Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Лесозаводская основная общеобразовательная школа»

Тоншаевского округа Нижегородской области

**IV Всероссийский педагогический конкурс**

**«Воспитание патриота и гражданина России 21 века»**

**Тема проекта:**

**«Традиционные (православные) ценности как основа формирования**

**здорового образа жизни молодёжи»**

Автор:

Томилова Светлана Николаевна,

учитель русского языка и литературы

п.Пижма, 2024г.

**Оглавление.**

I Введение.

II Определение.

III Духовно-нравственные ценности Православия:

1. Попечение о душе.
2. Вера.
3. Верность.
4. Трудолюбие.
5. Терпеливость.
6. Милосердие и сострадание.
7. Семья и любовь.

IV Заключение.

V Список литературы.

**Введение.**

У каждого народа есть свои духовные ценности, передающиеся из поколения в поколение. На них «держится» Россия. Традиционно такими ценностями считаются православные, ибо православие - наиболее распространенная в нашей стране религия.

**Актуальность**. Почему в начале 21 века, времени интенсивно развивающихся информационных технологий, мы говорим о православных ценностях – духовно-нравственных ценностях? Потому, что эти ценности в современном обществе, особенно у молодёжи, «не модны». То, что наши предки передавали из поколения в поколение, придаётся забвению, намеренно уничтожается. На место Богом установленных правил, заповедей, приходит грех. (Под «грехом» понимаются действия, совершение которых наносит вред человеку, прежде всего, его душе. [1] «Грех, или зло, есть нарушение закона Божия; беззаконие, или иначе сказать, грех, есть нарушение воли Божией». «Грех же всегда удаляет человека от Бога и ведет к страданиям, болезням и вечной смерти.» [2]) К примеру, мы очень часто слышим в общественных местах нецензурные выражения, не стесняются их употреблять в своей речи и молодые люди. Грех сквернословия, к сожалению, становится нормой.

По словам Юрия Старикова, автора статьи «Православная культура и современная молодёжь», «С древних времен русские люди воспитывались на патриархальных ценностях, которые формировали такие нравственные качества как послушание, исполнительность, беспрекословное подчинение воле отца, царя, Бога. За много веков в России сформировалась национальная идея, которая лежала в основе единства всего гражданского общества Российской Империи. Молодежь жила духовными традициями православной этики, и идеалом ее была не могучая, не богатая, а «Святая Русь». …Мнимая «демократическая свобода» [в нашем современном государстве] воспитывает бездуховность, закладывая в основу жизненных идеалов молодёжи карьеризм, эгоизм, богатство, похотливость и ещё многие другие пороки, которые не противоречат формальным законам.» [3]

**Цель и задачи проекта.** Так что же подразумевается под православными ценностями, каковы их проявления, как приобрести эти «духовные богатства», чтобы молодым людям быть физически и нравственно здоровыми? Попробуем ответить на данные вопросы в нашей работе, рассчитанной на обучающихся 8-9 классов.

**Определение.**

Что означает само слово «ценности»?

«Толковый словарь» С.И.Ожегова: «Ценность – 1.Ценный. 2.Цена, стоимость. 3.Важность, значение. 4.Ценный предмет, явление».

Википедия: «Важность, значимость, польза, полезность чего-либо». Употребляется в нескольких смыслах:

Ценность – как характеристика предмета или явления, обозначающая признание его значимости. Разделяют «Материальные ценности» и «Духовные ценности». Известно понятие «Вечные ценности».

Ценность – в философии – указание на личностную, социально-культурную значимость определённых объектов и явлений.

Ценность – в экономике – используется как синоним понятия «потребительская стоимость», то есть значимость, полезность предмета для потребителя.

Философское понятие «Система ценностей» подразумевает под ценностями то, что индивидуум ценит в окружающем его социуме. Тесно связано с понятием «мотивация».

Иеромонах Иов (Гумеров): «Ценность – это значимость известного объекта (идеального или материального) в отношении к целям, стремлениям и потребностям человека». [4]

Какое объяснение даётся понятию «православные ценности»?

Православные ценности – ценности Православия.

