

С.Т.

I.

О ИЕРЕЙСКОМ
БЛАГОПРИЛИЧИИ

II.

УКАЗАНИЯ
ПО ГИГИЕНЕ

РИМ 1954

С.Т.

I.

О ИЕРЕЙСКОМ
БЛАГОПРИЛИЧИИ

II.

УКАЗАНИЯ
ПО ГИГИЕНЕ

РИМ 1954

I.

О ИЕРЕЙСКОМ
БЛАГОПРИЛИЧИИ

Соблюдение требований благоприличия имеет огромное значение для духовной жизни и апостольства. Недаром такие святые как, нпр., св. Феодор Студит, на Востоке, или св. Франциск де Саль, на Западе, были столь требовательны в этом отношении. Благовоспитанность способствует развитию и укреплению многих добродетелей, в частности смирения, любви и уважения к ближнему, христианского терпения. Она является отличным постоянным упражнением в том господстве над животностью, без которого подлинное целомудрие просто невозможно.

Следует различать три категории правил благовоспитанности: 1) Чисто светские обычаи и причуды, не имеющие никакого благотворного влияния на укрепление добродетелей, скорее наоборот. 2) Мирские правила благоприличия, сами по себе не являющиеся чем-то моральным, но имеющие реальное основание в требованиях морали. 3) Правила непосредственно вытекающие из заповедей Христовых. Для священника первая категория нежелательна, вредна, вторая очень желательна, а третья безусловно необходима.

К первой категории относятся: а) Следовать разным тщеславным модам: так или иначе загибать руку при рукопожати; гоняться за модой

в прическе волос, в проборе; носить модные элегантные сапоги, перчатки, манжеты. б) Дуться без серьезной необходимости (таковая вытекает иногда из состояния здоровья) или пользоваться изысканными духами. в) При прощании, поздравлениях, соболезнованиях и т.д. употреблять неестественные, напускные, вычурные фразы с выражением несуществующих чувств, украшая притом всю эту фальшь разными "ах" и "ох". г) Не избегать всего того, что хотя бы только издали напоминает флирт, ухаживание за дамами. д) Употреблять для переписки дорогую "дамскую" бумагу или открытки с легкомысленными иллюстрациями. е) Навязчиво блистать остроумием. ж) Подавая какой либо предмет или поднося ко рту стакан, поднимать вверх мизинец. з) Носить длинные, элегантно отполированные ногти, и т.п.

Ясно, что для клирика и священника все это не годится и должно быть тщательно избегаемо. Относительно таких светских обычаев можно установить одну норму: не поддавайся обмирщению. Не будет лишним напомнить здесь, что благочестивые православные священники и миряне в высшей степени презирают обмирщенного католического священника, он никакого благотворного влияния оказывать не может.

Но перейдем к требованиям действительного благоприличия, подобающего всем лицам духов-

ного звания. Мы не будем разбирать отдельно вторую и третью категорию правил, ибо все они должны быть соблюдаемы нашими священниками.

Вот несколько общих норм или принципов:

1) Соблюдай требования благоприличия в духе богопочитания, помня о присутствии Бога, и в духе апостольства, ибо поведение священника есть всегда пропаганда в пользу или во вред религии и Церкви.

2) Постоянно старайся сводить к минимуму все проявления животности.

3) Руководись не эгоизмом, а смирением, скромностью, духом целомудрия и стремлением к совершенству, а также уважением и любовью к ближнему, так чтобы ни в чем не быть ему в тягость.

4) Избегай не только всего того, что фактически корбит, оскорбляет или соблазняет ближнего, но и того, что может быть истолковано, как нечто оскорбительное и соблазнительное.

В ХРАМЕ

У многих православных есть прекрасный обычай перед тем, как войти в церковь, остановиться на мгновение у дверей, чтобы осознать святость дома Божия; такой обычай весьма по-

лезен для соблюдения церковного благоприличия.

Более чем где бы то ни было, в церкви наш священник должен проявлять себя священником, и только священником, а не купцом, артистом, музиком, офицером, аристократом, демократом и т. д. В духе восточного благочестия, он должен быть своего рода "теофанией", отражением божественного Священника. Он должен быть благоговеино погруженным в богомыслии, и вся его внешность должна соответствовать этому настроению.

Даже если он служит, он должен держать себя молитвенно, не прислоняясь к стене, не перешептываясь с кем бы то ни было (если необходимо что-либо сказать, то следует по возможности вызвать собеседника в коридор или притвор), не озираясь кругом, не шатаясь по храму. Ему не подобает руки держать за спиной, словно какой-то светский надзиратель, делать гримасы, выражать чем бы то ни было свое неудовольствие или нетерпеливость. Служба не должна быть для него каким-то театральным представлением для любопытных иностранцев.

Поскольку от него зависит, он обязан заботиться о том, чтобы в церкви всё было чисто, опрятно, особенно в церковной утвари и облачениях. "Стоя в церкви непосредственно за кем-либо, не чихайте, не дуйте ему в шею, не шепчите личных молитв, вообще не мешайте ему молиться".

Священник оскорбляет Бога и верующих, если он показывается в церкви в грязных или спортивных сапогах, или с растегнутым воротничком, или в дырявой рясе, из под которой к тому же подчас проглядывают подтанники.

Не подобает служить в сандалиях или туфлях; исключения допустимы только в случае болезни ног.

Поклоны следует делать истово, без каких-то приседаний или на подобие бабунки подбирающей упавший на пол предмет. Креститься надо всегда благоговеино, тремя пальцами, от плеча до плеча, а не "меж пуговиц", наскоро, кое-как; это очень важно.

Само собою разумеется, что для служения в церкви следует являться заблаговременно. Уходить из церкви с поспешностью, не дожидаясь конца службы, у православных моралистов считается крупным грехом, даже для мирянина.

Священник должен жить верою в присутствие Господа нашего Иисуса Христа в Свв. Дарах. В Храме он всегда в первую очередь поклоняется Св.Евхаристии и не подражает тем, кто целует только иконы и забывает Спасителя.

