



Рождественский пост: постить себя, а не других

Священник Сергей Круглов

*Вот приходит снова пост —
отгрызем у репки хвост.*

Рождественский пост — преддверие Рождества, время замечательное. Индустрия в наше время хорошо развита. Достаточно посмотреть, сколько много всего у нас: православные ярмарки, чуть ли не православные рестораны. Поэтому постная кухня у нас обширная зело. Пост — время хорошее. Перемена стола никогда не повредит.

Самое главное, не забыть, **для чего нам все это надо?**

Когда мы с вами приходим в храм, нам бы не забыть, что все, что мы там делаем, Богу в принципе не надо. Это надо нам.

Это очень простая мысль, совершенно банальная. Ее знают все, но все время про нее забывают. Мы забываем про нее не потому, что у нас память дырявая, а просто в силу нашей детской природы. Бог — Отец, а мы у Него — дети. А дети — они всегда обычно полоротые: вот они заиграются и забудут что-нибудь. ►



Мать говорит: «Иди делай уроки!» — «Сейчас!» — «Делай уроки!!!» — «Сейчас, я еще не доиграл!» Бежит потом... Мать его изловит, конечно, надерет, за стол посадит и скажет: «Сиди, делай уроки! Сто лет мне твои пятерки не нужны! Тебе они нужны. Будешь балбесом — пойдешь дворником работать».

Вот примерно такие живые отношения — все, что делается в Церкви. И делается это для нас, тот же самый пост. Поэтому поститься всегда легко, приятно и весело, потому что мы от него получаем пользу. Ведь так?

Надо, чтобы человеку нравилось поститься. Чтобы он понимал, для чего он это делает, получал удовольствие.

Люди, которые ходят в спортзал, прекрасно понимают, что боль (не резкая, острая, травматическая, а нормальная мышечная боль) — это хороший признак, признак того, что мышечные волокна расширяются, растут, нарастает масса. Так людям, которые ходят качаться, это нравится. Они понимают, что это на пользу, зато потом на пляж как выйдут!..

Вот так и человек, который постится, должен получать от этого пользу и удовольствие, пусть даже это сопряжено с какой-то болью и с неприятностью — с тугой, скажем так.

Вasketическом отношении надо больше заниматься собой. А мы часто занимаемся собой в каких-то других вопросах: когда нас просят по-христиански оказать действительную помощь ближнему.

А вот других постить не надо. Тогда пост и принесет радость. Потому что о себе мы еще кое-как можем позаботиться, а если заботиться еще и об окружающем мире... За одним не доглядел, за вторым, один убежал тайком, перестал поститься, второй, третий... Детей насильно постишь, а они не хотят поститься: ты им втуляешь какую-нибудь кашу без сахара

и без масла, а они тайком чипсов где-нибудь наедятся... Сплошные заботы. Сон потеряешь и последний аппетит.

Надо помнить, что пост дело радостное, что он нужен для нашего духовного здоровья, да и телесного тоже. И поэтому, раз мы занимаемся во время поста больше собой — значит, меру поста больше всего определяет себе сам человек.

«Ой, какая страшная ересь! — сейчас скажут люди. — Как же так, ведь, конечно же, батюшка должен определять меру поста!»

Конечно. Разумеется. Если у человека есть духовник — само собой, с ним нужно это обговорить. Но тем не менее свою голову на плечах иметь полезно.

Вот у человека целый «букет Абхазии»: язва желудка, панкреатит, диабет. Такие люди приходят к батюшке (с которым, тем более, давно знакомы) и говорят: «Батюшка! Я согрешила! Благословите на молоко на пост!»

— Петровна! Я тебя сто лет знаю! Сколько раз можно с одним и тем же?!

Поэтому прежде всего надо решать самим, определять свою меру. Это значит, что человек не просто листает постный устав, а думает о себе, о своей душе, о своем духовном устройении и пытается разобраться, как пост поможет этому духовному устройению. Это значит, что человек вообще думает о своей христианской жизни.