Правосла́вие - одно из трёх главных направлений в христианстве (наряду с католицизмом и протестантизмом), сложившееся в первом тысячелетии от Рождества Христова на территории Восточной Римской империи (Византии). [5]

Православие – это вера о правильном понимании отношений Бога с человеком, о сущности Божества, Его благолепном славословии и правоверном учении божественного Закона. [6]

Термин "православие" (греч. ортодоксиа) состоит из двух слов: правый, истинный (ортос) и слава (докса). Слово "докса" означает, с одной стороны, верование, учение, веру, а с другой - славословие. Эти значения тесно связаны между собой. Правильное учение о Боге включает правильное славословие Бога… Бог открыл истинную веру, истинное учение. И мы говорим, что учение о Боге и обо всем, что связано со спасением личности, есть Откровение Бога, а не открытие человека.

Православие - это не только вероучение, но и особый образ жизни человека в Православной Церкви, преображающий в результате богообщения всю его жизнь и его душу. (Митрополит Иерофей Влахос) [7]

Получается, что слово «православный» значит «*право*верующий», «*право*мыслящий», «правильный»; а «ценность» - «важность», «полезность».

Таким образом, православные ценности – правильные, полезные, необходимые качества для духовного развития человека. Другими словами, это духовно-нравственные христианские ценности.

«Православные духовные ценности – это наши национальные ценности, без которых воспитание русского человека будет ущербным», - пишет Розина О.В., член-корреспондент Международной академии наук педагогического образования. [8]

**Духовно-нравственные ценности Православия.**

«В русской духовной традиции важнее всего была человеческая нравственность, на первом месте была душа человека, ценились вера и верность, трудолюбие и терпеливость, милосердие и сострадание, чтилась семья и уважалась старость». [9] К данному «списку» можно добавить любовь к Богу, к ближнему, к Родине, красота и чистота (внешняя и внутренняя), смирение, ответственность, соборность, бескорыстие, свобода...

Попечение о душе.

Святитель Кирилл Иерусалимский пишет, что «душа есть прекрасное Божие творение, сотворенное по образу Создателя, бессмертное и нетленное, живое, свободное и разумное». По словам другого святителя Феофана Затворника, «душа есть самостоятельная, особая, свободно-разумная личность». А преподобный Иоанн Дамаскин поясняет: «Душа есть сущность живая, простая и бестелесная, по своей природе невидимая для телесных глаз, бессмертная, одаренная разумом». Разумность, свобода, бессмертие, самостоятельность, личность души говорят о ней как об образе Божьем. [10] Поэтому большую заботу человек должен уделять именно душе, не эгоистично лелеять всеми земными благами, а исполнять волю Божию: «познавать Бога, уподобляться Ему, то есть становиться лучше и добрее, и наследовать жизнь вечную». [11] Примером угодивших Богу праведной жизнью могут служить святые люди, «ведомые и неведомые»: преподобные Сергий Радонежский и Серафим Саровский, царь Николай Второй и его семья, бесчисленные святые мученики и новомученики Российские, праведники…

Вера.

«Вера же есть осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом» (Евр.11,1) и «Праведный верою жив будет»(Евр.10,38) , – пишет в своём послании апостол Павел.

Вера очень много значит для православного христианина. Преподобный Варсонофий Оптинский призывал: «Главное – дорожите верой Православной и не меняйте её ни на какие сокровища мира сего».

Веровать в Бога значит не только умом признавать Бога, но и сердцем стремиться к Нему («Кто верует в Меня, у того, как сказано в Писании, из чрева потекут реки воды живой», - сказал Господь Иисус Христос (Ин. 7,38)) и совершать добрые дела, ибо «вера без дел мертва» (Иак. 2,20) Преподобный Серафим Саровский поясняет: «…а дела веры суть: любовь, мир, долготерпение, милость, смирение, несение креста и жизнь во духу. Лишь такая вера вменяется в правду. Истинная вера не может оставаться без дела; кто истинно верует, тот непременно творит и добрые дела». [12]

Верность.

Это слово имеет общий корень с «верой» и некоторые сходства, но всё же разные по своему значению. Словарь Ожегова определяет: «1.Верный. 2.Стойкость и неизменность в чувствах, отношениях, в исполнении своих обязанностей, долга».