При Св.Причащении всякие проявления животности сугубо недопустимы.

Следует избегать всего того, что может оттолкнуть от византийского обряда кого бы то ни было.

Дверь из коридора в домовую или приходскую церковь никогда не оставляйте открытой, даже для проветривания; такого рода как бы слияние святыни с жилыми помещениями в высшей степени возмущает православных.

ОТНОШЕНИЕ К НАСТОЯТЕЛЯМ

Мы призваны бороться против духа неповиновения законной церковной власти, против гордости. Оттого нам сугубо необходимо смирение, то есть на практике — послушание, уважение и сыновняя любовь к Св.Отцу, к епархиальному епископу, к настоятелю прихода и ко всем другим настоятелям, уполномоченным от Св.Престола. Все это должно выражаться в соответствующем благоприличии.

Перед настоятелями следует держать себя без проявлений рабского страха и без низменных заискиваний, а с верою, что настоятели — представители и орудия Христа, Главы Церкви.

Не все распоряжения начальства удачны, но все они полезны для личного освящения и апостольства, если мы их принимаем в духе сверхприродного послушания. Поэтому хороший священник никогда не критикует, особенно перед посторонними, мероприятия Св.Престола или его заместителей.

Настоятелю своему клирик при встрече первым кланяется и держит шляпу в руке до тех

пор, пока настоятель не предложит ему надеть ее на голову. Кто не имеет шляпы на голове, тот просто слегка склоняет голову.

Перед настоятелем не подобает садиться без приглашения. Разговаривать с ним следует почтительно и со вниманием, стараясь при этом возможно меньше времени у него отнимать. Мелательна сыновняя, семейная простота, но развязность тут неуместна. Уходя из комнаты настоятеля (или вообще старшего), не надо сразу, у стола, поворачиваться к нему спиной.

Разговаривая со старшим по сану, надо обращаться к нему с упоминанием этого сана: "Разрешите, Владыко", "Простите, отец Ректор" и т.п.

ЗА СТОЛОМ

Питание есть функция чисто растительно-животной жизни. Оно по существу своему материально, не духовно, и, не будучи постоянно удерживаемо в должных пределах силою духа, легко берет перевес над ним, поработает его и низводит человека на уровень животного. Оттого все святые Востока и Запада, следуя Евангелию, так настаивают на необходимости умерщвления плоти и в особенности на сдержанности в пище: Ничто так не унижает человека и ничто так не лишает священника должного влияния на верующих, как порабощение животными инстинктами. Неудивительно поэтому, что все

без исключения враги христианства и Церкви так охотно говорят и пишут о сластолюбии и обжорстве священников и монахов. Как печально красноречива знаменитая картина одного русского художника, язвительно озаглавленная: "Постом и молитвой" и представляющая объевшегося священника, небрежно развалившегося в кресле, презирающего благоприличие в еде и питии. А советские безбожники, как и все другие, то и дело представляют священника как некультурного, невоспитанного, неопрятного и прожорливого, не владеющего собою "попа". В иллюстрированном советском издании романа "Бруски" (Панферова) есть изображение такого "настоятеля" — с непричесанными волосами, грязной бородой, не умеющего держаться прилично, со всеми признаками невоспитанности в еде. Пропаганда безбожия имеет отличную точку опоры в некультурности священников, особенно в отношении питания.

А верующие, преданные Богу христиане? Они страдают при виде своих пастырей не умеющих держать себя прилично за столом. Миряне очень редко осмеливаются сделать священнику замечание на счет невоспитанности; за обедом, угощая священника, они делают вид, что не примечают, как духовный отец ест хлеб по собачьи, откусывая от ломтя или чавкая; но после угощения они подчас вдоволь насмеются над "дикарем" и конечно придадут очень мало веса аскетическим наставлениям неудачного священника.

В общежитиях очень часто невоспитанность в еде порождает пагубные антипатии и разрушает братскую любовь.

Православные, а часто также и неверующие, ожидают от священника, от старца, аскетичности. Мы, при наших занятиях, не можем конечно питаться только лесными ягодами; но чтобы не терять отпечатка аскетизма, мы тем более должны по крайней мере прилично вести себя, когда подкрепляем свое тело.

На столе, предназначенном для еды, никогда не надо класть шляпу, шапочку, суконку, воротничок, грязные перчатки, носовой платок и т.д.

Весьма тягостное впечатление производит клирик, который непосредственно перед обедом или ужином приходит прямо из уборной в столовую, не вымыв даже рук; всякому конечно противно иметь за столом такого соседа. Также не следует являться в столовую, не позаботившись о том, чтобы не обременять других каким-либо зловонием.

Если во время еды имеется чтение, следует внимать ему и не быть всецело поглощенным удовлетворением своего аппетита. Надо также возможно тише обращаться с посудой, чтобы не мешать чтецу, и не отвлекать внимания других шутками, лишними шептаниями, вызывающими взглядами или проявлениями неудовольствия.

Сидя за столом (впрочем не только в столо-

вой), священнику не подобает "разваливаться", качаться на стуле, который всегда должен стоять на всех четырех ножках, класть логги на стол, или опираться на них, или выдвигать их в сторону, рискуя толкнуть соседа.

Не надо сидеть неестественно выпрямившись, быть похожим на свечку; но еще более не следует есть на подобие известных четвероногих, сильно наклонившись и держа голову прямо над пищей.

Беседуя с одним соседом, не подобает поворачиваться спиной к другому; достаточно повернуть голову в сторону того, с кем беседуем. Разговаривая с кем либо, не надо упираться ему лицом в лицо, он не должен чувствовать дыхания своего собеседника.