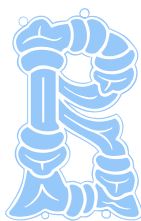
А уже с тем, что он надумал, он идет советоваться к духовнику или еще к кому-то. Ведь человек живет не один, а пост — вообще дело христианское. Человек живет в Церкви, и поэтому во всем советуется с Церковью, хотя бы в лице ее представителя — приходского батюшки.

Всем желаю веселого, замечательного, хорошего, легкого поста, который принесет одну только пользу и никакого вреда.

*Публикуется в сокращении
www.pravmir.ru*

Евангельское чтение

Исцеление скорченной женщины (Лк, 13:10-17)



одной из синагог учил Он в субботу. Там была женщина, восемнадцать лет имевшая духа немощи: она была скорчена и не могла выпрямиться.

Иисус, увидев ее, подозвал и сказал ей: женщина! ты освобождаешься от недуга твоего. И возложил на нее руки, и она тотчас выпрямилась и стала славить Бога.

При этом начальник синагоги, негодуя, что Иисус исцелил в субботу, сказал народу: есть шесть дней, в которые должно

делать; в те и приходите исцеляться, а не в день субботний.

Господь сказал ему в ответ: лицемер! не отвязывает ли каждый из вас вола своего или осла от яслей в субботу и не ведет ли поить? сию же дочь Авраамову, которую связал сатана вот уже восемнадцать лет, не надлежало ли освободить от уз сих в день субботний?

И когда говорил Он это, все противившиеся Ему стыдились; и весь народ радовался о всех славных делах Его.



Проповедь на Евангельское чтение

Священник Владимир Александров

Как Совершенный Человек Господь Иисус Христос являет нам пример высшей нравственности. Вместе с тем, мы видим, что Его телесное естество так же было подвержено действию естественных законов бытия: Он уставал, отдыхал, ел и пил. Сегодняшний отрывок раскрывает нам еще одну черту облика Господа: обращаясь к начальнику синагоги, Он негодовал.

Со словами полными праведного гнева Господь обращается к предводителю: лицемер! Как должно быть был опечален Спаситель, когда пришлось ему охарактеризовать того, кто своей жизнью должен был бы показывать образ истинного богопочитания. Приведя пример из обыденной жизни: не отвязывает ли каждый из вас вола своего или осла от яслей в субботу и не ведет ли поить, Господь обличает начальника синагоги так, что это сочли необходимым отметить Его окружающие. Почему же?

Дело, по-видимому, в том, что этот начальник своим деланным недоумением по поводу «нарушения» закона Моисеева, явил свое внутреннее состояние. И это настолько возмутило Господа, что Он счел необходимым принародно изобличить этот грех — грех лицемерия.

В чем он заключался для этого человека — для нас сейчас не столь уж и важно. Гораздо существеннее посмотреть на самих себя — что такое лицемерие в нашей жизни, как его распознать и с ним справиться.

Лицемерие — это, прежде всего, продукт нашей собственной гордости. Начинается все с того, что мы начинаем оценивать окружающий мир, строить свои

отношения с ним не на основе Божиих заповедей, а своих собственных выгод и приобретений. Причем это совершенно не обязательно носит материальный характер. Лицемерить можно и в отношении к Богу, когда, формально «вычитав» положенные перед Причастием, например, молитвы, мы считаем, что достаточно подготовились к принятию Святых Таин Христовых. Лицемерить можно и в отношении к самим себе, когда мы смотрим «сквозь пальцы» на собственные проступки, при этом обличая других. Не к нам ли относятся грозные слова Христа: Что ты смотришь на сучок в глазе брата своего, а бревна в твоём глазе не чувствуешь?

Нет другого порока, который бы обличался Спасителем столь часто и резко, как лицемерие. И сейчас, спустя две тысячи лет после Его Рождества, мы снова и снова попадаем в ту же ловушку. Как же выйти из этого круга?