Верность – положительное нравственное качество личности, характеризующие неизменяемое устойчивое отношение человека к кому-либо или чему-либо. [13]

Верность бывает супружеская, верность к каким-либо убеждениям, церкви, воинскому долгу, Родине, работе, данному слову…

Яркий пример верности Богу мы видим в жизни святых людей. «Будь верен даже до смерти и дам тебе венец жизни» (Откр. 2, 10). Великомученица Татьяна, жившая в III веке в Риме. Её земные годы были отмечены верным служением Господу, многочисленными чудесами и тяжкими лишениями. Часто она восклицала: «Научи меня, Господи, любить Тебя больше всего на свете! Сделай меня Твоей служительницей!» [14]

В художественной литературе примером верности своему Отечеству вспоминается комендант Белогорской крепости Иван Кузьмич Миронов (А.С.Пушкин «Капитанская дочка»), не желавший присягать самозваному Петру III , Пугачёву. Был «верен до смерти» (Откр. 2,10).

Образцом супружеской верности можно назвать жену русского дипломата, поэта А.С.Грибоедова, Нину Чавчавадзе, которая очень рано овдовела и никогда более не выходила замуж. В течение 30 лет она носила траур, её называли «чёрной розой Тифлиса» за то, что хранила память о погибшем супруге до конца своей жизни. [15]

Трудолюбие.

Труд всегда имел большое значение в жизни русского народа. Об этом свидетельствует большое количество пословиц и поговорок: «Кто не работает, тот не ест», «Всякий человек у дела познаётся», «Всякое уменье трудом даётся», «От труда здоровеют, а от лени болеют», «Землю красит солнце, а человека труд»… Только в труде человек может полноценно реализовать себя, научается полезному, приучается дисциплине.

Святые отцы также говорят о положительном влиянии труда на человека, при том они отличают труд телесный и духовный, последний из которых полезный, но нелёгкий. Святитель Иоанн Златоуст утверждал: «Тот, кто занят работой, не скоро допустит что-либо излишнее в делах, и в словах, и в мыслях, так как вся душа его совершенно предана трудолюбивой жизни», «Жизнь наша сопряжена с трудами, так как без трудов мы обыкновенно разрушаемся. Природа наша не может бездействовать, а иначе легко приклоняется ко злу». Преподобный Антоний Великий: «Телесный труд приносит чистоту сердца, а чистота сердца делает то, что душа приносит плоды». Святитель Феофан Затворник писал: «Ни одного ещё человека не было, который бы без труда, тревог и смущений крутых достиг Царствия Божия». [16] Преподобный Ефрем Сирин: «Миряне трудятся для мирского, а духовные скорбят в делах духовных». [17]

Множество примеров мы находим в названиях картин русских и советских художников: А.Г.Венецианов «На пашне. Весна», «На жатве. Лето»; В.А. Тропинин «Золотошвейка», «Кружевница»; З.Е.Серебрякова «Жатва», «Беление холста»; А.Н.Самохвалов «У лебёдки», А.Пластов «Ужин тракториста», «Сбор картофеля», «Сенокос», «Жатва», «Витя-подпасок»… - русский человек всегда в труде, нет времени безделью. Как утверждал древнегреческий писатель Ксенофонт: «Ведь труд – приправа к счастью». [18] Действительно, глядя на лица трудящихся, увидишь радость, довольство от своих трудов, несмотря на усталость. Здесь и речи нет о скверном.

Терпеливость.

Рядом с трудом всегда терпение «ходит». «Терпение и труд - всё перетрут».

«Терпение - отсутствие негативной реакции в конкретной ситуации.

Терпение как психологический механизм дает возможность снизить порог чувствительности к неблагоприятным факторам. Затем терпение как психическое состояние закрепляется и перерастает в терпеливость, выступающую уже личностным свойством.

Терпеливость - свойство индивида, как правило, проявлять терпение, что становится чертой его характера.

