриват законите

на природата. Пишат книги и прекрасна музика. Ще попиташ, какви дела могат да бъдат по-високо от това? Ще ти отговоря, че по-високо от всички тези дела са самите хора, които ги извършват. А кой е направил тези хора такива велики? Твърде много е направило за тях възпитанието, което са им дали техните майки.

Изглежда, че не кой знае колко велико дело се извършва в детската стая, където детето расте. А в това време тук започва неговата подготовка за всичко велико или дребно, лошо или добро, което то ще извърши в живота си.

По цялата земя, във всеки дом и денем, и нощем жените се грижат за момчета и момичета, възпитават ги, стараят се да направят от тях добри хора. Може ли да има по-високо от това дело?

Може би майката и не помисля за това, че тя прави велико дело, защото е толкова заета със своите грижи! Може би те я изтощават и тя не им придава голямо значение. Тя може би мисли, че дейността на мъжа ѝ е много по-важна: всеки ден той излиза от къщи, среща се с други хора, всеки ден придобива нови знания и нов опит. А тя през цялото време мие чиниите, оправя същите легла, пере бельото, мие същите онези детски личица, ръчички и крака, всичко това ден след ден, месец след месец - толкова скучно, еднообразно!

Но само изглежда така. За майката, особено в голямо семейство, всички дни са различни, нито един не прилича на другия...

Освен това в живота на дома жената има още едно голямо дело - да украси живота на семейството си, да го направи радостен и щастлив. Ако бащата и майката са на работа от сутринта и се връщат чак вечерта, и двамата изморени, животът в такова семейство ще бъде тъжен. Но стопанката на дома, колкото и заета да е с обичайните грижи, винаги ще намери минутка да помисли и за домашните радости. Като избере удобно време, или ще организира интересна разходка, или ще покани гости, или ще изпече вкусна баница, или ще измисли още нещо интересно.

Приветливият и добър характер на стопанката на дома е нейното най-добро украшение. Добрата дума, меката усмивка, сърдечната отзивчивост, искреното съпричастие могат да обърнат и най-бедното жилище в толкова приятно ъгълче, където всеки ще се чувства щастлив... Много, много, Наденце, зависи от жената съпруга, майка, стопанка на дома!

- Мамо, а някои смятат, че от жените излиза голямо зло. Аз чух как един старец енориаш казваше на друг човек: "Всичкото зло на земята е от жените."

- Когато вярващите хора говорят така, те очевидно искат да кажат, че грехопадението на Адам е станало чрез Ева: тя му е предложила да вкуси забранения плод от дървото за познаване на добро и зло. Като се съблазнила, поддала на дяволското изкушение, Ева съблазнила и своя мъж, в резултат на което в света дошъл грехът и следствието от него - смъртта. Често и сега се случва жената със своето съблазнително, недобро поведение да изкушава мъжа, като че без думи предлагайки му да извърши грях. И това става даже сред подрастващите.

Например момчето никога не ще си позволи безцеремонно, свободно поведение с момиче сериозно и целомъдрено. Ти, разбира се, си забелязала, че пред някои момичета момчетата не си позволяват да говорят нецензурно, не разказват мръсни вицове и разни неприлични истории. Това е, защото до истински целомъдреното, чисто момиче винаги стои нейният Ангел пазител и момчето усеща на каква вътрешна забрана, като че някой му казва: "Не може." Не може да се говорят гадости, да се ругае, да се натрапва. Но има и момичета, на които това им харесва: те се смеят фамилиарно, одобрително гледат на сквернословие, а някой път и отвръщат на момчетата със същото, пушат заедно с тях и се държат твърде разпуснато, нецеломъдрено. И се получава, че тяхното поведение става съблазнително за околните, провокира ги към грях и всякакво зло. Аз ти говорех за поведението на подрастващите момичета, но това се отнася и изобщо за всички жени.

Когато мъжът направи нещо порочно, хората често казват: "Търсете жената." С това искат да кажат, че мъжът е извършил лошата постъпка под влиянието на някоя жена или просто заради нея. Може би това е неговата съпруга, която харчи прекалено много за развлечения и той е стигнал до безчестни дела, за да задоволи

капризите ѝ. Може би това е любимото му момиче, което позволява той да ѝ носи прекалено скъпи подаръци, които не може да си позволи. Накрая, може би това е някоя друга порочна жена, която го е склонила към зло.

