



Великий пост

В 2012 году Великий пост продолжается с 27 февраля по 14 апреля

Великий пост — это важнейший и самый древний из многодневных постов, время приготовления к главному православному празднику — Светлому Христову Воскресению. Великий пост продолжается в течение семи недель перед Пасхой. С особой строгостью соблюдается пост в первую и страстную седмицы.

Великий пост напоминает нам о сорокадневном посте Спасителя в пустыне. Пост есть время молитвы и покаяния, когда каждый из нас должен испросить у Господа прощение своих грехов и достойно причаститься св. Христовых Таин, согласно заповеди Христовой.

Цель поста — искоренение пагубных проявлений души и стяжание добродетелей, чему способствуют молитва и частое посещение богослужений в храме (по преподобному Исааку Сирину — «бодрствование в службе Божией»).

Святые отцы о посте

Ты постишься? Напитай голодных, напои жаждущих, посети больных, не забудь заключенных. Утешь скорбящих и плачущих; будь милосерден, кроток, добр, тих, долготерпелив, незлопамятен, благоговеен, истинен, благочестив, чтобы Бог принял и пост твой и в изобилии даровал плоды покаяния.

(Святитель Иоанн Златоуст)



Портрет иподиакона. Фотограф Михаил Моисеев

В наступившие дни святого Поста приведи себя в порядок, примиришься с людьми и с Богом. Сокрушайся и плачь о своем недостойнстве и гибели своей, тогда получишь прощение и обретешь надежду спасения. Сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит, а без этого никакие жертвы и милостыни не помогут тебе.

(Из писем игумена Никона (Воробьева))

Истинный пост есть устранение от злых дел. Прости ближнему оскорбление, прости ему долги. «Не в судах и сваргах поститесь». Не ешь ты мясо, но поедаеть брата. Воздерживаешься от вина, но не удерживаешь себя от обид. Вкусить пищу дожидаеться вечера, но тратишь день в судебных местах.

(Святитель Василий Великий)

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

Протоиерей Алексей Уминский

Последнее воскресенье перед Великим постом посвящается изгнанию из Рая прародителей, Адама и Евы, когда произошло страшное катастрофическое событие грехопадения. Человек отпал от Бога.

Господь, как знает каждый христианин, сотворил всечеловека Адама, как и каждого из нас, по Своему образу и подобию. Образом своим мы призваны являть Бога. Нам дарованы Божественные свойства, все то, что Господь имеет, как Свои вечные блаженные качества: любовь, свобода, творчество, милосердие, всемогущество, всеведение, всезнание, вездесущие, бессмертие... это бесконечно можно перечислять, это даже то, чего мы не знаем, потому что никогда не познаем всей полноты Божественных качеств... Но тем не менее все Свое,

ведомое и неведомое, Господь в нас отобразил, все Свое нам даровал, и поэтому каждый человек удивительным образом несет в себе полноту Божественных качеств, которые в Боге вечные, а в нас являются Его Даром.

А еще Господь даровал человеку при сотворении — подобие. Это значит, что удивительные Божественные свойства даны человеку как некое семя, как сила, которую он обязан в себе развить, подражая Богу, взирая на Него, участь у Него, исполняя Его заповеди и тем самым раскрывая в себе Божественные качества. Потому что образ Божий становится в нас очевидным только тогда, когда в нас начинает развиваться Его подобие, когда мы осуществляем его своей волей и своей свободой. ►

И вот случилось грехопадение. Образ Божий в человеке был помрачен, искажен, а подобия Божия человек лишился, потому что пошел в совершенно противоположном направлении, предал Бога, не захотел быть на Него похожим. Когда сатана предлагал вкусить запретный плод, он это и предлагал — отвернуться от Бога и остаться самим по себе. Вы будете, как боги, — сказал сатана, искушая Еву, — вы сами будете рассуждать, что такое добро и зло, будете утверждать самих себя. И человек по собственной воле отказался быть похожим на своего Отца, лишился своего подобия и был изгнан из Рая, из того места, где имел все возможности стать сыном Божиим, по-настоящему сродниться с Ним.