Разговаривать следует так внятно, чтобы собеседнику не трудно было понимать; но в то же время не надо мешать другим слишком громким говором, а тем более говорить повышенным, раздраженным тоном, ибо это очень плохая рекомендация для духовного лица. Сказанное, впрочем, касается не одной только столовой и должно быть принимаемо во внимание повсюду. За столом советуется беседовать на такие темы, которые способны честно и прилично развлечь присутствующих, а не утомлять их или раздражать. Следует избегать продолжительных частных разговоров с соседом, лучше поддерживать общий разговор. Не прилично также перекликаться с кем-либо, кто

сидит подальше, или подавать ему что-либо под носом соседа.

Оскорбительно и неприлично за одним общепитательским столом разговаривать с кем-либо шопотом или на непонятном для других языке.

Весьма чувствительно нарушает братскую любовь тот, кто ищет как бы усесться за столом около своего друга и подальше от немилостивого товарища или от гостя. Да и вообще просто позорно для священника руководиться симпатиями или антипатиями; в большинстве случаев такое поведение связано с недочетами в отношении целомудрия.

Чихая или кашляя, следует заблаговременно отвернуться в сторону и пользоваться, если надо, чистым носовым платком, а не салфеткой. Не подобает также вытирать салфеткой потное лицо или шею. Прикрепляя салфетку, не надо конец ее всовывать за воротник.

Будучи в гостях, надо избегать всего обидного для хозяев, как то: критиковать олюда, вытирать салфеткой тарелку, стакан или вилку, показывать что "дали мало", проявлять скуку и т. п.

Не принято резать ножом рыбу или макароны; в данном случае употребление ножа равносильно оскорбительному для хозяев замечанию: "Ваши макароны (или ваша рыба) такие твердые, что хоть ножом их режь".

Некрасиво также "очищать" тарелку хлебом, вылизывать ложку или высасывать до последней капельки вино из стакана: все это может быть истолковано как выражение неудовольствия количеством предлагаемой пищи или питья. Еще хуже и просто возмутителен обратный недостаток: без уважительных причин оставлять недопитым пол стакана вина или недоеденным кусок хлеба, масла, груши и т.д.; это — не деликатное обращение с пожертвованиями наших благотворителей и какая-то бессознательная насмешка над столькими людьми, которые почти умирают с голоду.

Хлеб никогда не следует резать сверху вниз, опирая его о стол, ибо таким образом может быть прорезана скатерть.

Кушая суп, надо верхнюю губу погружать в жидкость настолько, чтобы вместе с супом не втягивать также воздух на подобие животных; иначе получается противный, для многих просто невыносимый шум. Это впрочем относится ко всякому питью. Широкую часть ложки никогда не надо целиком вводить в рот.

Зубочистку следует употреблять возможно реже и всегда прикрывая рот салфеткой или рукой. Но во всяком случае лучше употреблять зубочистку, чем ковыркать в зубах ногтем или вилкой, или с каким то посвистыванием высасывать застрявшие между зубами кусочки мяса. Не подобает держать зубочистку во рту, как папироску, или бросать ее на пол.

Есть надо не спеша, без собачьей алчности, но и не слишком медленно, как бы желая насладиться возможно дольше вкусным блюдом.

В рот надо брать не слишком большие кусочки пищи, так чтобы не вздувалась та или другая щека или, что еще отвратительнее, — обе вместе. При жевании рот должен быть закрыт. С полным ртом не следует говорить.

При еде всякое чавканье, щелканье и чмокание и вообще всякий шум производимый ртом и языком безусловно недопустим, ибо это уж слишком напоминает четвероногих.

Ложку, вилку и нож следует держать не по середине и целой рукой, а у чистого конца, тремя пальцами.

На вилку не надо накладывать пищу "сколько влезет" и не надо бросать этот груз в рот, как кочегар бросает лопатой уголь в печь.

Отвратительное зрелище представляет собою тот, у кого за обедом повисают из рта макароны или другая пища, набранная на вилку в таком количестве, что не все сразу вошло в рот.

Кости не берут в руки, не гложут, не обгрызают их; мясо от них отделяют ножом и вилкой.

Масло, сыр, мармелад и т.п. кладут на маленький кусочек хлеба и затем пальцами, а не ножом, направляют этот кусочек в рот. Отгрызать по кусочкам от ломтя хлеба, смазанного чем-либо или нет, уподобляет священника уличному

мальчишке, которому впрочем многое прощается, так как у него нет возможности обзавестись всем необходимым для приличной еды.

Еще отвратительнее тот, кто, имея перед собою нож и вилку, грызет грушу или яблоко, особенно если при этом он пачкает себе соком нос и подбородок или делает гримасы. Небольшие сливы или вишни берут в рот целиком (смешно резать малую сливу на кусочки), но выплевывая твердые части, надо тщательно прикрывать рот рукою или салфеткой. Брать на ладонь несколько вишен или виноградин и затем толкать все это одним взмахом в рот — по меньшей мере неэстетично.

Оставлять недогрызки в ложке или на скатерти, с шумом и ужимками выплевывать невкусное, глотать по собачьи, ощупывать фрукты пальцами, чтобы взять себе то, что получше: все это не годится для священника.

Прежде чем поднести стакан ко рту, подобает вытереть рот салфеткой. Облизывать себе рот языком пусть останется привилегией собак и кошек.

Набирая пищу на вилку, можно помогать себе кусочком хлеба, но никоим образом прямо пальцами. Пальцы по неосторожности запачканные соусом, соком и т.п., не надо облизывать или вытирать грязным носовым платком или скатертью; тут салфетка может опять пригодиться.

Неприлично за столом шарить пальцами или целой рукой в волосах, употреблять гребешок, совать руки в карманы или под подрясник, крикливо вставать, сидеть с расстегнутым воротником или растопырив ноги, поднимать подрясник выше колен, царапать себе благородные или неблагородные части тела, от удовольствия хлопать себя (или соседа) по брюху, выжимать себе прыщики, громко харкать, открывать рот при отрыжке, засучивать себе рукава, касаться общего хлеба немытыми руками, вертеть пальцем около носа, ножом брать в рот кусочки сыра, яблока или печения, и т.п.

Весьма невежливо опаздывать к обеду или ужину. Младшим полагается ожидать старших, а не наоборот.

