



ВЕЛИКИМ ПОСТОМ

Из творений свт. Игнатия Ставропольского



«ОЧИЩЕННЫЙ
ПОСТОМ — СМирЕН
ДУХОМ»

«Очищенный постом — смирен духом»

Из творений святителя
Игнатия Ставропольского



Приход храма Св. Духа сошествия
на Лазаревском кладбище
Москва 2013

УДК 242
ББК 86.372
О-956

Рекомендовано к публикации Издательским
Советом Русской Православной Церкви
ИС 13-222-1866

Религиозное издание

О-956 **«Очищенный постом — смирен духом»:** Из творений святителя Игнатия Ставропольского. / Составитель Игорь Ходаков.— М.: Местная религиозная организация Православный приход храма Святого Духа сошествия на Лазаревском кладбище гор. Москвы Московской епархии Русской Православной Церкви (Издательство Сестричества во имя святителя Игнатия Ставропольского), 2013.— 16 с.

Пост — это не тягостная обязанность для православного, но радость. Потому что «пост — установление Божие». О том, как проходить подвиг поста, чтобы это не было формальностью, но поистине принесло духовную пользу,— слова святителя Игнатия Ставропольского, святого, очень близкого нам по времени и помогающего современному христианину шествовать путем спасения.

УДК 242
ББК 86.372

Формат 70х100/32. П.л. 0,5. Тираж 10 000 экз. Заказ № 102
Местная религиозная организация Православный приход храма Святого Духа сошествия на Лазаревском кладбище гор. Москвы Московской епархии Русской Православной Церкви: 129272, Москва, ул. Советской армии, 12, стр. 1 и 2.

Отдел реализации: (495) 689-15-54.

Отпечатано в типографии Патриаршего Издательско-Полиграфического центра Свято-Троицкой Сергиевой Лавры: 141300, г. Сергиев Посад.

© Ходаков И., составление, 2013.

© Оформление, верстка. Местная религиозная организация Православный приход храма Святого Духа сошествия на Лазаревском кладбище гор. Москвы Московской епархии Русской Православной Церкви, 2013.



Установление поста — Божие установление. Первая заповедь, данная Богом человечеству,— заповедь о посте. Она была необходимой для нас в Раю, до падения нашего, тем нужнее она по падении.

Заповедь о посте дана в Раю, повторена в Евангелии. Вознесем мысли к Божественному установлению поста и созерцанием этого установления оживим, как бы душой, самый подвиг поста.

Глава добродетелей — молитва; их основание — пост. Пост есть постоянная умеренность в пище с благоразумной разборчивостью в ней. Закон поста, будучи по наружности законом для чрева, в сущности есть закон для ума.

Ум, этот царь в человеке, если желает вступить в права своего самодержавия и сохранить их, должен прежде всего подчиниться закону поста. Только тогда он будет постоянно бодр и светел; только тогда он может властвовать над пожеланиями сердца и тела.

Человеку в Раю
была дана
единственная
заповедь —
о посте.

Вновь созданному
человеку, введенному в
Рай, дана была един-
ственная заповедь — о
посте. Заповедь не го-
ворила о количестве
пищи, а воспрещала

только качество. Да умолкнут же те, кото-
рые признают пост только в количестве
пищи, а не в качестве. Углубляясь в опыт-
ное изучение поста, они увидят значение
качества пищи.

Так важна заповедь поста, объявленная
Богом человеку в Раю, что, вместе с ней,
произнесена угроза казнью за ее наруше-
ние. Казнь заключалась в поражении чело-
веков вечной смертью.

И ныне греховная смерть продолжает
поражать нарушителей святой заповеди
поста.

* * *

Заповедь поста возобновлена или под-
тверждена Евангелием. *Смотрите же за*

собою, чтобы сердца ваши не отягчались объедением и пьянством (Лк. 21, 34),— завещал Господь. Объедение и пьянство сообщают дебелость не только телу, но уму и сердцу, то есть вводят человека по душе и телу в плотское состояние.

Пост же вводит христианина в состояние духовное. Очищенный постом — смирен духом, тонок по чувствам, легок телом, способен к духовным подвигам и приятию Божественной благодати.

Плотской человек всецело погружен в греховные наслаждения. Он сладострастен и по телу, и по сердцу, и по уму; он не способен не только к духовному наслаждению и к приятию Божественной благодати, но и к покаянию.

