



Великий пост

Начало Великого поста – 19 февраля

Великий пост готовит христиан к встрече праздника Воскресения Христова и начинается за семь недель до него. Из четырех многодневных постов Великий пост является самым продолжительным и строгим.

Великий пост установлен в память сорокадневного поста Иисуса Христа, который вскоре после своего крещения удалился в пустыню и постился там, а также в память сорокадневного поста Моисея и Илии.

Для богослужений во время Великого поста характерны молитвы покаяния и воспоминания крестной смерти и воскресения Иисуса Христа. В первую, четвертую

(Крестопоклонную) и Страстную недели по уставу необходимо поститься особенно строго.

Пост – это время покаяния, раздумий и усердных молитв, отказа не только от определенной пищи, но от вредных привычек, пристрастий и увеселений.

Духовная практика поста состоит из молитвы, духовного чтения и удаления от всего греховного и отвлекающего от Бога. Телесная подготовка состоит из воздержания от скоромной (непостной) пищи.

В первую неделю Великого поста, с понедельника по четверг, в храмах на вечернем ►



богослужении читается Великий покаянный канон преподобного Андрея Критского, который содержит глубокие покаянные молитвы. Он разделен на четыре части и читается за Великим Повечерием, вечером, в первые четыре дня Поста. Его можно описать, как покаянный плач, раскрывающий нам всю необъятность, всю бездну греха, потрясающий душу отчаянием, раскаянием и надеждой.

Великий пост – зачем он нужен?

Еще в первые христианские времена люди, желавшие креститься, некоторое время перед крещением соблюдали пост. Впоследствии из этого поста возник пост перед Святой Пасхой. Если проводить аналогию с крещающимися, Великий пост дает нам возможность подготовиться и достойно встретить Христа и Праздник Его Воскресения.

Время поста – очень важный период для христиан: мы можем проверить себя, воспитать, сделать немножко лучше и чище. Сознательно лишая себя чего-то, мы обязательно приобретем что-то очень важное. Поэтому в пост мы добровольно лишаем себя каких-либо житейских удобств, тем самым освобождая место для духовных ценностей.

Если согрешил в Великий пост – Бог не простит?

Грех всегда остается грехом: и во время поста, и вне поста. Наша земная жизнь направлена либо на борьбу с грехом, либо на укоренение в своей жизни греховного начала.

Если человек выбирает борьбу с грехом, он должен каяться и стараться в дальнейшем не согрешать, а если снова падает – то приносить еще большее покаяние, возлагать

на себя еще большие труды, дабы некогда было грешить.

Если нарушил пост: что делать?

Если нарушил пост, нужно принести покаяние и постараться в будущем держаться крепче. Главное – не отступать, продолжать свой покаянный постный путь в ожидании радости Пасхи – Светлого Христова Воскресения.

Почему Великий пост начинается в разное время?

Великий пост приурочен к Светлой Христовой Пасхе, переходящему Празднику, дата которого выпадает на период с 4 апреля по 9 мая, каждый год по-разному. Поэтому и Великий пост христиане считают неким передвижным Праздником.

Великий пост: от чего воздерживаться?

Так как пост совершается, в первую очередь, не ради воздержания от пищи, а ради возрастания в духовном делании, мы стараемся поститься постом благоприятным, угодным Богу. А это значит, что мы должны воздерживаться от злых дел, от телесных и душевных скверн, которым мы постоянно подвержены.

В пост нужно максимально отстраниться от гнева, обид, осуждения и попытаться делать еще больше добра, чем в другое время – таким образом мы подготовим себя к встрече Светлого Христова Воскресения.

www.pravmir.ru
www.foma.ru

Евангельское чтение

Нагорная проповедь (Мф. 6:14-21)

Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших.

Также, когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою.

А ты, когда постишься, помажь голову

твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно.

Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут, но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют и где воры не подкапывают и не крадут, ибо где сокровища ваши, там будет и сердце ваше.

Проповедь на Евангельское чтение

Митрополит Сурожский Антоний

В начале Великого Поста мы вспоминаем свое сиротство и вспоминаем о потерянной родине своей, об отчем доме. И снова, и снова мы собираемся в путь, чтобы духом загореться, чтобы сердцем очиститься, чтобы просветлеть умом и чтобы вернуться к нашему Богу и Отцу. Но совершается это в каждом из нас в отдельности, а вместе с тем – всеми нами сообща, как в старые времена, когда люди покидали страну, которая стала местом порабощения, и уходили в неведомые им края обрести свободу. Так и мы должны оторваться от того, что делает нас рабами, уйти из плена, чтобы когда-то обрести ту свободу чад Божиих, которая является нашим призванием и должна стать нашим достоянием.