Много злини произлизат от жените, но доброто все пак е къде-къде повече. Когато мъжът със собствени сили се стреми да успее в живота и е порядъчен, добър, смел, трудолюбив, в този случай също трябва да търсим жената, защото със сигурност и на този човек е повлияла някоя жена.

По-скоро това е била майката, която го е възпитала от рано да постъпва правилно, първо в малките неща, а после и в сериозните работи.

След майката най-силно влияние оказва на мъжа неговата съпруга. Влиянието на майката е в детството и юношеството, когато се изграждат навиците и понятията за доброто и злото. Жената влиза в живота му по-късно, в зрялата възраст, когато човек е заобиколен от всякакви изкушения, когато понякога отслабва в борбата, когато духовните му сили се подлагат на жестоки изпитания. И в това тежко време на живота добрата съпруга го ободрява, подкрепя и му дава нови сили.

- Но защо тогава жената трябва да се учи в училище, в института, да получава висше образование? Защото да роди деца и да ги възпита, да бъде подкрепа и утешение за мъжа си, да украсява бита на семейството може чудесно и без да знае биология, астрономия, алгебра и т.н. Главното е тя самата да бъде твърда във вярата, търпелива и вярна съпруга... Да учи децата на добро, да ги води на църква, да ги наставлява в добродетелите.

- Да, това, разбира се, е главното. Но и научните знания на жената и майката няма да са излишни. Ще ти кажа на основа на собствения ми опит. Аз се омъжих за баща ти на 22 години, когато завърших института. Между впрочем, бях много прилежна и способна студентка и даже получих "златна" диплома, т.е. завърших само с шестици. Предричаха ми научна кариера. Но след като се омъжих, работих по специалността си по-малко от три години и се простих с науката завинаги, когато възникнаха проблемите с твоето здраве. Оттогава аз нито ден не съм работила в някакво учреждение или предприятие, докато моите състуденти завършиха аспирантура, публикуваха статии в научния печат, получиха научни степени...

Въпросът е: защо съм учила толкова години, когато знанията ми съвършено не са ми били нужни в живота? Така именно смятат моите бивши състуденти. Само че аз самата не смятам така - че знанията ми не са ми били нужни.

Много е важно майката да бъде умна, образована (и в светски смисъл), да умее да обясни на децата си как е устроен светът, по какви закони. А когато децата започнат да учат, майката ще им помогне в учението. Помниш ли, колко пъти ти и твоите приятелки се обръщахте към мен за помощ, за да решите трудна задача? Или да направите граматически разбор на изречението? Или да напишете съчинение? И в първи клас, и в пети, и в осми...

Затова се учи, придобивай различни знания, и никога няма да се наложи да се червиш пред бъдещите си деца, признавайки, че на времето лошо си се учила. Те не само ще те обичат, но и ще те уважават...

Висшето образование дава при това полезни навици и умения за придобиване на знания. Образованият човек умее да ползва всеки справочник, всяка книга. Даже без да има специални знания, той ще може да получи нужните му сведения, тъй като знае къде да ги търси. Навикът да се уча ми е бил много полезен, когато започнах сериозно да чета светите отци. Аз умеех да отделя главното от второстепенното, да водя конспект, да правя кратки извадки, да ползвам указателите в книгите...

Ето, Надя, колко е важно момичето добре и старателно да се учи. И знанията, и навиците, които придобива в процеса на учението, никога няма да му бъдат излишни. Тя ще предаде всичко най-добро на децата си, когато дойде времето.

- Мамо, това, за което ти говориш, всичко е като че за другите, за мъжа, за децата, за цялото семейство. Но ти самата, самата жена не се развива като личност! А мъжът се развива. Виж колко по-високо стои мъжът в творческо отношение! Сред жените има велики поети, но те са буквално единици за цялата история на

човечеството! И художници, и композитори от тях също не се получават. Значи жената е лишена от творчески способности?

