

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 обращении 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.

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 Цветоносную, 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 Воскресеньем заканчивается четыредесятница и наступает **Страстная Седмица**.

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

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

О цели и пользе поста

Святитель Иоанн Златоуст

Поста и воздержания Бог требует от нас не просто для того только, чтобы мы пребывали в неедении, но для того, чтобы, удаляясь от житейских дел, употребляли все свободное от них время на занятия духовные.

Если некоторые из приходящих в церковь чувствуют телесную слабость и не могут оставаться до вечера без пищи, то таким советую, чтобы они и телесную слабость свою подкрепляли, и не лишали себя духовного поучения, но о нем-то гораздо больше заботились. Ведь и кроме воздержания от пищи есть много путей, могущих отворять нам двери дерзновения пред Богом.

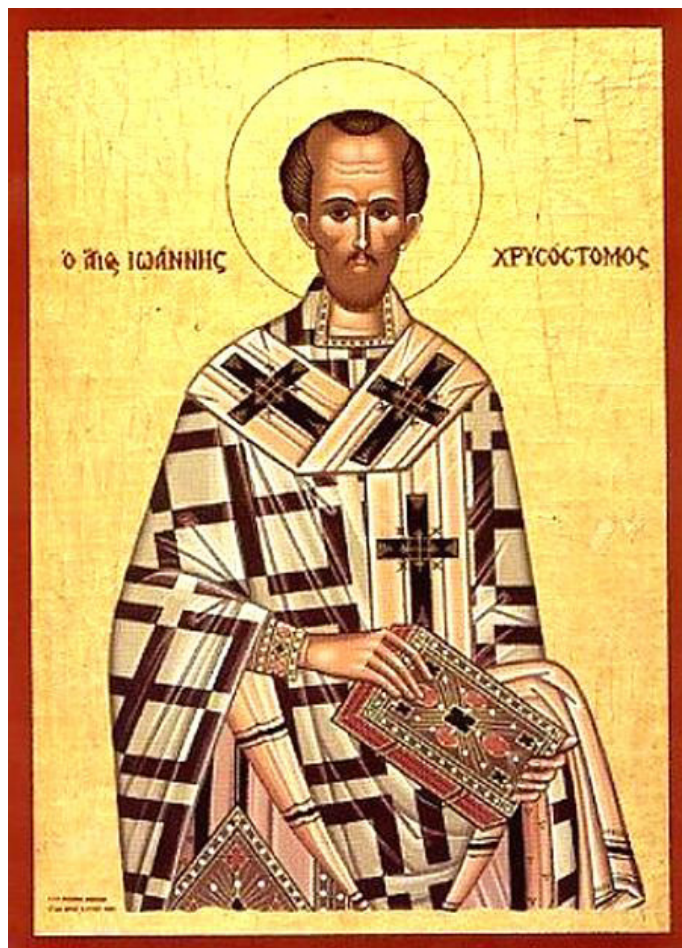
Кто не может поститься, тот пусть подаст обильнейшую милостыню, пусть творит усердные молитвы, пусть оказывает напряженную ревность к слушанию слова Божия - здесь нисколько не препятствует нам телесная слабость; пусть примиряется с врагами, пусть изгоняет из души своей всякое памятозлобие. Если он будет исполнять это, то совершит истинный пост, такой, какого именно и требует от нас Господь.

Ведь и само воздержание от пищи Он заповедует для того, чтобы мы обуздывали вожделения плоти, делали ее послушною в исполнении заповедей.

Пост смиряет тело и обуздывает беспорядочные вожделения; напротив, душу просветляет, окрыляет, делает легкою и парящею горе.

Да избегаем неумеренности, потому что умеренное употребление пищи весьма много способствует здравью и крепости нашего тела. Не видите ли каждый день, что от роскошных столов и неумеренного

насыщения происходят бесчисленные болезни? Откуда болезни в ногах? откуда болезни головные? Откуда умножение испорченных мокрот? Откуда бесчислен-



Святитель Иоанн Златоуст

ное множество других болезней? Не от неумеренности ли, не от того ли, что мы вливаем в себя вина более надлежащего? Как судно, залитое водою, скоро погружается и тонет, так и человек, предавшись объедению и пьянству, несется в бездну, потопляет свой разум и лежит наконец, как живой труп: делать зло он может, а к добру способен не более мертвых. Посему молю, подобно блаженному Павлу: плоти угодив не творите в похоти (Рим. 13, 14), но укрепитесь и умножьте ревность о делах духовных.

