

У православных верующих сегодня начинается Великий пост



Великий пост – самый строгий и длинный из многодневных постов православной церкви. Он длится семь недель и состоит из собственно сорокадневного поста (Четыредесятницы), который олицетворяет сорокадневный пост Иисуса Христа в пустыне, и поста Страстной седмицы. В этом году Великий пост продлится с 2 марта по 18 апреля.

Первая и последняя недели Великого поста считаются самыми строгими. В субботу шестой недели церковь вспоминает чудо воскрешения Лазаря Иисусом. За

субботой следует

Вербное воскресенье, открывающее Страстную седмицу – последнюю неделю поста, во время которой вспоминают о страданиях Иисуса Христа.

Этот

пост называется Великим не только из-за продолжительности и строгости, но и по причине его великого значения в жизни православного христианина. Главными задачами в период Великого поста являются усиленная молитвенная практика, покаяние в грехах и отречение от чувственной суеты. Ради скорбных дней Великого поста, ради дней «сокрушения и сетования» изменяется и порядок церковных служб. Ежедневное совершение Божественной литургии прекращается. Ее служат в субботние и воскресные дни поста. На протяжении всего Великого поста на утренних и вечерних службах читаются книги Ветхого Завета.

В

день накануне Пасхи – Великую Субботу – верующие собираются в храме на молитву.

Богослужение посвящено воспоминанию пребывания Иисуса Христа во гробе. На

утрене Великой Субботы священнослужителями из храма выносятся Плащаница и при

участии народа обносится вокруг храма в воспоминание сошествия Иисуса Христа в

ад и победы его над адом и смертью. В этот день верующие приносят с собой в

храм пасхальную пищу, чтобы освятить ее.

Во

время Великого поста по церковному уставу нельзя употреблять в пищу продукты

животного происхождения – мясо, молоко, яйца и рыбу. С

понедельника по пятницу,
если на эти дни не приходится какой-либо праздник, необходимо отказываться и от растительного масла. Среда и пятница – дни сухоядения. Вареными можно есть только овощи. По воскресеньям позволено некрепкое вино в небольших количествах. Рыба дозволяется всего лишь дважды – на Благовещение и в Вербное воскресенье.

Возможны и послабления в посте, которые зависят от здоровья человека и рода его деятельности. Пост облегчается для больных, престарелых, беременных женщин, людей, занятых тяжелым трудом.

Многие верующие первые трое суток пищу не вкушают вообще.

Говоря о Великом посте, православные богословы подчеркивают, что аскеза должна выражаться не столько в правильной диете (как ошибочно полагают многие), сколько в духовном сосредоточении. В этот период верующие посвящают свое свободное время, свои усилия познанию Творца, рассуждению о смысле жизни, о душе, о добре и зле. В дни Великого поста христианам рекомендуется отказаться от увеселительных мероприятий, курения, употребления алкоголя. Обязательно нужно сосредоточиться на своем внутреннем состоянии и бороться с проявлениями гнева, обиды, осуждения.

Церковь

учит, что главное в Великом посте – чистота духовная. Меру в период поста следует соблюдать во всем. Глубинная сущность поста в том, чтобы человек возвысился нравственно, очистил свою душу, проникся любовью и милосердием к окружающим.