Невежливо также браться за какое-либо блюдо раньше настоятеля или гостя. Надо стараться быть готовым с едой одновременно с другими.

За столом читать свою книгу или письма — признак отсутствия общежительного духа.

Не полагается брать пищу из общего блюда своей грязной вилкой или ложкой, а также резать общий хлеб своим грязным ножом.

Соль из солонки приличные люди берут не прямо пальцами или грязным ножом, а предназначенной для этого маленькой ложечкой или противоположным, чистым концом собственной вил-

ки или ложки, или чистым ножом.

Само собою разумеется, что в употреблении спиртных напитков надо быть благоразумным и умеренным. Не подобает священнику проявлять себя знатоком лучших вин, или там, где вино дается по порциям, выпивать остатки порции соседа.

Где бы священник ни находился, он должен перед и после еды по крайней мере благоговейно перекреститься. После обеда и благодарственной молитвы он ничего больше в рот не берет.

В отношении прислуживающих за столом не надо быть грубым или требовать от них того, чего они дать не могут.

В ОБЩЕСТВЕ

Держи себя просто, непринужденно, но и не развязно, не распоясано, не нахально.

Платье должно быть "в порядке", не порвано, не дыряво, не запачкано, не пропитано потом. Следует развивать в себе навык по возможности избегать всего того, что портит или пачкает одежду. В грязных сапогах не подобает показываться где бы то ни было.

Чистоплотность необходима священнику, который не хочет стать предметом отвращения для верующих и неверующих. В особенности следует устранять потный запах частым мытьем всего

тела, особенно ног, прибегая, если надо, к фармацевтическим средствам, напр. одорсану. Лицо, чело, шея и руки должны быть чисты, волосы и борода — расчесаны и от времени до времени промываемы бензином. Ногти не должны быть похожи на траурную кайму и слишком длинны.

Походка должна быть нормальной, без важничанья, но и без ребяческих порывов. Передвигаясь, не размахивай руками, как маятниками, не колыхайся "как в море челнок". Руки никогда не надо держать в карманах, как Ленин в знак презрения к правилам приличия, в особенности в присутствии старших или гостей.

Если, имея шляпу на голове, встречаешь в коридоре или на лестнице кого бы то ни было, поклонись ему; нет ничего унижительного для священника, если он первый вежливо приветствует хотя бы чернорабочего. Смирение никого не унижает, а проявляя гордость, священник всегда смешон и противен. Подавая милостыню нищему, не забывай почтительно снять перед ним шляпу.

Ковырять пальцем в носу, вытирать нос рукою или рукавом, плевать на пол или через окно на улицу, чесаться, чухаться и все тому подобное безусловно предосудительно в священнике, особенно в церкви, в столовой, на собраниях.

В разговоре с кем бы то ни было, но особенно с посторонними и с женщинами, следует держать себя просто, но всегда скромно и почтительно, избегая всякой страстности, гневливости, презрения к возражателям, а также всякой сентиментальности, излишней впечатлительности и фамильярности. Говорить надо так, чтобы собеседник мог без затруднения все слышать и понимать, а посторонние — нет. Грубых, вульгарных и оскорбительных выражений, (напр.: "Говоришь неправду", "Оставь меня в покое", "Хочу жрать", "Чорт побери" и т.д.) надо тщательно избегать. Вспышки гнева и раздражительности делают священника совсем непригодным для пастырской работы.

В присутствии других надо стараться не зевать; если же позыв на зевоту непреодолим, то следует отвернуться или заслонить рот рукою.

Отвратительна привычка иных вместо того, чтобы высморкаться, быстрыми порывами с шумом втягивать воздух носом.

Без действительной пользы не надо касаться кого бы то ни было. Шутить непосредственным щекотанием (у старых русских моралистов такое "скоктание" считалось тяжким грехом), толканием в бок и т.п. не приличествует клирику, равно как и обхватывать рукою талию друга, возлагать ему руку на плечо, держать его руку в своей руке, гладить по головке, трепать по животу, и т.д.

Православные моралисты очень строги на счет смеха, они подчас любой смех считают грехом. Они преувеличивают. Но раскатистые взрывы хохота или крика и гулкий свист бесспорно нарушают "стиль" восточного благочестия и к тому же для многих противны и утомительны.

Чтобы не мешать другим умственно работать и жить в богомыслии, надо вообще делать возможно меньше шума в общежитии: не стучать каблуками по солдатски, не хлопать дверями и, вне рекреации, не разговаривать громко в коридоре, не посвистывать или напевать, не перекликаться, не злоупотреблять музыкальными инструментами.

Спертый, неблагоприятный воздух своей комнаты следует направлять на улицу или на двор, а не в коридор, в тягость собратиям; другими словами, проветривая комнату, надо открывать окно и закрывать дверь; исключение относительно двери терпимо только в теплую погоду, когда все окна коридора постоянно открыты, но и в этом случае надо позаботиться о том, чтобы никто не раздражать отталкивающей картиной грязных простынь, повсюду разбросанного ~~потом~~ белья и т.п.

Весьма не назидательна привычка искажать стены комнаты, вбивая гвозди или употребляя мебель так, что она протирает дыры и черты на стенах. Да и самую мебель не надо портить, ставя например мокрую бутылку на письменный стол.

или делая на нем рисунки, или небрежно обращаясь с чернилом, с клеем. Кровать не должна стоять слишком близко к стене во избежание появления на стене огромных пятен, удивительно напоминающих свинушник. С одеялом не надо обращаться как с ковром; лежа с грязными ногами или с сапогами на кровать, надо по крайней мере подложить под ноги газету или предназначенную для этого тряпку; лучше всегда снимать сапоги. Иные имеют нежелательный талант портить замки дверей и рукоятки окон, грубо дергая их при сопротивлении. Все это и неприлично и часто недобросовестно.

Уборной надо пользоваться так, чтобы последующий посетитель ее не имел искушения проклинать своего предшественника. Лужи на полу надо тщательно устранять, и уходя всегда, даже зимою, открывать окно, ибо всем мороз менее тигостен чем зловоние.

