

Пост: что нужно знать христианину

Пост, как известно, — очень важная составляющая жизни православного христианина. И очень важно понимать, что пост телесный всегда должен сопрягаться с духовным самоограничением прежде всего в страстях, греховных желаниях, похоти. «Телесный пост есть, когда чрево постится от пищи и пития; душевный пост есть, когда душа воздерживается от злых помыслов, дел и слов... Полезен нам пост телесный, но пост душевный неотменно нужен, так что и телесный без него — ничто», — писал святитель Тихон Задонский.

Однако важность телесного воздержания признавалась всеми подвижниками, от преподобных из древних монашеских патериков до старцев XX века.

При этом Православная Церковь в течение веков выработала достаточно четкие правила и рекомендации в отношении порядка и качества пищи, необходимой для успешного прохождения подвига телесного воздержания. Эти установления обозначены в Типиконе и Триоди. При этом ограничивается, с одной стороны, количество трапез в день, с другой стороны — время первого вкушения пищи и, наконец, качество пищи. В отдельных случаях четко оговаривается весь объем и состав трапезы.

Следует отметить, что православный устав не разделяется на монашеский и мирской и обязателен для выполнения всем верным чадам Православной Церкви. Освобождаются от телесного поста только беременные и кормящие женщины, дети и серьезно больные.

Однако следует учитывать, что устав формировался все же в монастырях и преимущественно для монашеского

общежития. Причем, ориентировался на страны с жарким климатом. Еще святитель Иоанн Златоуст, находясь в ссылке на дальнем севере Римской Империи, отмечал, что для основанных им северных монастырей требуется корректировать устав о посте с учетом более сурового климата и тяжелого физического труда, который приходится нести братии.

Возможно, современному цивилизованному человеку требования православного устава покажутся непосильными, однако даже само знание о том, что считалось обычным и нормальным для благочестивого христианина в прежние времена, позволит нам если не подражать древним делателям, то хотя бы трезво оценивать собственную меру воздержания и аскетического подвига и таким образом стяжевать смиление.

КАК ПРОВОДИТЬ ПРАЗДНИЧНЫЕ И ВОСКРЕСНЫЕ ДНИ

Церковные праздники делятся на великие, средние и малые. Великие праздники, в свою очередь, разделяются на три разряда.

К первому принадлежит высочайший праздник христианства — Пасха. Оканчивая светлое торжество Пасхи Светлой седмицы, Церковь продолжает праздновать его, хотя с меньшей торжественностью, еще 32 дня — до Вознесения Господня.

Великие двунадесятые праздники установлены во славу Бога и Господа нашего Иисуса Христа и в честь Пресвятой Богородицы, поэтому одни из них называются Господними, другие — Богородичными.

Эти праздники, по течению церковного года, следующие:

- 1) Рождество Пресвятой Богородицы;

- 2) Воздвижение Креста Господня;
- 3) Введение в храм Пресвятой Богородицы;
- 4) Рождество Христово;
- 5) Крещение Господне (Богоявление);
- 6) Сретение Господне;
- 7) Благовещение Пресвятой Богородицы;
- 8) Вход Господень в Иерусалим;
- 9) Вознесение Господне;
- 10) День Святой Троицы (Пятидесятница);
- 11) Преображение Господне;
- 12) Успение Пресвятой Богородицы.

К великим недвунадесятым праздникам относятся дни Покрова Богородицы, Обрезания Господня, Рождество Иоанна Предтечи, Петра и Павла, Усекновение главы Иоанна Предтечи.

Средние и малые церковные праздники посвящены памяти святых, икон Божией Матери, событиям церковной истории.

Кроме праздников общих, торжественно отправляемых всей Православной Церковью, имеются местные и храмовые праздники, совершаемые с особой торжественностью в некоторых местах и храмах. Это дни, ознаменованные явлениями особого Промысла Божия, дни освящения храмов, дни Господа, Пресвятой Богородицы и святых, которым посвящены храмы.

День воскресный заменил ветхозаветное празднование субботы. Первый день седмицы, в который Господь наш Иисус Христос воскрес из мертвых, Церковь посвящает воспоминанию славного воскресения. В постановлениях апостольских заповедуется: «Шесть дней делать, а в неделю, то есть в день воскресный, упраздняться в церковь, поучения ради».

Воскресный день, еженедельно со времени воскресения Христова празднуемый Церковью, есть высокий

христианский праздник. Игнатий Богоносец называл день воскресный царем и владыкою всех дней.

Соборные правила гласят, что, если кто, не имея настоящей нужды или препятствий, в продолжение трех седмиц не посетит в воскресные дни церковное собрание или ради мнимого подвигничества постится в воскресный день, тот да будет удален от сообщения с Церковью.

В великие праздники Церковь внушает нам освобождаться от ежедневных работ для радостного общения с Богом, святыми, между собой и для освящения себя. Лучше всего проводить праздники в молитве, богомыслии, чтении Священного Писания и писаний святых отцов, в благочестивых разговорах, делах любви христианской. Празднику приличествует и лучшая одежда, на что Церковь указывает светлым облачением храма и священнослужителей при праздничном богослужении, и употребление лучшей пищи, как многократно позволяет в праздники устав Церкви, и телесный покой.

В дни праздников прекращаются мирские и житейские дела и особенно тяжелые работы, для которых есть будние дни: «...не выносите нош из домов ваших в день субботний и не занимайтесь никакою работою, но святите день субботний» (Иер. 17, 22).

И, отпуская верующих в великие праздники из храма молитвы к телесной трапезе, Православная Церковь, сообразно духовной радости, благословляет ослабить или совершенно разрешить пост.

КАК ПРОВОДИТЬ ВРЕМЯ ПОСТОВ

«По делам благочестия, которым мы должны посвящать постные дни, дни поста приближаются к дням праздничным. Слово Божие свидетельствует, что пост соделяется