Молитва святого Ефрема Сирина

Эту молитву следует читать в утренних и вечерних молитвах. Читается эта молитва также в храме на понедельник по пятницу, в конце будних богослужениях.

Господи и Владыко живота моего, дух праздности, уныния, любоначала и празднословия не даждь ми.

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

Ей, Господи, Царю! Даруй ми зрети моя прегрешения, и не осуждати брата моего, яко благословен еси во веки веков.

Перевод:

Господи и Владыка моей жизни! Не дай мне духа праздности, уныния, начальствования и празднословия.

Дух же целомудрия, смирения, терпения и любви дай мне, рабу Твоему.

Так, Господи Царь мой, дай мне узреть мои прегрешения и не осуждать брата моего, ибо Ты благословен во веки веков. Аминь.

Архимандрит Кирилл (Павлов)

Эта молитва состоит всего из десяти прошений, однако своим покаянным духом и способностью приводить человека

в сердечное сокрушение она превосходит многие другие молитвословия, почему и принято ее читать Великим постом, когда Церковь зовет нас к обновлению души, к подвигу самоиспытания, к усиленной молитве и покаянию, к очищению своих грехов.

Каждое слово ее находит отклик в нашей душе, и помогает нам осознать свои пороки и возжелать добродетели, и располагает нас к молитвенному обращению к Богу о помощи в борьбе со своими страстями. Составитель этой молитвы, преподобный Ефрем Сирин, всю жизнь плакал, и потому исполнена она такого глубокого покаянного назидательного чувства и утешения.

Об осознании греха

Профессор, протоиерей Глеб Каледа

Мы живем в страшное время. Во все времена люди грешили, но только в наше время человек решил освободиться от самого понятия греха. И нам, христианам, очень важно сохранить познание греха, потому что, теряя его, мы начинаем грешить беспробудно и не задумываемся о том, что согрешаем. И паразитические бывают случаи.

Приходит однажды женщина на исповедь. Спрашиваю: «Какие у тебя грехи?» (а женщина пожилая — лет 60-80). — «А у меня, — говорит, грехов нет...» — «Ты святая?» — спрашиваю. «Да, святая». — «Тебя можно поставить в рамке и молиться на тебя?» Вот здесь она задумалась. А потом в лоб спрашиваю: «А аборт делала?» — «Делала...» Вот до чего мы докатились в нашем познании и осознании греха. И — увы! — когда приходится беседовать с нашими так называемыми «православными», то сплошь и рядом видишь, что осознания греха-то не существует.

Мы постоянно пытаемся оправдать свои дела и поступки под тем или иным предлогом, тем или другим внешним обстоятельством. Все виноваты кругом, кроме нас. И сейчас, чтобы вступить в пост, нам нужно испросить у Бога познания греха. Мы часто удивляемся: почему так сокрушались о грехах святые? У них и грехов-то нет; они — святые... А мы не сокрушаемся о своих грехах: так, обычные грехи... Но в том-то и дело, что они были ближе к Богу, и как на белой одежде

видны все пятна, а на серой грязные пятна неразличимы, так и святые видели свои грехи, а мы своих грехов сплошь и рядом не видим, а если и сознаем, то сознаем так, — лениво. Мы научились жить так, что грехи наши нас не беспокоят.

В молитве священник просит, чтобы всем, с кем он сегодня молится за богослужением, Господь даровал в первую очередь познание грехов и прегрешений. И самые страшные грехи — это те обычные мелкие грехи, которые «как у всех», «как все» — это тот

апокалипсис мелкого греха, который как панцирем одевает нашу душу и делает ее нечувствительной к молитве.

Рассказывают о том, как две женщины шли к старцу. Одна шла и плакала о своем тяжком грехе. А другая шла веселая, песенку мурлыкала и думала про себя: «А у меня особых грехов нет...» Когда они обе пришли к старцу, то первой старец сказал: «Иди и принеси вон тот валун,

который лежит на поле». Она ужаснулась — тяжелый, большой валун! А другой сказал: «Вот там маленькие камушки собери между деревьев». Глянула она — а камней тех даже и не видно. Но когда она стала их собирать, то оказалось, что вес всех тех маленьких камней больше, чем вес одного большого валуна. Принесли они свои камни к ногам старца. А тот говорит: «А теперь положите камни на то место, где они лежали». Первой-то просто, а второй представьте как ►



тяжело разложить свою ношу камней. Так и нам трудно преодолеть свое привыкание ко множеству мелких грехов, которые владыка Иоанн (Шаховской) и назвал «апокалипсисом мелкого греха».

