Доброе сокровище

“Добрый человек из доброго сокровища выносит доброе...” (Мф. 12, 35)

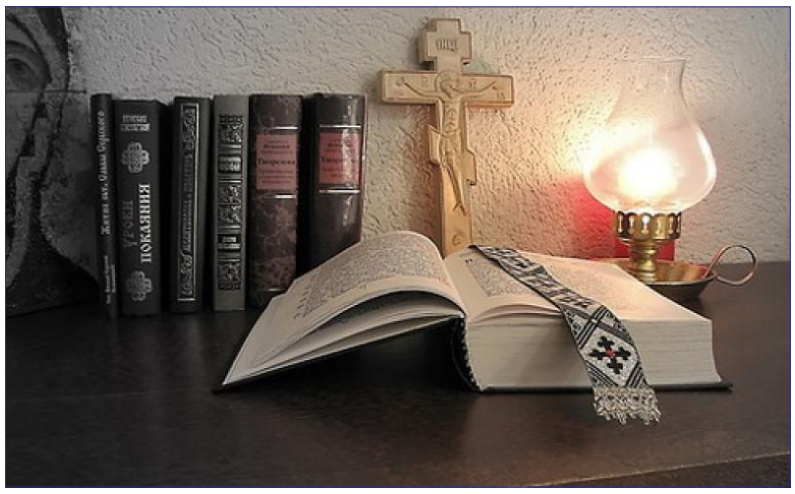
0+

По благословению Преосвященного Ионафана, архиепископа Абаканского и Хакасского № 4(310) 16 февраля 2018 г.

Великий пост — время свободы и радости духовной

Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною.

(1 Кор. 6: 12)



Для каждого христианина ежегодно наступает удивительно радостный период. Радостный потому, что в это время можно освободиться от всего ненужного, бесполезного, лишнего, но так прочно вошедшего в нашу жизнь.

Мы часто забываем смысл нашего бытия и отвлекаемся на посторонние мысли и дела. Давайте задумаемся, сколько времени уходит у нас безвозвратно на заботу о телесных потребностях. Как мы любим питать и нежить наше тело! И если бы только необходимой для чрева пищей. Но мы постоянно злоупотребляем. Едим гораздо больше, чем требуется нашему организму, да еще стараемся как можно изощренней полакомиться. А сколько естественных душевных потребностей, таких как общение, получение интересной и полезной информации, переходят в зависимость от интернета, социальных сетей, телевидения! И сколько наших данных Богом сил, времени, денег, способностей уходит в пустоту, не принося в итоге ни радости, ни удовлетворения, но, высасывая из нас последние силы, ввергают нас в уныние, расслабляют наш ум, волю и чувства.

Наши желания, пораженные грехом, вместе с той суетой, которая есть в жизни каждого человека, постоянно строящимися планами на будущее, круговоротом мыслей, заменяют действительно необходимые потребности ложными и ненужными, не давая нам подумать о главном.

Но приходит пост – время духовного трезвения, молитвы, решимости прилагать усилия для победы над страстями. В пост уже не потребности плоти будут командовать нами, а сама плоть будет в подчинении нашего разума, который, в свою очередь, мы должны подчинить нашей воле, а волю – воле Божией.

В пост наша христианская жизнь становится особенно внимательной, сосредоточенной и деятельной. Соблюдая посты, мы сохраняем верность Богу: «Добрый и верный раб! В малом ты был верен, над многим тебя поставлю; войди в радость господина твоего» (Мф. 25: 21).

Надо помнить, что тело очень тесно связано с душой, поэтому в опасности находятся те, кто пост телесный не совмещает с молитвой. Так можно не только не получить никакой пользы, но нанести себе вред, ибо «сей же род [бесов] изгоняется только молитвою и постом» (Мф. 17: 21).

Давно замечено, что вышедшие из-под контроля телесные потребности мешают нашей духовной организации. Как часто бывает, что человек хочет пойти на службу с утра, но тело требует к себе заботы, хочет внимания, хочет еще понежиться. Если мы ему потакаем, то очень скоро это входит в привычку и со временем совершенно порабощает человека. Если же мы восстаем против изнеженной плоти и заставляем ее трудиться, заставляем себя вставать по первому сигналу будильника, класть поклоны, то со временем наша плоть приучится подчиняться нам беспрекословно. Но для этого нужен многолетний ежедневный труд.

А пока, потакая прихотям плоти, мы очень быстро становимся ее рабами, из-за чего наступает дебелость ума, расслабленность воли. От этой расслабленности происходит нежелание трудиться, человек не может сосредоточиться, не может последовательно идти к своей цели, скатывается вниз и деградирует.

Своими силами человек не может вырваться из плена собственных страстей. Очень многие, впервые решившись соблюдать Великий пост, ошибочно полагаются на свои силы, что приводит к очень печальным последствиям. Потому что «свои» силы выматываются, и, даже если человек постится весь пост, истощенный физически и морально, вместо радости он испытывает раздражение, и второе будет горше первого...

Приступая к Великому посту, многие движимы «спортивным» интересом проверить свои силы: смогу я или не смогу? Кто-то хочет похудеть, кто-то хочет очистить организм от шлаков... Мы же должны положиться на Бога и пройти этот путь с Божией помощью: «ибо без Меня не можете делать ничего» (Ин. 15: 5), «невозможное человекам возможно Богу» (Лк. 18: 27). И тогда, подобно апостолу Павлу, мы сможем сказать: «Ибо я научился быть довольным тем, что у меня есть. Умею жить и в скудости, умею жить и в изобилии; научился всему и во всем, насыщаться и терпеть голод, быть и в обилии и в недостатке. Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе» (Флп. 4: 11–13).

Пост – время свободы от рабства греху, ибо «всякий, делающий грех, есть раб греха» (Ин. 8: 34). Избавившись от ненужных греховных привычек, от употребления спиртных напитков, от обильной калорийной пищи, от развлечений, телевидения, интернета, удаляясь от празднословия, мы сможем наконец разглядеть себя, увидеть свое несовершенство в свете Евангелия Христова.

Очень скоро мы почувствуем, как наша жизнь меняется. Как много в ней было лишнего и ненужного – того, что поглощало все наши силы, все наше время. Очень важно это освободившееся время посвятить Господу: полезно прочитать за Великий пост Евангелие, Псалтирь, книгу Иова, Бытие, Исход, Екклесиаста. Хорошо размышлять о прочитанном и стараться применить в своей жизни «Лествицу» Иоанна Лествичника, «Добротолюбие», поучения Аввы Дорофея, Феофана Затворника и других святых отцов Церкви, дающих нам бесценное руководство в духовной жизни.

Чтобы пост принес истинную пользу для нас – и телесную, и духовную, – необходимо прожить его церковной жизнью, пройти этим постом путь покаяния, как можно более частым участием в богослужениях и святых таинствах. На исповеди прощаются все грехи, в которых человек раскаивается, просит прощения у Бога и обещает исправиться. Приступая к таинству Причастия, мы соединяемся с Богом, принимая истинное Тело, истинную Кровь Господа нашего Иисуса Христа во оставление грехов, во исцеление души и тела, в приобщение жизни вечной. И Господь, действуя в нас, дает силы не возвращаться к грехам и делать противоположные им добрые дела.

ЧТО ГОВОРИТ СЛОВО БОЖИЕ О ПОСТЕ

Пост установил Господь наш Иисус Христос: «Но придут дни, когда отнимется у них жених, и тогда будут поститься» (Мф. 9: 15).

Святые апостолы и первые христиане постились: «Тогда они, совершив пост и молитву и возложив на них руки, отпустили их» (Деян. 13: 3).

Бог говорит, что не принимает поста тех, кто постится и дерзкой рукою бьет ближнего своего: «“Почему мы постимся, а Ты не видишь? смиряем души свои, а Ты не знаешь?” – Вот, в день поста вашего вы исполняете волю вашу и требуете тяжких трудов от других. Вот, вы поститесь для ссор и распрей и для того, чтобы дерзкою рукою бить других; вы не поститесь в это время так, чтобы голос ваш был услышан на высоте» (Ис. 58: 3–4).

Не нужно удивляться, что именно в пост появляются скандалы, так как пост – это время, когда обнажаются глубины человеческого сердца, и необходимо трудиться ради сохранения мира с ближними. «От дней же Иоанна Крестителя доныне Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф. 11: 12).

Недопустимо возноситься самому и уничижать других: тот, «кто не ест, не укоряй того, кто ест» (Рим. 14: 3).

Нельзя поститься напоказ: «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» (Мф. 6: 16–18).

Чтобы наш пост был угоден Господу, необходимо примириться со всеми и самим всех простить: «Итак, если ты принесешь дар твой к жертвеннику и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, оставь там дар твой пред жертвенником, и пойди прежде примирись с братом твоим, и тогда приди и принеси дар твой» (Мф. 5: 23–24).

Пост – время делать добрые дела: «Вот пост, который Я избрал: разреши оковы неправды, развяжи узы ярма, и угнетенных отпусти на свободу, и расторгни всякое ярмо; раздели с голодным хлеб твой, и скитающихся бедных введи в дом; когда увидишь нагого, одень его, и от единокровного твоего не укрывайся. Тогда откроется, как заря, свет твой, и исцеление твое скоро возрастет, и правда твоя пойдет пред тобою, и слава Господня будет сопровождать тебя. Тогда ты воззовешь, и Господь услышит; возопиешь, и Он скажет: “вот Я!” Когда ты удалишь из среды твоей ярмо, перестанешь поднимать перст и говорить оскорбительное, и отдашь голодному душу твою и напитаешь душу страдальца: тогда свет твой взойдет во тьме, и мрак твой [будет] как полдень; и будет Господь вождем твоим всегда, и во время засухи будет насыщать душу твою и утучнять кости твои, и ты будешь, как напоенный водою сад и как источник, которого воды никогда не иссякают» (Ис. 58: 6–11).

Пройдя Великий пост до конца, очистившись покаянием, приучив себя к исполнению воли Божией, избавившись от всего второстепенного, мы сможем понять главное, увидеть смысл жизни, почувствовать полноту и радость бытия!

«Но ныне, когда вы освободились от греха и стали рабами Богу, плод ваш есть святость, а конец – жизнь вечная. Ибо возмездие за грех – смерть, а дар Божий – жизнь вечная во Христе Иисусе, Господе нашем» (Рим. 6: 22–23).

Диакон Николай Лавренов

О Великом посте стр. 2

Великая тайна Великого поста: что такое Литургия Преждеосвященных Даров стр. 3

Торжество Православия стр. 4

О святителе Андрее Критском и его Великом каноне стр. 6

Педагогика воздержания или зачем детям пост стр. 7,8

О ВЕЛИКОМ ПОСТЕ

Продолжение.
Начало в № 3 от 12.02.2018 г.

III. ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ДУХОВНО-МОЛИТВЕННОЙ ЖИЗНИ, ПОСЕЩЕНИИ БОГОСЛУЖЕНИЙ И ПРИЧАЩЕНИИ В ВЕЛИКИЙ ПОСТ

Для каждого человека время проведения Великого поста индивидуально распадается на множество его особенных маленьких подвигов, маленьких усилий. Но тем не менее, можно выделить некоторые, общие для всех, направления наших духовно-аскетических и нравственных усилий в Великий пост. Это должны быть усилия по организации нашей духовно-молитвенной жизни, усилия по отсечению тех или иных внешних развлечений и попечений. И, наконец, это должны быть усилия, направленные на то, чтобы наши отношения с ближними сделать более глубокими, содержательными. В конце концов, исполненными любви и жертвенности с нашей стороны.

Организация нашей духовно-молитвенной жизни в Великий пост тем и отличается, что предполагает (как в церковном уставе, так и в нашем келейном правиле) большую меру нашей ответственности. Если в прочее время мы, бывает, потакаем себе, снисходим к себе, говорим, что мы устаем, о том, что мы много работаем или о том, что у нас домашние попечения, сокращаем молитвенное правило, не доходим до всенощной под воскресный день, пораньше уходим с богослужения, — у каждого наберутся такого рода саможаления, — то Великий Пост следует начать с того, что все эти попущения, проистекающие из саможаления к себе, пресечь.

