

О Великом посте.

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 Отцем твоим, Который в тайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно.

(Мф. 6, 14-18)

"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, угащает 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 причиной и источником бесчисленных зол для рода человеческого, так и пост и презрение удовольствий плотских всегда были для нас причиной 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 похотей, злословия, лжи и клятвopреступления. 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.

Не одни уста должны поститься, - нет, пусть постятся и око, и слух, и руки, и все наше тело.

(Святитель Иоанн Златоуст)

Истинный пост есть устранение от злых дел. Прости ближнему оскорбление, прости ему долги. "Не в судах и сварах поститесь". Не ешь ты мясо, но поедает брата. Воздерживаешься от вина, но не удерживаешь себя от обид. Вкусить пищу дожидаясь вечера, но тратишь день в судебных местах.

(Святитель Василий Великий)

Ты постишься? Напитай голодных, напои жаждущих, посети больных, не забудь заключенных. Утешь скорбящих и плачущих; будь милосерден, кроток, добр, тих, долготерпелив, незлопамятен, благоговеен, истинен, благочестив, чтобы Бог принял и пост твой и в изобилии даровал плоды покаяния.

(Святитель Иоанн Златоуст)

В наступившие дни святого Поста приведи себя в порядок, примиришься с людьми и с Богом. Сокрушайся и плачь о своем недостойности и гибели своей, тогда получишь прощение и обретешь надежду спасения. Сердце

сокрушенно и смиренно Бог не унижит, а без этого никакие жертвы и милостыни не помогут тебе.

(Из писем игумена Никона (Воробьева))