

ЗА БОЛЬШИМ СТОЛОМ

О ПОЛЬЗЕ И РАДОСТЯХ СЕМЕЙНОГО ЗАСТОЛЬЯ

Пролжение, начало на стр. 2

И это, надо сказать, было сделано не женой, не матерью, а одним из детей. Самое удивительное, что папа взял и съел. Подобные вещи создают дистанцию, необходимую между детьми и родителями. Становится понятно, что то, что позволено Юпитеру, не позволено бычку. И это входит в кровь.

Надежда Пашкова: За столом дети становятся с иерархией, у каждого — свое место, все получают еду по старшинству. Им положено сидеть тихо, не галдеть, не мешать взрослым разговаривать. Такие правила были заведены моими родителями, таким правилам следую и я в воспитании детей.

— *Надо ли приучать детей к этикету за столом?*

Оксана Емельянова: Если ребенок безобразничает за столом, можно отсадить его за отдельный столик — это действует. Свинки едят отдельно, в хлеву из корыта, вот и вы, если хотите толкаться, разливать — кушайте отдельно. А если хотите есть со всеми, то будьте добры вести себя соответственно. Плохое поведение за столом — это грешно. Когда обед не просто еда, а трапеза, дети воспринимают эти истины.

Еще у меня есть правило: класть на тарелку очень маленькие порции. Если ребенок захочет еще, попросит добавки, а если не захочет, на тарелке не останется недоеденной еды.

Ольга Красникова: Дети учатся не из замечаний старших — они берут с них пример. Если за столом никто не ест руками, а все пользуются ножом и вилок, то ребенок потихоньку тоже научиться.

— *Важна ли сервировка, оформление стола?*

Нина Борисова: Мне не хочется стирать индивидуальность, чтобы соблюсти мнимое равноправие. Ведь даже в том, кто какую чашку любит, проявляется личность ребенка. Поэтому в оформлении стола мы редко пользуемся сервизами, предпочитаем свою любимую повседневную посуду. Может быть, это не так красиво, зато каждый член семьи видит, что я считаюсь с его индивидуальностью, помню о его привычках.

— *Правда ли, что в семьях, где существуют традиции, дети благополучнее и устойчивее к стрессам? Вообще, есть ли связь между будущим человека и тем, что в детстве у него бывали семейные обеды?*

Ольга Красникова: Самое важное для развития ребенка — наличие мамы и папы и хорошего отношения между ними. А если они еще и обедают вместе — это дополнительный и очень весомый бонус.

Нина Борисова: За десять лет наши праздники не слились в череду однообразных застолий. Это всегда незабываемые впечатления: все громко поют «Многая лета...», самая красивая посуда имениннику, мы стараемся, чтобы его вкусы были учтены. Все это делает детство счастливым и дает огромный заряд любви друг к другу. И даже если потом дети войдут в возраст протеста и бунтарства, такие семейные праздники — залог того, что рано или поздно дорогие воспоминания начнут всплывать и влиять на их жизнь.

София Бер-Тамоева

www.pravmir.ru/za-bolshim-stolom

Адрес: 140413 Россия, Московская обл., Коломенский район, п. Радужный, Песковское ш., д. 1
Телефон: 8 (495) 768—6592
www.hram-radugniy.narod.ru
e-mail: hram_radugniy@mail.ru

Редактор: протоиерей Вадим Маркин
Ответственный секретарь: Екатерина Машина
Компьютерная верстка: Татьяна Балака
Корректор: Светлана Калашник
Подписано в печать: 28.05.2010 Тираж: 999 экз.



ЛЕТОПИСЬ

21 апреля с утра к храму потянулись жители поселка с инструментами в руках. Дружно взялись приводить в порядок газоны, рядом с будущей оградой, собрали весь, скопившийся за зиму мусор, подмели территорию, убрали и разложили стройматериалы по местам.

После субботника для всех было организовано чаепитие. За теплой беседой радужане вспоминали своих друзей, внуков, делились планами и заботами и решили навестить тех, кто не смог прийти на субботник из-за болезни.



явился ученикам Своим, когда все они с Пречистой Его Матерью и другими женами находились в Иерусалиме. Здесь в последний раз Господь беседовал с ними, — в последний раз снова заповедовал идти во весь мир для евангельской проповеди и, повелев не отлучаться никуда из Иерусалима, до тех пор пока не получат обещанного Утешителя — Святаго Духа, вышел с ними из Иерусалима к Вифании.



