



# СЕРАФИМОВСКИЙ ЛИСТОК

№28

## ПЕТРОВ ПОСТ

*Царствие Божие не пища  
и питие, но праведность,  
и мир и радость в Святом Духе.  
Рим. 14, 17*

*с 21 мая / 04 июня по 28 июня / 11 июля.*



## ПЕТРОВ ПОСТЕ

Э тот летний пост, который сейчас мы называем Петровым, или апостольским, раньше называли постом Пятидесятницы.

Церковь призывает нас к этому посту по примеру святых апостолов, которые, приняв Святого Духа в день Пятидесятницы, в посте и молитве готовились ко всемирной проповеди Евангелия.

Э День Пятидесятницы, когда в пятидесятый день после исшествия Своего из гроба и в десятый день по Вознесении Своем Господь, воссевший одесную Отца, ниспослал Пресвятого Духа на всех Своих учеников и апостолов, — один из величайших праздников. Это совершение



нового вечного завета с людьми. Дух Святой, сошедший на апостолов, Дух истины, Дух премудрости и откровения начертал вместо Синайского новый Сионский закон. Место Синайского закона заступила благодать Святого Духа, законополагающего, подающего силы к исполнению Закона Божиего, изрекающего оправдание не по делам, а по благодати.

Мы не постимся в Пятидесятницу, потому что в эти дни Господь пребывал с нами. Не постимся, потому что Он Сам сказал: можете ли заставить сынов чертога брачного поститься, когда с ними жених (Лк. 5, 34).

«После продолжительного праздника Пятидесятницы пост особенно необходим, чтобы подвигом его очистить нам мысли и соделаться достойными даров Святого Духа, — пишет святой Лев Великий. — За настоящим празднеством, которое Дух Святой освятил Своим сошествием, обыкновенно следует всенародный пост, благодетельно установленный для врачевания души и тела, и потому требующий, чтобы мы провождали его с должным благоволением. Ибо мы не сомневаемся, что после того, как апостолы исполнились обетованною свыше силой и Дух истины вселился в сердца их, между прочими тайнами небесного учения, по внушению Утешителя, преподано также учение и о духовном воздержании, чтобы сердца, очищаясь постом, делались способнейшими к принятию благодатных дарований... нельзя сражаться с предстоящими усилиями гонителей и яростными угрозами нечестивых в изнеженном теле и утучненной плоти, поскольку то, что услаждает нашего внешнего человека, разрушает внутреннего, и напротив, разумная душа тем больше очищается, чем больше умертвляется плоть».

Поэтому-то учителя, просветившие примером и наставлением всех чад Церкви, начало брани за Христа ознаменовали святым постом, чтобы, выходя на брань против духовного развращения, иметь для этого оружие в воздержании, которым можно было бы умертвить греховные вожеления, ибо невидимые наши противники и бесплотные враги не одолеют нас, если мы не будем предаваться плотским похотям. Хотя в искушителе желание вредить нам постоянно и неизменно, но оно остается бессильным и бездейственным, когда он не найдет в нас стороны, с которой ему можно напасть... По этой-то причине установлен неизменный и спасительный обычай — после святых и радостных дней, празднуемых нами в честь Господа, воскресшего из мертвых и потом

вознесшегося на небеса, и после принятия дара Святого Духа проходить поприще поста.

Обычай поста необходимо усердно соблюдать и для того, чтобы в нас пребывали те дары, которые сообщены ныне Церкви от Бога. Соделавшись храмами Святого Духа и более чем когда-либо быв напоены Божественными водами, мы не должны покорствовать никаким вожделениям, не должны служить никаким порокам, чтобы жилище добродетели не осквернилось ничем нечестивым. При помощи и содействии Божиим мы все можем достигнуть этого, если только, очищая себя постом и милостыней, будем стараться освободить себя от скверн греховных и приносить обильные плоды любви. Далее святой Лев Римский пишет: «Из апостольских правил, которые внушил Сам Бог, первостоятели церковные, по внушению Святого Духа, первым поставили то, чтобы все подвиги добродетели начинать с поста.

