

# Как отмечается праздник Крещения

# Подготовка к празднику Крещения Господня

По традиции перед Крещением принято поститься.

Пост является средством смирения и очищения души.

Соблюдение поста благоприятно для здоровья. Как доказывает опыт многих верующих, при регулярном соблюдении поста можно легко похудеть.



# В России в ночь на Крещение принято освящать воду



День накануне праздника называется **сочельником**

В память того, что Спаситель Своим крещением освятил воду, в этот праздник бывает освящение воды. В сочельник освящается вода в храме, а в самый праздник в реке, или же в другом месте, где берут воду. Шествие для освящения воды называется **Крестным ходом на Иордан.**



Духовенство на этот праздник облачается в белые ризы. Утром накануне праздника Крещения Господня (или Богоявления) Патриарх Московский и всея Руси совершает Божественную литургию и Великое освящение воды в храме Христа Спасителя.

# Вода эта называется Агиасмой, или просто крещенской водой

Водоосвящение происходит два раза: в Крещенский сочельник и непосредственно в праздник Богоявления. Освящение в оба дня проходит одинаковым чином, поэтому вода, освященная в эти дни, ничем не отличается.



# Святая вода

Святую воду прихожане хранят в течение всего года, пьют понемногу - для телесного и духовного оздоровления. Причем делать это советуют утром, натощак. Крещенской водой также окропляют дома, чтобы призвать благодать Божию



# Крещенские купания

Обряд купания на Крещение проводится с древнейших времен, когда в реке Иордан был крещен Иисус Христос



Традиция купания  
на Крещение  
существует во всех  
христианских  
странах, в том  
числе установилась  
с принятием  
христианства и на  
Руси.







После того, как священник совершит чин освящения воды (чтением соответствующих молитв и троекратным погружением креста), желающие троекратно погружаются в воду с головой



Верующие трижды окунаются в  
воду,



чтобы  
очиститься  
от  
моральных  
и  
физических  
недугов

# Подготовка к обряду купания



Прежде чем окунаться в ледяную прорубь, спасатели советуют попробовать обливаться холодной водой еще дома, причем недели за полторы-две, чтобы "оценить, насколько организм готов к



Непосредственно перед купанием обязательно нужно разогреться, сделав гимнастику, и ТОЛЬКО ПОТОМ окунаться в ледяную купель.



Перед купанием категорически не рекомендуется пить спиртное. После купания нужно быстро вытереться и одеться в теплое.

# Верующих не останавливают даже суровые морозы

Тысячи желающих «смыть» с себя все хвори и недуги и "запасть здоровьем" на целый год вперед собираются ежегодно на берегах водоёмов.



Более 3,5 тысячи милиционеров, медиков и спасателей обеспечивают безопасность крещенских купаний и церковных служб в Москве.

# зимнее купание?

Практически здоровым людям купание в проруби весьма полезно. Оно стимулирует иммунную систему, однако, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, болезнями дыхательных путей и бронхов, в частности, курильщикам купание на морозе не рекомендуется.



# Многие люди начинают заниматься зимним закаливанием именно с Крещения.

Однако  
распространенно  
е представление,  
что купание в  
Крещение  
безопасно для  
здоровья –  
обманчиво.





Традиционно процедуры ледяного омовения заканчиваются для ряда граждан неприятностями: ежегодно в день Крещения количество людей, утонувших или погибших от переохлаждения, больше, чем в другие зимние дни.



# Богоявление в Греции (Миконос)

В Болгарии и Греции после освящения воды организовываются торжественные процессии с хоругвями к водоёму. Существует обычай бросать деревянный крест в воду и последующего купания в проруби. Выловить из воды крест считается почётным. Народное название праздника в Болгарии



# Источники информации

---

- Материал из Википедии — свободной энциклопедии
- Евангелие от Матфея, гл. 3, 1-12; от Марка, гл. 1, 1-18; от Луки, гл. 3, 1-18: от Иоанна, гл. 1, 15-28.