Автор: Автор



Пост в Православной Церкви – это особенно благоприятное время работы христианина над собой, потому что он призван помочь верующему человеку преодолеть себя, свои низменные желания и страсти. Он помогает ему оторваться от временных земных благ и подняться к вечным небесным благам. Собственно, пост есть время покаяния, очищения души от грехов и пороков, обретения новой жизни во Христе. А поскольку эта духовная борьба возможна только при обуздании наших телесных и душевных желаний и хотений, Церковь предписывает своим верным воздержание.

И не только в пище и питии, но и в хранении своих чувств, уклонении от всяких развлечений и увеселений, шума и многоглаголания. Поэтому святые отцы называли пост школой воздержания, указывая на то, что при совершении поста создается особенно благоприятная обстановка для видения христианином своих слабостей и земных привязанностей, своих грешных, низменных склонностей, с которыми он может и должен бороться и исправляться. Каждый многодневный и однодневный пост предписывает совершение этого верующим человеком, но особенно строго требует данных воздержаний Великий пост, готовящий христианина к празднованию праздника праздников, Святой Пасхи.

Великий пост, таким образом, становится для верующих людей наилучшей школой воздержания. К тому же Великий пост не только предписывает строгие воздержания для православного христианина, он создает и особенную атмосферу, помогающую верующим исполнять их, каяться, очищаться от своих страстей, грешных привычек и склонностей. Для создания этой атмосферы богослужебные великопостные тексты

читаются или поются в минорном тоне. Кроме этого, во время совершения богослужений используются темные облачения духовенством, а также престол, жертвенник, аналой и иконы облачаются в темный цвет.

Даже само вхождение в святые дни Великого поста через воспоминание изгнания Адама и Евы из Рая и их плача вне его создает для молящихся людей особенную атмосферу. Она помогает верующим глубже осознать свою греховность и обрести желание преодолеть в себе грех, чтобы возвратиться в открытый Христовым Воскресением Рай. Поэтому воспоминание Адамова изгнания исполнено не печали, а глубокой надежды и благодарения Богу за возможность возвратиться в Рай. Это особенно подчеркивается богослужебными текстами Прощеного воскресенья, которые, описывая горький плач и рыдание Адама, обращают наш взор к Христу, нашей надежде, к возможности нашего возвращения в Рай. К тому же богослужебные тексты делают сравнение Адамова падения и нашего пути возвращения в Рай. Здесь прямо указывается на то, что Адам был изгнан из Рая через невоздержание, преступление, преслушание заповеди Господней, съев запрещенный плод, а мы можем возвратиться в Рай через воздержание и исполнение Христовых заповедей. Особенно красочно это описывает седален канона данной воскресной службы: «Изгнан бысть Адам от райския сладости, снедию горькою в невоздержании заповеди не сохрани Владычни, … Темже мы возлюбим воздержание, да не вне Рая возрыдаем, якоже он, но в него внидем».

Это сравнение между Адамовым невоздержанием и необходимостью нашего воздержания подчеркивает особую важность воздержания, которое становится содержанием всякого поста и прежде всего смыслом Великого поста. Поэтому в великопостных богослужебных текстах воздержание воспевается с особенной силой. Именно с этого начинается первый великопостный текст вечерни Недели сырной на Господи воззвах, призывающий молящихся начать дни Четыредесятницы строгим воздержанием и борьбой: «Воздержанием тело смирити вси потщимся, Божественное преходяще поприще непорочного поста». Таким же акцентом на воздержании начинается и седален утрени первого дня Великого поста: «Всечестое воздержание начнем светло, лучами сияющее святых заповедей Христа Бога». Также и седален утрени второго дня поста воспевает воздержание: «Господи, спасительное воздержание двоеденствующе вопием Ти». С особенной силой повторяется описание содержания воздержания на вечерни этого же дня, где ярко указывается, чем оно есть, а именно воздержанием от страстей: «Снедию древле горькою, изринувшеся из Рая, воздержанием страстей потщимся внити». Поэтому в следующей стихире с благодарностью Богу поем: «Воздержания наслаждение и мне Слове даруй». Это содержание поста как воздержание от наших страстных желаний воспевается и в последующих великопостных богослужебных текстах, напоминая нам о важности воздерживаться не только и не столько от скоромной пищи и пития, но прежде всего от страстей и похотей нашего сердца.