Это они сделали потому, что заповеди Божии можно исполнить хорошо только тогда, когда воинство Христово ограждено от всех соблазнов греха святым воздержанием. Итак, возлюбленные, должны мы упражняться в посте преимущественно в настоящее время, в которое заповедуется нам пост, по окончании пятидесяти дней, протекших от Воскресения Христова до сошествия Святого Духа и проведенных нами в особом торжестве.

Этот пост заповедан, чтобы предохранить нас от беспечности, в которую очень легко впасть из-за долговременного разрешения на пищу, которым мы пользовались. Если ниву нашей плоти не возделывать непрестанно, на ней легко возрастают терние и волчцы и приносится такой плод, который не собирают в житницу, а обрекают на сожжение. Поэтому мы обязаны ныне со всем тщанием хранить те семена, которые приняли в наши сердца от небесного Сеятеля, и остерегаться, чтобы завистливый враг как-нибудь не испортил дарованного Богом и в раю добродетелей не взросли терния пороков. Отвратить же это зло можно только милостию и постом».

Блаженный Симеон Фессалоникийский пишет, что пост установлен в честь апостолов, потому что через них мы сподобились многих благ и они явились для нас деятелями и учителями поста, послушания... и воздержания. Это против воли свидетельствуют и латиняне, чувствуя апостолов постом в их память. Но мы, согласно с постановлениями апостольскими, составленными Климентом, после сошествия Святого Духа одну неделю торжествуем, а потом, со следующей за тем, чувствуем передавших нам поститься апостолов.

### **СКОЛЬКО ДЛИТСЯ ПЕТРОВ ПОСТ**

Петров пост зависит от того, рано или поздно бывает Пасха, и потому продолжительность его различна. Он всегда начинается с окончанием Триоди, или после недели Пятидесятницы, и прекращается 11 июля, если праздник святых апостолов Петра и Павла будет не в среду и не в пятницу.

Самый продолжительный пост включает в себе шесть недель, а самый короткий – неделю и один день.

Антиохийский патриарх Феодор Вальсамон (XII век) говорит: «За семь дней и больше до праздника Петра и Павла все верные, то есть мирские и монахи, обязаны поститься, а непостящиеся да будут отлучены от общения православных христиан».

### **КАК ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ В ДНИ ПЕТРОВА ПОСТА**

Подвиг Петрова поста менее строг, чем Четыредесятница: во время Петрова поста устав Церкви предписывает еженедельно, по три дня – по понедельникам, средам и пятницам – воздерживаться от рыбы, вина и масла, и сухоясти в

девятый час после вечерни; в остальные же дни следует воздерживаться только от рыбы.

В субботние, воскресные дни этого поста, а также в дни памяти какого-либо великого святого или дни храмового праздника также разрешается рыба.

### **ПОЧЕМУ АПОСТОЛЫ ПЕТР И ПАВЕЛ НАЗЫВАЮТСЯ ПЕРВОВЕРХОВНЫМИ**

По свидетельству слова Божия, апостолы занимают особое место в Церкви – каждый должен разуместь нас, как служителей Христовых и домостроителей тайн Божиих (1 Кор. 4,1).

Облеченные равной силой свыше и одинаковой властью разрешать грехи, все апостолы сядут на двенадцати престолах возле Сына Человеческого (Мф. 19,28).

Хотя некоторые апостолы и отличены в Писании и предании, например Петр, Павел, Иоанн, Иаков и другие, ни один из них не был главным и даже превосходящим честью остальных.

Но так как в Деяниях апостольских преимущественно повествуется о трудах апостолов Петра и Павла, то Церковь и святые отцы, благоговей при имени каждого из апостолов, этих двоих называют первоверховными.

Церковь прославляет апостола Петра как предначавшего из лика апостолов исповедать Иисуса Христа Сыном Бога живаго; Павла же яко паче иных потрудившегося и причисленного к высшим из апостолов Духом Святым (2 Кор. II, 5); одного – за твердость, другого – за светлую мудрость.

Называя двоих апостолов верховными, по первенству порядка и трудов. Церковь внушает, что глава ее есть один только Иисус Христос, а все апостолы – служители Его (Кол. 1,18).