Раковину следует всегда очищать, спустив воду и употребляя предназначенную для этого щетку. Дверь из уборной в коридор надо всегда закрывать.

С книгами^и приобретенными в собственность, особенно с редкими и незаменимыми, каковы почти все русские книги до-военных изданий, долг совести обращаться очень бережно: не перегибать, не оставлять где попало, не носить в столовую, где они легко могут запачкаться. Отвратительна привычка пользоваться слюною при

перелистывании книг и рукописей; она и в гигиеническом отношении пагубна. В чужих книгах никогда не надо делать пометок, особенно чернилом или цветным карандашом или в самом тексте. Портить чужое имущество обязывает к возмещению убытков.

Очень неблаговоспитанно поступают те, кто книгу, одолженную ему из библиотеки, держит у себя в комнате дольше чем это действительно необходимо. Иллюстраций в книге никогда не надо касаться пальцами.

Священные книги следует держать на почетном месте, а не среди романов и журналов или в ночном столике.

Не забывайте также, что благочестивых православных сильно коробит, если кто-либо употребляет тексты из Св.Писания в шутках и анекдотах; это по меньшей мере неприлично.

Общая рекреация имеет целью психический отдых и сближение сердец в любви Христовой. И то и другое терпит крупный ущерб от эгоизма, самоискания, дружб по особому влечению. Поэтому немало погрешают против основного закона благовоспитанности те, кто питая какую-либо дружбу по симпатии, отделяется от общей рекреации, избегает несимпатичных ему лиц, без уважительных причин отказывается от общих игр, одним словом, руководится эгоизмом. Благоприличие требует, чтобы в братских разговорах мы избегали сплетен, язвительных на-

леков, громких споров и не ставили собеседнику вопросов, на которые ему может быть тягостно отвечать. За общим разговором не надо перебивать других.

В чужие комнаты нельзя входить не дождав-
шись "войдите". Не надо стучать в дверь, ко-
гда на двери обозначено: "занят". Никого не
посещайте в неурочное время. Неприлично без
уважительной причины отнимать много времени у
того, кого посещаешь, или иным образом быть
ему в тягость, напр., играя предметами, кото-
рые лежат у него на столе, или рас-сматривая
их. Принимая у себя старших, надо встать, пред-
ложить посетителю стул и самому не садиться
прежде чем он сядет. Гостей подобает прово-
жать, по крайней мере до дверей.

Посещая больного собрата, надо избегать
всего того, что может его утомить, расстроить,
напрасно опечалить, ввергнуть в уныние. Всегда
полезно, так или иначе, напомнить больному о
величии и исключительной действенности апо-
столизма страданием. Светские утешения неу-
местны в данном случае, если они не сопровож-
даются проявлениями искренней сверхприродной
любви.

С прислугой подобает обращаться вежливо и
назидательно, не показывать своего интеллек-
туального превосходства и не впадать в лишние
фамильярности.

Аккуратность, точность желательна во всем,
особенно когда раздается звонок для начала
или конца общих занятий. Во время наставлений
и уроков очень невежливо проявлять скуку и
нетерпеливость. По меньшей мере некрасива при-
вычка иных идти в уборную только после того,
как позвонили к уроку, духовному наставлению
или обеду.

Если кто-либо из братьев опечален постиг-
шей его тяжелой семейной утратой, например
смертью матери, долг любви проявить искрен-
нее ~~природное~~ участие в его печали и не пре-
даваться в его присутствии ребяческим вспыш-
кам веселия и шуток.

На письма подобает всегда отвечать, и при-
том в духе христианской любви к ближнему и
с должной осмотрительностью, так как

scripta manent; поэтому каждое пись-
мо должно быть составлено так, чтобы его со-
ставителю не пришлось сожалеть о написанном,
если бы письмо случайно попало в печать. Стар-
шим по иерархическому положению нельзя писать
на открытках, карандашом или вообще небрежно.
Весьма оскорбительно исказить по небрежности
фамилию того, кому пишешь, особенно если он
тебе давно знаком.

ВНЕ ДОМА

Вращаясь среди публики, священник или семинарист никогда не должен терять из виду, что от его поведения и самообладания в значительной мере зависят суждения масс о духовенстве, о Церкви и о религии вообще. Все поведение священника "перед людьми" должно быть немой проповедью христианских добродетелей.

Никогда не надо останавливаться у газетных киосков, "баров", магазинов дамского платья или у кинематографических реклам, и вообще везде, где не всё безупречно в нравственном отношении. Площади и сады, где открыто даются дешевые представления и происходят разные народные увеселения, тоже не место для клириков. Если где-либо играет серьезный оркестр, священнику не запрещено послушать хорошую музыку; но и здесь надо остерегаться оплошностей и стоять или сидеть так, чтобы никто не мог подумать, что ищешь соседства молодых женщин.

На улице всякая экспансивность, громкие восклицания, жестикуляции, а тем более горячие споры — неуместны. Без серьезной причины клирику не приличествует озираться или рукою (а также зонтиком, палкой) указывать на людей или зрелища.

"Двое дерутся, третий не приставай", гласит поговорка: если на улице происходит дра-

ка или суматоха, священнику не подобает вмешиваться или проявлять любопытство. Но помочь внезапно умирающему — долг совести.

Походка не должна быть ни слишком торопливой, ни настолько медленной, безалаберной и вялой, что священник может показаться скучающим бездельником. Когда идете вдвоем или втроем, не загораживайте дорогу, не раздражайте посторонних. В обществе молодой женщины священнику никогда не подобает показываться на улице; нельзя же вывесить на ее спине дощечку: "Это моя сестра".

Нехорошо делают те священники, которые на улице, в поезде или в трамвае позволяют себе такие шутки, которые, несмотря на свою невинность, могут постороннему показаться неприличными.