Тот, кто имеет уже навык чтения целиком утренних и вечерних молитв, тот должен стараться делать это ежедневно хотя бы весь Великий пост. Хорошо было бы каждому и дома тоже добавить молитву св. Ефрема Сирина: «Господи и Владыко Живота моего». Она многократно читается в храме в будничные дни Великого Поста, но естественно ей было бы войти в домашнее молитвенное правило. Для тех, кто уже имеет большую меру церковности и как-то радеет об еще большей мере приобщения к великопостному строю молитвы, можно порекомендовать и вычитывание дома хотя бы некоторых частей из каждодневных последований Триоди Постной. На каждый день Великого поста в Триоди Постной есть каноны, трипеснцы, двупеснцы, четверопеснцы, которые сообразны смыслу и содержанию каждой недели Великого Поста и, самое главное располагают нас к покаянию.

Для тех, кто имеет такую возможность и молитвенное усердие, хорошо прочитывать дома в свободное время — вместе с утренними или вечерними молитвами или отдельно от них, — каноны из Триоди Постной или другие каноны и молитвы. Допустим, если не удалось побывать на утреннем богослужении, хорошо читать стихиры, которые поются на вечерне или на утрене соответствующего дня Великого поста.

Очень важно в Великий пост бывать не только на субботних, воскресных, но и обязательно — на будничных богослужениях, потому что особенности богослужебного строя Великого поста познаются только на будничных службах. В субботу служится литургия Святителя Иоанна Златоуста, такая же, как и в другое время церковного года. В воскресенье совершается литургия Святителя Василия Великого, но она с точки зрения (по крайней мере, клиросного) звучания отличается почти что только одним песнопением: вместо «Достойно есть» поется «О Тебе радуется». Других видимых отличий для прихожан почти нет. Эти отличия очевидны в первую очередь для священника и тех, кто находится в алтаре. А вот на будничной службе нам открывается как бы весь строй великопостной службы. Многократные повторения молитвы Ефрема Сирина «Господи, и Владыка живота моего», умилительное пение тропарей часа — первого, третьего, шестого и девятого часов с земными поклонами. Наконец, сама литургия преждеосвященных даров вместе с ее умилительнейшими песнопениями, сокрушающим даже самое окаменнное сердце: «Да исправится молитва моя, яко кадило пред Тобою», «Ныне Силы Небесные» на входе литургии преждеосвященных даров — не помолившись на таких богослужениях, не приобщившись к ним, мы и не поймем, какое духовное богатство открывается нам в великопостных службах.

Поэтому каждый должен постараться хотя бы несколько раз за Великий пост раздвинуть жизненные обстоятельства — работу, учебу, житейские попечения — и выбраться на будничные великопостные службы.

Пост есть время молитвы и покаяния, когда каждый из нас должен испросить у Господа прощение своих грехов (говением и исповедью) и достойно причаститься святых Христовых Таин.

Во время Великого поста исповедуются и причащаются минимум один раз, однако следует постараться поговеть и принять святые Тайны Христовы трижды: на первой седмице Поста, на четвертой и на Страстной — в Великий четверг.

IV. ПРАЗДНИКИ, СЕДМИЦЫ И ОСОБЕННОСТИ БОГОСЛУЖЕНИЯ В ВЕЛИКИЙ ПОСТ

Великий пост включает Святую Четыредесятницу (первые сорок дней) и Страстную седмицу (точнее 6 дней перед Пасхой). Между ними находится Лазарева Суббота (Вербная Суббота) и Вход Господень в Иерусалим (Вербное Воскресенье). Таким образом Великий Пост длится семь недель (вернее 48 дней).

Последнее воскресенье перед Великим постом называется *Прощеным* или «Сыропустом» (в этот день оканчивается ядение сыра, масла и яиц). На литургии читается Евангелие с частью из Нагорной Проповеди, где говорится о прощении обид нашим ближним, без чего мы не можем получить прощения грехов от Отца Небесного, о посте, и о собирании небесных сокровищ. Сообразно с этим Евангельским чтением, христиане имеют благочестивый обычай просить в этот день друг у друга прощения грехов, ведомых и неведомых обид. Это один из важнейших подготовительных шагов на пути к Великому Посту.

Первая неделя поста, вместе с последней, отличается своей строгостью, а богослужения продолжительностью.

Св. Четыредесятница, которая напоминает нам о сорока днях проведенных Иисусом Христом в пустыне, начинается с понедельника, называемого *чистым*. Не считая Вербного воскресения во всей Четыредесятнице остается 5 воскресных дней, из которых каждый посвящен особому воспоминанию. Каждая из семи недель называется, по порядку наступления: первой, второй и т.д. седмицей Великого поста. Богослужение отличается тем, что, во все продолжение Св. Четыредесятницы, по понедельникам, вторникам и четвергам не бывает литургии (если в эти дни не случается праздника). Утром совершаются утреня, часы с некоторыми вставными частями и вечерня. Вечером вместо вечерни, совершается великое повечерие. По средам и пятницам совершается литургия преждеосвященных даров, в первые пять воскресений Великого поста — литургия Св. Василия Великого, которая совершается также в Великий Четверг и в Великую Субботу Страстной седмицы. По субботам в период Св. Четыредесятницы совершается обычная литургия Иоанна Златоуста.

Первые четыре дня Великого поста (понедельник-четверг) вечером в православных храмах читается Великий Канон преподобного Андрея Критского — вдохновенное произведение, излившееся из глубины сокрушенного сердца святого человека. Православные люди всегда стараются не пропустить этих поразительных по силе воздействия на душу служб.

В первую пятницу Великого Поста положенная в этот день по уставу литургия преждеосвященных даров завершается не совсем обычно. Читается канон св. великомученику Феодору Тирону, после чего на середину храма выносится коливо — смесь из вареной пшеницы и меда, которую священник благословляет с чтением особой молитвы, а затем коливо раздается верующим.

В первое воскресенье Великого поста совершается так называемое «Торжество православия», установленное при царице Феодоре в 842 г. о победе православных на Седьмом Вселенском соборе. 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 Божией Матери, молясь Господу об утверждении в вере православных христиан и обращении на путь истины всех отступивших от Церкви. Диакон затем громко читает Символ веры и произносит анафему, т. е. объявляет об отделении от Церкви всех, кто осмеливается искажать истины православной веры, и «вечную память» всем скончавшимся защитникам веры православной, а «многие лета» — живущим.

Притчи святителя Николая Сербского

Святой Николай Сербский(1880–1956), епископ Охридский и Жичский, которого по праву называют сербским Златоустом – богослов, философ, проповедник, духовный автор, чье имя известно во всем православном мире. В большом и многообразном, вдохновенном литературном наследии святителя Николая Сербского значительное место занимают притчи. Вот некоторые из них:

ФАЛЬШИВОЕ ЗОЛОТО И НАСТОЯЩЕЕ СЕРЕБРО

В большом парке готовилось народное гулянье, но пускали только по билетам. Многие хотели войти, но денег на билеты не было. Некий богатый человек решил испытать человеческие страсти и бросил в толпу детей горсть монет: это были фальшивые золотые монеты, среди которых был один настоящий серебряный динар. Бросились дети за монетами, перессорились, передрались, пока не собрали все монеты. Но на серебряный динар никто не обратил внимания, ибо каждый думал: золото дороже серебра. Те, кто держал в руках подделку, чувствовали себя совершенно счастливыми, но исход был горьким и неожиданным. Когда они пришли купить билеты, выяснилось, что деньги фальшивые, и полицейские сопроводили их в тюрьму. Один был находчивее всех: увидев, что случилось с его товарищами, он бросил фальшивый золотник и пошел искать серебряный динар. Когда нашел его, купил билет и попал в парк на гулянье.

Толкование: веселье есть Царство Небесное, или Царство бессмертной радости. Фальшивые монеты – плотские желания, земное тщеславие и самообман, отдаляющие людей от Царства истинной радости и уводящие их в царство муки и тьмы. Чистое серебро символизирует внутреннюю доброту и истину праведной души. Дети, падкие на обманчивый блеск сего мира, суть грешники. Ребенок, который отбросил фальшивое золото и поспешил за сребреником, символизирует раскаявшегося грешника.

(Миссионерские письма, письмо 76, человеку, который получил высокую должность, но не стал счастливым)

ПАЛЬМА И КОЛЮЧКА

У дороги росла пальма, а под ней колючка. По дороге проходили путники, и колючка цепляла и царапала каждого из них. Путники сердились и ругали колючку, сожалея, что никто ее не вырвет, чтобы она не вредила людям. Возгордилась колючка, подняла голову и надменно сказала пальме: «Что тебе толку от твоей высоты, если никто не сказал о тебе ни слова? Слышишь ли, только обо мне и говорят? Велика моя слава в мире, а ты ничтожество». – «Злая слава у тебя, такая же злая, как и ты сама. А то, что говорят о тебе, хуже молчания, – ответила ей пальма. – Обо мне говорят, только когда собирают финики с моих ветвей. Ты права, редко говорят, но слова эти полны благодарности и благословения».

(Миссионерские письма, письмо 83, молодому человеку, который беспокоится о своем тщеславном друге)

КАК ЛАСТОЧКИ НАУЧИЛИСЬ ЛЕТАТЬ В ТЕПЛЫЕ КРАЯ

В одной старинной народной легенде говорится, что в давние времена ласточки не умели в холодную пору переселяться в теплые края. И когда выпадал снег и ударял мороз, они жестоко страдали и гибли. Видя это, один милосердный человек сжалился над ними и стал делать все, что умел и знал, чтобы научить ласточек улетать на юг. Он подавал им знаки – ласточки не понимали их, он манил их пищей в сторону юга – не помогало, пугал и гнал их – напрасно. Ничего не получалось у него. Тогда стал он молиться Богу, чтобы Он превратил его в ласточку. Бог исполнил его желание и превратил человека в ласточку, которая могла мыслить и чувствовать как человек. Тогда человек-ласточка легко объяснился с ласточками и увел их осенью в теплые края. С тех пор ласточки научились улетать на юг. Конечно, это только поэтический вымысел. Но пусть он поможет тебе, хотя бы в какой-то мере, понять, как вечная Мудрость, рожденная от вечной Любви, воплотилась и стала Человеком среди людей, чтобы их, продрогших от земной горечи, повести новым путем, в теплые края, в Царство Божие, «идеже несть болезнь, ни печаль, ни воздыхание». Но и в малом, человеческом теле великий Господь оставался Сущим, Неизменным, Вечным. Всегда таким, каким Он был от века в беспредельности Царства Своего и неизреченной Своей славе.

(Миссионерские письма, письмо 95, миссионеру Даниилу М., о буквах на нимбе Христовом)

ВЕЛИКАЯ ТАЙНА ВЕЛИКОГО ПОСТА:
что такое Литургия Преждеосвященных Даров

Ни для кого не тайна, что пост налагает на нас, христиан, определенные ограничения. Особенно Великий пост. Но не все знают, в чем наибольшая строгость Великого поста. Это не ограничение в пище или развлечениях. Самое строгое ограничение, как гласит 49-е правило Лаодикийского собора IV века — «не совершать полной Божественной литургии в дни святой Четыредесятницы, кроме суббот и воскресений». Что же тогда совершается в храме в эти дни? В будние дни Великого поста (святой Четыредесятницы) совершается служба, которую мы называем литургией Преждеосвященных Даров. На ней не совершается главного и Великого таинства Литургии — Евхаристии.

Литургия Преждеосвященных Даров, конечно не в теперешнем своем виде, возникла в Антиохи в конце V — начале VI в., а в середине VI века была принята Константинополем, откуда и распространилась по всей Вселенской Церкви. Святитель Григорий Двоеслов, папа Римский (VI в.) упорядочил этот чин, возможно, что-то добавив (что именно — не известно) и установил ее совершение в Римской Церкви. Поэтому именно он поминается в заключительных словах (отпусте) этой литургии.

Совершение Преждеосвященной литургии в дни Святой Четыредесятницы, утверждено, чтобы не нарушать поста и покаяния совершением торжественной полной литургии, и вместе с тем не лишать верующих таинственного общения с Господом.

Как же это возможно? Во время литургии Преждеосвященных даровверующим предлагаются для причащения Святые Дары, освященные прежде — на предыдущей, полной литургии по чину св. Василия Великого или св. Иоанна Златоуста и сохраняемые в ковчежце обычно на Престоле или (реже) на жертвеннике. Таким образом, во все будние дни Великого поста литургия Преждеосвященных Даров совершается в присутствии на престоле Святых Даров, в которых, невидимо присутствует Сам Христос Бог. Это Присутствие придает богослужению особую торжественность, несмотря на его строгость, обилие покаянных молитв и земных поклонов. (Пять раз за все время службы читается молитва Ефрема Сирина с тремя земными поклонами).