Святой апостол Петр, до призвания своего носивший имя Симон, старший брат апостола Андрея Первозванного, был рыбак. Он был женат, имел детей. По выражению св. Иоанна Златоуста, это был человек пламенный, не книжный, простой, бедный и богобоязненный. Он был приведен к Господу своим братом Андреем, и при первом же взгляде на простого рыбака Господь преднарек ему имя Кифа, по-сирски, или по-гречески – Петр, то есть камень. По избрании Петра в число апостолов Господь посетил его убогий дом и исцелил тещу от горячки (Мк. 1,29-31).

В числе трех учеников Своих Господь удостоил Петра быть свидетелем Своей Божественной славы на Фаворе, Своей Божественной силы при воскрешении дочери Иаира (Мк. 5, 37) и Своего по человечеству унижения в саду Гефсиманском.

Петр горькими слезами раскаяния омыл свое отречение от Христа, и первым из апостолов вошел в гроб Спасителя по воскресении Его, и первым из апостолов удостоился узреть Воскресшего.

Апостол Петр был выдающимся проповедником. Сила его слова была столько велика, что он обращал ко Христу по три, по пять тысяч человек. По слову апостола Петра обличаемые в преступлении падали мертвыми (Деян. 5, 5-10), мертвые воскресали (Деян. 9, 40), больные исцелялись (Деян. 9, 3-34) даже от прикосновения к ним одной тени проходящего апостола (Деян. 5, 15).

Но у него не было первенства власти. Все церковные дела решались общим голосом апостолов и пресвитеров со всей Церковью.

Апостол Павел, говоря об апостолах, почитаемых столпами, поставляет на первом месте Иакова, а потом Петра и Иоанна (Гал. 2,9), себя же причисляет к ним (2 Кор. 11,5) и сравнивает с Петром. Собор посылает Петра на дело служения так же, как и других учеников Христовых.

Апостол Петр совершил пять путешествий, проповедуя Евангелие и многих обращая ко Господу. Последнее путешествие окончил в Риме, где с великим усердием благовествовал веру Христову, умножая число учеников. В Риме апостол Петр обличил обман Симона волхва, который выдавал себя за Христа, обратил ко Христу двух жен, любимых Нероном.

По повелению Нерона 29 июня 67 года апостол Петр был распят. Он просил мучителей распять себя головой вниз, желая этим показать различие между своими страданиями и страданиями своего Божественного Учителя.

Чудесна история обращения святого апостола Павла, до этого носившего еврейское имя Савл.

Савл, воспитанный в законе иудейском, ненавидел и терзал Церковь Христову, и даже выпросил у синедриона власть всюду находить и преследовать христиан. Савл терзал церковь, входя в дома и влача мужчин и женщин, отдавал в темницу (Деян. 8, 3). Однажды «Савл же, еще дыша угрозами и убийством на учеников Господа, пришел к первосвященнику и выпросил у него письма в Дамаск к синагогам, чтобы, кого найдет последующих сему учению, и мужчин и женщин, связав, приводить в Иерусалим. Когда же он шел и приближался к Дамаску, внезапно осиял его свет с неба. Он упал на землю и услышал голос, говорящий ему: Савл, Савл! что ты гонишь Меня? Он сказал: кто Ты, Господи? Господь же сказал: Я Иисус, Которого ты гонишь. Трудно тебе идти против рожна. Он в трепете и ужасе сказал: Господи! что повелишь мне делать? и Господь сказал ему: встань и иди в город; и сказано будет тебе, что тебе надобно делать. Люди же, шедшие с ним, стояли в оцепенении, слыша голос, а никого не видя. Савл встал с земли, и с открытыми глазами никого не видел. И повели его за руки, и привели в Дамаск. И три дня он не видел, и не ел, и не пил» (Деян. 9,1-9).

Упорный гонитель христианства становится неутомимым проповедником Евангелия. Жизнь, поступки, слова, послания Павла – все свидетельствует о нем, как избранном сосуде благодати Божией. Ни скорбь, ни теснота, ни гонение, ни голод, ни нагота, ни опасности, ни меч, ни смерть не могли ослабить в сердце Павла любви к Богу.

Он совершал непрестанные путешествия в разные страны для проповеди Евангелия иудеям и особенно язычникам. Эти путешествия сопровождались необычайным могуществом проповеди, чудесами, неусыпным трудом, неистощимым терпением и высокой святостью жизни. Труды апостольского служения Павла были беспримерны. Он сам о себе говорил: более всех их потрудился (1 Кор. 15, 10). За свои труды апостол претерпел неисчислимые скорби. В 67 году 29 июня в одно время с апостолом Петром он принял мученическую кончину в Риме. Как римский гражданин он был обезглавлен мечом.