Посещая достопримечательности какой-либо церкви, священник пусть остается священником и не превращается в туриста, которому до Свв. Даров нет дела. Во время богослужения не позволительно осматривать храм, давать другим объяснения по вопросам искусства, делать снимки, кочевать с одного конца церкви до другого.

Священнику, а тем более семинаристу, приличествует возможно реже посещать рестораны. Когда же он это делает по уважительным причинам, для всех должно быть очевидным, что он зашел, чтобы подкрепиться, а не ради вкусных

блюд. От дорогих и изысканных яств и вин ему подобает всегда отказываться, даже если у него есть много денег в кармане, или он имеет в виду не себя лично, а угощение своих друзей.

Нет ничего неприличного в принятии приглашения на обед у людей достойных доверия. Но тягостное впечатление производит священник, о котором можно подумать, что он принял приглашение только из-за вкусного обеда. В гостях, еще более чем у себя дома, надо тщательно соблюдать все предписания благоприличия.

Священник должен быть культурным человеком; знакомство с сокровищами хороших музеев может ему очень пригодиться в апостольской работе. Если при посещении музея ему случится натолкнуться на непристойную картину или статую, пусть он идет спокойно дальше и не останавливается, хотя бы для выражения возмущения безнравственностью картины: такое возмущение может быть истолковано присутствующими как раз как тайное желание... остаться при злосчастной картине.

Делая покупки в магазинах, лучше удовлетвориться менее удачным приобретением, чем нагло торговаться, проявлять скупость, раздражать продавца необоснованными подозрениями и критиками товара. Есть предметы, которые лучше покупать через мирян.

Если идешь по улице с товарищем и кто-то тебе незнакомый кланяется ему, не преминь по-

клониться прохожему.

Пастырь часто должен посещать своих пасомых, но именно поэтому ему предстоит вооружиться исключительно пастырской любовью, благоразумием и тактичностью, избегая не только всего того, что более или менее опасно для целомудрия, но и вообще всякой обмирщенности, светскости, грубых подходов или фамильярностей, равно как и всякой навязчивости. Когда посещаете кого-либо, позаботьтесь о том, чтобы не запачкать грязью его комнату; шляпу никогда не кладите на его письменный стол. Принимая посетителей, священнику подобает быть приветливым и вдохновляться самоотверженным стремлением оказать на посетителя благотворное влияние, даже если этот последний ничего подобного не ищет. Относительно способа здороваться и т.п. лучше всего справиться у хороших местных священников.

Что касается посещения женщин, следует строго придерживаться предписаний своего духовного начальства и советов опытных пастырей. Плохо делают те священники, которые ищут утешения у женщин или посвящают их в свои церковные дела. Женщинам никогда не надо сильно руку пожимать.

Возвращаясь домой, не звоните слишком нетерпеливо.

В поезде или трамвае священник тоже должен быть апостолом Христовым, сораспятым Христу.

Ему не подобает принимать участие в тех сражениях логтями, которые часто происходят при подаче вагона ради занятия лучшего места. Если он имеет место на скамье, а по близости стоит дряхлый старик, старушка, инвалид или беременная женщина, да не преминет он уступить свое место; здоровой девушке священнику не подобает оказывать такую любезность.

Если в вагоне происходит давка, священник должен заблаговременно поворачиваться так, чтобы не оказаться придавленным к какой-либо молодой особе.

В поезде благочестивые священники воздерживаются от курения, коньячку и подобных наслаждений.

ВОЗРАЖЕНИЯ

Тому, кому невоспитанность стала "другой природой", подчас очень не хочется мужественно взяться за устранение своих дурных привычек. Он ищет предлога, чтобы остаться при них. Поэтому не лишним будет упомянуть здесь о разных соображениях, вернее предлогах, нередко приводимых против тех правил благоприличия, которые противоречат излюбленным дурным привычкам.

"Следует заниматься более важными делами, а не такими пустяками, как способ держать вилку и подобный вздор"! Но не надо забывать,

что сотни тысяч людей отворачиваются от Бога и Церкви в значительной мере именно из-за таких "пустяков", являющихся фактически признаками недочетов в духовной жизни священника.

"Чтобы помочь людям простым и грубым, надо снизойти до их уровня, уподобиться им". — Но нисходить к людям надо смирением, а не усваиванием людских недостатков. Люди ищут в священнике руководящее светило, посланца Божия, человека не от мира сего, а не грубого компаньона обыденной жизни или собутыльника.

"Это слишком трудно". — Трудно избавиться от всех дурных привычек сразу, но постепенно искоренять их одну за другую представляет некоторую трудность только в самом начале. Очень облегчает эту "работу" иметь хорошего собрата, который при случае напоминает о содеянных промахах. Помогает также иметь в виду, что, посвящая Богу свои трудности при соблюдении благоприличия, мы осуществляем прекрасное апостольство.

"Займусь этим, когда получу важное назначение". — Это самообман. Кто смолоду не выработал в себе хороших привычек, тот на всю жизнь останется при дурных навыках и будет неудачным священником.

"Соблюдение всех этих мелочных правил делает священника неестественным, напряженным, карикатурным". — Как раз невоспитанность де-

лает священника уродливым, какой-то карикатурой. Только он так с этим свыкся, что сам не замечает своего жалкого состояния; замечают его уродливость посторонние, чужие, гости. В этом его трагедия.

"Христос не проповедывал деликатных манер". — Да, но Он проповедывал любовь и уважение к ближнему, а подлинное благоприличие есть не что иное, как устранение очень многих житейских препятствий, мешающих сближению между людьми, охлаждающих любовь пасомых к своему пастырю.

"В наши демократические времена аристократические манеры неуместны". — Большой пред-
рассудок думать, что христианская благовоспитанность — отличительная черта аристократии. Очень многие аристократы едят весьма неопрятно, а многие простолюдины в силу своих религиозно-нравственных настроений как-то инстинктивно избегают всего того, что тягостно для других.