Мы легкомысленно относимся к взаимоотношениям полов. Мы легкомысленно относимся ко вранью. А владыка Иоанн (Вендланд) говорил, что тот, кто врет, имеет сердце нечистое. А «блажени чистии сердцем: яко тии Бога узрят» (Мф 5:8). Господи, даруй нам познание греха и сокрушение о грехе.

Христос говорил: «Ядущий Меня жить будет Мною» (Ин 6:57). А спросите себя, — вы неоднократно причащались, — живете ли вы Христом или не живете? «Ядущий Меня жить будет Мною». И причащение Святых Таин накладывает на нас и великие обязанности, и дает радость великую, заставляет нас быть внимательными к себе, к своему поведению. «Тако да просветится свет ваш пред человеки, яко да видят ваша добрая дела и прославят Отца вашего, Иже на небесех» (Мф 5:16). А мы причащаемся и сплошь и рядом через трое суток забываем о причастии... Разве это норма? Разве в таком случае мы исполняем слова Христовы: «Ядущий Меня жить будет Мною»? Нет, дорогие мои... И вот сейчас, во время поста, надо быть особенно внимательными к таинствам и особенно к Таинству таинств — Святому Причащению. Мы причащаемся *во оставление грехов, в жизнь вечную*, мы причащаемся *во исцеление души и тела*. Задумайтесь об этом. Ведь мы должны с трепетом не только подходить к Чаше, но и отходить от нее.

Все слышали Евангельскую притчу о богатом. Но как часто вместо того, чтобы уповать на милость Божию, стремиться к высшим горним радостям — а христианство

есть радостная полнота жизни во Христе: «Ядущий Меня жить будет Мною» — мы изменяем всему этому ради нашего земного богатства, меняем на нашу суету и думаем, что этим богатством мы сможем утолить свой духовный голод, наполнить свою душевную пустоту. Сколько преступлений совершается из-за тяги к богатству; люди переступают через все и вся. А при материальном благополучии мы забываем благодарить Господа.

Часто, создавая себе материальное благополучие, мы строим себе, по словам Сент-Экзюпери, «темницу», мы оказываемся рабами вещей, денег, внешнего материального успеха. Нам необходимо быть внутренне свободными, независимыми от материального благополучия, не гоняться за ним. Можно заниматься и коммерческой деятельностью, и всем, чем угодно. Но важно, чтобы наша душа, наш ум, наше сердце были свободны от стяжания ради стяжания. Если мы занимаемся коммерческой или любой другой деятельностью не для обогащения, а для блага людей, то слава Богу!

И не случайно мы чаще всего заканчиваем ектению словами: «Сами себе, и друг друга, и весь живот наш Христу Богу предадим». Жизнь человека может течь, по разным законам. Один закон — когда человек пытается все делать для себя, живет сам по себе, в свою гордость. Другой закон, другие закономерности жизни — когда человек живет со словами «Да будет воля Твоя! Сами себе, и друг друга, и всю жизнь нашу Христу Богу предадим!» И вот тогда никакие внешние беды не страшны, тогда человек обретает удивительное чувство радостной полноты жизни во Христе. И часто эта полнота жизни во Христе наступает в тяжелые, казалось бы, минуты, когда не на что и не на кого надеяться, кроме Христа, — вот тут и приходит легкость бытия.



Фото — viewfinder.ru

С чего начать Великий пост

Матушка Наталья Николаевна Соколова

Матушка Наталья Николаевна Соколова, дочка известного духовного писателя Н.Е. Пестова. Стала женой священника сразу после окончания Строгановки и посвятила всю свою жизнь возрождению православия. Ее сыновья – протоиерей Николай Соколов и покойные епископ Сергей и протоиерей Феодор явили собой пример жизни настоящих христиан и пастырей.

Спаситель наш сказал: «Если ты принесёшь дар твой к жертвеннику, а там вспомнишь, что брат твой имеет что-либо против тебя, то оставь дар твой перед жертвенником и пойдя прежде примиришься с братом своим и принеси дар твой».

