

ПРИХОДСКОЙ ЛИСТОК

Иоакимо - Анновского храма Можайского благочиния Московской епархии РПЦ

УСПЕНСКИЙ ПОСТ С 14 ПО 27 АВГУСТА

14 августа по новому стилю, 1 августа по старому, в день, когда православная церковь отмечает праздник происхождения честных древ Животворящего Креста Господня, у православных христиан начинается Успенский пост. Продлится он две недели и завершится праздником Успения Пресвятой Богородицы, который отмечается 28 августа.

Обычай непрерывно поститься в дни от 1 до 15 августа по старому стилю был «официально» закреплен для всех православных христиан на Константинопольском Соборе, проходившем в 1166 году. Успенский пост, единственный посвященный православной церковью Богородице, был установлен в подражание Ей, пребывавшей перед своим успением на небо в посте и молитве. И хотя сама Божия Матерь, конечно же, как чистая и всенепорочная, в посте не нуждалась, «Она, превышающая и превосходящая жизнью Ангелов, явила ангельское воздержание, часто молилась, чтобы чрез Божественного Духа соединиться блаженною душою с Своим Сыном и стать нашею ходотайницею, и тогда в особенности постилась, когда приблизилось для нея время преставления отсюда, истончаяв Себя святою любовью к Сыну» (протоиерей Г. С. Дебольский).



Посоветоваться о мере своего поста лучше всего во время личной беседы со священником. Но сделать это лучше всего не «на бегу», а заранее договорившись о такой беседе с конкретным священником. Современная ситуация такова, что у священников очень много обязанностей и забот и часто им не хватает времени для того, чтобы

сию минуту обстоятельно поговорить с пришедшим человеком. Но редко кто из священников откажется от подобной беседы, если о ней договориться заранее.

Впрочем, нужно помнить и то, что пост не исчерпывается одним лишь воздержанием в еде. Сама по себе еда нас не удаляет и не приближает к Богу. Можно употреблять в пищу формально постные блюда, например, постные торты, соевое мясо, пить соевое молоко, но при этом объедаться так, что все тело становится тяжелым и ленивым, а сам человек теряет способность четко и ясно мыслить. Современные технологии позволяют формально соблюдать пост, но при этом доставлять радость от вкусной пищи своему желудку. Такой пост принесет скорее вред, чем пользу. Поэтому нужно помнить, что смысл поста – не в отказе от какой-то еды, что пост – это не диета. Смысл поста заключается в другом: очистить свое сердце от всякого зла, научить его любить Бога и окружающих нас людей. А это достигается через духовное совершенствование, которое немислимо без молитвы к Богу и без воздержания от разнообразных телесных удовольствий, и прежде всего – еды.

Старец Зосима Верховский говорил: “Не гонитесь за одним постом. Бог нигде не сказал: аще постницы, то мои ученицы; но аще любовь имате между собою. И диавол никогда не ест и не спит, но все он диавол. Без любви и смирения, от одного поста и бдения, из человека делается, пожалуй, бесом”.

Поэтому Церковь во дни поста предлагает как можно чаще приходить в храм на богослужение, а если нет такой возможности, то как можно чаще прибегать к молитве дома или в других местах. Часто мы этого не делаем под тем предлогом, что у нас нет времени. Но если честно посмотреть на распорядок своего дня, можно увидеть, что у нас находится время на пустое общение, на какую-то деятельность в интернете, находится время смотреть развлекательные телепередачи. Даже просто ограничивая себя в этих и многих других развлечениях, отказываясь от излишней заботы о своем насущном хлебе, мы можем выделить время на молитву. Впрочем, следует отметить, что и в молитве следует избегать крайностей: не брать на себя слишком легкое или слишком тяжелое правило, о чем тоже следует посоветоваться со своим духовником.

В эти дни Церковь призывает нас внимательно следить за своими поступками и мыслями. Стараться по мере своих возможностей с любовью и вниманием относиться к родным и близким, друзьям и

знакомым, коллегам по работе. Стараться сдерживать свои эмоции, гнев, зло, учиться прощать оплошности и дурные поступки других. Стараться не пускать в голову дурные мысли, отгонять их по мере своих сил и возможностей. И, конечно же, не забывать постом об исповеди и причастии – стоит хотя бы раз исповедоваться и причаститься.

В этом году праздник Успения Богородицы приходится на пятницу, а это значит, что этот день тоже будет постным. Правда, по случаю праздника, в этот день позволяет вкушать рыбу, но разговеться после поста можно будет только лишь на следующий после праздника Успения Богородицы день, в субботу 29 августа.

К старцу Порфирию (Баирактарису) однажды пришли молодожены и поведали о своем разногласии: муж соблюдал посты, а жена — нет, потому что была воспитана иначе и просто не привыкла соблюдать постов. Старец дал такой совет супругу: «Постись, как ты всегда постишься, но не заводи разговора о постах со своей женой. Во время постов всегда держи свой холодильник полным еды. Пусть твоя жена ест, а ты храни свой пост.» Вскоре супруга тоже начала постишься, созревши для этого.

Старец Паусий Святогорский говорил о посте: «Если человек насилует себя и говорит: «Куда деваться? Вот снова пришла пятница — и надо поститься», то он себя мучает. А вот вникнув в смысл и совершая пост от любви ко Христу, он будет радоваться. «В этот день, — будет думать такой человек, — Христос был распят. Ему не дали пить даже воды — Его напоили уксусом. И я сегодня целый день не буду пить воды». Поступая так, человек почувствует в себе радость большую, чем тот, кто пьет самые лучшие прохладительные напитки. Посредством поста человек превращается в агнца, ягненка. Если он превращается в зверя, это значит одно из двух: либо то, что предпринятая аскеза превышает его силы, либо то, что он занимается ей от эгоизма и поэтому не получает Божественной помощи. «

Преподобный Дорофей Палестинский говорил: «Мы не в пище только должны соблюдать меру, но и удерживаться от всякого другого греха, чтобы, как постимся чревом, постишься нам и языком, удерживаясь от клеветы, от лжи, от празднословия, от унижения, от гнева и, одним словом, от всякого греха, совершаемого языком. Также должно постишься и глазами, т. е. не смотреть на суетные вещи, не давать глазам свободы, ни на кого не смотреть бесстыдно и без страха. Так же и руки, и ноги должно удерживать от всякого злого дела»