21 мая — Отдание праздника Вознесения Господня. Вознесение Господа нашего на небо совершилось в сороковой день после Его воскресения — Пасхи. Господь

вверх руки Свои и начал благословлять учеников и, вот в это самое время, когда благословлял их, начал Он выше и выше подниматься от земли и восходить к небу,

пока светлое облако не сокрыло совершенно божественного Учителя от взоров возлюбленных учеников Его. Господь вознесся на небо и воссел одесную Бога Отца Своего. Своим

вознесением Иисус Христос отверз всем нам вход в Рай, Сам предстал предтечею о нас перед лицом Отца Небесного и восседая на престоле со Отцем Своим, всегда ходатайствует за нас, чтобы до конца спасти приходящих чрез Него к Богу.

Настоятель храма протоиерей Вадим Маркин в сослужении священника Михаила Власова и диакона Димитрия Соловьева совершили в этот день Божественную литургию. По окончании богослужения настоятель обратился к прихожанам с проповедью, поздравил всех с праздником, пожелал помощи Божией и поспешения в трудах. Рассказал о подготовке храма к освящению и просил прихожан молиться об осуществлении задуманного.

Татьяна Балака
Фото Светланы Калашник

ЗА БОЛЬШИМ СТОЛОМ

О ПОЛЬЗЕ И РАДОСТЯХ СЕМЕЙНОГО ЗАСТОЛЬЯ

Время от времени приходится слышать: «У нас в доме так принято...», «У нас это традиция». Отмечать вместе Рождество, учить детей чему-то, попросить первым прощения... Традиции похожи на некий «цемент», скрепляющий детей и взрослых в одно целое, они нужны, без них не может быть счастливой семьи. Если же их нет, то можно и даже необходимо создавать семейные традиции сознательно. Например, завести такую прекрасную традицию, как общий семейный обед или ужин по воскресеньям. Со скатертью, красивой посудой, вкусными блюдами и долгими разговорами обо всем на свете.

Никому не надо доказывать, что совместный обед — не просто прием пищи. Люди встречаются за столом, чтобы приятно провести время, поближе познакомиться, посмотреть в глаза друг другу, обменяться новостями, о чем-то договориться. А уж членам одной семьи и подавно положено регулярно собираться вместе — хотя бы для того, чтобы лишний раз почувствовать, что они — экипаж одного корабля. У человека настолько сильна потребность в общении с близкими людьми, что в некоторых странах одинокие люди даже прибегают к системе виртуальных обедов. Фактически это система телеконференции, но приспособленная к неожиданной области и дополненная рядом усовершенствований. А между тем исследования говорят, что почти треть семей никогда не обедают вместе, и половина — едят перед включенным телевизором, сидя в интернете или, в лучшем случае, с книгой в руках. В некоторых домах в целях экономии пространства и вовсе отказались от обеденного стола и едят, держа тарелки на коленях. Парадокс. Как изменить подобную ситуацию? Как вернуть хорошую семейную традицию? Три многодетные мамы и психолог, тоже мама, делятся своим опытом и знаниями.

Ольга Михайловна Красникова, психолог, 2 детей:

— Семейные обеды — это очень важно, они, как и любой ритуал, служат на благо семьи, на ее укрепление. Человек ощущает себя членом большого сообщества людей, связанных узами родства, осознает свою включенность, принадлежность к чему-то большому.

Для ребенка это основополагающее чувство, которое закладывается в детстве и проносится через всю жизнь. Это влияет на самоуважение, на чувство собственного достоинства. Но это совсем не значит, что детей надо насильно усаживать за совместный обед. Участие в семейных мероприятиях должно быть добровольным. Семейный обед — это праздник, а не принудительное действие. И если взрослая дочь или сын-студент говорят, что им некогда, что у них другие важные дела, не надо их принуждать, стыдить, называть неблагодарными. Студенчество проходит, молодость тоже, всему свое время, когда-нибудь им тоже захочется сесть за большой семейный стол. Задача хозяйки — не заставлять, а создавать условия и приглашать.

Я выросла в большой семье: пятеро детей, родители и бабушка — всего восемь человек. И ежедневно мы завтракали, обедали и ужинали вместе, в определенные часы. Но для этого были все предпосылки: детям от школы было пять минут ходу, папе от работы — тоже, и только маме, которая работала далеко от дома, надо было пройти минут десять. При этом ей не надо было тут же браться за готовку, а нам — ждать, когда нас покормят: у нас была бабушка, которая вставала чуть свет и до вечера не переставая варила-жарила-парила, стараясь не только утолить наш голод, но и угодить кулинарным вкусам каждого.

Теперь я живу в большом городе, где считается нормой добираться до школы, вуза или работы за час-полтора, а то и больше. У каждого свой график передвижения, порой очень сложный. Мама работает наравне с папами, и мало кто может похвастаться золотой бабушкой. Как быть?