Православная Церковь почитает апостолов Петра и Павла как просветивших западный мрак, прославляет Петрову твердость и Павлов разум и созерцает в них образ обращения согрешающих и исправляющихся в апостоле Петре – образ отвергнувшегося от Господа и покаявшегося, в апостоле Павле – образ сопротивлявшегося проповеди Господней и потом уверовавшего.

### **ПРАВЕДНЫЙ ИОАНН КРОНШТАДТСКИЙ О ПОСТЕ**

Господи! Как свойственно Первообразу привлекать, усвоить себе образы, вселяться и жить в них, — так тем, кои по образу Твоему, должно быть свойственно стремиться со всею любовью, со всем усердием к Первообразу, прилепляться к Нему. Но се плоть наша жадная и сластолюбивая, дебелая,

косная отторгает нас от Тебя; нам нужны пост, воздержание, а мы страстны до сластей. Укрепи нас к воздержанию!

## О ПОСТЕ



Большинство людей уже не сомневаются в благотворном влиянии поста на душу и тело человека. Пост (правда, как диету) рекомендуют даже светские врачи, отмечая благотворное воздействие на организм временного отказа от животных белков и жиров. «Пост и вообще постническая жизнь – лучшее средство к сохранению здоровья и процветанию его», – писал и святитель Феофан Затворник. Однако смысл поста совсем не в том, чтобы похудеть или телесно подлечиться. Тот же святитель Феофан называет пост «курсом спасительного врачевания душ, баней для омытия всего ветхого, невзрачного, грязноватого».

Но очистится ли наша душа, если мы не съедим, скажем, мясную котлету или салат со сметаной в среду или пятницу? Или, может быть, мы сразу попадем в Царство Небесное только за то, что вообще не едим скоромного? Едва ли. Слишком уж просто и легко далось бы тогда то, ради чего Спаситель принял страшную смерть на Голгофе. Нет, пост – это прежде всего духовное упражнение, это возможность сораспяться со Христом и в этом смысле – наша малая жертва Богу.

Важно расслышать в посте призыв, требующий нашего ответа и усилия. Ради своего ребенка, близких нам людей мы смогли бы голодать, если бы стоял выбор, кому отдать последний кусок. И ради этой любви готовы на любые жертвы. Пост – такое же доказательство нашей веры и любви к Богу, заповеданной Им Самим. Так любим ли мы, истинные христиане, Бога? Помним ли, что Он во главе нашей жизни, или, осуетясь, это забываем?..

А если не забываем, то в чем же заключается эта малая жертва Спасителю нашему – пост? Жертва Богу – дух сокрушенный (Пс. 50, 19). Суть поста не в том, чтобы отказаться от некоторых видов пищи или развлечений, и даже от насущных дел (как понимают жертву католики, иудаисты, язычники), а в том, чтобы отказаться от того, что всецело поглощает нас и удаляет от Бога. В этом смысле и говорит преподобный Исаия Отшельник: «Душевный пост состоит в отвержении попечений». Пост – это время служения Богу молитвой и покаянием.

Пост утончает душу для покаяния. Когда усмиряются страсти – просветляется духовный разум. Человек начинает лучше видеть свои недостатки, у него появляется жажда очистить свою совесть и покаяться пред Богом. По словам святителя Василия Великого, пост делается как бы крыльями, возносящими молитву к Богу. Святитель Иоанн Златоуст пишет, что «молитвы совершаются со вниманием особенно во время поста, потому что тогда душа бывает легче, ничем не отягощается и не подавляется губительным бременем удовольствий». Для такой покаянной молитвы пост – самое благодатное время.

«Воздерживаясь от страстей во время поста, насколько у нас хватает сил, мы будем иметь полезный телесный пост, – поучает преподобный Иоанн Кассиан. – Утруждение плоти, соединенное с сокрушением духа, составит приятную жертву Богу и достойную обитель святости». И действительно, «можно ли назвать постом только соблюдение одних правил о невкушении скоромного в постные дни? – ставит риторический вопрос святитель Игнатий (Брянчанинов), – Будет ли пост постом, если, кроме некоторого изменения в составе пищи, мы не будем

думать ни о покаянии, ни о воздержании, ни об очищении сердца через усиленную молитву?»