И как люди во времена давние собирались в такой путь вместе, как бы в складчину, собирая свою немощь, чтобы из этой немощи, из товарищества, из взаимной преданности выросла какая-то сила, как тогда, собираемся

и мы теперь в путь. Тогда они обзревали порой неизвестных им людей, вглядывались в новые лица: что у них было общего? Только одно – то, что все отрекались от рабства, хотели свободы, и все они поняли, что к свободе из рабства может вывести только единство примирившихся людей. Древний Израиль сорок лет скитался в пустыне, прежде чем достиг обетованной земли. Никто бы не выжил в этой страстной пустыне, если бы каждый не заботился о каждом, если бы каждый не думал о каждом, если бы судьба каждого не была ответственностью всех и судьба всех не воспринималась каждым как его собственная ответственность.

Так и мы должны теперь собираться воедино и идти в путь. И мы должны осознать, что нам надо вырваться из многого для того, чтобы быть свободными; нам надо осознать, что только спаянные, соединенные друг с другом любовью, жалостью, милосердием, ►

состраданием можем мы этого достичь. И поэтому на грани Великого поста мы становимся перед образом Христа Спасителя и Божией Матери и просим Их прощения и Их напутственного благословения. Христос был убит детьми Адама, и мы являемся такими же детьми того же нашего праотца. Мы просим Христа нас спасти и благословить – но чьи руки пригвоздили Его ко кресту, чья ненависть отвергла Его, как не ненависть, как не руки предков наших по человечеству? И мы должны просить Христа о прощении и о благословении, с тем, чтобы Его крест стал нашим спасением, чтобы ранами Его мы исцелили, чтобы, познав крестную любовь Господню, в благодарность мы нашли в себе силы принести Ему всю жизнь свою, всю любовь свою. И у Божией Матери должны мы просить прощения: ведь Сын Ее погиб от наших грехов, не только от греха ветхого Адама, не только от греха живших до нас людей; и в наши дни Он так же погиб бы, потому что мы так же слепы и так же греховны, как Его современники. И вот мы взываем к Божией Матери; сколько веры нужно для того, чтобы к Ней обратиться за помощью и пощадой! Разве каждая наша молитва к Ней не значит: Мати, моими грехами убит, погиб жестокой смертью Твой Сын – прости! Если Ты простишь – никто меня не осудит... И вот с этой молитвой изо дня в день, а сегодня вечером особенно, предстоим мы перед Богородицей: Прости нам, о, Мати Христа, Спасителя нашего, погибшего от наших грехов...

И каждый каждого да вспомнит; да простит каждый всех, не только здесь присутствующих, но тех, которых он не может больше застичь своей мольбой о прощении. Многие оскорбленные, раненные нами, уже отошли в вечный покой; теперь на их сердце не остается злобы или горечи; теперь они стоят перед лицом Божиим, теперь они поняли, как мы все слабы и слепы и как мы раним друг друга, не желая того, сколько бы

злобы мы ни вкладывали в злые наши слова и поступки; теперь они в Царстве Любви, в том Царстве, где все знают, что кроме любви, ничего нет ни на небе, ни на земле достойного Бога и достойного людей. Обратимся к ним в молитве от сердца и попросим простить нас и благословить, чтобы и нам, еще на земле, или позже – когда душа будет отлучаться от тела – мирно отойти в Царство вечного покоя, живого, трепетного покоя торжествующей любви. Вспомним тех, которые прошли через нашу жизнь, ранили нас и были нами ранены; простим тем, кто ранил нашу душу, смял нашу жизнь, обесмыслил иногда самые светлые наши мысли и убил самые живые наши порывы. Простим и попросим их, которых уже вблизи нет, простить нас. Пусть Господь донесет до их сердец нашу мольбу миром, который только Он может дать, который мир не может ни дать, ни отнять; пусть Господь этим Божественным миром утешит и исцелит их души и наши души.

И оглянемся вокруг себя, и дадим друг другу прощение, и примем друг от друга прощение, с тем чтобы вступить теперь в этот путь от земли к Небу, от рабства в свободу, чтобы не идти нам с тяжелыми кандалами на руках и на ногах, а ступать легкой поступью за Христом, куда бы Он ни пошел: в пустыню ли на искушение, в народ ли для проявления любви проповедью истины и чудом Своей ласки. Пойдем, если нужно, и в страстной Гефсиманский сад, пройдем и дальше, когда придет время разлучения тела и души, в тайну смерти, не как побежденные, а как Христовы. Дай нам, Господь, всем теперь получить мир от Господа, мир от Матери Божией, мир от усопших, мир от живых, и это мы можем получить от них, если мы им дадим мир и любовь.