Способ этот не нов, ибо также предложен в Евангелии. От молитвы и поста изгоняется враг рода человеческого. Если мы будем по-настоящему, от сердца, так, как это делала скорченная женщина, молиться, то Всемилостивый Создатель не посрамит своих грешных чад, как о том сказано: Избавит Господь души раб Своих, и не прегрешат вси уповающие на Него. Так вознесем наши молитвы ко Спасителю мира, чтобы избавил Он нас этого греха, да единодушно прославим в Троице славимого Бога, Отца, и Сына, и Святого Духа, слава, честь и поклонение Которым подобает во веки. Аминь.

www.sweden.orthodoxy.ru

Рождественский пост для детей. Часть 2

Продолжение разговора с протоиереем Алексием Уминском о детском посте

Еще раз хочу обратить внимание на то, что пост хоть и идет для всех в один и тот же период, но для всех он всегда очень разный. Для каждого человека пост является его личным подвигом. И родители не должны забывать, что мера личного подвига у всех людей разная.

Поэтому детский пост очень сильно отличается от взрослого поста. У ребенка совсем иное представление о грехе и до определенного возраста у него нет понятия о духовной борьбе. Например, маленьких детей, которые еще не исповедуются, нагружать серьезными постными дисциплинами было бы даже и опасно, потому что дети развиваются, и их пост должен быть в пище самым незначительным. То есть должны быть просто отдельные элементы поста.

Ребенка всегда надо хорошо кормить, можно постной пищей, но разнообразной. Поэтому присутствие в рационе ребенка молочных продуктов и иногда, когда ребенок ослабевает, болеет, мясных бульонов, мяса, вполне возможно.

При этом есть четкие элементы поста, например: неедение мяса, отказ от чрезмерных сладостей и удовольствий, именно, от чрезмерных сладостей и чрезмерных удовольствий. Например, посещение аквапарка во время Великого поста могло бы быть исключено. Но посещение театра, музея, того, что приносит ребенку духовное развитие и не является элементом развлечения как у взрослого, а, наоборот, является элементом воспитания, то вполне может присутствовать во время Великого поста. Это должны быть хорошо продуманные спектакли, концерты и даже цирк, если это хорошее представление, которое показывает ребенку, как человек может общаться с животными. Все это может быть в рамках поста, потому что это не элемент

аскезы для ребенка, а элемент его развития. И все, что ребенка развивает, оно также полезно постом, как и во все остальные дни.

Очень важно, чтобы ребенок с детства любил атмосферу поста в храме, почувствовал ее небесность, прозрачность, особенную благодать. Тогда для ребенка с каждым годом все больше и больше будет открываться радость праздника.

Самое страшное, если пост будет воспринят как формальность или наказание, когда родители заставляют детей поститься. Пост становится для ребенка невыносимой мукой.

«Когда же, когда же кончится пост, чтобы я смог поесть колбаски?» Дети действительно это так переживают. Я помню своих детей, мы с ними уже в конце поста едем как-то на машине, им было примерно 8 и 10 лет, а кругом продают шаурму, сосиски, хот-доги, и один из них смотрит на все это и говорит: «Лучше бы я был слепым». Несмотря на соблазн кругом, все-таки совершается подвиг, все-таки происходит преодоление. Детям хочется и колбаски, и сосисочек, но, если они воспринимают пост как подвиг, они стараются, борются за себя.

Хотя, действительно, детский пост должен быть ослаблен, и если кто-то по неразумию заставляет детей поститься по строгому афонскому уставу, когда детей просто морят голодом, заставляют вычитывать долгие непонятные молитвы, пичкают длинными Богослужениями, когда им все не в радость, — это все может только очень сильно навредить.