«Посредством поста утончается дух, приобретается чистота сердца и тела, и потому удобнее можно соединяться с Богом», – пишет преподобный Иоанн Кассиан Римлянин. Так, пророк Моисей постился сорок дней перед восхождением на гору Синай, где лицезрел Бога, говорил с Ним и принял Его Закон. Пророка Илию, как пишет Василий Великий, также «пост сделал зрителем великого видения; ибо очистив душу сорокадневным постом, удостоился он в Хоривской пещере видеть Господа, сколько можно видеть Его человеку». Апостолы и все христианские подвижники, достигшие святости и богообщения, свидетельствуют о необходимости поста. Пост – благоприятное время для соединения со Христом в таинстве Причащения.

Сам безгрешный Богочеловек, Господь наш Иисус Христос для примера нам сорок дней постился в пустыне, откуда возвратился в силе духа (Лк. 4, 14), одолев все искушения врага. «Пост есть оружие, уготованное Богом, – пишет преподобный Исаак Сирин. – Если постился Сам Законоположник, то как же не поститься кому-либо из обязанных соблюдать закон?.. До поста род человеческий не знал победы и диавол никогда не испытывал поражений... Господь наш был вождем и первенцем этой победы... И как скоро диавол видит это оружие на ком-нибудь из людей, этот противник и мучитель тотчас приходит в страх, помышляя и вспоминая о поражении своем в пустыне Спасителем, и силы его сокрушаются».

Сам Спаситель словами сей же род изгоняется только молитвою и постом (Мф. 17, 21) указал нам на средство избавления от злых духов. Так, из жития священномученика Киприана и Иустины известно, что святая мученица Иустина усилением поста и молитвой победила блудного беса, насылаемого на нее волхвом. Умножением поста и молитвой спасались от дьявольских козней преподобный Антоний Великий, преподобный Нифонт, и многие другие подвижники, которым мы теперь молимся о помощи при нападении злых духов.

Пост установлен для всех: и монахов, и мирян. Он не является повинностью или наказанием. Его следует понимать как спасительное средство, своего рода врачевство (лечение, лекарство) для каждой человеческой души. «Пост не отталкивает от себя ни женщин, ни стариков, ни юношей, ни даже малых детей, – говорит святитель Иоанн Златоуст, – но всем открывает двери, всех принимает, чтобы всех спасти».

«Видишь ли, что делает пост, – как бы обобщает все вышесказанное святитель Афанасий Великий: – болезни врачует, бесов прогоняет, лукавые помыслы удаляет и сердце делает чистым».

Пост – это дивный духовный опыт. Он дает нам возможность действительно ощутить спасительность христианского пути.

### **СМЫСЛ ПОСТА**

*Милости хочу, а не жертвы.*  
*Мф. 9, 13*

«Питаюсь пространно, делаешься плотским человеком, духа не имеющим, или плотию бездушною; а постясь, привлекаешь к себе Духа Святого и делаешься духовным», – пишет святой праведный Иоанн Кронштадтский. Святитель Игнатий (Брянчанинов) отмечает, что «укрощенное постом тело доставляет человеческому духу свободу, силу, трезвенность, чистоту, тонкость».

Но при неправильном отношении к посту, без понимания его истинного смысла, он может, наоборот, сделаться вредным. В результате неразумного

прохождения постных дней (особенно многодневных) часто появляются раздражительность, озлобленность, нетерпеливость или же тщеславие, самомнение, гордость. А ведь смысл поста заключается именно в искоренении этих греховных качеств. Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин говорит: «Если, постясь только телесно, мы будем запутаны гибельными пороками души, то истомление плоти не доставит нам никакой пользы при осквернении самой драгоценной части, то есть души». Если у постящегося вместо покаянной молитвы, любви к ближним, совершения дел добра и прощения обид постом преобладают греховные качества души, то пост не является постом истинным, духовным, а оказывается лишь диетой.