Таинство Евхаристии, которое совершается на литургии, не входит в суточный круг богослужения. Этим подчеркивается его иная природа, не временная, а вечная. Евхаристия как бы вырывает нас из плена времени и обращает наше существо к вечности. Поэтому сочетание времени совершения литургии и времени служб суточного круга богослужений зависит от дня недели, церковного времени года, праздничного дня и т. д. Великим постом литургия Преждеосвященных Даров служится на вечерне. Почему?

Так как в Преждеосвященной литургии нет первой части полной литургии – проскомидии, нет чинопоследования Евхаристического канона (Святые Дары, освящены прежде — на предыдущей, полной литургии), нет молитв и песнопений, относящихся к приготовлению и преложению Святых Даров, то служба, казалось бы, должна получиться короткая. Но реально служба гораздо длиннее обычной — приблизительно 4 часа. На самом деле мы должны были бы чувствовать это еще острее. Преждеосвященная литургия совершается на вечерне, а раньше вечерня в эти дни совершалась в 3-4 часа пополудни, что бы чада церковные в дни Великого поста целый день пребывали в совершенном посте, и первый раз вкушали пищу после Причастия, то есть в 7 вечера. Назначение литургии на вечерне — это не формальность, а предписание, полное глубокого смысла: оно выделяет дни особого аскетического подвига.

Хотя сейчас и не постятся до вечера, но 4 часа утренней службы (с 7 утра до 12 дня) помогают нам хотя бы немного почувствовать напряженное ожидание литургии и Причастия Святых Христовых Тайн. Сейчас есть примеры возвращения к уставу, например в православных приходах Запада служат Преждеосвященную литургию вечером. Священный Синод Московской Патриархии в 1968 году вынес постановление о благословении в храмах Московского Патриархата совершение вечером Божественной литургии преждеосвященных Даров, где правящий архиерей сочтет это полезным.

Итак.

Утром в храмах совершается третий, шестой и девятый час, чин изобразительных, вечерня, и на вечерне — литургия Преждеосвященных Даров. Рядовой христианин, первый раз попавший на эту литургию, увидит много необычных для него моментов. Но, обо всем по порядку.

Церковные службы часов, которые занимают основное время великопостной будничной службы, освящают определенное время дня и связаны с важнейшими священными событиями Евангельской истории. Служба часов, совершаемая во время Великого поста, имеет свои особенности. В конце каждого часа положена молитва св. Ефрема Сирина «Господи и Владыко живота моего…», на каждом часе троекратно поется постовой тропарь часа, с земными поклонами, за некоторыми исключениями, к каждому часу, в основном состоящему из чтения псалмов, прибавляется еще одна кафизма из Псалтири. Она называется рядовая. Из-за этих вставок время службы часов значительно увеличивается.

Служба первого часа, который соответствует по нашему счету времени 7-му часу утра, напоминает верующим о суде над Господом Иисусом Христом у Пилата.

На третьем часе (соответствует 9-му часу утра) вспоминаются события последних дней земной жизни Господа Иисуса Христа: надругания над Ним и бичевание Его после суда у Пилата. Кроме того, этот час посвящен воспоминанию события сошествия Святого Духа на апостолов, совершившегося в этот час в день Пятидесятницы.

На шестом часе (соответствует 12-му часу дня) совершается воспоминание о добровольных страданиях и распятии на ГолгофеГоспода Иисуса Христа. В отличии от обычных часов, на шестом часе положено чтение паримии (чтения из книг Ветхого Завета) из книги пророка Исаии.

На девятом часе (соответствует 3-му часу дня) вспоминается Крестная смерть Господа Иисуса Христа и указывается на значение Его смерти для вечного спасения верующих в Него.

Чин Изобразительных — еще одна особенность порядка этой службы. Он как бы изображает литургию (отсюда его название). На литургии этот чин служится, только если она совершается на вечерне, или после вечерни. Начальная его часть содержит песнопения литургии, всем знакомые: «Благослови, душе моя, Господа», «Хвали, душе моя, Господа», «Во Царствии Твоем…». Такое правило напоминает, что хотя это и вечерня, но вечерня не простая, а с Литургией.

И вот кончились Изобразительны. Начинается вечерня. Узнаем мы об этом по возгласу. И вот кончились Изобразительны. Начинается вечерня. Узнаем мы об этом по возгласу. Но возглас этот будет не обычный, как на вечерне — «Востаните. Господи, благослови», а литургийный: «Благословенно Царство…». То есть мы не забываем, что на этой вечерне совершится Самое Важное — литургия и Причастие. Ответ на возглас будет для нас тоже непривычным.

Ради поста только один чтец отвечает «Аминь», и сразу же читает «Придите поклонимся…» и 103, так называемый предначинательный, псалом.

Священник, в это время читает перед Алтарем, стоя на солее Светильничные молитвы, Название этих молитв происходит от старинного названия самой вечерни — «светильночное»: это богослужение, на котором зажигают светильники, так как уже вечер и темнеет. У нас на приходах вечерня или «светильночное» служится с утра, а утреня, как правило, вечером.

Следующий момент службы — 18-я кафизма, обычная на вечерне, на сей раз точно обратит на себя наше внимание, так как на третьей Славе этой кафизмы все в храме опускаются на колени, а священники в Алтаре производят очень важное действие, сопровождающееся земными поклонами. Какое? На Преждеосвященной литургии в Чашу кладется Агнец, и наливается просто вино, которое не претворяется в Кровь Господню, Ею заранее на полной литургии напоен Сам Агнец. (Поэтому на Преждеосвященной литургии не причащают младенцев, которые еще не в состоянии проглотить твердую пищу. Это еще одна ее особенность.) И вот во время чтения 18-й кафизмы в Алтаре происходит следующее: во время первой Славы священник вынимает заранее освященного Агнца из дарохранительницы и полагает на дискосе (небольшое священное блюдо на особом подножии), во время второй Славы совершается каждение Престола, а во время третьей Славы переносят дискос с Агнцем с престола на жертвенник. «Кафизма» греческое слово, обозначающее «седален», то есть во время ее чтения можно сидеть. Но во время чтения 18 кафизмы на литургии преждеосвященных даров сидеть совершенно не уместно, а на третьей Славе надо даже встать на колени.

После чтения из Ветхого Завета, которое называется паремии, совершается особое действие, не имеющее аналогов в богослужениях других дней. Дьякон возглашает: «Повелите!»

Священник, взяв обеими руками кадило и подсвечник с зажженной свечой, стоит перед Престолом лицом к Нему и говорит: «Премудрость, прости» (стойте прямо, момент очень важный). Потом, обратясь на запад, то есть к народу: «Свет Христов просвещает всех». В это время все кладут земной поклон. Этот момент так и называют — Повелите.

Знаменитая часть Преждеосвященной литургии — песнопениеПравильно это называть Великий прокимен. Певец в центре храма (иногда это трио) поет четыре разных стиха, а хор отвечает. И так 5 раз. По уставу эта пронзительная часть службы всегда именно так и должна исполняться. Чтец всегда должен пропевать Прокимен, но у нас его никогда не пропевают, а просто возглашают. И вот только в пост специально готовят и поют.

Вход, во время которого с жертвенника на Престол переносится уже Агнец — хлеб, который преложился в Тело Христово. (На полной литургии переносятся еще не преложенные хлеб и вино, только лишь заготовленные для совершения таинства).

Поется песнопение: «Ныне Силы небесные с нами невидимо служат», а далее необычное: «Се бо входит Царь Славы, се Жертва тайная совершенна дориносится», потому что входит Царь Славы, и Жертва тайная уже совершена («совершенна дориносится»). Дориносится, так как ее окружает невидимое небесное воинство, как воины с копьями (греч. слово дОро). Надо сказать, что весь строй вечерни с литургией Преждеосвященных Даров, составлен исходя именно из того факта, что на престоле присутствуют УЖЕ преложенные Святые Дары. Это место в службе, которое не передать словами. В глубокой тишине, все в храме коленопреклоненны, раздается только мерный звон кадила, которым сопровождают перенос Святого Агнца на престол.

После входа дьякон закрывает завесу (греч. «катапетасма») Царских врат наполовину. Это название завесы в Библииииспользуется как завеса, отделявшая «святая святых» от других частей Иерусалимского храма (Лк.23:45). Сотканная руками Божией Матери завеса раздралась надвое в момент крестной смерти Спасителя (Мф.27:51). По образному толкованию святителя Прокла, архиепископа Констанинопольского, не терпя страданий Христа, посвященный Господу храм «разодрал от скорби ризу свою».

После входа, на полной литургии должен бы быть Евхаристический канон. Но здесь его нет, поэтому сразу следует возглас: «Преждеосвященная Святая святым!» и хор поет: «Един свят…». Затем, после «Отче Наш», поется Причастный стих и все причащаются. Когда причащаются священники в Алтаре, завеса Царских врат закрыта полностью. Потом выносят Чашу, и, как всегда говорят: «Со страхом Божиим…». А хор отвечает не то, что обычно, он отвечает стихом из 33-го псалма: «Благословлю Господа на всякое время…» Затем причащаются миряне. Очень необычен для нас причастный стих, то есть то, что поется во время причастия. На полной литургии мы слышим: «Тело Христово примите, Источника бессмертного вкусите», а на литургии Преждеосвященных Даров: «Вкусите и видете, яко благ Господь». Если вспомнить, что вся служба исполнена покаяния и сокрушения о нашей немощи, становится ясен глубокий смысл этих слов. Они, как бы, напоминают нам, что несмотря на все наше несовершенство, мы, недостойные, по благости Божией, все-таки приступаем к Причастию.

И, наконец, отпуст, то есть заключительные слова. Интересно, что отпуст этой службы, как у вечерни. Так Церковь не забывает, что литургия Преждеосвященных Даров служится на вечерне.

Мы воспринимаем Преждеосвященную литургию в среду и в пятницу первой недели великого поста, как нечто необычное. На самом деле, в любой будний день Святой Четыредесятницы возможна литургия Преждеосвященных Даров. Все зависит от устава: у нас, по Иерусалимскому уставу, служат преждеосвященную литургию в среду и пятницу. А вот полная литургия в будний день может совершаться только в праздник Благовещения Пресвятой Богородицы, если он попадает на будний день Великого поста.

Итак, литургия Преждеосвященных Даров совершается в среду и пятницу каждой недели Великого поста, а также: в четверг пятой седмицы (недели) Великого поста; в день Обретения главы Иоанна Предтечи; в день Сорока мучеников Севастийских; в день храмового святого; и в понедельник, вторник и среду Страстной седмицы.

Ирина Сечина

ХРОНИКА СЛУЖЕНИЙ ПРАВЯЩЕГО АРХИЕРЕЯ

С 9 по 15 февраля Преосвященный архиепископ Абаканский и Хакасский Ионафан совершил следующие богослужения:

9 февраля, накануне мясопустной родительской субботы, когда Святая Церковь совершает поминовение «всех от века усопших православных христиан», в сослужении соборного духовенства — Парастас (заупокойное вечернее богослужение) в Спасо-Преображенском кафедральном соборе столицы Хакасии.

По окончании богослужения Владыка обратился к присутствующим с словом об особом значении поминовения усопших в преддверии Великого поста.

10 февраля, в мясопустную родительскую субботу, в самый день поминовения всех от века скончавшихся православных христиан, — Божественную Литургию в Спасо-Преображенском кафедральном соборе столицы Хакасии.

Владыке сослужили протоиерей Александр Фоминых, священники Павел Кузьмин, Алексий Сорокин и Сергий Максименко. Диаконский чин возглавил протодиакон Андрей Ермаков.

Проповедь по пении причастного стиха произнес отец Алексий.

По отпусте Литургии была совершена соборная панихида, по окончании которой Преосвященный Владыка проповедовал.

В тот же день, накануне Недели мясопустной, о Страшном Суде, в сослужении соборных клириков — воскресное Всенощное бдение с литией и освящением хлебов в Спасо-Преображенском кафедральном соборе в г. Абакане.

В этот день, так же как и во все воскресные дни в течение периода пения Постной и Цветной Триодей, славник стихир на «Господи воззвах» был пропет знаменным распевом посреди храма.

К обычным полиелейным стихам, согласно уставу подготовительных к Великому посту воскресений, были прибавлены стихи псалма 136 «На реках Вавилонских». По традиции, архиерейский хор исполнил это песнопение величественным распевом Киево-Печерской Лавры.

После прочтения Евангелия было прозвучало песнопение «Покаяния отверзи ми двери, Жизнодавче», исполненное на музыку А.Л. Веделя.