О терпеливости часто говорят как о длительности поддержания волевого усилия (Калинин В.К.), о проявлении «силы против себя» (Мюллер З.), о специальной выдержке (Бабаян К.Л.), как об однократном длительном противодействии неблагоприятным факторам (Ильин Е.П.). В качестве основы формирования терпеливости является эмоциональная устойчивость». [19]

Терпение - это «добродетель, спокойное перенесение боли, беды, скорби, несчастья в собственной жизни. В христианстве, «Бог есть Бог терпения и утешения»(Рим.15,5), а Иисус Христос считается образцом терпения для всех верующих (Ис. 53,7)» [20]

Как часто можно слышать от мам, бабушек, желающих успокоить нас, уставших скорее от лени, чем от труда: «Бог терпел и нам велел». В народе также говорят: «Терпение даёт уменье», «Час терпеть, а век жить», «Терпение приносит спасение»…

Русский народ всегда был терпелив, потому что старался жить по христианским заповедям.

Да не робей за отчизну любезную…

Вынес достаточно русский народ…

Вынесет всё, что Господь ни пошлёт!

(Н.А.Некрасов «Железная дорога»)

«Терпение служит укреплением для всех добродетелей. И ни одна из добродетелей без него не может устоять, ибо всякий обратившийся вспять не управлен есть в Царствии Божии» (Лк. 9, 62). (священномученик Петр Дамаскин) «Как [человек] будет упражнять себя в долготерпении, когда нет противящегося его желаниям?» (святитель Василий Великий). [21]

Итак, терпение и терпеливость необходимы в учении и воспитании, в личной и общественной жизни, в семье, в управлении, в труде, физическом и духовном, в общении и в спасении души.

Милосердие и сострадание.

В словаре С.И.Ожегова находим, что «милосердие – готовность помочь кому-нибудь или простить кого-нибудь из сострадания, человеколюбия», «сострадание – жалость, вызываемая чьим-нибудь несчастьем, горем». Одним словом, это бескорыстная помощь ближним, нуждающимся, больным, престарелым людям...

В Православии: милосердие – очень важная добродетель, это есть проявление заботы о ближнем из любви к Богу, так как человек «создан по подобию Божьему». А оказавший милость и сочувствие душе и телу нуждающегося обретёт милость и у Христа. «Кто оказывает милость ближнему, тот найдет милость у Господа: но суд бо без милости не сотворшему милости (Иак. 2, 13)» (преподобный Ефрем Сирин) [22] Сам Господь Иисус Христос творил милосердные дела (исцелил расслабленного, дочь хананеянки, слепорожденного, воскресил сына вдовы…) и учил этому людей через притчи (притча о милосердном самарянине).

Какие бывают милосердные дела? Непросвещенному подать урок доброты и истины, дать мудрый совет находящемуся в трудных обстоятельствах или опасности, дать утешение пребывающему в печали, не отвечать злом на злой поступок, прощать обидчиков, молиться за ближних.

Дела телесной милости к ближнему: накормить голодного, напоить жаждущего, одеть нагого, посетить больного, посетить узника в темнице, приютить странника, похоронить умершего. [23]

Все эти добрые дела можно отнести к сестрам милосердия. Это подвижничество в России начало действовать со времён Крымской войны (1853-1856гг.). Великой княгиней Еленой Павловной была учреждена первая в России и в Европе Крестовоздвиженская община сестер милосердия. Эти женщины проходили специализированную подготовку для работы непосредственно в рядах действующей армии. Пирогов Николай Иванович, знаменитый врач, осуществлял руководство и организационную деятельность в формировании нового социального института. [24] В начале 20 века ярким примером этого движения была великая княгиня Елизавета Фёдоровна, основавшая Марфо-Мариинскую обитель для благотворительных дел, медицинской, молитвенной помощи. [25]

Примером дел милосердия из художественной литературы вспоминается рождественский рассказ А.И.Куприна «Чудесный доктор» (Доктор помогает семье Мерцаловых в самый трудный момент их жизни.), рассказ В.Г.Распутина «Уроки французского» (Учительница Лидия Михайловна в голодное послевоенное время старается помочь своему ученику, нарушая все педагогические нормы. Она не только работает над его произношением. Учительница ведет со своим учеником интересные отвлеченные беседы, играет с ним в «чику» на деньги. Она пытается хотя бы в скрытой форме поддержать мальчика материально. Она даёт тем самым первые уроки доброты.)