«Один телесный пост не может быть достаточным к совершенству сердца и чистоте тела, если не будет соединен с ним и пост душевный, – говорит преподобный Иоанн Кассиан. – Ибо и душа имеет свою вредную пищу. Отяжеленная ею, душа и без избытка телесной пищи впадает в сладострастие. Злословие есть вредная пища для души, и притом приятная. Гнев есть также пища ее, хотя вовсе не легкая, ибо часто питает ее неприятной и отравляющей пищей. Тщеславие – пища ее, которая на время услаждает душу, потом опустошает, лишает всякой добродетели, оставляет бесплодной, так что не только губит заслуги, но еще и навлекает большое наказание».

«Посту готовится награда на небе, когда он чужд лицемерства и тщеславия, – пишет святитель Игнатий (Брянчанинов). – Пост действует, когда сопряжена ему другая великая добродетель – молитва». И в другом месте: «Пост отрешает человека от плотских страстей, а молитва борется с душевными страстями и, победив их, проникает весь состав человека, очищает его; в очищенный словесный храм она вводит Бога».

Цель поста – искоренение пагубных проявлений души и стяжание добродетелей, чему способствуют молитва и частое посещение богослужений в храме (по преподобному Исааку Сирину – «бодрствование в службе Божией»). Святитель Игнатий по этому поводу также отмечает: «Как на ниве, тщательно обработанной земледельческими орудиями, но не засеянной полезными семенами, с особенною силою вырастают плевелы, так в сердце постящегося, если он, удовлетворяясь одним телесным подвигом, не оградит ум подвигом духовным, то есть молитвою, густо и сильно вырастают плевелы самомнения и высокоумия».

Надо помнить, что и бесы великие «постники»: они вообще ничего едят. В житии преподобного Макария Великого рассказывается о его встрече с бесом, который признался: «Все, что ты делаешь, и я делаю. Ты постишься, а я совсем не ем. Ты бодрствуешь, а я вовсе не сплю. Одним только ты побеждаешь меня – смирением». Святитель Василий Великий предостерегает: «Берегись измерить пост простым воздержанием от пищи. Те, которые воздерживаются от пищи, а ведут себя дурно, уподобляются диаволу, который, хотя ничего не ест, однакож не перестает грешить».

«Многие христиане... считают грехом съесть, даже по немощи телесной, в постный день что-либо скоромное и без зазрения совести презирают и осуждают ближнего, например знакомых, обижают или обманывают, обвешивают, обмеривают, предаются плотской нечистоте, – пишет святой праведный Иоанн Кронштадтский. – О, лицемерие, лицемерие! О, непонимание духа Христова, духа веры христианской! Не внутренней ли чистоты, не кротости ли и смирения требует от нас прежде всего Господь Бог наш?» Подвиг поста ни во что вменяется Господом, если мы, как выражается святитель Василий Великий, «не вкушаем мяса, но поедаем брата своего», то есть не соблюдаем Господних заповедей о



любви, милосердии, самоотверженном служении ближним, словом, всего того, что спросится с нас в день Страшного суда (Мф. 25, 31 – 46).

Об этом с исчерпывающей ясностью говорится в книге пророка Исаии: иудеи взывают к Богу: «Почему мы постимся, а Ты не видишь? смиряем души свои, а Ты не знаешь?» Господь устами пророка отвечает им: «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. Таков ли тот пост, который Я избрал, день, в который томит человек душу свою, когда гнет голову свою, как тростник, и подстиляет под себя рубище и пепел? Это ли назовешь постом и днем, угодным Господу? 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 перед тобою, и слава Господня будет сопровождать тебя. Тогда ты воззовешь, и Господь услышит; возопиешь, и Он скажет: «вот Я!» (Ис. 58, 3 – 9).

«Кто ограничивает пост одним воздержанием от пищи, тот весьма бесчестит его, – наставляет святитель Иоанн Златоуст. – Не одни уста должны поститься, – нет, пусть постятся и око, и слух, и руки, и все наше тело... Пост есть удаление от зла, обуздание языка, отложение гнева, укрощение похотей, прекращение клеветы, лжи и клятвопреступления... Ты постишься? Напитай голодных, напои жаждущих, посети больных, не забудь заключенных в темнице, пожалей измученных, утешь скорбящих и плачущих; будь милосерден, кроток, добр, тих, долготерпелив, сострадатель, незлопамятен, благоговеен и степен, благочестив, чтобы Бог принял и пост твой, и в изобилии даровал плоды покаяния».

