



Великий пост

В 2010 году Великий пост начинается 15 февраля и завершается 3 апреля.

Великий пост начинается за семь недель до Пасхи и состоит из четырёхдесятницы - сорока дней - и Страстной седмицы - недели перед самой Пасхой. Четырёхдесятница установлена в честь сорокодневного поста Спасителя, а Страстная седмица - в воспоминание последних дней земной жизни, страданий, смерти и погребения Христа.

«Весна постная» - так называет Православная церковь время Великого поста, напоминая о то, что пост - это время духовного расцвета и пробуждения.

Принято с особой строгостью соблюдать первую и Страстную седмицы Великого поста. Великий пост подразумевает исключение из рациона мясной, молочной, рыбной пищи и яиц, но меру своего поста надо обязательно согласовывать со священником, сообразуясь с состоянием здоровья.

Смысл поста - подготовка к встрече с Воскресшим Христом-Спасителем. В эти дни особенно нужно стараться быть добрее к людям, совершать дела милосердия и стараться исправить себя. Нужно подготовиться к обстоятельной исповеди, принести покаяние в грехах Богу в присутствии священника, и причаститься Святых Тела и Крови Господа Иисуса Христа.

Первая седмица Великого поста отличается особенно строгостью, а Богослужение особенной продолжительностью.

В первые четыре дня, (понедельник, вторник, среда и четверг) на Великом повечерии читается канон Св. Андрея Критского с припевами к стиху: «Помилуй меня, Боже, помилуй меня». В этом каноне приводятся многочисленные примеры из Ветхого и Нового Завета, применительно к нравственному состоянию

души человека, оплакивающего свои грехи, Канон назван великим как по множеству мыслей и воспоминаний, в нем заключенных, так и по количеству его тропарей (около 250, тогда как в обычных канонах их бывает около 30).

В пятницу первой седмицы Великого поста после Литургии происходит освящение «колива» т. е. отваренной пшеницы с медом, в память Св. Великомученика Феодора Тирона, оказавшего благотворную помощь христианам для сохранения поста. В 362 году он явился епископу Антиохийскому Евдоксию и повелел ему сообщить христианам, чтобы они не покупали пищу, оскверненную идоложертвенной кровью императором Юлианом Отступником, но употребляли бы коливо (отваренные зерна пшеницы).

В первое воскресенье (Неделю) Великого поста совершается так называемое «Торжество православия», установленное при царице Феодоре в 842 году в память восстановления почитания святых икон. Во время этого праздника выставляются, в середине храма полукругом, на аналоях (высокие столики для икон) храмовые иконы. В конце Литургии священнослужители совершают молебное пение на середине храма перед иконами Спасителя и Божьей Матери, молясь Господу об утверждении в вере православных христиан и обращение на путь истинный всех отступивших от Церкви.

Во второе воскресенье Великого поста совершается память св. Григория Паламы, жившего в 14 веке. Согласно с православной верой он учил, что за подвиг поста и молитвы Господь озаряет верующих Своим благодатным светом, каким сиял Господь на Фаворе.

По той причине, что св. Григорий раскрыл учение о силе поста и молитвы и установлено совершать его память во второе воскресенье Великого поста.

В третье воскресенье Великого поста за Всенощной выносятся Святой Крест. Все верующие поклоняются Кресту, в это время поется: Кресту Твоему поклоняемся, Владыко, и святое воскресение Твое славим. Церковь выставляет в середине Четыредесятницы верующим Крест для того, чтобы напоминанием о страданиях и смерти Господней укрепить постящихся к продолжению подвига поста.

Св. Крест остается для поклонения в течение недели до пятницы. Поэтому третье воскресенье и четвертая седмица Великого поста называются «крестопоклонными».

В четвертое воскресенье вспоминается великий подвижник VI века – святой Иоанн Лествичник, который с 17 до 60 лет подвизался на Синайской горе и в своем творении «Лествица Рая» изобразил путь постепенного восхождения человека к духовному совершенствованию, как по лестнице, возводящей от земли к вечно пребывающей славе. В четверг на пятой неделе совершается так называемое «стояние Св. Марии Египетской». Жизнь Св. Марии Египетской – великой грешницы, которая смогла искренне покаяться в совершенных грехах и долгие годы провела в пустыне в покаянии – должна убеждать всех в неизреченном милосердии Божьем.

В субботу на пятой неделе совершается «Похвала Пресвятой Богородице»: читается великий акафист Богородице. Эта служба установлена в Греции в благодарность Богородице за неоднократное избавление Ею Царьграда от врагов.

В пятое воскресенье Великого Поста совершается последование преподобной Марии Египетской.

В субботу на 6-ой неделе на Утрени и Литургии вспоминается воскрешение Иисусом Христом Лазаря.

Информационный листок подготовлен редакцией Интернет-портала «Православие и мир» при участии Синодального Информационного Отдела Русской Православной Церкви.

Шестое воскресенье Великого Поста – великий двенадцатый праздник, в который празднуется торжественный вход Господень в Иерусалим на вольные страдания. Этот иначе называется Вербным воскресением. Неделю Вайи и Цветоносною, На Всенощной освящаются молитвой и окроплением святой воды, распускающиеся ветви вербы (вайя) или других растений. Освященные ветви раздаются молящимся, с которыми, при зажженных свечах верующие стоят до конца службы, знаменуя победу жизни над смертью (воскресение). Вербным Воскресением заканчивается четыредесятница и наступает **Страстная Седмица**.

Во время Великого Поста, в церкви и дома, читается покаянная молитва святого Ефрема Сирина.

**Господи и Владыко живота моего!
Дух праздности, уныния, любоначалия
и празднословия не даждь ми.**

Земной поклон

**Дух же целомудрия, смиренномудрия,
терпения и любве даруй ми, рабу Твоему.**

Земной поклон

**Ей, Господи Царю, даруй ми зрети моя
прегрешения и не осудяти брата моего,
яко благословен еси во веки веков
Аминь.**

Земной поклон

Боже, очисти мя, грешную (грешного).

12 раз с поясными поклонами, и ещё раз всю молитву полностью с одним земным поклоном в конце.

Три субботы - второй, третьей и четвертой недель Великого поста установлены для поминовения усопших: Великопостные родительские субботы.

Редактор: *А.Данилова*

Макет, верстка: *С.Амиантов*

Адрес в интернете: www.pravmir.ru

Электронная почта: gazeta@pravmir.ru