К сожалению, в современном мире мало кто искренне проявляет милосердие и сострадание к людям, большей частью все ищут «плату» - «ты - мне, я - тебе». И это видит молодёжь.

Семья и любовь.

Семья – основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью. («Большая советская энциклопедия») [26]

Для русского народа всегда был важен институт семьи, ибо Сам Господь заповедал «нехорошо человеку быть одному» (Бытие 2,18).

Иисус Христос Своим присутствием освятил брак в Кане Галилейской (Еванг. от Иоанна 2, 1-12).

А сколько полезных советов-заповедей дают апостолы для семьи!

«Почему ты знаешь, жена, не спасешь ли мужа? Или ты, муж, почему знаешь, не спасешь ли жены?», «Только каждый поступай так, как Бог ему определил, и каждый, как Господь призвал. Так я повелеваю по всем церквам» (1Кор.7, 5-17).

«Жены, повинуйтесь мужьям своим, как прилично в Господе», «Мужья, любите своих жен и не будьте к ним суровы», «Дети, будьте послушны родителям вашим во всем, ибо это благоугодно Господу», «Отцы, не раздражайте детей ваших, дабы они не унывали» (Кол.3, 18-21). «Друг друга тяготы носите и тако исполните закон Христов» (Гал. 6,2).

Что думают о семье подвижники православной веры?

«Счастье в брачной жизни даётся только тем, кто исполняет заповеди Божии и относится к браку как к таинству христианской церкви» (Преподобный Нектарий Оптинский). «Если будете жить во взаимной любви, вы низведёте на себя и потомство своё Божию благодать и Бог вселится в вас и увенчает все начинания и дела ваши благословенным успехом, ибо где любовь, там Бог, а где Бог, там всё доброе» (Святой праведный Иоанн Кронштадский). «С кем бы человек ни начинал строить семейную жизнь, он пройдёт периоды искуса. Ведь готового счастья не бывает… Счастье надо выращивать терпеливо и многими трудами с обеих сторон» (Архимандрит Иоанн Крестьянкин). [27]

В связи с последним высказыванием вспоминаются русские народные сказки «Царевна-лягушка», «Василиса Премудрая», «Морозко», «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка», «Иван-царевич и серый волк», в которых герои проходят немало испытаний, а за терпение и крепкую любовь как вознаграждение даруется семейная жизнь. Любовь Петра Гринёва и Маши Мироновой, пушкинских героев, испытывается таким же образом…

Протоиерей Феодор Бородин: «Главное богатство человека на земле - это люди, которые его любят. Чем их больше, тем человек богаче. Семья - это именно такие люди: жена, которой не было, а теперь она есть; дети, которых вообще не было, а теперь Господь их вам дал. Если человек любит только себя, то, конечно, в семье ему тяжелее. Несчастным человека делает не семья, а неумение любить». Священник Максим Первозванский: «Легко научиться читать молитвенное правило, освоить церковнославянский язык, понять, что происходит в храме, вовремя приступать к исповеди или причастию, знать, как взять благословение у священника, к каким святым обращаться в тех или иных жизненных ситуациях. Но гораздо сложнее преобразить себя в другого человека, который будет жить не для себя, любимого, а ради тех людей, которые находятся рядом». [28]

Именно в семье находят заботу наши бабушки и дедушки. Издревле почтительное отношение к родителям олицетворяло почтительное отношение ко всем пожилым людям. Ещё в Библии говорилось, что «Почитай отца твоего и мать твою, чтобы продлились дни твои на земле, которую Господь, Бог твой, дает тебе» (Исх. 20,12), «Почитай отца твоего и матерь твою, как повелел тебе Господь, Бог твой, чтобы продлились дни твои, и чтобы хорошо тебе было на той земле, которую Господь, Бог твой, дает тебе» (Втор. 5,16). Апостол Павел повторяет её уже в Новом Завете: «Почитай отца твоего и мать... да будет тебе благо, и будешь долголетен на земле» (Еф.6,2-3). Эта заповедь является следствием общего закона милосердия и любви к ближнему, так как нельзя любить ближнего, не любя отца и матери. [29]