На каноне Преосвященный Владыка помазывал молящихся освященным елеем. Число подошедших к елеопомазанию составило 135 человек.

После первого часа архиерей обратился к собравшимся с словом о днях подготовки к Великому посту.

11 февраля, в Неделю мясопустную, о Страшном Суде, — Божественную Литургию в Спасо-Преображенском кафедральном соборе республиканской столицы.

Владыке сослужили протоиереи Александр Фоминых и Иоанн Комаров, священники Павел Кузьмин и Алексий Сорокин. Диаконский чин составили протодиакон Андрей Ермаков, диаконы Сергий Симонов, Евгений Мотькин и Николай Пугин.

По запричастном стихе проповедь произнес отец Александр.

По отпусте Литургии архипастырь проповедовал на тему прочитанного Евангелия (о Страшном Суде).

В тот же день, накануне празднования Собора святителей Василия Великого, Григория Богослова и Иоанна Златоуста, — Всенощное бдение с литией и освящением хлебов в Спасо-Преображенском кафедральном соборе в г. Абакане.

Архипастырю сослужили клирики кафедрального собора.

На полиелее перед иконой Трех святителей было пропето величание: «Величаем вас, святителие Христовы, вы бо молите за нас Христа Бога нашего». По прочтении Евангелия Владыка помазывал молящихся освященным елеем.

После первого часа Преосвященный обратился к собравшимся с кратким словом.

12 февраля, в самый день празднования Собора вселенских учителей и святителей Василия Великого, Григория Богослова и Иоанна Златоустого, — Божественную Литургию в Спасо-Преображенском кафедральном соборе столицы Хакасии.

Владыке сослужили соборные клирики.

Некоторые песнопения и молитвословия звучали в этот день, по традиции, на греческом языке.

По отпусте Литургии архипастырь проповедовал о необходимости хранения церковного единства.

14 февраля, накануне праздника Сретения Господа и Бога и Спаса нашего Иисуса Христа, — Всенощное бдение с литией и освящением хлебов в Спасо-Преображенском кафедральном соборе столицы Хакасии.

Владыке сослужили секретарь епархиального управления и настоятель собора протоиерей Сергий Тимонов, протоиерей Олег Попов, священники Павел Кузьмин, Алексий Сорокин и Сергий Максименко. Диаконский чин возглавил протодиакон Андрей Ермаков.

На полиелее перед праздничной иконой было пропето величание праздника: «Величаем Тя, Живодавче Христе, и чтим Пречистую Матерь Твою, Еюже по закону ныне принеслся еси в храм Господень».

По прочтении Евангелия архипастырь помазывал молящихся освященным елеем. Число подошедших к елеопомазанию составило 116 человек.

По прочтении первого часа Владыка обратился к молящимся с словом о празднике.

15 февраля, в день праздника Сретения Господа и Бога и Спаса нашего Иисуса Христа, — Божественную Литургию в Спасо-Преображенском кафедральном соборе епархиального града.

Владыке сослужили секретарь епархиального управления и настоятель собора протоиерей Сергий Тимонов, протоиерей Иоанн Комаров, священники Павел Кузьмин, Алексий Сорокин и Сергий Максименко. Диаконский чин составили протодиакон Андрей Ермаков, диаконы Сергий Симонов, Николай Пугин и иеродиакон Нестор (Рыбин). Богослужебные песнопения исполнил архиерейский хор под управлением регента Марии Ермаковой.

Проповедь по запричастном стихе произнес отец Сергий.

По отпусте Литургии было совершено славление праздника.

Завершая богослужение, архипастырь проповедовал на тему празднуемого события, после чего огласил Обращение Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла по случаю Дня православной молодежи.

НОВОСТИ

НА МАСЛЕНИЦУ В АБАКАНЕ ПРОШЕЛ ДУХОВНЫЙ КОНЦЕРТ

13 февраля 2018 года в зале библиотеки «Ровесник» республиканской столицы состоялся праздничный концерт, приуроченный к масленичной неделе. Центром программы было выступление малого состава архиерейского хора, исполнившего духовные песнопения известных авторов. Концертный вечер украсили также: заслуженная артистка Российской Федерации и Республики Хакасия Зинаида Аршанова, молодежный камерный театр монолога «Белый рояль» и другие исполнители.

Рассказ ведущего, чтеца Владимира Бельского, способствовал уяснению смысла исполняемых песнопений.

На протяжении всего вечера царила теплая, непринужденная, праздничная атмосфера.

ЦЕРКОВЬ ОКАЗЫВАЕТ ПОМОЩЬ РОДСТВЕННИКАМ ПОГИБШИХ В АВИАКАТАСТРОФЕ В МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Сразу после того, как стало известно о катастрофе в Подмосковье, в аэропорт Орска для того, чтобы поддержать родственников погибших, прибыли епископ Орский и Гайский Ириней и духовенство Орской епархии. В храмах города прошли панихиды, также в епархии открыли телефонную горячую линию для тех, кто хотел бы получить духовную помощь.

Несколько священнослужителей, в том числе руководитель социального отдела Орской епархии протоиерей Вячеслав Кочкин, сейчас находятся в городской больнице № 4, где родственники погибших сдают образцы ДНК.

«Мы встречаем родственников погибших, объясняем им, что нужно делать, стараемся утешить, предлагаем помолиться вместе, — рассказал протоиерей Вячеслав Кочкин. — Многие из них — наши хорошие знакомые. Орск — небольшой город, здесь все друг друга знают, и эта трагедия затронула практически каждого».

По словам отца Вячеслава, в течение 40 дней по благословению епископа Орского и Гайского Иринея ежедневно по окончании Божественной литургии по всей епархии будут совершаться панихиды об упокоении душ погибших. В кафедральном соборе святого великомученика и победоносца Георгия такие панихиды совершаются в течение всего дня, кроме того, там постоянно находится дежурный священник, к которому можно обратиться за духовной поддержкой.

Некоторые родственники погибших уже прибыли в Москву и общаются со следователями. В столичном морге, где также проходит сбор образцов генетического материала, находятся руководитель группы церковной помощи в чрезвычайных ситуациях Синодального отдела по благотворительности протоиерей Андрей Близнюк и его заместитель иерей Филипп Ильяшенко.

«Кто-то плачет, кто-то старается собраться. Но утешение и поддержка нужны всем, отметил протоиерей Андрей Близнюк. Мы будем находиться рядом с родственниками погибших и оказывать им духовную помощь столько, сколько понадобится».

Свои соболезнования родным и близким погибших в авиакатастрофе выразил Святейший Патриарх Кирилл.

Справка

Самолет Ан-148 авиакомпании «Саратовские авиалинии» разбился 11 февраля 2018 года через несколько минут после вылета из аэропорта Домодедово. Обломки самолета обнаружили вблизи села Степановское Раменского района Московской области. Все находившиеся на борту люди 65 пассажиров и 6 членов экипажа погибли. В Оренбургской области объявлен траур.

БОЛЕЕ 70 ЧУЛЫМЦЕВ КРЕСТИЛИСЬ В КРАСНОЯРСКОМ КРАЕ

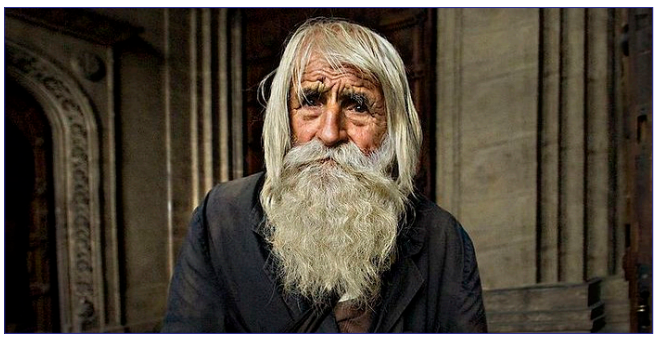
9 февраля более 70 представителей малого коренного народа Сибири – чулымцев крестились в ходе миссионерской поездки в места их проживания священнослужителя из Красноярской епархии.

Настоятель боготольского Никольского храма и Благовещенского храма села Тюхтет иерей Виталий Адаменков посетил село Чиндат и деревню Пасечное Тюхтетского района, где проживаю чулымцы, сообщает сайт Ачинского благочиния.

Местные жители тепло встретили священника. В ходе визита к чулымцам, отец Виталий провел с пожелавшими принять крещение огласительные беседы, после чего крестил более 70 человек.

Чулымцы – коренной народ Сибири тюркской группы, родственный хакасам (иногда их даже именуют «чулымскими хакасами) один из малых народов России. По сообщению Красноярской епархии, сегодня они компактно проживают в селах Чиндат и Пасечное Тюхтетского района, а также в селе Тегульдет Томской области. Согласно Всероссийской переписи населения 2010 года, количество чулымцев составило всего 355 человек.

УМЕР БОЛГАРСКИЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬ И ПОДВИЖНИК ДОБРИ ДОБРЕВ



13 февраля, на 104-м году жизни умер болгарский подвижник благочестия Добри Добрев. Останки старца были положены вчера вечером для прощания в храме села Байлово, храм не закрывался всю ночь. Сегодня была отслужена заупокойная Божественная литургия.

Этот удивительный странник, собиравший милостыню на улицах болгарской столицы, стал известен всему миру, когда выяснилось, что все собранные им деньги он жертвовал болгарским монастырям и храмам. В частности, именно этот нищий столетний дед осуществил рекордное в истории кафедрального собора в честь св. Александра Невского пожертвование в размере 35 тысяч левов.

Дедушку Добри можно было увидеть на улицах болгарской столицы в любую погоду, ему не были страшны ни мороз, ни ненастье, он не боялся, что может остаться голодным, не огорчался, когда попадались люди, безучастные к его богоугодному делу. Лицо его всегда излучало благость и кротость. Он был готов поцеловать детскую ручку, опустившую монету в его кружку, и с каждым прохожим был готов беседовать о Боге.

Погребение состоялось 15 февраля.

ТОРЖЕСТВО ПРАВОСЛАВИЯ

ИТОГ ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ ВО ХРИСТЕ

Первая седмица Великого поста завершается праздником Торжества Православия. Об истории и смысле этого дня в Церкви, а также о его духовном значении для современных христиан рассказал главный редактор радио «Град Петров» **протоиерей Александр Степанов.**

ИСТОРИЯ ПРАЗДНИКА И ЧИН ТОРЖЕСТВА ПРАВОСЛАВИЯ

Неделя Торжества Православия связана с VII Вселенским Собором 787 года, который окончательно установил в Православной Церкви почитание икон после длительного периода иконоборчества. Сам же праздник возник в 843 году и был посвящен окончательной победе над ересью иконоборчества. Тем самым, в Церкви закончился период выработки христологического богословия (православного учения о Христе), и икона здесь стала последним зримым свидетельством реальности Боговоплощения. С тех пор отмечать Торжество Православия стали в первое воскресенье Великого поста, так как самое первое его празднование в 843 году пришлось именно на первое великопостное воскресенье.

Примерно к XI веку в Церкви сложился и особый чин Торжества Православия.В его богослужебных текстах произносится торжество Церкви над всеми когда-либо существовавшими ересями, повторяются постановления семи Вселенских соборов, а также произносится анафема на тех, кто перед Православной Церковью совершил тяжелые грехи. В этом чине также утверждается истинное прославление Бога, согласное учению Церкви.

Конечно, и сейчас есть реальные исповедания, которые мы можем назвать еретическими, родившиеся в отделении от Церкви в силу иных догматических, богословских представлений их создателей. Но, очевидно, что на сегодняшний день спор с ними для православной Церкви особой актуальности уже не имеет. В свое время эти ереси были внутри Церкви и представляли для нее вполне реальную опасность, а сегодня это уже не так, они существуют вне Церкви. И прежде бывшей опасности нет. Таким образом, поминовение ересей в неделю Торжества Православия, скорее всего, несет в себе именно историческое значение, но не практическое. Церковь напоминает верующим, что в ее истории были периоды, когда внутри нее шла интенсивная, напряженная полемика, связанная, прежде всего, с работой человеческой мысли. Сегодня, как свидетельствует окружающий нас мир, мысль в этом направлении не работает, поэтому и появление новых серьезных ересей маловероятно.

ЛИЧНОЕ ТОРЖЕСТВО

Если говорить о духовном смысле праздника для нас, простых верующих, для нашей духовной жизни то, конечно, Торжество Православия можно понимать несколько шире, не только в догматически-богословском смысле. Когда человек вступает на путь поста, стараясь больше молиться и аскетически себя в чем-то ограничивать, то здесь, как раз, торжество-то веры и начинается.

