

Великий пост



Истинный пост — это отказ от различного рода зла, как телесного, так и духовного. Суть поста заключается в воздержании (на церковном языке это называется аскеза), в духовном воспитании и укреплении воли, а также в совершении добрых дел.

Святые Отцы Церкви говорят о том, что в этот период положено отвергать и искоренять в себе всяческое зло и гнев: ум необходимо очищать от суетных помыслов, память — от злых воспоминаний, волю — от злых желаний, язык — от хулы, неправды, пустословия, сквернословия и т. д.



ЭДЕМСКИЙ САД

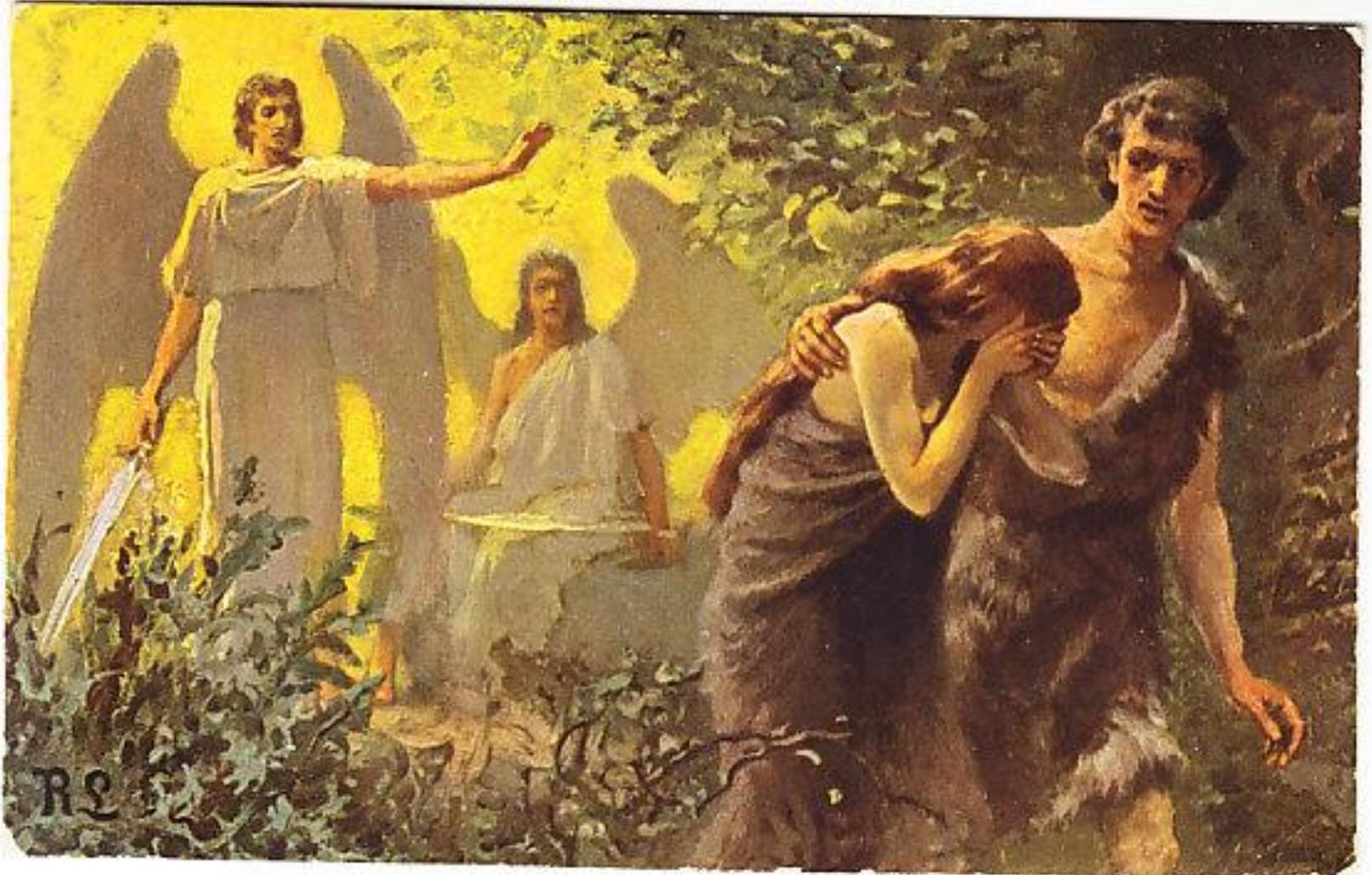
Прообраз поста

Падение и первородный грех

Святитель Иоанн Златоуст говорит об образе поста в Раю:

- «...Бог сотворив в начале человека, и зная, что врачевство поста весьма нужно ему для душевного спасения, тотчас же в самом начале дал первозданному следующую заповедь: от всякого дерева, еже в Раи, снедию снеси: от дерева же, еже разумети доброе и лукавое, не снесите от него (Быт. 2, 16–17), а слова: это вкушай, а этого не вкушай, были уже образом поста. Но человек вместо того, чтобы соблюсти заповедь, преступил ее, и за это осужден был на смерть...»

Изгнание из Рая прародителей, одеяние в «кожные ризы»



Пост в Ветхом Завете

- 1) Ветхозаветный Левит говорит, что пост является учреждением, заповеданным людям от Бога(Лев. 16, 29)
- Пророк Захария «...Слово Господне, еже бысть ко Иоилю, сыну Вафуилову: освятите пост; обратитесь ко Мне всем сердцем вашим, в посте и в плаче и в рыдании...». «...Вострубите трубою в Сионе, освятите пост...» (Зах. 18, 19).

- Ветхозаветный пророк продолжает увещание: «...Сице глаголет Господь Вседержитель: пост четвертый, и пост пятый, и пост седмый, и пост десятыи будет дому Иудову в радость и в веселие, и в праздники благи...».

2. Ветхозаветный пост
предваряет всенародное
покаяние «...И плакахуся и
постяхуся и моляхуся
молитвами пред Господем...»
(1Цар. 7, 6); (1Мак. 3, 17);
(Неем. 9, 1–2); (Иер. 36, 9);
(Варух. 1, 5)

3. Покаяние личное, сочетанное с исповеданием грехов

**«...ТАКО ЧЕЛОВЕК
ПОСТЯЙСЯ О ГРЕСЕХ
СВОИХ...»** (2ЦАР. 12, 16);
(3ЦАР. 21, 27–29)

4. Пред лицом угрозы наступающих бедствий и во время войны: «...Постихомся же и молихомся Богу нашему о сем, и услыша нас...»

(Суд. 20, 26); (Есфирь 4, 3; 9, 30); (1Мак. 3, 47; 4)

5. В трауре по умершим:

«...и взяли кости их, и погребли под дубом в Иависе, и постились семь дней...» (1Цар. 31,13);

«...и рыдали и плакали, и постились до вечера о Сауле и о сыне его Ионафане, и о народе Господнем и о доме Израилевом, что пали они от меча...» (2Цар. 1, 12);

6. Пред видением небесных откровений:
«...Моисей вступил в средину облака и взошел
на гору; и был Моисей на горе сорок дней и
сорок ночей...» (Исх. 24, 18)



Св. пророк Даниил
пребывал в 20-дневном
посте, изыскуя разъяснения
видений, бывших ему в
отношении Пришествия
Христового и в отношении
конца мира (Дан. 9, 3)



7. Пост сочетается с молитвой и добрыми делами у людей желавшими быть угодными Богу, которые с великим смирением совершали пост и молитву, и Господь, в ответ на их подвиги, исполнял сердца их благодатным духовным миром:

«...Блага молитва с постом и милостынею и правдою...»
(Товит. 12, 8) «...Иудифь постяшеся вся дни вдовства своего, кроме предсубботий, и суббот, и праздников....»
(Иудиф. 8, 6)

Святой дееписатель Апостол и Евангелист Лука о св. пророчице Анне: «...И та вдова яко лет осмьдесят и четыре, яже не отхождаше от церкви, постом и молитвами служащи день и ночь...» (Лук. 2, 37).

В наше назидание святой псалмопевец и пророк царь Давид свидетельствует о своем пощении: (Псал. 34, 13; 68, 11;)

8. Пост дарует от Господа Его крепость и заступление:

Пророк Даниил, укрепленный постом, не подвергся растерзанию от львов, в ров с которыми был ввергнут царем

Навуходоносором; так что, по мнению свв. Отцов Церкви, и львов сделал участниками своего поста.