Публикуется в сокращении

www.zavet.ru

Прощеное воскресенье

Прощеное воскресенье – последний день перед Великим постом

В этот день все православные просят друг у друга прощения – чтобы приступить к посту с доброй душой, сосредоточиться на духовной жизни с чистым сердцем встретить Пасху – день Воскресения Христова.

В этот день последний раз употребляется скоромная пища.

«В этот день, по установленному в древние времена обычаю, поклонившись друг другу из глубины наших сердец, прощают православные взаимные обиды и согрешения.

Это необходимо нам, если мы хотим жить с Господом и находясь на земле, и переселившись в жизнь вечную. Мы все желаем себе вечного спасения. Но это возможно только в том случае, если не будет в нашем сердце обид; не будет взаимного осуждения, неприязни. Возможно только тогда, когда в сердце нашем будет мир – это драгоценное священное благо, которое дарует нам Христос Спаситель.

Но для этого нужно и простить тех, кто нас обидел, и испросить себе прощение у тех, кого мы вольно или невольно обидели. Иначе напрасны будут все наши труды в предстоящем посту. Не примет Господь наших многочисленных земных поклонов, если в сердце нашем будут продолжать жить обиды на брата, зло и недоброжелательность к ближним» (Архим. Иоанн Крестьянкин).

Чин прощения

В храмах на вечернем богослужении совершается чин прощения. Настоятель храма говорит слова наставления и испрашивает прощения у духовенства и народа со словами: «Благословите, отцы святии и братия,

и простите ми, грешному, елика (все, чем) согрешил в сей день делом, словом, помышлением и всеми моими чувствами». После этого он кланяется до земли. Все отвечают ему земным поклоном и говорят: «Бог да простит тя и помилует, отче святыи. Прости и помолися и о нас, грешных». Священник произносит «Благодатию Своею Бог да простит и помилует всех нас».

Затем настоятель берет на престольный Крест. Все священнослужители в порядке старшинства, а затем прихожане, подходят к настоятелю, целуют Крест, просят прощения и целуют Крест. Затем принято кланяться друг другу, просить прощения и в знак прощения отвечать: «Бог простит», прощая человека не формально, на словах, а искренне, от всего сердца.

В конце службы во многих храмах поются песнопения Пасхи («Воскресения день», оканчивающееся словами «простим вся воскресением»), напоминая о том, что пост – это путь к Пасхе, которая уже близко.

Как просить прощения

Чин прощения появился в монастырской жизни египетских монахов. Перед наступлением Великого поста, чтобы усилить подвиг молитвы и подготовиться к светлому празднику Пасхи, монахи расходились по одному по пустыне на все сорок дней поста. Некоторые из них уже не возвращались обратно: кто-то был растерзан дикими зверями, другие погибли в безжизненной пустыне. Поэтому, расходясь, чтобы встретиться только на Пасху, монахи просили друг у друга прощения за все вольные или невольные обиды, ►

как перед смертью. И конечно, сами от души прощали всех. Каждый понимал, что их встреча в преддверии Великого Поста может оказаться последней. Для того и существовал чин прощения – чтобы быть примиренным и прощенным со всеми и – благодаря этому – с Самим Богом.

С течением времени эта традиция перешла в богослужение всей Церкви. В дореволюционной России, например, существовал обычай царю испрашивать прощения у свои подданных. С этой целью царь объезжал войска (с XVIII века – расположения расквартированных в столице полков), просил прощения у солдат, посещал монастыри, где просил прощения у их братии, приезжал к архиереям, чтобы и у них попросить прощения.

«Нужно и простить тех, кто нас обидел, и испросить себе прощение у тех, кого мы вольно или невольно обидели, – напоминал в проповеди архимандрит Иоанн (Крестьянкин) – Иначе напрасны будут все наши труды в предстоящем посту. Не примет Господь наших многочисленных земных поклонов, если в сердце нашем будут продолжать жить обиды на брата, зло и недоброжелательность к ближним».

Масленица

Масленица – это подготовительная неделя к Великому посту посвящена в христианском смысле одной цели – примирению с ближними, прощению обид, подготовке к покаянному пути к Богу – в этом христианская составляющая масленицы. Масленая неделя,



Масленица – просторечное название Сырной седмицы – последней перед Великим постом недели. В продолжение масленицы не едят мясо, но можно употреблять рыбу и молочные продукты. Масленица – это сплошная неделя, отменяется пост в среду и пятницу.