Надежда Николаевна Пашкова (в девичестве Емельянова), мать 6 детей:

— Да, днем все уходят-приходят, и, самое главное, редко бывает папа. А вечером, когда глава семьи дома, можно устраивать семейные ужины.

Нина Борисова, автор нескольких кулинарных книг, 6 детей:

— Если семья немаленькая, как у нас, то это непросто осуществить: как на девятиметровой кухне посадить одновременно девять-одиннадцать человек? Я кормлю их

по очереди. График нежесткий, он сам устанавливается. Семейные обеды, когда за стол собирается вся семья, носят у нас оттенок праздничности, и устраиваем мы их чаще всего летом, в деревне. Там к нашему дому пристроена просторная веранда с крышей, такая просторная, что можно на велосипеде кататься, а в середине стоит огромный стол, который нам делали умельцы на заказ, и уж за ним мы помещаемся все.

Наш самый любимый праздник — это когда у мужа и наших двух младших девочек День ангела. Девочки названы в честь царственных мучеников — Ольга и Александра, в этот же день память Андрея Боголюбского. Это 17 июля, середина лета, самый венец его. И, на наш взгляд, лучшее, что может быть в эту пору, — выездной пикник. К организации этого тройного праздника мы очень серьезно подходим. Готовим скатерти, одной посуды огромную корзину набираем, салфетки, напитки — все по заранее разработанному плану.

— Какие блюда лучше всего подходят для семейных торжеств?

Нина Борисова: — Это непринципиально. Каждая хозяйка исходит из своих финансовых, кулинарных возможностей и вкусов своих домочадцев. В городе это может быть пицца, салаты, плов, голубцы и пироги. На пикниках чаще всего мы готовим гриль. Если нет поста, то это курица или индейка, а в пост — рыба. А как-то раз муж с мальчиками делали рыбу в глине. Я на это смотреть не могла: дорогую рыбу обмазывают какой-то грязью, как в африканском племени! Но блюдо вышло отменное, а самое главное, все участники получили массу удовольствия.

— Надо ли привлекать детей и других членов семьи к организации обедов, к помощи маме?

Нина Борисова: — Я сама быстро и хорошо готовлю, так что не всегда есть чем помочь. Ну разве что скатерть постелить, стол накрыть, вилки разложить. Дети готовят, только если сами захотят. Но вообще мои дети могут все. Печь бисквиты они научились лет с десяти, могут приготовить себе желе (не из пакетиков, конечно), салаты, омлет, кашу. У них редко бывает в этом необходимость, но готовить умеют и мальчики, и девочки.

Дети ведь любят нам подражать, и то, что делают их родители, в какой-то степени слу-

жит им матрицей поведения. Если бы я была велосипедисткой, они бы, думаю, катались со мной на велосипеде.

Ольга Красникова: — Важно, чтобы семейные обеды не были формализованы, чтобы они не стали игрой в счастливую семью, а для этого любое, даже самое простое блюдо надо приправить улыбкой, теплым взглядом, доброй шуткой. Если все хлопоты оказываются на плечах одной хозяйки, она может их просто возненавидеть. Тут уж не до шуток и улыбок. Разумеется, она все равно будет готовить, но не с удовольствием, а из чувства долга. А от сознания того, что ей самой это не в радость, будет еще испытывать чувство вины. Надо ли говорить, что пирожки с начинкой из чувства долга и вины не очень вкусны.

Семейный обед начинается не тогда, когда стол накрыт и все за него садятся, а в тот момент, когда обсуждается меню и решается, кто что будет делать. Если есть приглашенные, гости могут привезти свои блюда. Брат может приехать к сестре с миской своего фирменного салата, а тетя — с запеченным мясом. В результате получится стол, который готовили все, а не одна хозяйка три ночи не спала. Да, наши бабушки в одиночку готовили воз пирогов, но они не работали на трех работах, а занимались только хозяйством и имели возможность отдохнуть. При загруженности современной женщины вполне возможен вариант, когда вся семья в воскресенье после храма заходит в кафе и проводит семейный обед там. Для мамы это праздник — не надо готовить, накрывать на стол и мыть потом посуду, для детей — событие. А супружеская пара, у которой пока нет детей, может устроить романтический ужин с выездом.

— Дают ли семейные трапезы что-то в воспитании детей, в формировании их личности?

Оксана Васильевна Емельянова, 6 детей, 29 внуков: Трапеза — мощнейшее средство воспитания. Даже каждодневная, если проникнуться мыслью, что употребление пищи это действительно образ Тайной вечери. Так нас учил наш духовник. Тогда можно внушить ребенку громадное количество разных нужных вещей. К примеру, первый, кому подается еда, — отец, младшему — последняя тарелка.