Таким образом, смысл поста также – в совершенствовании любви к Богу и ближним, потому как именно на любви основывается всякая добродетель, составляющая пост. Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин говорит, что мы «не полагаем надежды на один пост, но, сохраняя его, хотим достигнуть чрез него чистоты сердечной и апостольской любви». Ничто – пост, ничто – подвижничество при отсутствии любви, потому как написано: Бог есть любовь (1 Ин. 4, 8).

Преподобный Иоанн Кассиан также говорит, что ради любви к человеку, порой, пост можно и отложить. Он пишет: «Более жестокосердным, нежели ревнителем благочестия, должно почтить того, кто будет сохранять строгий пост и тогда, когда посетит его брат, в лице которого необходимо принять Христа».

Один пустынножитель, отвечая преподобному на вопрос: «Почему иноки в Египте отменяют пост для посетителей?» – отвечал: «Пост – мое; когда захочу, могу его иметь. А принимая братьев и отцов, принимаем Христа, Который сказал: принимающий вас, Меня принимает, – и: не могут сыны брачного чертога поститься, доколе с ними Жених. Когда же отнимется у них Жених, тогда будут поститься (см. Мк. 2, 19 – 20)».

Рассказывают, что, когда святитель Тихон жил на покое в Задонском монастыре, однажды в пятницу на шестой неделе Великого поста он посетил монастырского схимника Митрофана. У схимника в это время был гость, которого за его благочестивую жизнь любил и святитель. Случилось, что в этот день знакомый рыбак принес отцу Митрофану для Вербного воскресенья живого везезуба. Так как гость не рассчитывал пробыть до воскресенья в обители, то

схимник распорядился сразу же приготовить из верезуба уху и холодное. За этими яствами и застал святитель отца Митрофана и его гостя. Схимник, испугавшись такого неожиданного посещения и считая себя виновным в нарушении поста, пал к ногам святителя Тихона и умолял его о прощении. Но святитель, зная строгую жизнь обоих друзей, сказал им: «Садитесь, я знаю вас. Любовь – выше поста». При этом сам сел за стол и стал есть уху. Такое снисхождение и доброта святителя поразили друзей: им было известно, что святитель Тихон во весь Великий пост по понедельникам, средам и пяткам не употреблял даже масла, а тем более рыбы.

О святителе Спиридоне, Тримифунтском чудотворце, рассказывается, что во время Великого поста, который святой держал очень строго, зашел к нему некий путник. Видя, что странник очень устал, святитель Спиридон велел своей дочери принести ему еды. Та отвечала, что в доме нет ни хлеба, ни муки, так как в преддверии строгого поста едой не запаслись. Тогда святитель помолился, попросил прощения и приказал дочери изжарить оставшегося от мясопустной седмицы соленого свиного мяса. После его изготовления, святитель Спиридон, посадив с собой странника, принялся есть мясо и угощать им своего гостя. Странник стал отказываться, ссылаясь на то, что он христианин. Тогда святитель сказал: «Тем менее надобно отказываться, ибо Слово Божие изрекло: для чистых все чисто (Тим. 1, 15)».

Кроме того, апостол Павел сказал: если кто из неверных позовет вас и вы захотите пойти, то все предлагаемое вам ешьте без всякого исследования, для спокойствия совести (1 Кор. 10, 27) – ради того человека, который вас радушно встретил. Но это случаи особенные. Главное, чтобы при этом не было лукавства; а то так можно и весь пост провести: под предлогом любви к ближнему ходить по друзьям или принимать их у себя и есть непостное.