Эта подготовительная неделя к Великому посту посвящена в христианском смысле одной цели – примирению с ближними, прощению обид, подготовке к покаянному пути к Богу – в этом христианская составляющая масленицы. Масленица – это время, которое нужно посвятить доброму общению с ближними, родными, друзьями, благотворению.

Церковь призывает помнить, что ни в какое время не стоит веселиться, теряя голову и совесть. Всякое злоупотребление отдаляет человека от Бога и от приобретения тех качеств души, к которым стремится христианин.

www.zavet.ru

Вопросы священнику

Отвечает протоиерей Андрей Ефанов

Беда – воля Божия?

«Доброго дня Вам, батюшка! Вчера со мной произошла беда – с моей зарплатной карты сняли мошенники все деньги, проведя покупки через интернет-магазин. Безусловно, у меня было состояние шока и безысходности, так как осталась без средств, а необходимо платить кредит. Но меня удивила “Поддержка” близкого человека. Мы оба православные. Он преподнес мне это событие как ну ЗА ЧТО-ТО ГОСПОДЬ попустил тебе такое, на все Воля Его. Батюшка, я в замешательстве, можно ли все так буквально трактовать и ссылаться на любую беду, что это воля Господа? Возможно, эта ситуация мне для чего-то пришла (не быть очень доверчивой, например), но не ЗА что-то. Поясните, пожалуйста»

Добрый день! Нет, если человек не обладает даром четко знать, что и зачем посылает и попускает Господь (а такой дар есть буквально у единиц), человек не может так говорить, потому что ему неведомы истинные причинно-следственные связи. Я понимаю Ваш шок, это ужасно неприятная ситуация, особенно в связи с кредитом. Желаю Вам, чтобы Ваши знакомые и близкие люди смогли как-то скооперироваться и Вы бы продержались до следующей зарплаты, не просрочив Ваши платежи и сообразив, как быть дальше. И да, будьте аккуратнее с картой и вообще. Храни Вас Бог!

Что нельзя делать в Великий пост

«Что нельзя делать в Великий пост?»

Что нельзя делать в Великий пост? Правильнее было бы спросить, что следует делать в Великий пост. Ведь это время дано нам специально как время усиленной работы над собой. Как шанс изменить что-то в себе к лучшему. Сконцентрироваться на своей духовной, внутренней жизни.

И те правила, которые Церковь предлагает нам соблюдать в Великий пост, нужны нам как подспорье в достижение этих целей.

Так какие это правила?

Пост в еде. В Великий пост нельзя не только есть скоромную пищу (мясо, яйца, молочные продукты), но и объедаться постной. В период поста нельзя также употреблять алкоголь, кроме некоторых дней, когда разрешается немного вина. Супругам следует по возможности и только по взаимному согласию воздерживаться от близости (в Великий пост не совершаются венчания, соответственно, верующим людям нельзя жениться в Великий пост).

Разумное распределение времени. В Великий пост нужно сосредоточиться на своей духовной жизни, а потому не следует тратить время бесцельно. Имеет смысл ограничить развлечения и увеселения, а посвятить время молитве и своему духовному развитию.

Прощение обид. Нельзя в пост продолжать лелеять свои обиды на других, нужно постараться разрешить конфликты и, по возможности, примириться. Именно поэтому Великий пост начинается после Прощеного воскресенья. ►



Усиленная молитва. В пост нельзя пренебрегать богослужением и молитвой. Богослужения Великого поста совершенно особенные, они передают главное настроение Великого поста – покаяние. Есть службы (канон Андрея Критского, Литургия Преждеосвященных даров, Пассии, богослужения Страстной недели) на которых надо непременно побывать.

Покаянная молитва Ефрема Сирина сопровождает православного христианина весь Великий пост.

В Великий пост христианину нельзя продолжать жить в привычной суете, забывая о Боге. Нужно находить время и возможности, чтобы делать пусть самые маленькие, но шажки к Господу. Семь недель Великого поста – семь ступенек к Пасхе, к Светлому Христову Воскресению. И провести их надо так, чтобы встретить Праздник с чистым сердцем.

www.foma.ru

Благотворительный фонд «ПРАВМИР»

Поддержите людей, которым нужна помощь: отправьте sms на номер 3434 со словом ПРАВМИР и суммой пожертвования

www.fondpravmir.ru

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

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

Редакторы: *Мария Азизян, Анна Данилова*
Корректор: *Екатерина Сысина*
Макет: *Сергей Амиантов*
Верстка: *Александр Архипцов*

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