Горе вам, пресыщенные ныне! Ибо взалчете (Лк. 6, 25). Таково изречение Слова Божия нарушителям заповеди святого поста.

Пост вводит христианина в состояние духовное. Очищенный постом — смирен духом, тонок по чувствам, легок телом.

Чем будете вы питаться в вечности, когда научились здесь единственно пресыще-

Насущный хлеб христиан – Спаситель. Ненасытно насыщайся Словом Божиим, исполнением заповедей Христовых.

нию вещественными брашнами и вещественными наслаждениями, которых нет на Небе?

Насущный хлеб христиан — Спаситель. Ненасытно на-

сыщайся Словом Божиим, исполнением заповедей Христовых, насыщайся Трапéзой и упивайся Чашей державной (см. Пс. 22,5)*.

* * *

С чего начать нам, говорит святой Макарий Великий: «Стоя вне будем стучаться молитвой и постом, как и Господь повелел: *Стучите, и отворят вам* (Мф. 7, 7)».

Чудное сочетание поста с молитвой! Молитва — бессильна, если не основана

* Эта Трапéза — Причащение Святых Животворящих Таин Господа нашего Иисуса Христа.

на посте, и пост — бесплоден, если на нем не создана молитва. Пост отрешает человека от плотских страстей, а молитва борется с душевными страстями, и, победив их, проникает в весь состав человека, очищает его; в очищенный словесный храм она вводит Бога.

Пост отрешает человека от плотских страстей, а молитва борется с душевными страстями.

Кто, не обработав земли, засекает ее, тот губит зёрна и вместо пшеницы пожинает терние. Так и мы, если будем сеять семена молитвы, не истончив плоти, то вместо правды родим грех.

Тогда молитва будет уничтожаться и расхищаться различными суетными и порочными помышлениями и мечтаниями, оскверняться ощущениями сладострастными. Плоть наша произошла от земли, и, если не возделывать ее подобно земле, никогда не сможет она принести плода правды.

Напротив, если кто обрабатывает землю с великим тщанием и издержками, но

оставит ее незасеянной, то она густо покрывается плевелами.

Так, когда тело будет истончено постом, а душа не будет возделана молитвой, чтением, смиренномудрием, тогда пост делается родителем многочисленных плевел — страстей.

* * *

Что такое страсть объедения и пьянства? Потерявшее правильность естественное желание пищи и питья, требующее гораздо большего количества и разнообразного качества

Плоть наша произошла от земли, и, если не возделывать ее подобно земле, никогда не принесет она плода правды.

их, нежели сколько нужно для поддержания жизни и сил телесных, на которые излишнее питание действует противоположно своему естественному назначению, вредит, ослабляя и уничтожая их.

Тогда желание сначала представляется удовлетворенным; потом делается при-

хотливее и, наконец, обращается в болезненную страсть, ищущую непрестанного наслаждения и пресыщения, постоянно пребывающую неудовлетворенной.

Потому сначала следует оставить пресыщение и наслаждение. Когда желание делается правильным, тогда оно удовлетворяется простой пищей. Намереваясь посвятить себя на служение Богу, положим пост в основание нашего подвига.

* * *

Пост для человека, а не человек для поста. Но при всяком употреблении пищи, и редко, и часто, строго воспрещается пресыщение: оно делает человека не способным к духовным подвигам и отворяет дверь другим плотским страстям.

Неумеренный пост, то есть продолжительное излишнее воздержание в пище, не одобряется Святыми Отцами: от безмерного воздержания и происходящего от него изнеможения человек делается не способным к духовным подвигам, часто обращается

к объединению, впадает в страсть превозношения и гордости.

Весьма важно качество пищи: запрещенный райский плод, хотя был прекрасным на вид и вкусным, но он пагубно действовал на душу: сообщал ей познание добра и зла, и тем уничтожал непорочность, в которой были созданы наши праотцы.

И ныне пища продолжает сильно действовать на душу, что особенно заметно при употреблении вина. Такое влияние пи-

щи основано на разнообразном действии ее на плоть и кровь и на том, что пары и газы от желудка поднимаются в мозг и имеют влияние на ум.

По этой причине все хмельные напитки, особенно хлебные, воз-

браняются подвижнику, как лишаящие ум трезвости, и тем самым — победы в мысленной брани.