Конечно, мы можем просто на словах декларировать свою православную веру, но постоянная жизнь во Христе, та ревность, с которой многие приступают к Великому посту (и которой, к сожалению, не всем хватает на весь пост) – вот это и можно считать, своего рода, личным Торжеством Православия. Это уже определенный опыт человека, а не только воспоминание о событиях и догматических спорах в Церкви почти тысячелетней давности.

В современных реалиях Торжество Православия надо также понимать как некий личный под итог начала Великого поста, когда верующий человек, действительно, старается жить так, как должен жить христианин, в максимально возможную для себя меру. Прежде всего, человек больше молится, ходит на службу, на покаянный канон Андрея Критского… И все эти усилия в итоге приводят к торжеству личной жизни во Христе. Именно на этом, как мне кажется, и стоит делать сегодня акцент, а не на догматических определениях, которые при этом, несомненно, утверждают этот праздник.

ВЗАИМОСВЯЗЬ, ВЕДУЩАЯ КО ХРИСТУ

Мы помним, что праздником Торжества Православия завершается первая и одна из самых строгих седмиц Великого поста. Это не случайно, так как и в целом христианская жизнь приводит человека к радости. Единственный и главный итог не только первых дней поста, но и всей жизни христианина – это радость и мир во Святом Духе. Если мы прошли этот этап хорошо, больше молились и меньше грешили, постарались воздержаться от трений со своими ближними и, наоборот, проявили свои добрые качества по отношению к ним, то итогом этого всего будет подлинная радость. Тогда и сам праздник, в известном смысле, мы можем назвать личным Торжеством Православия.

Ну и, конечно, стоит помнить о том, что все седмицы и недели Великого поста имеют между собой определенную взаимосвязь. Весь пост определенным образом драматически выстроен. В нем есть своя фабула, которая постоянно развивается. Каждый проповедник может по-своему раскрыть логику Великого поста, но, однозначно, что она есть. Это логика заключается в духовном восхождении человека навстречу Светлой Пасхе, навстречу Самому Воскресшему Христу.

ВЕЛИКИЙ ПОСТ. ВЕСНА ДЛЯ ДУШИ

Великопостный период “Се – время благоприятное, се – день спасения”.

Весной пробуждается и оживает природа. В это же время духовно обновляются христиане, серьезно относящиеся к спасению своей души. В этом им содействует Великий пост.

Постами называются дни, предназначенные для того, чтобы верующие особо позаботились о спасении души. Существует несколько периодов в году, именуемых постами. Важнейшим из них является так называемый “Великий” пост, приуроченный к предпасхальному времени. Этот пост начинается с понедельника после Прощеного воскресения, за сорок дней (шесть недель) до Вербного воскресения и переходит в Страстную неделю. Кончается Великий пост в день Светлого Христова Воскресения. Великий пост именуется также святой Четыредесятницей.

В этой статье о Великом посте мы сначала коснемся внешней стороны поста, состоящей в воздержании в пище и питие, и покажем, что такое воздержание необходимо в духовной жизни человека. Потом поговорим о внутренней стороне поста, состоящей в покаянии, в очищении совести и укреплении воли. Затем вкратце покажем, как церковная обстановка в течение великопостных дней располагает христианина к покаянному подвигу и помогает ему духовно обновиться.

НЕОБХОДИМОСТЬ ВОЗДЕРЖАНИЯ

Пост в собственном своем значении означает воздержание в пище, питие и удовольствиях. Иногда воздержание выражается в совершенном неядении (в продолжение одного или нескольких дней), чаще же всего в неядении мясной и молочной, так называемой, скоромной пищи. С этой точки зрения, на языке медицины пост может быть назван периодом диеты.

Необходимость воздержания в пище, в обуздании чрева вытекает из самого устройства человека, имеющего, кроме тела, бессмертную душу. Из-за греховной испорченности человеческой природы нарушена гармония между человеческим телом и душой, в результате чего греховные желания тела большей частью берут верх, а иногда и совсем подавляют в человеке все добрые порывы его души. Человек превращается в раба своих страстей и, таким образом, становится хуже животного. Обуздать насилие своей физической природы, дать раскрыться и окрепнуть возвышенным стремлениям души возможно только с помощью поста. Вот почему Церковь придает посту такое большое значение и утверждает, что Без поста невозможна христианская жизнь.

Важно обратить внимание на тот факт, что воздержание или своего рода пост был заповедан нашим прародителям Адаму и Еве, когда они еще находились в раю и были безгрешными запрещение вкушать плоды «дерева познания добра и зла» (Быт. 2:17). Тем более пост стал необходимостью после их грехопадения, и поэтому на протяжении всей священной истории мы видим, как праведные люди строго постились в разные периоды своей жизни. Приведем несколько примеров.

Великий пророк Моисей, законодатель Ветхого завета, постился в течение сорока дней перед получением от Бога десяти заповедей на Синайской горе (Исх. 34:28). Часто постился праведный царь Давид, о чем мы можем заключить из его боговдохновенных псалмов. Постился великий пророк Илия (3Цар. 19), взятый живым на небо. Постился пророк Даниил перед тем, как получил откровение от Бога о судьбах своего народа (Дан. 10). Пророк и креститель Господень Иоанн был великим постником, научившим поститься и своих учеников. Пророчица Анна, не отходя от храма, служила Богу постом и молитвой день и ночь, и за это удостоилась благодати Божией и откровения о рождении Спасителя (Лк. 2:37). Постился даже безгрешный Богочеловек, Господь наш Иисус Христос в течение сорока дней, чтобы приготовить Себя к делу спасения мира. Постились и Его ученики, святые апостолы, о чем можно заключить из их посланий (Деян. 13:3; 1Кор. 7:5, 9:27; 2Кор. 6:5, 11:27). Посвящать известные дни года посту стало всеобщей практикой в ранней христианской церкви апостольских времен.

О необходимости поста мы находим указания в книгах Нового завета. На упрек фарисеев в том, что ученики Христовы не постятся, Господь ответил, что для них время поста еще не настало, пока с ними пребывает Жених (Христос), но когда отнимется от них Жених (то есть умрет Христос), тогда будут поститься (Лк. 5:33–35). Поэтому с апостольских времен вошло в обычай поститься по средам, когда Иуда предал Христа, и по пятницам, когда Господь Иисус Христос был распят и умер на кресте. По этой же причине Великий пост приурочен Церковью к дням, предваряющим Страстную неделю. На вопрос учеников, почему они не могли изгнать беса, Господь ответил, что «этот род (бесовский) изгоняется только молитвой и постом» (Мф. 17:21). Действительно, бесы большей частью действуют через нашу плотскую природу, возбуждают в ней беспорядочные страсти, чем толкают нас на всевозможные грехи и, таким образом, берут контроль над нашей волей. Чтобы освободиться от их влияния, необходимо воздержанием ослаблять плоть и укреплять дух. Конечно, надо поститься ради исправления себя, а не ради людской похвалы, как Господь объяснил в Своей Нагорной проповеди, сказав: «Явись постящимся не перед людьми, но перед Отцом твоим, Который втайне, и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно» (Мф. 6:18).

Преемники апостолов, св. отцы и учители церковные, внушали христианам поститься в Великий пост. “Четыредесятницей не пренебрегайте, – пишет св. Игнатий Богоносец к христианам в Филиппах, – она составляет подражание жительству Христа.” Блаженный Иероним от лица всех христиан своего времени говорил: “Мы постимся Четыредесятницу по преданию апостольскому.” “Чем более дней поста, тем лучше лечение; чем продолжительнее поприще воздержания, тем обильнее приобретение спасения,” учит блаженный Августин. По учению св. Астерия Амасийского, св. Четыредесятница есть “учительница умеренности, мать добродетели, воспитательница чад Божиих, руководительница беспорядочных, спокойствие душ, опора жизни, мир прочный и невозмутимый; ее строгость и важность умиряет страсти, угашает гнев и ярость, охлаждает и утишает всякие волнения, возникающие от многоядения.”

Преподобный Иоанн Колов говорил: “Когда царь собирается взять неприятельский город, он прежде всего пресекает подвоз в него съестных припасов. Тогда граждане, будучи утеснены голодом, покоряются царю. То же бывает и с плотскими вожделениями: если человек будет проводить жизнь в посте и голоде, то беспорядочные желания изнемогут.” По учению св. Иоанна Златоуста, как невоздержанность в пище бывает причиною и источником бесчисленных зол для рода человеческого, так и пост и презрение удовольствий плотских всегда были для нас причиною несказанных благ... Как легкие суда скорее переплывают моря, а обремененные большим грузом затопают; так пост, делая ум наш более легким, помогает ему быстро переплывать море настоящей жизни, стремиться к небу и предметам небесным.

Пост, по учению св. Василия Великого, рождает пророков, укрепляет сильных, умудряет законодателей. Пост – добрая стража души, оружие доблестных людей. Он отражает искушения, сожитель трезвости, основа целомудрия... Пост возносит молитву на небо, делаясь для нее, как бы крыльями.

Святые отцы, объясняя важность воздержания в пище, настаивали и на том, что надо одновременно воздерживаться от пороков, ибо в нравственном исправлении человека состоит главная цель поста.

“Пользу поста, – учит св. Василий Великий, – не ограничивай одним воздержанием в еде, потому что истинный пост есть устранение от злых дел. Разрешай всяк союз неправды. Прости ближнему оскорбление, прости ему долги. Ты не ешь мяса, но обижаешь брата... Будем поститься постом угодным Богу. Истинный пост есть удаление зла, воздержание языка, подавление в себе гнева, отлучение по-

Продолжение на 8-й стр.

О святителе Андрее Критском и его Великом каноне

Святитель Андрей Критский родился в городе Дамаске около 660 года в семье благочестивых христиан Георгия и Григории. Из раннего детства Святителя сохранилось известие о том, что он был немой, не мог говорить даже до семи лет. И только лишь после причащения Святых Христовых Тайн в семилетнем возрасте отверзлись его уста. И он смог не только хорошо учиться, но впоследствии своими словесными творениями принес великую славу Церкви Божией как проповедник, один из самых лучших в Византии, и как песнотворец, то есть слагатель мелодий и слов церковных песнопений, также один из самых лучших, ярких и плодотворных.

В возрасте 14 лет он был отведен родителями в Иерусалимский монастырь Братства Гроба Господня и посвящен Богу. По пострижении в монашество святой Андрей получил послушание быть экономом Братства и одновременно нотарием Иерусалимской патриархии. После 681 года, когда в Константинополе происходили заседания Шестого Вселенского Собора, монах Андрей, вместе с двумя старцами-монахами, был послан в византийскую столицу, чтобы представить императору документы, подтверждающие полное согласие с решениями Собора всей полноты Иерусалимской Православной церкви. Старцы-монахи возвратились обратно в Иерусалим, а святой Андрей был оставлен в Константинополе, и навсегда сохранил за собой прозвище «Иерусалимита», то есть «Иерусалимлянина».

Здесь он получил послушание возглавить Орфанотрофион, или Дом для сирот при Великой церкви Святой Софии. Затем он был рукоположен в сан диакона и зачислен в клир главного храма Византии.

20 лет служил он в сане диакона и трудился в Доме сирот, проявляя не только должную заботливость, но и обнаруживая дар вести хозяйственные дела. Так, здание сиротского дома при нем было надстроено, а Дом престарелых (Герокомион), который так же был ему поручен, несколько раз отремонтирован.

Здесь же в Константинополе он начал слагать свои дивные песнопения, которыми богато украсил Церковь Божию, прославил множество святых, дни великопостные и пасхальные.

После двадцатилетнего диаконского служения, за великие понесенные труды, святой Андрей был рукоположен в сан епископа и назначен на самую далекую тогда кафедру — на остров Крит. Но в отличие от своих предшественников и тех архиереев, которые служили на Крите после него, он носил титул архиепископа, а это самое высокое древнее звание архиерея, которое носили предстоятели церквей.

На Крите святитель Андрей построил дома для сирот и престарелых, храм в честь Влахернской иконы Божией Матери. Много

заботился о своей пастве, неустанно проповедовал, молитвами своими отгонял вражеские набеги прибрежных пиратов-арабов, а однажды, во время засухи, вымолил у Бога дождь, который обильно оросил поля критских христиан.

Трудился святитель Андрей и в составлении церковных песнопений, и в проповедании слова Божия.