Изгнание из Рая Церковь вспоминает перед началом Великого поста, как плач Адамов. Это плач того, кто лишен самого главного своего сокровища — быть похожим на Бога. С особенной силой звучат в этот день евангельские слова: «Где сокровище ваше, там будет и сердце ваше» (Мф.6:21). Вступая в пост, мы идем на поиск этого сокровища. Если мы всерьез назвали себя христианами, если для нас слово «христианин» является не просто идентификацией среди мира, а нашим главным именем в этом мире, то тогда мы должны найти в себе все то, что делает нас похожими на Бога. Великий пост для нас — это большая радость, это тот самый период, когда каждый из нас с радостью и любовью устремляется на поиски самого себя: себя потерянного, изгнанного, изуродованного и искаженного своей собственной волей, но тем не менее не погибшего, потому что все то, чему Господь даровал жизнь, не погибнет.

Тот, кто верит в Бога — имеет вечную жизнь. Господь Сам стал Человеком, стал похожим на нас именно для того, чтобы

мы поняли, как нам стать похожими на Бога. Апостол Павел говорит, что в нас все чувства должны стать такими, как во Христе: мы должны мыслить, как Христос, видеть, как Христос, слышать, как Христос, говорить, как Христос...

Если мы вступим в пост и будем просто чего-то не есть, чего-то не пить и не смотреть, но все время думать, — ну когда же кончится этот пост, чтобы нам наконец-то вкусить привычной земной пищи, насладиться земной красотой, — тогда пост абсолютно бессмыслен, потому что он не меняет нас, не приближает к Богу, не делает нас похожими на Него. Разве дело в том, что есть, а чего не есть... Главное, чтобы мы поняли, что наша пища — это Христос, и к этой пище стремились бы больше всего, чтобы она нас просвещала, чтобы мы молились, как Амвросий Медиоланский, говоря: Господи, исцели мой недуг, чтобы кроме Тебя я не видел в этом мире никакой другой красоты.

Так вот, вступая в сегодняшний пост, давайте приложим все силы своей души, чтобы научиться подражать Христу, чтобы вырваться из плена, который заставляет нас работать греху, работать миру, удивляться его красоте, все время поворачиваться туда, где нас призывают быть свободными от Бога, от любви к Нему, от подражания Ему. И тогда этот пост обязательно нас изменит, сделает настоящими христианами не по названию, а по смыслу, чтобы мы смотрели на мир иными глазами и видели, что наша красота — это Христос, наша жизнь — это Христос, наша пища — это Христос, наше питание — это Христос, воздух, которым мы дышим — это Христос.

*Публикуется в сокращении
www.trinity-church.ru*

Священники о Великом посте

Протоиерей Василий Мазур, настоятель Сергиевского храма при областной больнице г. Херсона, доцент кафедры экологии и географии Херсонского государственного университета:

— Великий пост — это великий дар Божий для спасения наших душ. Первая его неделя — сеяние добродетелей, весь пост — терпеливое и бережное их возвращение. Последняя неделя — собирание плодов, а праздник Пасхи Христовой — время вкушения плодов от телесных и духовных трудов, понесенных в пост.

Нельзя стать совершенным за один пост, но можно и нужно приближаться к совершенству хотя бы на один шаг во время каждого поста. Пост в пище по силам каждому христианину, но мера строгости его бывает различной. Одна мера для монахов и духовенства, другая — для мирян. Умение поститься приходит со временем от поста к посту.

Пост не должен стать источником ссор в семье, когда один из супругов не пришел еще к необходимости поститься, а другой искренне этого желает. Пост должен принести радость, а не печаль. Молитва во время поста, соединенная с кротостью и терпением, может поднять супружеские отношения на качественно новый уровень.

Посещение великопостных богослужений, столь трогательных и умиленных, является не столько долгом, сколько потребностью кающейся души. Но, конечно же, не должно быть из-за этого никаких конфликтов ни на работе, ни дома.