Какой дар может принести каждый из нас? Придти к Богу с горячим желанием, побыть с Ним! Встав перед образами, в храме или в доме, или среди природы, но главное — один на один с Богом. Открыть Ему свои желания, заботы, свои страдания, свою душу. Господь и без твоих слов знает обо всём, но Он тебя любит и ждёт твоего к Нему обращения. Он за каждого из нас принял страшные муки на кресте.

И вот приближаются дни, в которые Господь прощается с друзьями, с Матерью, с учениками, с теми, кто говорит: «Пойдём за Ним, умрём с Ним».

Спаситель глубоко страдал, видя испорченность народа, который от него отворачивался,

не искал Небесного Царства, а ждал лишь земных благ. И чтобы избавить людей от власти греха, Господь добровольно шёл на страшные муки: бичевание, терновый венец, распятие на Кресте.

А мы, вспоминая эти дни, чем окажем, своё сострадание Господу? Да только тем, что постараемся исполнить Его заповеди Любви к ближним: «Что сделаете одному человеку — то сделаете Мне». Поэтому нам надо, прежде всего, проявить свою любовь к ближнему. Особенно к тому, пред кем чувствуем себя виновным. Это бывает трудно — подойти со смирением и попросить прощения. Но в этом первый твой подвиг — сломить свою гордость! Помни слова Святого Писания: «Бог гордыни противится, а смиренным даёт благодать». Для соискания этой благодати установлен обычай в Православной церкви: просить пред Великим постом друг у друга прощения.

В день, когда совершается чин прощения, в храмах поются песнопения Страстной недели, напоминания всем, к каким великим дням мы готовим свою душу. В те часы земля колебалась, померкло солнце, мёртвые выходили из гробов, чтобы упрекнуть людей в их злодеянии, в распятии Того, Кто их любил до смерти.

Докажем же, дорогие мои, своими поступками, своим поведением, что мы любим Иисуса Христа и вместе с разбойником взываем к Нему: «Помяни нас, Господи, во Царствии Твоём».

Любовь превышает пост

Архимандрит Павел (Груздев)



Архимандрит Павел (Груздев)

Сейчас идет пост. Пост - телу чистота, душе красота! Пост - ангелов радование, бесов горе. Но надо помнить: в наше время лучше совсем не поститься, чем поститься без ума. Сказано: будьте мудры, яко змия.

При жизни святителя Тихона был у него в монастыре келейник Кузьма. Вот в Великий Пост идет Кузьма в церковь, а его приятель несет судака: — Отец Кузьма! Я тебе судака несу на Вербное воскресенье.

— Спаси тебя Господи! На тебе цолковый. Судака отнес домой и опять в церковь. А там другой приятель Яков, двадцать годов не видались!

— Яков, ты как сюда попал?

— А вот так попал. Пришел с тобой прощаться. Больше не увидимся. Из Питера приехал к тебе. «Господи, чем же я Якова угощу?» И бегом домой. Судака того очистил, из головы и потрохов уху сварил, остальное все зажарил. И снова в церковь. Помолились с Яковым.

— Яков, пойдём!

Сидят, едят судака в келье. Вдруг дверь открывается и входит святитель Тихон. Они ему в ноги:

— Владыка, прости!

А он:

— Ребята, ешьте! Любовь превышает пост. Ты последнее ему отдал, ешьте на здоровье! И сам - он великий постник был, святитель Тихон, - и кусок рыбы съел, и ухи похлебал.

Знаю старуху - она умерла. Постница была страшная. Шла наша старуха и вдруг упала. А мужик - пьяница на тракторе ехал, подобрал её и в больницу привёз. Говорят:

— Отец Павел, Дуня-то из Марьино в больнице. Пришел к ней:

— Ну, чего?

— Да ведь упала, шибко испостилася.

— Это не ты постилася, а Васька, который тебя в больницу привез.

Болен был, а вы посетили Меня. Да? Хорошо поститься, но в настоящее время лучше не поститься, чем без ума поститься.

**Стенгазета подготовлена редакцией
Интернет-портала «Православие и мир».**

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

Просим присылать нам фотографии ваших стендов со стенгазетой, чтобы мы могли сделать её лучше.

Редактор: *А.Данилова*

Макет, верстка: *С.Амиантов*

Адрес в интернете: www.pravmir.ru

Электронная почта: gazeta@pravmir.ru