Несколько раз святитель Андрей посещал Константинополь, где виделся с патриархом и императором, с людьми, ему близкими. Там он выступил в защиту святых икон, когда в Византии началось иконоборчество.

В свое последнее посещение столицы святой Андрей простился со всеми, потому что почувствовал приближение кончины. По дороге на Крит он сильно заболел, остановился на острове Митилина в городке Ересо, не доехав до Крита, и скончался там 4 июля 740 года. В этот день доныне совершается его память во всех Православных церквах.

Святитель Андрей Критский первый стал писать богослужебные каноны. Он написал каноны на все двунадесятые праздники (кроме Введения во храм Пресвятой Богородицы, в его время этот праздник отдельно не праздновался). Некоторые каноны до нас не дошли. Великий пост кроме Великого канона был украшен и другими творениями святого Андрея. В рукописях сохранились каноны в Неделю Ваий, трипесницы всех дней Страстной седмицы, включая Великий Пяток. В Великую Субботу исполнялся Четверопеснец святого Андрея, к которому потом присоединяли свои четверопеснцы и каноны св. Косма Маюмский, инокиня Кассия, епископ Марк Отрантский. На Пасху в самую ночь пелся канон Святителя Андрея Критского. В Неделю Фомину, в Неделю Жен Мироносиц, на Преполовение Пятидесятницы и во все Недели, включая Неделю о слепом, пелись каноны святого Андрея.

Многим святым Святитель написал каноны. Им же было написано множество стихир. По количеству оригинальных мелодий-напевов святой Андрей превосходит даже преподобного Иоанна Дамаскина. Составляя Октоих, святой Иоанн вносил в него ирмосы и напевы святителя Андрея Критского.

Великий канон является самым известным творением святого Андрея. Этот канон не является самым большим по объему, канон на Сретение Господне больше Великого, а канон на Рождество Предтечи почти такой же по объему, как и Великий канон. 250 тропарей,— кроме присоединенного канона преподобной Марии Египетской и тропарей самому святому Андрею, — столько содержит Великий канон в своих 9-ти Песнях, среди которых есть и вторая Песнь.

Великий покаянный, или как его еще называют, умилительный канон, читается в храмах вот уже почти 1200 лет и воспринимается так же, как и тогда, когда был написан. «Мистагог покаяния», т.е. тот, кто заботливо учит, открывает тайны покаяния, — так называет святого Андрея Православная Церковь. *«Покаяния учитель преизряднейший»,«светом сияя Святыя Троицы»,* — это слова о Святом Андрее.

Нельзя научить тому, чего сам не умеешь. Покаяние святого Андрея глубокое и искреннее. Через весь канон проходит одна мысль, повторяющаяся во всех Песнях: *«Согрешил больше всех человек, един согрешил Тебе*, (Господи), но смилуйся и будь милосерд ко мне, ибо Ты Благоутробен». [«Благоутробен» — значит милостив и милосерд так, как Мать, которая как бы всей утробой, всем существом своим жалеет ребенка и любит его]. Чем ближе человек к Богу, тем больше видит свои грехи. Меняется масштаб и соотношение восприятия ближних и всего мира. Вот такому смирению учит нас святой Андрей Критский.

Весь Ветхий Завет делает Святитель школой покаяния. Показывая добродетели и подвиги святых, он говорит и о злых и жестоких делах, побуждая подражать добрым и отвращаться злых. Но в Великом каноне есть не только примеры из Священного Писания, а есть и увещание душе, рассуждения, молитвы. Как будто старец, исполненный сострадания и любви, взял нас за руку, ввел в свою келью и стал беседовать, рассказывать, делиться своим опытом, и вместе с нами смиренно и горячо молиться.

Великий канон потому еще так любим, что он единственный из всех канонов ближе всего стоит к аскетическим монашеским творениям, изложенным в виде кратких изречений. Сам дух канонной поэзии происходит из монашеского миросозерцания, наставлений, размышлений.

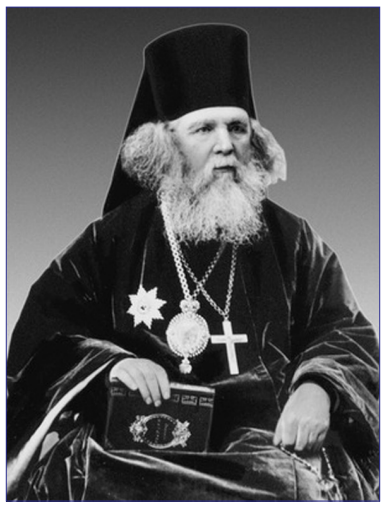
Форма канона совсем не простая, она требует от слушателя и читателя осмысления истории, переживания ее в важнейших событиях-символах, на которые опирается ум: это суть ирмосы, воспевающие во всех канонах праздник или память святого через осознавание события дня, через столпы-вехи древней Священной Истории. Монах-песнотворец просит у Бога утвердить его ум *«на недвижимом камени заповедей»* Божиих. Все колеблющееся, все мятущееся должно уступить место кристальности и твердости предстояния пред Богом, когда и ум, и сердце, и все существо человека находится в той гармонии, которая давно утеряна людьми, но по-прежнему ищется и находится монахами. «Праксис и феория», — «делание и созерцание» воспеваются в четвертой Песни Великого канона. Святой Андрей как бы увлекается и забывает, что его слушают не одни только монахи, и в самых красивых и изящных строфах канона говорит о важнейшем соотношении этих двух состояний подлинного монашеского жития.

«Но облобызай покаяние!» — так восклицает святой Андрей в одном тропаре Великого канона. Греческое слово «покаяние» означает не только раскаяние, но решительную, хотя иногда и мучительную, трудную, скорбную, перемену ума. Ум должен измениться! От греха и забот, от угрызений и терзаний мира сего, от тленности и уничтожения ум должен, изменившись, вернуться к тому состоянию, которое изначально даровал человеку Бог. Покаяние есть процесс всей жизни, вот почему покаяние требуется и впервые осознавшему свой грех человеку, и святому, достигшему великих высот подвижнической жизни.

Пусть никогда Великий канон не делается «памятником византийской литературы», а остается самой современной книгой, необходимой каждому человеку, каждому прихожанину. Пусть не только во время Великого поста она будет читаться, а в любое время года, чтобы как можно больше и полнее воспринять нам и усвоить спасительное покаяние, о котором так прекрасно поведал великий учитель древней Церкви святитель Андрей Критский.

Протоиерей
Сергий Добролюбов

Мысли о Великом покаянном каноне



В самом начале Великого поста, как тот исходный тон, которым определяется вся великопостная мелодия, Святая Церковь предлагает нам Великий покаянный канон святого Андрея Критского.

Он разделен на четыре части и читается за Великим Повечерием, вечером, в первые четыре дня Поста. Его можно описать как покаянный плач, раскрывающий нам всю необъятность, всю бездну греха, потрясающий душу отчаянием, раскаянием и надеждой.

Весь канон Андрея Критского есть беседа с собственной душой, призыв подняться из грязи жизни, проснуться, начать жить чисто и свято: «Душе моя, душе моя, востани, что спиши!».

С великим искусством св. Андрей переплетает великие образы – Адама и Еву, рай и грехопадение, патриарха Ноя и потоп, Давида, Обетованную Землю и выше всего Христа и Церковь – с исповеданием грехов и раскаянием. События Священной истории явлены как события моей жизни, дела Божии в прошлом как дела, касающиеся меня и моего спасения, трагедия греха и измены как моя личная трагедия.

Моя жизнь показана мне как часть той великой, всеобъемлющей борьбы между Богом и силами тьмы, которые восстают на Него.

Канон начинается с глубокого личного вопля: С чего я начну оплакивать окаянные дела моей жизни? Какое начало положу я, Христе, нынешнему рыданию?

Одним за другим раскрываются мои грехи в глубокой связи их со все продолжающейся трагедией отношений человека к Богу, история первого грехопадения – это моя личная история: Я совершил преступление первозданного Адама; я знаю, что я отрешен от Бога и вечного Его Царства и сладости из-за моих грехов… Я потерял божественные дары. Я осквернил одежду моей плоти, осквернил то, что было, Спасе, по образу и по подобию. Я омрачил душевную красоту наслаждениями страстей. Ныне я разодрал первую мою одежду, которую мне в начале соткал Зиждитель, и поэтому я наг…

Итак, в течение четырех вечеров девять песней Канона говорят снова и снова о духовной истории мира, которая в то же время – история и моей души.

Слова Канона призывают меня к ответу, ибо говорят они о событиях и делах прошлого, смысл и сила которых вечны, поскольку каждая человеческая душа – единственная и неповторимая – проходит тем же путем испытаний, стоит перед тем же выбором, встречается с той же высшей и важнейшей реальностью.

Значение и цель Великого канона именно в том и состоит, чтобы явить нам грех и тем самым привести нас к покаянию.

Но он являет нам грех не определениями и перечислениями, а неким глубоким созерцанием библейской истории, которая поистине есть история греха, покаяния и прощения.

Канон восстанавливает в нас то духовное мироощущение, внутри которого раскаяние становится снова возможным.

Когда мы слышим, например: Я не уподобился, Иисусе, Авелевой правде, никогда не принес Тебе приятного дара, ни дел божественных, ни жертвы чистой, ни безгрешной жизни… — мы понимаем, что история первого жертвоприношения, так кратко упоминаемая в Библии, открывает нам нечто основное в нашей собственной жизни, основное в самом человеке.

Мы понимаем, что грех, прежде всего, есть отказ от жизни как приношения и дара, как жертвы Богу.

Или другими словами, — отказ от жизни для Бога и по-Божьему.

И благодаря этому откровению становится возможным произнести слова, бесконечно отдаленные от современного опыта жизни, но которые звучат глубочайшей правдой: Из праха создав жизнь, Ты вложил в мою плоть и кости, и дыхание, и жизнь: но, о Создатель мой, Избавитель мой и Судия, приими меня, кающегося.

Вот почему постный путь начинается с возврата к исходной точке, к творению мира, грехопадению, искуплению, к тому миру, где все говорит о Боге, все отражает Божью славу, где все, что происходит, все события непосредственно связаны с Богом, где человек находит настоящие измерения своей жизни, и, найдя их, кается.

Епископ
Виссарион (Нечаев)

ПЕДАГОГИКА ВОЗДЕРЖАНИЯ ИЛИ ЗАЧЕМ ДЕТЯМ ПОСТ

МАТЕРИНСКИЕ ЗАМЕТКИ

Пост – это, конечно, не диета. Это время покаяния и молитвы. Это некая пауза, остановка в нашей суетной жизни, когда мы становимся строже к себе. Внимательнее друг к другу. А вовсе не банальная замена свиной котлеты картофельными драниками.

Слава Богу, об этом говорят. А православные родители обсуждают между собой еще и проблему детского поста. Когда пост становится временем борьбы с плохими привычками и склонностями, борьбы, на которую могут оказаться способными даже семилетние дети. Во многих православных семьях в пост ограничивают просмотр мультиков, выход в Интернет, компьютерные игры. Здорово, когда малыши и подростки вместе с родителями, в согласии и единомыслии, по-настоящему вместе, единым организмом живут жизнью Церкви. В том числе и в дни Великой и Святой четыредесятницы.

Но вот как быть с ограничениями в пище? Духовная составляющая поста, конечно же, несравненно важнее примитивного неядения мяса. Но если так важна «качественная» и «духовная» составляющая поста, то разве ограничения в пище становятся лишними? Это оказывается архаизмом? Примитивным фарисейством, которое мы заклеймим?

Когда заходит речь о детском посте, чаще всего сразу вырисовываются два тезиса:

1. Церковь предназначила пост для взрослых, а не для детей;
2. Пост наносит вред здоровью ребенка.

Чтобы узнать позицию Церкви, стоит обратиться к учению святых отцов. А чтобы понять, нанесет ли пост вред здоровью ребенка, нужно знать, о каком именно ребенке идет речь и чем он болен, и при этом быть врачом, желательно врачом хорошим, образованным и опытным.

Вот что говорит о детском посте великий вселенский учитель и святитель Василий Великий:

«Пост охраняет младенцев, уцеломудривает юного, делает почтенным старца, ибо седина, украшенная постом, достойнее уважения. Пост – самое приличное убранство женщин, узда в цвете лет, охранение супружества, воспитатель детства. Таковы услуги поста каждому отдельному дому... Дети, как цветущие растения, да орошаются водой поста»[1].