Три Отрока, Анания, Азария и Мисаил, благодаря посту облачаются в невидимые одежды благодати Божией, сохраняющие их от ярости огня в печи, в которую они были ввержены тем же самым мучителем.

Итак, из всего вышеприведенного можно видеть, до какой степени пост был известен в Ветхом Завете, до какой степени уважался и сопровождал духовную жизнь иудея, его молитву, его покаяние, его желание духовного очищения, его желания быть угодным Богу.



НОВЫЙ ЗАВЕТ

Господь наш Иисус Христос Своим собственным священным примером освятил для нас пост: прежде чем Он вышел на проповедь Евангелия, Он удалился в пустыню, где «...постился сорок дней и сорок ночей...» (Матф. 4, 2), и «...ничего не ел в эти дни...» (Лук. 4, 2)



Искушение Христа в пустыне

Так, св. Иоанн Златоуст говорит,
что Господь наш Иисус Христос
«...постился не для того, что Ему
нужен был пост, но для нашего
научения, и после сорокодневного
поста вступил в борьбу с
дьяволом, подавая всем нам
пример, чтобы и мы вооружались
постом, и, укрепившись им,
вступали в борьбу с дьяволом...»

«...Егда же поститесь, не будите якоже
лицемери сетующе: помрачают бо
лица своя, яко да явятся человеком
постящеся: аминь глоголю вам, яко
восприемлют мзду свою. Ты же
постяся помажи главу твою, и лице
твое умый: яко да не явишия
человеком постяся, но Отцу твоему
Иже в тайне: и Отец твой видяй в
тайне, воздаст тебе яве...»

(Матф. 6, 16–18)

«...За неверствие ваше. Сей же род не
исходит, токмо молитвою и постом...»

(Матф. 17, 21). «...Сей род, – толкует
еп. Феофилакт, – то есть род демонов,
изгоняется только молитвою и постом.

Ибо должно особенно поститься тем,
кто находится во власти демонов, и
тем, кто имеет намерение исцелять от
них. Молитва же бывает истинною
тогда, когда она соединена не с
пьянством, а с постом...»

«...И сказал им Иисус: могут ли
поститься сыны чертога
брачного, когда с ними жених?
Доколе с ними жених, не могут
поститься, но придут дни,
когда отнимется у них жених, и
тогда будут поститься в те
дни...» (Мк.2:19-20)



« ...Милости хочу, а не жертвы...» (Матф. 9, 13); и чтобы самый подвиг христиানে имели не целью, а средством для своего духовного преуспеяния, потому что Он возвещает: **«...Суббота для человека, а не человек для субботы...»** (Марк. 2, 27).

В одной из проповедей святителя Иоанна Златоуста говорится о том, что Святая Четыредесятница изменяла привычный уклад жизни Константинополя: «...Нигде нет сегодня ни шума, ни крика, ни разрезыванья мяса, ни беганья поваров; все это прекратилось, и наш город теперь походит на честную, скромную и целомудренную жену...».

Великопостное питание по Уставу Церкви
Если несколько упростить рекомендации
Типикона, то пост предполагает
ограничение числа приемов пищи (один
раз в день, вечером) и ее качества (хлеб и
вода, теплые овощи без масла –
сухоядение), и даже полный отказ от пищи
и воды (например, в понедельник и вторник
первой недели).

То есть с понедельника по пятницу всех недель Великого поста, за исключением особых случаев, христианин должен есть один раз в день очень простую пищу без масла (хлеб, вода, овощи).

В субботу и воскресенье разрешается два приема пищи с растительным маслом и вином (отметим, что церковный Устав позволяет выпить не больше стакана вина), поэтому субботы и воскресенья не считаются постными днями.

Церковь понимает, что столь жесткие правила поста не могут понести все христиане, а потому в церковных Канонах установлен некий минимум поста, который должен соблюдаться всеми верующими. Это отказ от мяса, молока и яиц, то есть пост с рыбой, горячей овощной пищей на масле является максимальной степенью снисхождения к человеческим немощам.

По своей физической немощи, православный христианин согласовывает предмет своего постового питания со своим духовником.