- Какви творчески способности? Да пише стихове? Да открива закони, по които съществува светът? Но помисли, дали всичко това е толкова важно за крайната цел на живота ни - за спасението на душата? Струва ми се, че физическият труд е много по-полезен от умствения, или както ти казваш, от творческия. Сравни живота на скромната медицинска сестра с живота на поетесата или жената учен. Ако физическата работа занимава предимно ръцете, оставяйки в значителна степен ума свободен и не докосвайки сърцето, то умственият труд завладява цялото човешко същество: и ръцете, и ума, и сърцето. На кого му е по-лесно да се моли и да мисли за Бога - на шивачката или на поетесата? На последната умът и сърцето през цялото време са заети с писането на стихове. А всеки учен, ако иска да постигне успех в своята дейност, трябва непрекъснато да се усъвършенства, да следи най-новите открития и постижения в определена област на науката или техниката, да следи дейността на колегите си... Животът на такъв учен е лишен от покой, той няма кога да се спре, душата му да си почине, да си спомни за Бога... Както и всяко богатство, богатството на научното познание откъсва сърцето на християнина от Бога.

А човешката слава, както знаеш, нищо не струва. В Евангелието се казва: "Което е високо за хората, е мерзост пред Бога." И няма ли да стане така, че някой писател или композитор, когото съвременниците възхваляват, наричат "велик", "гениален", увенчават го с лаври и венци, след смъртта си ще отиде в геената огнена? Или ще го възхваляват след смъртта, когато на него, като на нещастен осъден грешник, повече от всичко му е най-нужна молитва за упокой на душата?...

Така че не си струва да завиждаме на мъжете, които действително повече от жените са способни за умствена, творческа дейност.

Може би Господ с това опазва жената от много изкушения и съблазни. Опазва я, защото нейното главно предназначение в живота е твърде ценно: раждането и възпитанието на деца.

Обаче искам да ти кажа, че по отношение на висшето творчество, на което е способен човек, жената с нищо не е принижена в сравнение с мъжа.

- Какво ще е това "висше творчество"?

- Това, Надя, е работата над себе си. Това е духовното израстване на християнина, когато се бори с душевните си страсти. Например християнинът - мъж или жена, момче или момиче, като наблюдава себе си и като забелязва, че често завижда на другите, обича другите да го хвалят, обича да спори и да побеждава в споровете, като забелязва това, християнинът разбира, че в душата му се е загнездила гордостта. Той си казва: "Гордостта е такава страст, с която ти никога няма да влезеш в Царството Небесно. Трябва с Божия помощ да я изкоренявам от душата." А как да се направи това? На този въпрос отговарят много свети отци: страстта се изкоренява, като се насаждат противоположните на нея добродетели. А коя добродетел е противоположна на гордостта?

- Смирението. "Блажени нищите духом"...

- И ето, така християнинът или християнката се стараят да придобият добродетелта на смирението. Как се прави това, светите отци също обясняват. Отначало се учим да не отвърщаме на оскърбленията, мълчаливо да понасяме обидите. Представи си, че някой те обвинява на глас пред външни хора, при това те обвинява несправедливо. Например едно от момичетата заявява: "А Надежда обича да подслушва чужди разговори." Как ти би се държала при това?

Надя широко разтвори очи, недоверчиво се усмихна:

- Аз, разбира се, бих се възмутила. Бих казала: "Какво говориш? Или си си загубила ума?!"

- Ти би казала така, и аз, навярно, също. Но ако на твоето място е девойката, която иска да победи в себе си страстта на гордостта, тя би се смирила. Би премълчала, не би отговорила на несправедливото обвинение.

- Може би тя би премълчала, мамичко, но в душата ѝ би се вдигнала такава буря!

- Какво да се прави - човекът е немошен. Би се вдигнала буря от възмущение, но дори и това, че девойката не е дала на тази буря да излезе навън, да се излее в гняв, дори и само това показва, че християнката работи над себе си, бори се със страстта. А на тези, които полагат усилия, и Бог им помага. На първия етап на духовното израстване тази християнка може би и ще се смути духом, но ще се справи с гнева. А следващият път, като се помоли на Бога, тя и вътрешно ще остане спокойна. Светите отци казват, че да се съхрани душевният мир при несправедливо обвинение помага покаяната мисъл за други наши грехове.

- Как така?