Поучителен рассказ преподобномученика Кронида (Любимова), наместника Свято-Троицкой Сергиевой Лавры. Когда он был еще молодым послушником, наместник Лавры отец Леонид (Кавелин) каждый год отпускал его к родителям. И вот, «проезжая однажды через Москву на родину, – рассказывает преподобномученик Кронид, – я остановился у своего дяди. Жизнь, которую вел дядя, была светской. Он ни в среду, ни в пятницу поста не соблюдал. Садясь у них за стол и зная, что нынче среда или пятница, я все же вкушал молоко или яйца. В сознании моем тогда обычно пролетала мысль: «Что я за человек такой, чтобы мне специально приготовляли пищу?» Потому я ел все, что мне предлагали. За год до своего пострижения в монашество я вижу как-то раз сон, будто бы стою я в каком-то храме. Сзади правого клироса вижу икону больших размеров с изображением Богоматери и Предвечного Младенца на руках Ее. Божия Мать изображена величиной в рост человека и в короне... Видя чудный лик Богоматери и поражаясь его красоте, я преклонил свои грешные колена пред святым образом и стал просить милости и предстательства Ее пред Господом. К ужасу своему, я вижу: Мать Божия отвращает от меня Свой лик. Тогда я в страхе и трепете воскликнул: «Мать Божия! Чем я оскорбил Тебя, что Ты отвращаешь Свой божественный лик от меня, недостойного?» И слышу Ее ответ: «Нарушением поста! Ты в среду и пяток позволяешь себе вкушать скоромную пищу и не почитаешь страданий Сына Моего. Этим оскорбляешь Его и Меня». На этом видение закончилось. Но оно было уроком для моей души на всю мою последующую жизнь».

Другая крайность – чрезмерный пост, который дерзают брать на себя неподготовленные к такому подвигу христиане. Говоря об этом, святитель Тихон, патриарх Московский и всея Руси, пишет: «Нерассудительные люди ревнуют

посту и трудам святых с неправильным разумением и намерением и думают, что они проходят добродетель. Дьявол же, стерегущий их как свою добычу, ввергает в них семя радостного мнения о себе, от которого зарождается и воспитывается внутренний фарисей и предаёт таковых совершенной гордыне».

Говоря о тщеславном прохождении дней поста, можно привести следующий случай из «Древнего Патерика». Когда путешествующие иноки пришли в один монастырь и сели за общую трапезу, там по случаю гостей приготовили вареные овощи. И один из них сказал: «Вы знаете, мы не вкушаем вареное, мы постимся». Тогда старец подозвал его и говорит: «Лучше бы тебе есть кровавое мясо, чем сказать то, что ты сказал». Так старец отозвался о путешествующем иноке потому, что последний показал свой подвиг, который должен быть тайным.

Опасность такого поста, согласно преподобному авве Дорофею, состоит в следующем: «Кто постится по тщеславию или считая, что он совершает добродетель, тот постится неразумно и потому начинает после укорять брата своего, считая себя кем-то значительным. А кто разумно постится, тот не думает, что он разумно совершает доброе дело, и не хочет, чтобы его хвалили, как постника». Сам Спаситель велел совершать добродетели втайне и скрывать пост от окружающих (Мф. 6, 16 – 18).

От чрезмерного поста могут также появиться раздражительность, озлобленность вместо чувства любви, что также свидетельствует о неправильности его прохождения. Покажите... в добродетели рассудительность (2 Пет. 1, 5), – призывает апостол Петр. У каждого своя мера поста: у монахов одна, у мирян может быть другая. У беременных и кормящих женщин, у престарелых и больных, а также у детей, с благословения духовника, пост может быть значительно ослаблен. «К самоубийцам должно причислить того, кто не изменяет строгих правил воздержания и тогда, когда нужно подкрепить ослабевшие силы принятием пищи», – говорит преподобный Иоанн Кассиан Римлянин.

«Закон постничества такой, – поучает святитель Феофан Затворник, – в Боге умом и сердцем пребывать с отрешением от всего, всякое угодие себе отсекая, не в телесном только, но и в духовном, творя все во славу Божию и благо ближних, неся охотно и с любовью труды и лишения постнические, в пище, сне, отдыхе, в утешениях взаимообщения, – все в мере скромной, чтоб это в глаза не бросалось и не лишало сил исполнять молитвенные правила».

Итак, постясь телесно, постимся и духовно. Соединим пост внешний с постом внутренним, руководствуясь смиренномудрием. Очищая тело воздержанием, очистим и душу покаянной молитвой для обретения добродетелей и любви к ближним. Вот это и будет истинный пост, приятный Богу, а значит, и для нас спасительный.

*Дмитрий Дементьев*  
*Православный пост*





2018г.