**Заключение.**

Итак, рассмотрев в нашей работе некоторые примеры православных ценностей, можно сделать следующие выводы:

1.Только православные ценности могут привести отдельного человека и всё общество в целом к улучшению жизни, ко спасению, а «отказ от них может привести к краху культуры, общества, личных человеческих судеб». [30]

2.Дети и молодёжь – самая уязвимая в нравственном плане часть общества. Необходимы условия, действия для воспитания православных ценностей как основы формирования здорового, физического и духовного, образа жизни молодёжи.

3.Причина низкого уровня воспитания, соответственно появления множества разных проблем – бездуховность, безверие, безответственность, нежелание видеть ошибки, трудиться.

4.Какой возможен выход? Святитель Тихон Задонский писал: «Дети больше смотрят на жизнь родителей и отражают её в своих юных душах, чем слушают их слова». [31] Поэтому нужно самим родителям (и не только) стараться жить по-христиански, согласно с православной верой, учить этому молодое поколение, чтобы наша Отчизна была по-настоящему крепкой.

**Список литературы, интернет-ресурсов.**

- Новый Завет Господа нашего Иисуса Христа. В русском переводе.

Изд-во «Свято-Троицкий Ново-Голутвин монастырь», 1994

[1] ru.wikipedia.org > Грех

[2], [3] [www.rusobschina.ru](http://www.rusobschina.ru) Православная культура и современная молодёжь

Ю.Стариков (из газеты клуба «Возрождение» №10(1) октябрь 2008г.

[4] [www.pravoslavie.ru](http://www.pravoslavie.ru) Что такое христианские ценности? / Православие. Ru

[5] ru.wikipedia.org > Православие

[6] yandex.ru/images > православие это

[7] verapravoslavnaya.ru Вера православная – Православие – алфавит

[8] <http://www.portal-slovo.ru/pedagogy/39770.php>

[9] urokidobra.ucoz.ru Уроки доброты – Духовно-нравственные ценности

православной культуры

[10] azbyka.ru Душа

[11] Закон Божий для семьи и школы. Составил протоиерей Серафим

Слободской. Издание четвёртое, 1987

[12] Серафим Саровский. Часть 5. Письменные наставления отца Серафима.

1991

[13] spiritual\_culture.acadtmic.ru Верность – это… Что такое верность?

[14] azbyka.ru Краткое описание истории и жития великомученицы Татьяны

[15] [www.aif.ru](http://www.aif.ru) Александр Грибоедов и Нина Чавчавадзе. История любви

| Персона | Культура | Аргументы и Факты

[16] православный-храм-аргаяш.рф Изречения святых отцов о труде

[17] [www.biblioteka3.ru](http://www.biblioteka3.ru) Цитаты из творений святых отцов. Труд

[18] flaminguru.ru Цитаты о труде

[19] studopedia.ru Терпение, терпимость, терпеливость и толерантность

[20] ru.wikipedia.org > Терпение

[21] [www.biblioteka3.ru](http://www.biblioteka3.ru) Цитаты из творений святых отцов. Терпение

[22] [www.biblioteka3.ru](http://www.biblioteka3.ru) Цитаты из творений святых отцов. Милосердие и

сострадание

[23] womanadvice.ru Что такое милосердие и сострадание – почему человек

должен быть милосердным?

[24] [www.miloserdie.ru](http://www.miloserdie.ru) Эхо истории: сёстры милосердия, как это было |

Милосердие. ru

[25] ru.wikipedia.org Елизавета Фёдоровна - Википедия

[26] gufo.me Семья

[27], [31] alexey-osipov.ru Святые отцы о семье и браке

[28] nasledie77.wordpress.com Святые угодники Божии о женщине, любви и

семейной жизни

[29] stoodbooks.net Анализ церковного попечения о пожилых людях

[30] Газета «Ведомости Нижегородской митрополии» №22(130) ноябрь 2017

Статья «О нравственности. Диалог Церкви и общества», автор

М.Дружкова