- Ако се върнем към девойката християнка, която е решила да се бори с гордостта, би било примерно така. Обвиняват я: "Тя обича да подслушва, тя е сплетница..." и т.н. А християнката слуша това и си мисли: "Господи, тези, които ме обвиняват, дори и не знаят другата ми страна - гордостта. Че се поставям над всички, че не обичам да се смирявам... А нали гордостта е много по-лоша от това, в което ме обвиниха..." Като се укори по този начин, в душата си християнката няма да се сърди на оскърбителите и постепенно ще придобие истинско, не показно смирение...

- Е, това е много трудно - замислено каза Надя. - Струва ми се, че и справедливото обвинение е трудно да се понесе с мълчание, веднага ти се иска да обвиниш в отговор. А какво да говорим за несправедливото!

- Разбира се, трудно е, много е трудно. Но това е творчество, най-висшето творчество, на което е способен човекът, за което той е създаден. И да пишеш стихове е трудно, и да рисуваш картини е трудно, и да бъдеш учен е трудно, но само сравни резултатите на едното и другото творчество. За това колко струва трудът на много композитори и писатели, вече говорихме. А трудът на християнина подвижник, който побеждава страстите си, Сам Господ увенчава със златен венец! По този начин човекът, възлизайки все по-високо по духовната стълба, се уподобява на Бога - става *преподобен*.

И в това, Наденце, жените с нищо не са по-ниско от мъжете - открит им е същият път, чака ги същата борба и същите венци в Небесното царство.

- Но жените не могат да бъдат свещеници, да принасят на Бога Безкръвната Жертва в храма... Поне не при нас, православните...

- Обаче апостолското служение е открито и за жените. Жените мирноносици първи узнали за възкресението на Христа. Те не се уплашили, отишли с благовонията при Гроба Господен. А после разказали на учениците за възкресението на техния Учител. А те се усъмнили, не повярвали... Жените изглеждат такива слаби, немошни, а във вярата често се оказват по-силни от мъжете. Виж колко много жени има в храма на богослужение! А през годините на гоненията на Църквата вярващите жени проявявали чудеса от мъжество, дори героизъм. Напускали уютните си жилища, осигурения живот и тръгвали след духовните си наставници, епископи и свещеници на заточение, споделяли с тях годините на изгнанието, лишенията, смекчавайки с грижите си горчивата участ на гонените. Колко обикновени руски баби тайно от майките и бащите са кръстили своите внуци! Как са се молели за Русия и нейното войнство през годините на войната!

И днес, Наденце, жените са призвани на апостолско служение, да свидетелстват на света за Истината. Да свидетелстват не само с думи, поучения, възпитание на децата във вярата, но и с целия си живот...

Майката помълча малко.

- Наденце - обърна се тя към дъщеря си, - ние говорихме с теб за избора на път... Та ето, и това също е избор на път: на кого, на какво да служиш - на Бога или на света? На кого и на какво да посветиш всичките си сили и способности? Кое да направиш главна цел на своя живот?

Още веднъж ти повтарям, че човек е свободен да избира. И тази свобода възлага на раменете му огромна отговорност.

Но и този, който безусловно избира служението на Бога, спасителния път на борбата със страстите, може да върви само по трудната, тясна и неудобна пътека, по която вървят само малцина...

- За какво говориш, мамо? Защо да си усложняваме пътя, който и така е труден?

- Пътят на спасението е отворен за всички, в каквото и звание и положение да се намира човек. Но за някои християни това е малко - те търсят християнското съвършенство... Кажу, Надя, помниш ли какво казва Спасителят на богатия младеж, какво трябва да направи, за да постигне съвършенство?

- Той казва: "Ако искаш да бъдеш съвършен, продай всичко каквото имаш, вземи кръста си и върви след Мен..." Но младежът не могъл...

- Това значи: отхвърли целия свят, не притежавай нито богатство, нито семейство и върви по кръстния, скръбния път на Спасителя. Това е монашеският път. Отказът от притежание, т.е. от имущество, от собственост и от брак, т.е. пълно пазене на целомъдрие, ето кое е основата на този подвиг. Монасите още се наричат *иноци*, подчертавайки с това, че се отличават от всички, че са *различни*, не от този свят. Те служат само на Бога и се молят за грешния свят. Това, Надя, е висок път, ангелски... път за малцина.

Разбира се, и семейният живот е спасителен. В семейния живот християните (а особено жената християнка) трябва да проявяват въздържание, отстъпчивост, смирение и търпение. Семейният живот е добра школа за възпитание на самоотверженост. Раждането на деца е средството за спасение на жената. В семейството децата получават християнско възпитание.