"Все так делают". — Несомненно то, что общим упадком нравов после мировой войны, понизился и общий уровень благовоспитанности духовенства. Но священнику подобает руководиться не упадочными состояниями и не нравами "всех", серой массы, а заповедями Христовыми и примерами подаваемыми избранниками Божиими, Блжестителями Христова завета любви к человеку и уважения к его духовному достоинству.

II.

У К А З А Н И Я П О Г И Г И Е Н Е

Соблюдение правил гигиены предотвращает многие болезни. Болезни и тягостны, как для больного так и для его окружения, и мешают апостольским трудам, и сопровождаются огромными расходами на врачей и лекарства. Конечно, ниспосланные Богом заболевания могут стать источником многих духовных благ и превратиться в апостольство страданием. Но такое утешение может иметь только тот, кто сделал все что от него зависит, чтобы сохранить великий дар здоровья.

Для предотвращения болезни надо прежде всего соблюдать закон благоразумной меры, целесообразной умеренности во всем. В питании есть в количестве достаточном для поддержания сил, но никогда до полной сытости, до утопления желудка; подбирать не то что вкусно, а то что полезно. В работе не работать непрерывно; после 1-2 часов умственной работы отдохнуть немного, походить хотя бы у себя в комнате; спать и лежать, сколько действительно требует организм (спросить врача), а не как подсказывает лень или прихоть. В прогулках почаще ходить, но избегать изнуряющих экскурсий. Огромное значение для сохранения здоро-

вы имеют ту уверенность, то гармоническое состояние, то равновесие в чувствах и аффектах, которое естественно порождается солидной духовной жизнью, и скажем прямо — смирением. Гордый человек всегда "расстроен". Один знаменитый врач, когда его спросили, какое главное средство для сохранения здоровья, ответил: "Смиренная молитва".

Весьма важна для здоровья регулярность, постоянная равномерность в занятиях. Без уважительных причин не надо нарушать — по крайней мере часто или долго — обычный дневной порядок. Следует вставать и ложиться спать в установленное время, хочется ли или не хочется; вредно после вечерних молитв работать еще за столом или читать интересную книгу в кровати. Принимать пищу следует только в определенные часы.

Один из основных законов гигиены — поддерживать нормальное, здоровое кровообращение, которое нередко страдает от продолжительных умственных занятий и отсутствия физического труда. Поэтому всем учащимся, в особенности тем, у кого температура обыкновенно ниже нормальной (нормальная температура тела колеблется между 36,5 и 37,2), советуется: а) вставая утром, обрызгаться холодной водой (достаточно того, что можно в 3-4 раза взять в ладонь) и быстро вытереть все тело до-красна; б) от времени до времени, по крайней мере два раза в

день, сделать несколько гимнастических движений, в особенности "выбрасывая" руки и ноги; в) по возможности ежедневно выходить в город и идти не слишком медленно. От утомительной велосипедной езды пользы мало. Плавание очень полезно.

Г Л А З А

Не читайте и не пишите: 1) вскоре после обеда или ужина и во время любой еды; 2) при одновременном двойном освещении, солнечном и электрическом; 3) в поезде или трамвае; 4) при свете очень ярком или слишком слабом, именно когда замечаете, что глаза "напрягаются". Надо быть осторожным, читая книгу при закате солнца, когда лишь постепенно становится все темнее и вы замечаете, что темно, когда глаза уже пострадали. Никогда не касайтесь глаз немытыми пальцами, особенно в путешествии: это может привести к заражению едва ли излечимой трахомой. Свет должен падать слева на книгу, которую читаете, или на бумагу, на которой вы пишете, а никогда в глаза. Если ваши глаза устали, хотя бы только немного, от долгого чтения, пойдите на террасу и в течение 2-3 минут смотрите вдаль, лучше всего через желтое или зеленое стекло. Избегайте пыли, дыма, вонючих испарений. Дело врача окулиста сказать, нужны ли очки; но лучше совсем не носить очков, чем употреблять неподходящие. Когда вы пишете, не нагибайте слишком голову. Перец, соль в зна-

чительном количестве, всякие напитки, причиняющие прилив крови в голову, и неумеренное курение — вредны для зрения. Осторожно с лечением глаз домашними средствами.

Л Е Г К И Е

Работая, от времени до времени вставайте и на свежем воздухе или у окна, держа руки сложенными за головой, 2-3 раза вдохните носом возможно глубже и полнее, удерживая воздух возможно дольше. Держитесь всегда прямо, не сгорбившись. Остерегайтесь запыления. Дышите всегда носом, а не открытым ртом, особенно если находитесь в пыли. Спите по возможности с открытым окном, но так, чтобы не простудиться. Зимой проветривайте комнату 5-8 раз в день, оставляя окно открытым 3-4 минуты; это гораздо лучше, чем два раза в день оставлять окно открытым в течение целого часа и охлаждать таким образом стены. Не перелистывайте книг общего употребления, поднося палец к языку: так легко передается туберкулез. Не пренебрегайте гриппом и бронхитом, долго запущенный бронхит легко ведет к чахотке. За исключением очень жарких летних месяцев, вернувшись домой из прогулки или прийдя в неотапливаемое помещение школы, всегда надевайте накидку, даже если не замечаете никакой прохлады; чаще всего простуживаемся у себя в комнате, а вовсе не на холоде улицы. Если сапоги или платье про-

мокли от дождя, двигайтесь быстро, пока не будете иметь возможности переменить обувь и одежду. Если вы чувствуете более или менее постоянную усталость и так продолжается уже два или три месяца; если по ночам потеете, особенно на спине; если вы заметили, что после 1-2 часов работы температура тела поднялась: на 3-4 десятых или более (это проверяется термометром) и если покашливаете — пойдите к врачу, чтобы пресечь чахотку в зародыше. Уставши, никогда не садитесь на сырой траве или на холодном камне.

Н О С, Г О Р Л О, З У Б Ы

Сморкайтесь всегда только одной ноздрей, прижав пальцем другую: от сморкания обеими ноздрями одновременно легко может произойти опасное воспаление головных полостей (синусит). Обыкновенный насморк лучше всего лечат промыванием крепким раствором соли в воде.ковыряние ногтем в носу некрасиво и вредно.