Неумеренный пост,
то есть продолжительное
излишнее воздержание
в пище,
не одобряется
Святыми Отцами.

Побежденный ум, особенно сладострастными помыслами, усладившийся ими, лишается духовной благодати; приобретенное многими и долговременными трудами теряется в несколько часов, в несколько минут.

Весьма важно качество пищи: запрещенный райский плод, хотя был прекрасным на вид и вкусным, но пагубно действовал на душу.

Монах отнюдь не должен употреблять вина, сказал преподобный Пимен Великий. Этому правилу должен последовать и всякий благочестивый христианин, желающий сохранить свое девство и целомудрие. Святые Отцы следовали этому правилу, а если и употребляли вино, то весьма редко и с величайшей умеренностью.

* * *

Самая естественная пища — та, которая назначена человеку Создателем немедленно по сотворении человека,— пища из царства растительного: *И сказал Бог: «Вот Я дал вам*

всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя; вам сие будет в пищу» (Быт. 1, 29).

Употребление мяса было разрешено уже после потопа.

Однако растительная пища есть наилучшая для подвижника. Она наименее горячит кровь, наименее утучняет плоть; пары и газы, отделяющиеся от нее и восхо-

дящие в мозг, наименее действуют на него.

Всё мне позволительно, но не всё полезно, всё мне позволительно, но ничто не должно обладать мною.
(1 Кор. 6, 12)

По этим причинам при употреблении ее с особенной удобностью сохраняется чистота и бо-

дрость ума, а с ними и его власть над всем человеком; при употреблении ее слабее действуют страсти и человек более способен заниматься подвигами благочестия.

Часто вредна для христианина бывает мясная пища: она крайне утучняет плоть,

доставляя ей особенную дебелость, горячит кровь, пары и газы ее очень отягощают мозг.

По этой причине мясо вовсе не употребляется монахами. Оно — принадлежность людей, живущих посреди мира, всегда занятых усиленными телесными трудами. Но и для них постоянное его употребление вредно.

«Как! — воскликнут здесь мнимые умницы.— Мясная пища разрешена человеку Богом, и вы ли воспрещаете употребление ее?» На это мы отвечаем словами апостола: *Всё мне позволительно, но не всё полезно; всё мне позволительно, но ничто не должно обладать мною* (1 Кор. 6, 12).

Мы уклоняемся от употребления мяса не потому, что считаем его нечистым, но потому, что оно производит особенную дебелость во всем нашем составе, препятствует духовному преуспеянию.

* * *

Правила поста установлены Церковью с целью помочь ее чадам, как руководство для всего христианского общества.

При этом предписано каждому рассматривать себя с помощью опытного и рассудительного духовного отца и не возлагать на себя поста, превышающего силы: потому что, повторяем, пост для человека, а не человек для поста; пищей, данной для поддержания тела, не нужно разрушать его.

«Если удержишь чрево, сказал святой Василий Великий,— то взойдешь в Рай, если же не удержишь, то будешь жертвой смерти». Под именем Рая здесь следует

Нельзя возлагать на себя поста, превышающего силы.

понимать благодатное молитвенное состояние, а под именем смерти — состояние страстное.

Благодатное состояние человека, во время пребывания его на земле, служит залогом вечного блаженства его в Небесном Едеме, ниспадение же во власть греха и в состояние душевной мертвости служит залогом падения в адскую пропасть для вечного мучения.

Будем же проходить поприще святого поста с усердием. Лишения, которым, на первый взгляд, подвергается наше тело по уставу поста, ничтожны перед душевной пользой, которую способен принести пост.

Пристрастие к земле, к кратковременной земной жизни, к ее сладостному, к ее великому и славному, сама склонность к греху сделались свойственными падшему естеству, как свойственны недугу производимые им беспорядочные влечения и ощущения.

Мы пригвождены к земле, прилеплены к ней всей душой — не только телом; сделались совершенно плотскими, лишены духовного ощущения, не способны к помышлениям Небесным. Заповедь о посте опять является первой, необходимой для нас заповедью.