У нас в гимназии кроме первой недели Великого поста (в первую неделю дети учатся немного ослаблено, потому что ходят на канон), в младшей школе дают молочную пищу, а в старшей школе всегда дают рыбу. ►

И тут были проблемы с родителями: «Как же так? У вас Православная гимназия, а вы постов не соблюдаете?»

«У вас молочное дают, а мой ребенок с трех лет строго постится!», — говорит мамаша на высоких каблуках, в маникюре, с накрашенными губами. И тогда ребенок становится как бедный подопытный кролик. И что с ним потом будет? Понятно, что с ним потом будет.

Грустно на таких детей смотреть, они практически все потом из церкви уходят, воспринимают веру родителей как страшную ложь и лицемерие. Потому что родители пытаются научить детей тому, чего сами никогда в жизни не знали.

Это самое страшное, когда родители в детстве никогда не постились, а стали поститься год или два назад и тут же пытаются наверстать упущенное на своих детях. Вот тогда происходит полная беда! Если не постился сам в детстве, не знаешь, как это происходит, не переживал это сам, спроси у умных, опытных людей, тех, которые уже своих детей вырастили, как быть с детьми? При том, что дети все разные. Необходимо смотреть на устройство своего ребенка, может ли он жить с такими-то ограничениями или для него это непосильная ноша?

— В обычной школе старшеклассники учатся до 4-5 часов вечера.

— Если ребенок учится в обычной школе, и родители говорят, чтобы он постился и не ел того, что дают в школе, это тоже неправильно. Во-первых, ребенок становится в неравные условия с другими детьми, во-вторых, он целый день будет голодный. Пусть он съест эту котлету, в которой больше постного, чем в приготовленной дома мамой с любовью постной пище!

Мое мнение такое: если дети ходят в обычную школу, то они должны есть то, что им дают. И пусть ничего об этом не думают, а дома пусть постятся.

— А как праздновать Новый год?

— Об этом много было сказано, есть такое явление в нашей жизни, никуда от него нам не деться. И с этим нам жить и ситуацию не

исправишь, народ не перевоспитаешь, Новый год будет праздноваться. Надо жить в этих условиях, ничего тут не поделаешь.



Может, со временем, христианских семей станет больше, Новый год, по крайней мере, в окружении христиан будет праздноваться немного иначе. Бабушки тоже станут христианками, сегодняшние родители станут дедушками и бабушками, и своим внукам будут по-другому дарить подарки на Новый год.

Но, с другой стороны, если неверующие дедушка и бабушка хотят увидеть своих внуков на Новый год, то как им в этом отказать? А если они приготовили салатик оливье, разве это страшно, если ребенок съест немного, чтобы бабушку-дедушку не обидеть? Ничего страшного в этом нет.

www.pravmir.ru

Трудные места богослужения: Кончив долготу дня...

Филолог Любовь Макарова разбирает песнопения Всенощного бдения.

Пришедшие на запад солнца, видевшее свет вечерний... — мы, придя к закату дня (**запад**, по-церковнославянски не только сторона света, но и захождение, **запад солнца** — захождение солнца, закат) и увидев вечерний Свет, т.е. Сына Божия, Иисуса Христа, Который есть «Свет миру» (Иоан. 8,12), просвещающий всякого человека, пришедшего в мир (Иоан. 1, 9), и не только днем.

Горящий на вечернем богослужении светильник — тоже символ Христа, всегда пребывающего там, где двое или трое собораны во имя Его (Мф. 18, 20).

Вообще горящий в храме светильник — это очень древний образ, восходящий еще к ветхозаветному вечернему богослужению, где возжжение и поставление светильника вне завесы ковчега откровения и скинии спасения, перед которым воскурялся фимиам, было центральным действием.

Светильник должен был гореть пред Господом с вечера до утра. Эта традиция перешла в раннехристианскую Церковь в переосмысленном виде: горящий светильник стал напоминать первым христианам о духовном пребывании с ними Света истинного, Иисуса Христа.