Священник Глеб Грозовский, клирик Софийского собора в Царском селе, координатор социально-молодежных проектов и духовно-просветительских программ Царкосельского благочиния Санкт-Петербургской и Ладужской епархии:

— Жизнь каждого христианина в дни начала любого поста должна наполняться радостной жаждой богообщения и воздержания! Псаломщик Давид каждого из нас призывает: «Удерживай язык свой от зла и уста свои от коварных слов. Уклоняйся от зла и делай добро; ищи мира и следуй за ним». А теперь представим себе постящегося, в котором отсутствует радость богообщения плюс бурлит воздержание от желания получения наслаждений и увеселений, к чему так успела пристраститься многогрешная душа. Где милостыня, кротость, уступчивость? Куда спрятались отзывчивость, приветливость, сдержанность? Куда пропали украшающие человека трудолюбие, умение молчать, быть благодарным?

Понятно, что если ты работаешь с 9 до 21 часа, то в храм для богообщения (при всем желании) не попадешь. Но найти время для личной молитвы или постоянного молитвенного состояния — это же вполне осуществимо. Только нужно, поставив себе задачу совершенствования, просить Бога о помощи в этом благом деле!

Постараемся не надевать на себя «кислую» маску постящегося. И тогда слова священника Ездры будут применимы к каждому православному христианину: «Светлее звезд воссияют лица тех, которые имели воздержание». ►

Протоиерей Андрей Ткачев, настоятель храма преподобного Агапита Печерского в Киеве:

— Все верующие люди, сколько их ни есть, не могут поститься совершенно одинаково — в силу их различий в возрасте, здоровье, образе жизни, степени воцерковленности. И эпохи, сменяющие одна другую, накладывают на духовную жизнь свою характерную печать, превращая один и тот же духовный труд не в повторение того, что было раньше, а в нечто совершенно уникальное и особенное.

В чем современные особенности постного подвига? Первое, что бросается в глаза, это время, которое сегодня тратит обычный человек на перемещения. Чтобы попасть на работу, а после работы прийти в церковь и затем вернуться домой, человеку приходится не просто перейти улицу или пройти пару сот метров, а совершать привычные и длительные путешествия. Это изматывающее времяпрепровождение в городском транспорте, это ежедневная трата сил и карманных денег. В самом лучшем случае на работу — час, с работы в храм — час, со службы домой — час. Итого три часа тяжелой и специфической «работы», вытягивающей из человека остатки физических и психических сил.

Между тем Устав церковный на такие перемещения не рассчитан. Он рассчитан на монастырь, где от кельи до места послушания — рукой подать, а от места послушания до храма — пять минут ходьбы. Отсюда и возможность иметь несколько часов времени и запас сил для длинной молитвенной работы в храме. А мирской богомолец (чаще — женщина) вынужден будет, приехав домой, становиться к плите и кормить домочадцев. Как видим, подвиг удваивается и даже утраивается.

Еще одно необходимое замечание касательно эпохи с ее особенностями — это смещение акцентов с пищи на информацию. Человек прежних эпох был здоровей и

выносливей нашего современника. Пустой желудок был нужен ему для снижения биологической активности. Нужно было реально ослабеть, чтобы сдержать свою буйную страстность. Современный же человек — это сплошь и рядом дохлак и суцкая немощь. Он не страдает от избытка физических сил и горы не переворачивает. Он, напротив, просыпается уставшим и еле ноги передвигает в течение дня. Зато он перекормлен, напичкан информацией, которая льется ему в глаза и уши тропическим дождем, отчего многие похожи на пациентов психиатрической клиники, почему-то ночующих дома.

Выключить телевизор и не включать его хотя бы на первой, Крестопоклонной и Страстной неделях будет намного полезней, чем исследовать этикетки на продуктах: дескать, нет ли там сухого молока или еще чего-нибудь не постного. Музыка, сплетни и праздная болтовня, телепередачи, «зависание» на любимых сайтах — это вещи более опасные, чем стакан молока, и требующие более строгого или даже беспощадного к себе отношения.