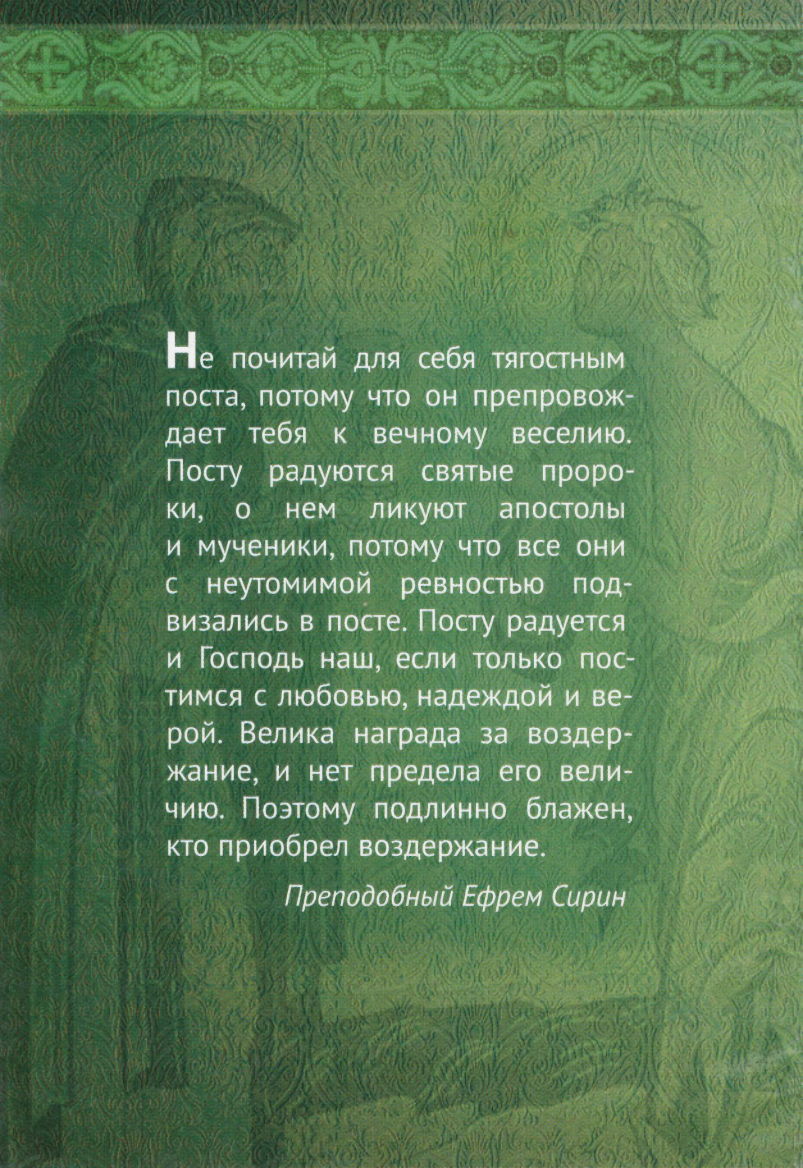
Мы пригвождены к земле, прилеплены к ней всей душой, лишены духовного ощущения, не способны к помышлениям Небесным.

Только при помощи поста мы можем оторваться от земли, противостоять силе земных наслаждений; только при помощи поста мы можем разорвать союз с грехом, освободиться от тяжких оков плоти; только при помощи поста мысль наша может воспрянуть от земли и взлететь к Богу! Аминь.

Библиография

Святитель Игнатий (Брянчанинов). О посте. Полное собрание творений в 8 томах. Т. 1.— М.: Паломник, 2006. С. 121 — 128.

Святитель Игнатий (Брянчанинов). Значение поста для человека. Полное собрание творений в 8 томах. Т. 4.— М.: Паломник, 2002. С. 83 — 87.

The background of the page features a faint, artistic illustration of two monks in a forest. One monk is in the foreground, looking towards the right, while the other is slightly behind him, also looking right. They are surrounded by trees and foliage. At the very top of the page, there is a decorative horizontal border with a repeating geometric and floral pattern.

Не почитай для себя тягостным поста, потому что он препровождает тебя к вечному веселию. Посту радуются святые пророки, о нем ликуют апостолы и мученики, потому что все они с неутомимой ревностью подвизались в посте. Посту радуется и Господь наш, если только постимся с любовью, надеждой и верой. Велика награда за воздержание, и нет предела его величию. Поэтому подлинно блажен, кто приобрел воздержание.

Преподобный Ефрем Сирин