Гигиена горла требует, чтобы дыхание совершалось носом, а не ртом. Если горло простужено, помогает полоскание борной кислотой или другими для этого предназначенными растворами. В случае продолжительных и возрастающих затруднений при глотании, надо обратиться к доктору. Нехороша привычка ходить с шалей на шее: горло становится деликатным и при малейшем охлаждении легко простуживается.

Зубы следует чистить всегда вечером, перед сном (не вредит, конечно, и утром) и притом двигая щеточку вертикально, а не горизонтально, изнутри и извне. Крутые перемены температуры во рту, например при употреблении мороженого, разрушают зубы. Если зуб начинает портиться, лучше сразу же дать его запломбировать, прежде чем разложение дойдет до нерва: так и менее тягостно и дешевле.

ЖЕЛУДОК, ПЕЧЕНЬ, и т.д.

Очень вреден для печени узкий пояс, употребляйте лучше подтяжки. Два раза в месяц или чаще делайте себе массаж печени. Почаще очень глубоко вдыхайте. Поменьше тяжких соусов, поджаренных жиров, побольше зелени. На прогулке двигайтесь довольно дельно.

Никогда не пейте много на совсем пустой желудок, сначала надо съесть хоть небольшой кусочек хлеба. Крайне вредно для желудка курить натощак. После полуденной рекреации надо иметь по крайней мере пол часа полного покоя; ложась на "сиесту", снимайте пояс и сапоги; при этом совсем горизонтальное положение нежелательно, оно затрудняет пищеварение. Не надо интенсивно работать непосредственно перед обедом, ужином.

Пища не должна быть слишком горячей. Очень опасно употребление холодных напитков, особенно на пустой желудок или когда жарко и

пить хочется. Жарко лучше всего утоляется горячим чаем или чистым лимонным соком.

По вечерам никогда не надо "плотно" кушать, да и вообще переобременять желудок — всегда вредно.

Надо всегда хорошо жевать всякую пищу, даже сравнительно мягкую; пища недостаточно прожеванная, и поэтому мало перемешанная со слюною, не питательна (оттого обжоры наскоро глотающие по 2-3 порции всяких кушаний, всегда голодны и страдают от "недоедания") и, переутомляя все органы пищеварения, причиняет ряд опасных болезней.

Острые приправы допустимы лишь в очень ограниченном количестве. Злоупотребление тяжелыми жирами ведет к раку. 3-5 граммов соли в сутки необходимы человеку; но пища соленая до того, что чувствуется в ней вкус самой соли, часто ведет к тяжким заболеваниям, в особенности изве желудка и водянке.

Не пейте сырой воды после фруктов.

Если приходится делать долгое путешествие и нет возможности вымыть руки, имейте при себе крошечный флакончик с лизоформом и перед едой потрите руки двумя тремя каплями этой жидкости. То же самое делайте, но чаще и внимательнее, когда вам приходится ухаживать за заразными больными или касаться предметов, ко-

торами они пользуются.

Никогда не касайтесь немытыми руками слизистых оболочек (глаза, рот и т.д.) и всяких поранений.

По возможности не употребляйте в путешествии ресторанный посуды, вилок, ложек, особенно если у вас на губах, языке или деснах есть хоть малейшее поранение. Вообще избегайте грязноватых ресторанов.

В вагоне не опирайтесь непосредственно головой о стенки или вагонные подушки.

Волосы мойте бензином. Мыло портит волосы.

Для практической дезинфекции воды очень пригодна лимонная кислота (Ачидо чйтрико).

Прежде чем принять холодную ванну, хорошо смочите голову холодной водой. Горячие и очень холодные ванны полезны только в исключительных случаях, по предписанию врача.

Солнечные ванны иногда полезны, но надо к ним **постепенно** привыкать. Сильное раздражение кожи солнечными лучами очень вредно для нервов. Долго и неподвижно лежать (спать) голышом на сильном солнце почти всегда кончается трагически. Коротко стриженную голову и затылок надо всегда предохранять от палящих лучей.

У кого насморк или грипп, тот обязан заботиться о том, чтобы не заражать других, на-

пример касаясь мокрыми от насморка руками хлеба за столом или дверной рукоятки; в таких случаях пользуйтесь лизоформом, как сказано выше.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Отметим два больших самообмана, в которые впадают многие, стараясь избавиться от столь вредной для нервов летней жары.

Иные, чтобы защититься в комнате от палящих лучей солнца, опускают шторы и открывают окно; так, думают они, воздух будет проходить, а солнечные лучи — нет, будет прохладно. Между тем на деле получается как раз обратное: через шторы воздух почти совсем не проходит, но, накаляясь извне, они вскоре становятся для комнаты настоящей печкой. Гораздо лучше опустить шторы и хорошо закрыть окно, но проветривать комнату, менять в ней воздух почаще.

Другие, чувствуя духоту в комнате и открывав окно, имеют впечатление, что на дворе воздух свежее, чем дома, и уходя оставляют окно надолго открытым. А на деле на дворе воздух на несколько градусов жарче, чем в комнате, и, если окно остается открытым час или больше, сильно нагреваются стены и нервам во вред. Иллюзия происходит оттого, что легкий ветерок производит охлаждающее испарение

пота. По крайней мере, когда вы уходите, закрывайте окно. А если сидите в комнате с открытым окном, закрывайте дверь от коридора, чтобы дом не слишком нагревался. Летом в коридорах все окна должны быть днем закрыты, а ночью — открыты.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. О ИЕРЕЙСКОМ БЛАГОПРИЛИЧИИ

Стр. I

В храме	3
Отношение к настоятелям .	6
За столом	7
В общезитии	16
Вне дома	24
Возражения	28

II. УКАЗАНИЯ ПО ГИГИЕНЕ

Стр. 31

Глаза	33
Легкие	34
Нос, горло, зубы	35
Желудок, печень и т.д....	36
Приложение	39