А святитель Иоанн Златоуст напоминает нам о жителях города Ниневии, которые, будучи обречены Богом на гибель из-за своих грехов, были помилованы ради их готовности исправиться и трехдневного поста:

«Горько стало диаволу, когда он увидел все свое войско обратившимся к Богу и воюющим с демонами, когда в эту борьбу вступили и дети, и жены, малолетние вместе с взрослыми, когда бессловесные животные в качестве соратников были привлечены к воинскому строю. И увидел диавол новое зрелище: скот содействовал людям в (достижении) праведности и постился о спасении хозяев».

Мы видим, что, по мысли великого церковного учителя, имеет свой смысл, свое значение не только пост «малолетних детей», но даже пост – подумать только! – животных.

В другом месте святитель Иоанн Златоуст отдельно говорит о детском посте:

«Вы слышали, что сказан Иоиль: пусть выйдет жених из чертога своего и невеста из своей горницы... соберите отроков и грудных младенцев (Иоил. 2: 16)... Так как все достигшие мужеского возраста огорчили и прогневали Бога, то пусть, говорит, умоляет Прогневанного возраст, еще не знающий греха».

Итак, для молитвы и поста совсем необязательно наличие развитого интеллекта или, наоборот, погруженность постящегося в серьезные, «взрослые» грехи.

Оказывается, что пост и молитва – это часть жизни нашей Церкви – всей Церкви, а не отдельных ее членов, достигших какого-нибудь определенного возраста. Пост может принести пользу всем нам. И монахам, и мирянам. И взрослым, и юношам, и девушкам, и отрокам, и... да, даже младенцам.

Как быть тем, кто болен, – это, действительно, вопрос очень индивидуальный, кто же может поспорить. Тяжелобольные люди могут оказаться и среди 80-летних монахинь, и среди 30-летних мужчин, и среди пятилетних малышей.

Но правильно ли с уверенностью утверждать, что ограничения в приеме пищи животного происхождения, подобно курению или алкоголю, по определению вредят здоровью младенца, отрока, подростка? Есть врачи, которые уверены в пользе поста – даже для маленьких детей.

Так, о пользе детского поста говорила терапевт Наталья Тарасова в интервью порталу «Правосавие.Ru». Также и известный московский педиатр с более чем 50-летним стажем, кандидат медицинских наук А.М. Тимофеева в своей книге «Беседы детского доктора» пишет:

«Бытует мнение, что только мясные продукты могут обеспечить все необходимое для растущего организма и насытить его, что мясные продукты полезны как старым, так и молодым, больным и здоровым... А как вообще правильно питаться? Это очень серьезный вопрос. Надо учитывать не только состояние окружающей среды, но и климат, географическое положение, религиозные воззрения каждого народа. В России всегда были приняты очень большие перерывы в приеме мясной пищи... Ели каши, овощи, ягоды, грибы... Не стоит ли вернутся к опыту прошлых лет? Очень многих болезней можно было бы избежать, правильно организовав питание.

Детям полезно иметь не менее двух вегетарианских дней в неделю, а в остальные дни мясные блюда должны употребляться не чаще одного раза в день... Вы убедитесь, что кишечник начнет нормально работать, исчезнут такие неприятные явления, как вздутие живота, отрыжка, тяжесть в правом предреберье, запоры... Подобное питание предохранит детей от многих хронических заболеваний пищеварительной, дыхательной и сердечно-сосудистой систем и особенно от аллергических состояний».

Мне самой посчастливилось много общаться с этим доктором, и я записала ее ответы на вопросы о детском посте. А.М. Тимофеева говорит о том, с какого возраста можно начинать поститься малышам:

«Во время поста можно спокойно снять мясное уже в том возрасте, когда ребенок начинает переходить на такую пищу. Я никогда не видела, чтобы отсутствие мяса приводило... к малокровию, к снижению прибавки в весе. Если дети не едят в пост мясного – у них аллергия снимается! И облегчается процесс пищеварения... Если ребенку больше двух лет и у него какие-либо аллергические проявления, то ему просто необходимо убрать не только мясо, но и молоко. Рыбку можно давать. Здесь нужно посоветоваться с духовником. Если благословит – я легко снимаю и рыбу – это только на пользу малышу».

Слова доктора Тимофеевой о посте были ориентиром для нескольких поколений московских православных многодетных семей, где в пост в холодильнике просто не бывало скоромной пищи. Разве что детские кефирчики и несладкие творожки для перекусов младенцев.

Впрочем, разговор не о врачах.

Речь о том, есть ли все-таки смысл в детском посте? Что может дать ребенку, малышу, школьнику, подростку традиция периодического отказа от употребления мяса и молока?

Заметка первая ПОСТ КАК ПРИВЫЧКА

Я выросла в семье, где в пост, как и всегда, готовили еду сразу на всю семью, то есть в пост мама готовила только постные блюда. В большие посты в холодильнике не было скоромного – разве что детское питание. Такими же были и семьи моих друзей и подруг. Такой же была семья и нашего духовника. Такой же оказалась и моя собственная семья.

Дети, которые с детства постятся, привыкают к посту. Привыкают к тому, что ограничения в пище в определенное время – это норма жизни. Так устроен календарь: есть дни постные, есть дни непостные. Как есть дни выходные и есть будни. Как есть лето, осень, зима и весна. Так же и пост – он просто есть.

Важно, конечно, чтобы пост не был насилием. В нашей семье все постятся. Но я обязательно спрашиваю каждого из детей: ты будешь поститься этим постом? Конечно, этот вопрос задается ребенку, живущему «внутри» православной, церковной культуры, живущему в семье, где в пост не бывает не поста. И твердое намерение ребенка поститься уже «предрешено» всем строем жизни семьи. Но такая постановка вопроса показывает пост все-таки как собственный выбор каждого.

В нашей семье трехлетний малыш получает и стакан молока на ночь, и творожок на завтрак. А вот пятилетний ребенок уже строго соблюдает все посты. Причем по собственному желанию. Ведь старшие братья и сестра постятся, ведь родители – тоже постятся. «Я уже большой!» – возмущается пятилетний малыш, когда я предлагаю ему допить за младшей сестрой молоко в среду или в пятницу. Что ж, я не заставляю, большой – так большой, не пей. Вот так соблюдение поста становится одним из признаков «взрослости».

И ведь способность отказаться от чего-то, способность не съесть, не выпить что-то, что можно было бы, что хотелось бы, – это действительно признак взросления. Именно это, а не наличие своего собственного мобильника или карманных денег. Пусть это воздержание детское, незрелое, пусть это подражание взрослым – но это уже воздержание.

И дети, которые привыкли поститься с детства, легко постятся и потом, в отрочестве, в юности, во взрослой жизни. Если мы приучаем к посту шестилетнее чадо, то нам не придется ломать голову, как же ему, двенадцатилетнему, пятнадцатилетнему, предложить начать поститься. Воздержание, пост станет естественной частью его жизни. Если наш ребенок вообще останется в Церкви, конечно...

Заметка вторая ПОСТ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ПЛЫТЬ ПРОТИВ ТЕЧЕНИЯ

Пост школьника – это отдельная история. В школьной столовой на завтраки и обеды дают всегда скоромную еду. Иногда бывает рыба, но не по средам или пятницам, а по понедельникам и четвергам. Удивительно, но факт. И отправляя детей в школу, мы предлагаем не разбирать, а есть все, кроме мяса.

Но дети делают выбор сами. Я в детстве постилась строго, даже без рыбы. Двое из моих детей-школьников сами решили поститься строго не только дома, но и в школе, и постятся так уже несколько лет. Я не хвалю их за это и, конечно, не ругаю. Просто даю им с собой что-нибудь из постной еды.

А вот еще один мой ребенок-школьник, который учится в том же самом заведении и питается в той же самой столовой, постом ест в школе молочное, отказываясь только от мяса. И в этом случае я тоже и не хвалю, и не ругаю. Ни вслух, ни про себя – никак. Не сравниваю этого ребенка с «постниками». Каждый делает выбор сам. Главное и удивительное другое: дети, «выросшие» в ритме постов, ко времени поступления в первый класс готовы самостоятельно и свободно выбрать для себя воздержание в пище.

И это уже не домашнее говение, где всегда на столе вкусные, любимые и разнообразные постные блюда. Здесь у тебя прямо в тарелке лежит тушеная капуста и горячая сосиска. И ты съедаешь капусту с хлебом, а сосиску предлагаешь кому-то из одноклассников. Вот это уже – действительно воздержание. Вот это уже – подвиг, на который способен далеко не каждый взрослый человек. Вот это уже пост. Настоящий.

Если ребенок учится в обычной общеобразовательной школе и при этом постится, то, как правило, это оказывается заметным. Все едят котлеты, а ты не ешь. Все протягивают руки за йогуртом, а ты отходишь в сторону. Все едят пирожные, мороженое, другие вкусности – а ты отказываешься. Не потому, что ты их не любишь. Не потому, что мама заставила, – мамы здесь нет, мама не видит. Ты просто «верующий». А вот это – уже «религиозные убеждения». Видимые, практически осязаемые – в отличие от любых голословных деклараций.

Я училась в разных школах, закончила светский институт. И надо сказать, что чаще всего одноклассники и однокурсники с уважением относятся к тем, кто постится. Да, даже в начальной школе дети вполне в состоянии оценить подвиг отказа от вкусной еды, которая лежит у тебя в тарелке. Оценить подвиг непокупки мороженого, когда у тебя есть на него деньги. Оценить – не значит при этом возвести «постника» на некий пьедестал. Пост как раз не входит в категорию «крутого». Наоборот, пост выпадает из всех систем оценок «крутости» и «некрутости». Это что-то непонятное, странное, другое.

В десятом классе я оказалась в новой школе. Когда обнаружилось, что я соблюдаю посты – а все, конечно, залезают в твою тарелку, как и в твою личную жизнь, – новые одноклассники, среди которых не было ни одного церковного человека, были удивлены. Местные шуты, конечно, посмеялись. А вот когда они увидели, как это все воплощается в жизнь, когда увидели, что я и вправду люблю школьные сосиски, а по средам и пятницам действительно предлагаю эти шедевры кулинарного искусства им, вечно голодным, – вот это они быстро оценили. И уже спрашивали: «А что, у тебя уже начался пост?» И до конца школы никто уже не смеялся. Все поняли: есть вещи, которые я сама себе не позволяю. Не из-за страха, не из трусости, не по причине зависимости от родителей – а в соответствии с собственным странным регламентом.

И как ни удивительно, то, что я строго постилась, отдавала своим одноклассникам сосиски и колбасу, помогло мне и во всем остальном быть другой. В глазах моих одноклассников я была «верующей», «с убеждениями». Значит, мне «прощалось» и то, что я «даже не пробовала курить» и – что еще страшнее – «до сих пор ни с кем не целовалась». Мне было «позволено» открыто заявлять о том, что отношения до брака для меня неприемлемы. Сказать, что меня прямо вот так все уважали – нет, этого не было. Мне просто «позволялось» быть не такой, как все, меня не гнобили, не унижали, как это обычно делают с «белыми воронами»... Это означало и то, что на настоящие «свои» тусовки я не попадала, мне не предлагали со всеми выпить, мне не поверяли «свои» секреты, и иногда... да, иногда мне это было обидно. И хотя со мной общались, некоторые по-своему даже любили, иногда мне хотелось быть «такой, как все». Но назвался груздем – полезай в кузов. Впрочем, проблемы православных подростков – это, конечно, совсем другая тема.

Заметка третья ПОСТ КАК ВИД ПОСЛУШАНИЯ

Почему мы постимся именно в среду и в пятницу, а не в четверг и в субботу? Почему постимся с 27 ноября по 6 января, а не с 25 ноября, не с 16 декабря? Почему Великий пост именно семь недель, а не восемь и не три? Тому есть причины. О них можно и нужно узнавать, можно их обсуждать, но главное в том, что именно так заповедано нам нашей Церковью. Почему пост предполагает ограничения в пище, а не в одежде, не во сне, не в общении? Почему не едим мяса и молока? Ведь запрет на мучное и сладкое, например, представляется более логичным, полезным и серьезным. Почему мы, православные люди, в пост не употребляем именно продукты животного происхождения? Тому тоже есть причины. Но здесь главная причина – наше доверие, наше послушание Церкви.

Продолжение на 8-й стр.

ПЕДАГОГИКА ВОЗДЕРЖАНИЯ ИЛИ ЗАЧЕМ ДЕТЯМ ПОСТ

МАТЕРИНСКИЕ ЗАМЕТКИ

Продолжение. Начало на 7-й стр.