Достоин еси во вся времена пет бытии гласы преподобными... — во все времена подобает воспевать Тебя прекрасными голосами. **Преподобный** значит не только «благочестивый, чистый», но и «благоприятный, счастливый», «прекрасный», «блаженный».

Заканчивается гимн «Свете тихий», древнейшее христианское песнопение. Диакон провозглашает прокимен: «*Премудрость, вонмем...*» **Внимати** по-церковнославянски «слушать, услышать»:

«Послушаем, сейчас прозвучит мудрость!»

На воскресной всенощной следует прокимен «*Господь воцарися, в лепоту облечеса!*» — Господь воцарился, Он царит и оделся красотой (или могуществом — по-церковнославянски **лепота**).

Прокимен сопровождается стихом или несколькими стихами, дополняющими и поясняющими его смысл.

Облечеса Господь в силу и препоясася — Господь оделся силой, могуществом (церковнославянское **сила**) и опоясался, т.е. он готов к действию, бодрствует (см. выражение «**препоясати чресла**» в новозаветных текстах, напр. Лк. 12, 35; 1 Петр. 1, 13; Еф. 6, 14).

Ибо утверди вселенную, яже не подвижится — ибо Он установил вселенную так, что она не пошатнется (**утвердити** буквально «сделать твердым, крепким», т.е. «укрепить, установить»; **подвигнутися, подвижитися** — поколебаться, пошатнуться).

Дому Твоему подобает святыня, Господи, в долготу дней — в ветхозаветной Церкви **святыней** назывались части жертвенных животных вместе с хлебными приношениями жертв о грехе и преступлении, которые мог потреблять только первосвященник. **Дние** или **дние жития** — привычное библейское наименование лет жизни (или просто «жизнь»), а **долгота** — «протяжение (в пространстве)», «продолжительность (во времени)». Твоему дому, т.е. Твоей Церкви, подобает, Господи, святыня (бескровная жертва) во все года жизни, всегда.

Простые вопросы

Чудотворные иконы

«Почему одни иконы чудотворные, а другие нет? Ведь мы молимся не иконам, а святым, на них изображенным. В чем же дело?»

Отвечает протоиерей Сергей Архипов, священник Покровского храма, г. Жиздра, Калужская область:

Вы задали вполне справедливый вопрос.

Но прежде, чем на него отвечать, следует сделать некоторое уточнение: а что же мы понимаем под словом чудо? Это ведь не просто какое-то явление, выходящее за рамки наших представлений о законах естества, а ответ Бога на мольбу человека попавшего в беду, из которой он уже не надеется выбраться сам.

И когда после молитвы перед иконой он получает такой ответ-помощь от Бога, то, естественно, хочет поделиться своей радостью с другими людьми. Вот эти рассказы свидетелей чуда и становятся основанием для почитания той или иной иконы как чудотворной.

Хотя чудо сотворила, конечно же, не икона, а Господь. Но память о такой встрече человеческой веры и Божьего милосердия сохраняется в предании Церкви через почитание иконы. Святитель Феофан (Говоров) писал: «Некоторые иконы бывают чудотворными потому, что Богу



так угодно. Сила тут не в иконе и не в людях прибегающих, а в Божией милости».

И, наверное, в этом смысле чудотворной вполне обоснованно можно считать любую икону, перед которой человек молился и получил помощь от Господа. Даже ту, которая стоит на иконной полочке у Вас в квартире, если в Вашей молитвенной жизни был опыт подобного рода.

Журнал «Фома», №11/103 (ноябрь 2011)

**Подготовлено совместно
с Синодальным информационным отделом
Русской Православной Церкви**

«Православие и мир» — ежедневно о том,
как быть православным христианином сегодня.

Редакторы: Мария Абушкина, Анна Данилова
Корректор: Екатерина Сысина
Макет, верстка: Сергей Амиантов
Художник: Наталья Сажина

Адрес в интернете: www.pravmir.ru
Электронная почта: gazeta@pravmir.ru