Но все пак монашеският път стои по-високо. Това е пътят на християнското съвършенство. Не напразно монахините се наричат невести - не нечии други, а *Христови*. Невести Христови...

Знаеш ли, Надя, винаги ми се е искало, някой от вас, моите деца, да тръгне по този път. Често, вглеждайки се във вашите лица, наблюдавайки вашето поведение, аз мислех: "Кой ли от тях ще поиска да отиде в манастир?" Защото не всекиму това е по душа и по сили.

Бъдещият монах трябва да обича да се моли, трябва да живее с молитвата - така ми се струва... И ми се струва, че склонността към монашество (както четем в много жития на преподобни) трябва да се прояви още от детството... Макар че, впрочем, бива и другояче.

В края на миналия век в град Елц живеело семейството на един търговец. Семейството било с много деца. Майката, много благочестива жена, в юношеството си искала да отиде в манастир, но родителите я омъжили. И ето, един път тя говорила на децата за своята надежда: че това, което не могла тя да изпълни, ще осъществи някое от нейните деца. Един от синовете ѝ - весело, подвижно момче, дори палавник, възразявал на майката: "Виж я ти, каква е, сама не си отишла, а нас - караш в манастир!" Майката махнала с ръка: "Точно от тебе, беляджията, аз и не очаквам..."

И не щеш ли, именно това момче впоследствие станало монах - и не просто монах, а известен в Москва духовник и старец! Това бил архимандрит Георги Лавров, който е живял през двадесетте години в Даниловския манастир и който по-късно станал изповедник на вярата и мъченик... Така че незнайни са пътищата Господни. Кой знае, може би благодатта Божия ще докосне и твоето сърце и в него ще се разгори желание за християнско съвършенство?...

Бих искала, дъще, да помислиш и за този път. А за да бъде представата ти за манастирския живот не книжна, мечтателна, хайде - знаеш ли какво?... Да поговорим с баща ти, да вземем благословение от свещеника и през лятото поне две седмици да поживееш в манастир!

- А какво ще правя там?

- Ще ти дадат послушание: в кухнята, или да почистваш храма, или в градината. Ще участваш със сестрите монахини и послушници в манастирските богослужения, може би ще те благословят да пееш на клира... Ще поживееш манастирски живот.

- А в кой манастир?

- Добре би било да се иде в Дивеево, при преподобния Серафим! Нашият свещеник познава добре тази обител, често ходи там, познава всички. Ще го помолим да даде писмо на майката игумения... Само че, не е добре да бъдеш сама...

- Мамичко, а ако идем заедно с Маша?

- Много бих се радвала. По-добра спътница и не би могло да ти намерим! Аз още днес ще позвъня на майката на Маша, ще обсъдим с нея вашето заминаване... Някоя от нас, или тя или аз ще ви придружи до Дивеево и ще ви остави там сами. А после ще дойдем и ще ви вземем къщи... Ти би ли искала да поживееш в манастир?

- Много!

- Е, значи, всичко е наред. Слава Богу. А там - каквото Бог даде... Аз, впрочем, мисля, че пътят ти не е монашески, а семеен. Бих искала да те видя като майка на голямо семейство... Виждаш ли, какви сме ние с теб умници: колко бързо и вечерята, и обяда за утре приготвихме!

Надежда изми ръцете си и отиде в бабината стая - да пише съчинението. Тя не обичаше да съставя планове и обикновено пишеше без план... Като отвори тетрадката, момичето внимателно изписа първото изречение: "Всеки човек някога се замисля за избора на жизнения си път..."

Не знаем кой именно път ще избере Надежда: дали ще стане съпруга и майка или ще влезе в числото на избраните деви, *невестите Христови*... Това още не знае и тя самата. Не знае и майка ѝ, която неуморно денем и нощем се моли на Бога да упъти дъщеря ѝ към спасението, да я опази от изкушения и съблазни. Да има по-малко скърби, макар че те са и необходими, и спасителни...

Може да се каже само едно: Надежда никога няма да забрави онези душеполезни беседи, които, без да жали време и сили, водеше с нея майка ѝ. И може би "в трудна минута в живота" споменът за мамините наставления ще се окаже за нея спасителна котва в бурното житейско море...