Важна свобода. Важна и свобода выбора. Но путь к свободе лежит через послушание. И пост – это возможность научиться слушаться. Слушать голос Православной Церкви.

Мы не просто заставляем своих детей выполнять некий набор религиозных обрядов: поклоны, молитва перед едой, крестное знамение, исповедь... – мы не заставляем ни в коем случае вообще никого, кроме самих себя. Мы сами живем жизнью Церкви и приобщаем к этой жизни своих детей. И не просто приобщаем, а все что только можно объясняем, учим их учению Церкви, учимся вместе с ними, вместе стараемся найти объяснение церковным обычаям, традициям, уставам. Не просто «так надо», а – «почему именно надо», почему именно так будет лучше для нас. Но... «и так надо» – тоже. И даже если мы не нашли объяснения, даже если мы не довольны объяснением – все равно мы принимаем то, что нам предлагает Церковь. Мы принимаем – потому что верим.

Когда дети соблюдают пост, зная, что пост установлен Церковью, дети учатся соблюдать церковные установления вообще. Такая простая, такая банальная, такая осязаемая вещь, как пост, с детства, с младенчества учит нас подчинять свою жизнь, свои желания, свой холодильник и даже свою тарелку... учению Церкви. «Не так живи, как хочется, а как Бог велит» – такую чудесную русскую народную поговорку приводит учебник первого класса программы «Школа России» по литературному чтению. «Не так живи, как хочется, а как Бог велит» – говорит нам, нашим детям соблюдение поста.

Заметка четвертая
ПОСТ КАК НАУКА УПРАВЛЕНИЯ СОБОЙ

Воздержание – это управление самим собой, это когда человек «держит» самого себя в руках. Когда он перестает быть рабом своих желаний, но становится их господином и правителем. Об этом интересно говорит святитель Иоанн Златоуст:

«Начальники – те, которые умеют управлять сами собою... Кто хочет быть начальником дома и хорошо управлять им, тот должен прежде всего устроить свою собственную душу, потому что она – ближайший его дом... Кто мог устроить свою душу и одно в ней сделать господствующим, а другое подчиненным, тот будет в состоянии управлять и домом; кто домом, тот и городом, а кто городом, тот и вселенной»[6].

Порядок в семье, устройство государства – все это начинается со способности каждого куправлению самим собой. Человек, умеющий управлять собой, – царь, самодержец в своей душе. В противном случае, как говорит русская поговорка, получается нечто страшное и, увы, обыденное: мы живем «без царя в голове», когда демократические массы наших желаний командуют нашей волей, разумом, духом.

Подчинение своих чувств, своего языка, своих стремлений, своих желаний «царю в голове» – это и есть воздержание. Когда мы читаем творения святителя Иоанна Златоуста, то часто слово «воздержание» в греческом тексте будет звучать как σωφροσύνης. Что буквально означает «целомудрие». Да, оказывается, целомудрие, целостная мудрость и воздержание – очень близкие понятия.

Научить ребенка воздержанию – одна из главных педагогических задач, поставленных перед нами, родителями, все тем же дорогим и любимым святителем Иоанном Златоустом. Вот о чем великий вселенский учитель и святитель предлагает родителям говорить с детьми:

«Сначала о воздержании (σωφροσύνης), или прежде всего о несообщении с нечестивыми... об обращении с добрыми... о воздержании чрева, об удержании рук, о нестяжательности, о том, что и деньги, и слава, и все подобное – ничто».

Вот так, в одном ряду: способность управлять собой в половой сфере, способность формировать и фильтровать свой круг общения, способность управлять своим желудком, управлять своим гневом... Короче, держать свою жизнь в порядке, в узде.

Именно такое воздержание, воздержание во всех сферах жизни, управление всеми желаниями и чувствами и есть истинное воздержание и истинное целомудрие. Но, заметим, здесь имеет место и управление своим «чревом».

А самое интересное то, что именно воздержание в пище может быть первой ступенькой на пути к постижению искусства управления самим собой.

Так, в «Трактате о воспитании детей» Златоуст предлагает разные способы научить ребенка целомудрию, воздержанию именно в половой жизни. И один из способов такой:

«Пусть <твой ребенок> выучится поститься, если не постоянно, то по крайней мере два раза в неделю – в среду и в пятницу»[8].

Казалось бы, причем здесь целомудрие? Ну, не ест ребенок мяса в определенные дни – как это поможет ему сохранить себя от блуда, от этой страсти «юного возраста»?

А помощь может быть очень существенной.

Желание поесть, желание вкусно поесть – одно из основных и сильнейших для человека. И если двенадцатилетний человек способен управлять своим желудком, способен не съесть сардельку, когда ему этого хочется, – то он... научился управлять своими желаниями. Не всеми, конечно. Но – самыми сильными, самыми естественными желаниями. И ему в четырнадцать, в шестнадцать лет будет легче научиться управлять и другими своими естественными желаниями. Не значит, что будет легко, – но легче.

Вот хочется чего-нибудь вкусненького на завтрак. Естественное и нормальное человеческое желание. Открываем холодильник – а там творожок шоколадный со взбитыми сливками. Любимый! Протягиваешь к нему руку – и тут же вопрос самому себе: а сейчас не пост? Увы, среда. Значит, будем ждать до завтра. Или в школьном буфете горячие пирожки с мясом. В кармане деньги на два таких пирожка. И – автоматически вопрос: а можно? Ну, конечно, сегодня же вторник, значит – можно! Да, у того, кто постится много лет, этот вопрос всегда есть на автоматическом уровне. Этот вопрос задает мне каждое утро мой шестилетний сын: а сегодня молоко можно? Сейчас начал ориентироваться в календаре, бежит, смотрит: какой сегодня день? Есть пометка, что пост?

Это очень важный вопрос: можно ли хотеть дальше или нельзя? можно съесть то, чтохочется, или нельзя? И ответ на этот вопрос находится не в плоскости собственных желаний, возможностей или логических рассуждений моего Я, моего кошелька, моего холодильника, а в плоскости можно и нельзя некоего высшего, внешнего закона.

По этой же схеме работает система управления и другими желаниями, чувствами, стремлениями. Мне нравится этот молодой человек. И я ему тоже нравлюсь. И вот уже мы влюблены до «просто с ума сойти». Но есть вещи, которых делать нельзя. Хочу принадлежать вот этому, обожаемому, зеленоглазому, вот прямо без остатка... Можно? Можно. Но не сейчас.

Как ни банально, плоско и прозаично такое сравнение... Но мясо, молоко – это отнюдь не зло, это дар Божий, который мы принимаем с молитвой и благодарностью. Но не сейчас, Великим постом, а после Пасхальной Литургии и после молитвы и благословения стола. Вот и дорогого человека можно любить всего, без остатка, и душой, и телом. Но вот именно телом – только после венчания. Пусть сильно хочется, пусть он сильно хочет – но ведь нельзя. Даже если он не хочет ждать и уходит... Все равно нельзя. И этому нельзя, когда хочется, и учит воздержание в пище.

Воздержание в половой сфере, воздержание в гневе, воздержание в словах – это уровень гораздо более серьезный, чем воздержание в пище. И многие соблюдающие пост в области укрощения желудка находятся в некоем антивоздержании в области управления своим языком, раздражительностью... Но все же воздержание в пище как более примитивное может подготовить нас и наших детей к более серьезным видам воздержания. Главное – понимать, что это примитивное воздержание чрезвычайно важный, но лишь начальный этап. И без этой начальной подготовки, без этой первой ступени мы бросаем своих детей на поле битвы с міром, со страстями безоружными, нетренированными, неподготовленными.

Конечно, если дети не научились поститься, если они не постятся сейчас и никогда не будут поститься в будущем, это никак не означает, что они погрязнут во всех страстях, что они обязательно будут рабами своих желаний. И, наоборот, если они постятся с трехлетнего возраста и растут в воцерковленной семье, это никак не гарантирует того, что они не станут в шестнадцать лет наркоманами, алкоголиками и блудниками. Увы. Гарантий не бывает вообще. К тому же для достойной подготовки будущего воина Христова, коего мы призваны вырастить, конечно же, недостаточно просто по пятницам не готовить мясного. Но, тем не менее, пост – это педагог-помощник в деле воспитания наших детей. Пост – это данный Церковью нам и нашим детям «костыль» для прохождения узкого и непростого пути к дверям Царства Небесного.

Как и любое другое лекарство, некоторому числу людей пост не показан. Для того, чтобы принять пост, чтобы определить дозировку и условия для приема этого чудодейственного, проверенного веками лекарства, необходимо проконсультироваться с врачом-священником. Но прежде, чем просто выкинуть из своей жизни, из жизни своей семьи это целительное воспитательно-профилактическое средство, выкинуть только потому, что мы не поняли аннотацию к нему, только потому, что этому педагогическому лекарству уже несколько тысяч лет, – стоит хотя бы попробовать. А вдруг поможет? Вдруг сработает?

Анна Сапрыкина

ВЕЛИКИЙ ПОСТ. ВЕСНА ДЛЯ ДУШИ

Продолжение. Начало на 5-й стр.

хотей, злословия, лжи и клятвопреступления. Воздержание от сего есть истинный пост."

Как через невоздержание наших прародителей мы пали и лишились райского блаженства, так через добровольно принимаемый на себя подвиг поста, мы можем возвратить себе потерянное райское блаженство.

ПОКАЯНИЕМ ОЧИЩАЕТСЯ СЕРДЦЕ

Воздержание в пище дает возможность проснуться духовным потребностям человека. Когда усмиряются плотские страсти, тогда просветляется духовный разум человека, и он начинает лучше видеть свои недостатки. Человек начинает гнушаться своими греховными делами и дурными привычками, возникает жажда очистить свою совесть, покаяться перед Богом.

Мы поймем и оценим значение покаяния тогда, когда вспомним, что именно призывом к покаянию началась проповедь христианства. К покаянию призывал пророк Иоанн Креститель, говоря: "Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное" (Мф. 3:2). Такими же словами начал и Господь Иисус Христос Свою проповедь. "Я крещу вас в воде в покаяние, – говорил далее Иоанн Креститель, – но Идущий за мною сильнее меня: я недостоин понести обувь Его; Он будет крестить вас Духом Святым и огнем" (Мф. 3:11). Это было пророчество о возрождающем действии Св. Духа в Церкви, Который сходит на кающихся.

После сошествия Св. Духа, проповедь Апостолов была также прежде всего проповедью покаяния и начала новой жизни во Христе, Которого верующие принимали как своего Спасителя от зла, господствующего в мире. Увидеть во Христе Спасителя мира – это и значило уверовать в Него. В этом и заключается самая сущность веры во Христа. После сошествия на Св. Духа Апостолов в день Пятидесятницы на вопрос народа: "Что нам делать, мужи братия?" Апостол Петр ответил призывом к покаянию: "Покайтесь, и да крестится каждый из вас во Имя Иисуса Христа для прощения грехов, и получите дар Святаго Духа... спасайтесь от рода сего развращенного" (Деян. 2:38, 40). Эти слова апостола указывают на глубокую греховную язву человечества, и призывают к исцелению через покаяние, возрождение во Христе и единение с Ним.

Эти события показывают нам, что проповедь христианства призывает к изменению настроения человека и перелому в его сознании. Христианство есть призыв к глубокой, коренной перемене мыслей, чувств и желаний, к новой жизни во Христе. Вот почему Великим постом Церковь так настойчиво призывает к покаянию. Покаяние есть начало спасения, а пост – обуздание чрева, отказ от излишеств и ненужной суеты – содействует покаянному настроению! Так достигается цель нашей веры: "Кто во Христе, тот новое творение, древнее прошло" (2Кор. 5:17).

Епископ Александр (Милеант)

Продолжение в следующем номере

«Доброе сокровище»

Главный редактор Архиепископ Абаканский и Хакасский ИОНАФАН

УЧРЕДИТЕЛЬ: *Абаканская Епархия Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)*

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ: *655010, г. Абакан, Соборная площадь, 2, тел. 24-29-47, ф. 24-29-15.*

Зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Хакасия. Рег. ПИ № ТУ 19-00061.

Одобрено Синодальным информационным отделом Русской Православной Церкви. Свид. №175 от 18 октября 2011 года.

Распространяется бесплатно *№ 4 (310). Тираж 2930*

Отпечатано в типографии «Журналист», г. Абакан, ул. Советская, 71, тел. 8(3902) 22-61-99. Номер подписан в свет 16.02.2018 г. Время по графику в 17.00, фактически в 17.00. Набор и верстка — канцелярия Абаканской епархии.