Конечно, я не за то, чтобы человек вступил в «информационный пост» и продолжал есть, что хочет. Телесное воздержание, как сказали отцы, есть действительно «мать всего доброго». Нужно подсушить чрево и раздать милостыню, нужно поупражняться в чтении Святых Писаний и в коленопреклонениях. Но нужно понимать особенности мира, в котором мы живем, и не пытаться, как говорил святитель Филарет Московский, превратить Москву в Фиваиду, а век девятнадцатый — в век пятый. И современник Филарета, не менее чудный в житии и в разуме, святитель Игнатий повторял, как заповедь, слова: «Пойми время».

*Публикуется в сокращении
www.pravoslavie.ru*

Чтение Великого поста: Вычистить себя от мусора

Афонский старец Паусий

Для того, чтобы испытать внутренний покой, нужно вычистить себя от мусора. Это нужно сделать посредством исповеди. Открывая сердце духовнику, исповедуя ему свои грехи, человек смиряется. Таким образом, ему открывается небесная дверь, его щедро осеняет Благодать Божия и он становится свободным.

Удалившись от Таинства Исповеди, люди задыхаются в помыслах и страстях. Знаете, сколько людей приходит ко мне и просит, чтобы я помог им в каком-то их затруднении? Но при этом эти люди ни на исповедь, ни в церковь не хотят идти! «А в церковь-то ты хоть ходишь?» — спрашиваю. «Нет», — отвечают они. «А ты хоть когда-нибудь исповедовался?» — спрашиваю снова. «Нет. Я пришел к тебе, чтобы ты меня исцелил». — «Но как же я тебя исцелю? Тебе нужно покаяться в своих грехах, нужно исповедоваться, ходить в храм, причащаться — если ты имеешь на это благословение своего духовника, — а я буду молиться о твоём здравии. Неужели ты забываешь о том, что есть и иная жизнь и к ней нам необходимо готовиться?» — «Послушай-ка, отец, — возражают в ответ такие люди, — все то, о чем ты говоришь — церкви, иная жизнь и тому подобное, — нас не занимает. Все это сказки. Я был у колдунов, был у экстрасенсов, и они не смогли меня исцелить. И вот я узнал, что исцелить меня можешь ты». Представляешь, что творится! Ты говоришь им об исповеди, о будущей жизни, а они отвечают, что «все

это сказки». Но одновременно просят: «Помоги мне, а то я сижу на таблетках». Но как я им помогу? Разве исцелятся они волшебным образом [без труда]?

— Геронда, некоторые люди оправдываются: **«Мы не можем найти хороших духовников и поэтому не идем исповедоваться».**

— Все это отговорки. Каждый духовник, раз он облачен в епитрахиль, обладает божественной властью. Он совершает Таинство, он имеет Божественную Благодать, и когда читает над покающимся разрешительную молитву, Бог стирает все грехи, в которых тот поисповедовался с искренним покаянием. То, какую пользу мы получим от Таинства Исповеди, зависит от нас самих. Однажды ко мне в каливу пришел человек, у которого были неполадки с психикой. У него был помысл, что я наделен даром прозорливости и смогу ему помочь. «Что ты обо мне предвидишь?» — спросил он меня. «Найди духовника и исповедуйся ему, — ответил я. — Тогда ты будешь спать как младенец и выбросишь таблетки, которые пьешь». — «В наше время, — ответил он, — хороших духовников нет. Раньше были, а сейчас перевелись». Вот так эти люди приходят ко мне с добрым помыслом получить пользу, однако не слушают того, что я им говорю. Ну так что же: только зря потратились на билеты до Афона. ►

Однако я вижу, что диавол придумал новую западню для того, чтобы уловлять людей. Диавол внушает людям помыслы о том, что, если они выполняют какой-то данный ими обет, к примеру едут в паломничество в святое место, значит, духовно они находятся в порядке. И вот часто видишь, как многие паломники с большими свечами и с серебряными подвесками, которые они обещали привесить к той или иной чудотворной иконе, едут по монастырям, по святым местам, вешают там эти серебряные подвески, осеняют себя широким крестным знаменем, утирают навернувшиеся на глаза слезы и этим довольствуются. Эти люди не каются, не исповедуются, не исправляются и тем самым радуют тангалашку (диавола).

— Геронда, может ли иметь внутренний покой человек, который не исповедуется?

— Как же он будет иметь внутренний покой? Чтобы ощутить внутренний покой, необходимо вычистить себя от мусора. Это нужно сделать посредством исповеди. Открывая свое сердце духовнику и исповедуя ему грехи, человек смиряется. Таким образом, ему открывается небесная дверь, его щедро осеняет Благодать Божия, и он становится свободным.

До исповеди [духовная] вершина человека затянута туманом. Человек видит сквозь этот туман очень нечетко, расплывчато — и оправдывает свои грехи. Ведь если ум помрачен грехами, то человек видит будто сквозь туман. А исповедь точно сильный ветер, от которого рассеивается туман и расчищается горизонт. Поэтому если люди, пришедшие ко мне попросить совета, не исповедовались, то прежде всего я шлю их на исповедь и говорю, чтобы они

пришли ко мне для беседы уже после нее. Некоторые начинают отговариваться: «Геронда, если ты в состоянии понять, что мне нужно сделать для решения моей проблемы, то просто скажи мне об этом». — «Даже если я действительно в состоянии понять, что тебе нужно делать, — отвечаю им, — то ты этого понять будешь не в состоянии. Поэтому сперва походи поисповедуйся, а потом приходи и мы с тобой побеседуем». И правда, как можно установить с человеком связь и прийти к взаимопониманию, если он «работает» на другой [духовной] частоте?

Посредством исповеди человек вычищает себя изнутри от всего ненужного — и духовно плодоносит. Однажды, когда я копал свой огород, чтобы посадить несколько кустов помидоров, ко мне пришел один посетитель и спросил: «Что ты делаешь, Геронда?» — «Что я делаю? — сказал я. — Да вот, исповедую свой огород». — «Да как же, Геронда, — опешил он. — Неужто огород тоже нуждается в исповеди?» — «Конечно, нуждается. Я убедился, что когда поисповедую огород, то есть вычищу землю от камней, сорняков, колючек и тому подобного, то овощи, которые он родит, бывают крепкими, здоровыми как на подбор! А если огород оставить без исповеди, то и вырастут на его грядках какие-то недоразвитые желтенькие и сморщенные помидорчики!».

*Публикуется в сокращении по изданию:
Старец Паисий Святогорец,
«Слова». М., 2009 г.*



Простые вопросы Постящиеся и непостящиеся

Я крестилась совсем недавно. Муж мой, к сожалению, человек неверующий, хотя к Церкви относится доброжелательно. Но когда в пост я готовлю постную пищу, он обижается и говорит, что ему нужно есть мясо, потому что у него тяжелая физическая работа. Как тут поступить правильно? Пожарить мужу котлеты в пост мне не трудно, но ведь тогда получается, что я и сама грешу, и мужу потакаю в его грехе. Светлана

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

Дорогая Светлана, готовьте на здоровье своему замечательному мужу котлеты, биточки, отбивные и жаркое! В этом не будет никакого греха ни для Вас, ни для него. Всё ровно наоборот: грех обижать мужа

и вводить его в раздражение. Христиане ограничивают себя в пище для того, чтобы лучше раскрыть в себе действие Святого Духа, полученного ими в Крещении.

Для неверующих же людей такая цель поста в принципе недостижима — ведь нельзя раскрыть в себе то, чего не имеешь. Поэтому спокойно кормите своего мужа в пост той пищей, которая ему нравится, чтобы между вами не возникало больше обид и недоумений. А сами — поститесь. Но так, чтобы, глядя на Вас, он воочию смог убедиться, что от котлет и колбасы Вы отказываетесь не просто так, а ради получения гораздо больших благ — любви, радости, мира, долготерпения.

Если муж увидит в Вас такие плоды Духа, это будет для него лучшим аргументом в пользу веры и Церкви.

Журнал «Фома», №3/95 (март, 2011 г.)

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