К тому же, постная и ограниченная в количестве пища должна служить борьбе с нашими страстными и низменными желаниями и хотениями. Более того, душа наша, освобождаясь от тяжести тела и страстных привязанностей к земным благам, все больше и больше начинает чувствовать легкость и сладость духовного состояния, возвращаясь и приближаясь к Богу. Как об этом нам напоминает святитель Иоанн Златоуст: "Пост смиряет тело и обуздывает беспорядочные вожделения. Душу же просветляет, окрыляет, делает легкой и парящей горе". Душа верующего начинает желать, чтобы это состояние никогда не проходило, а только углублялось и утверждалось. А желая этого, человек все активнее и активнее начинает отвергать обманчивые предложения и образы страстных и похотливых желаний своего сердца. Его душа начинает видеть в них своих первых и злейших врагов, которые, искусив и обманув наши чувства, ввергают человека в печаль и отчаяние, все больше и больше привязывая его к удовлетворению своих страстей и похотей, погружая душу и тело в адские муки неудовлетворенности и ненависти. Вкусив радости освобождения от этих мучений, душа верующего человека с большой радостью совершает поприще Великого поста, все сильнее и сильнее воздерживаясь от своих земных желаний и стремлений.

Для того, чтобы верующие люди, проходя пост, более вдохновлялись этим благим трудом над собой, святая Церковь в четвертую неделю Великого поста празднует память преп. Иоанна Лествичника. Его житие – одно из самых ярких среди подвижников и отшельников, преодолевших себя и принесших великие образы и плоды постнической жизни. Преп. Иоанн, воистину, был ангелом во плоти, отрешившись полностью от всего земного. По церковному преданию он был сыном святых Ксенофонта и Марии и родился около 570-го года. 16-тилетним отроком Иоанн пришел в Синайский монастырь. После четырех лет послушничества он был пострижен в иночество. 19 лет Иоанн подвизался в обители и затем, избрав отшельническую жизнь, удалился в пустынное место, называемое Фола, где провел 40 лет в подвиге безмолвия, поста, молитвы и покаянных слезах. В возрасте 75-ти лет, после сорокалетнего подвижничества в уединении, преп. Иоанн был избран игуменом Синайской обители и вплоть до своей блаженной кончины управлял монастырем.

Раифский монах Даниил, составивший житие св. Иоанна Лествичника, подчеркивает, что преподобный употреблял всякую пищу предписываемую монахам, но вкушал весьма мало. И затем жизнеописатель дает следующий образ этого великого подвижника: «Малоядением угнетал он госпожу оную, то есть плоть, многого похотливо желающую, голодом вопия к ней: молчи, престань, тем же, что вкушал от всего понемногу, порабощал он мучительство славолюбия; а пустынножитием и удалением от людей утолил он пламень сей (то есть телесной) печи, так что он совсем испепелился и угас совершенно». Такое строгое воздержание помогло подвижнику преодолеть в себе все страсти и обрести множество добродетелей, о чем свидетельствует его житие.

Такая строгая подвижническая жизнь преп. Иоанна Лествичника сделала его прекрасным образом воздержания. Поэтому в каноне преподобному четвертой недели Великого поста он таким и воспевается. Уже в первой песни канона об этом подвижничестве его ярко говорится: «Яко воздержания сладость ссав, отринул еси горесть страстей». В четвертой же песни говорится не только о том, каким великим он стал образом воздержания, но и о том, как он щедро этим образом служит для верующих людей: «Яко цветник благовоннейший, и добродетелей рай одушевленный, воздержание процвел еси, имже вся напитал еси чтущыя тя». Образ воздержания преп. Иоанна, таким образом, становится звездой, просвещающей верующих людей своим духовным, небесным сиянием, как образно об этом говорит кондак канона: «На высоте Господь воздержания тя положи, якоже звезду нелестную, световодящую концы, наставниче Иоанне отче наш». Ибо этот подвижник, воистину, своим воздержанием уподобился ангелам, как свидетельствует об этом икос канона: «Воздержанием обучился яко безплотный». А восьмая песнь канона прямо называет св. Иоанна рекой воздержания: «Река явился еси воздержания отче, помыслы потопляя, и скверну очищая, вопиющих верою: отец наших благословен еси».

Но преп. Иоанн Лествичник оставил нам этот великий образ воздержания не только в примере своей подвижнической жизни, он и изложил весь свой духовный опыт на письме. Зная это великое сокровище подвига игумена Синайской обители Иоанна игумен Раифский Иоанн просит его: «Преподай нам невежественным то, что ты видел в боговидении, как древний Моисей, и на той же горе; и изложи это в книге, как на богописанных скрижалях, в назидание новых Израильтян». Преп. Иоанн Синайский, отвечая на просьбу игумена Раифского, пишет «Лествицу», которая стала знаменитым руководством для восхождения к духовному совершенству. Преп. Иоанн Лествичник сам объясняет, почему он так назвал свой труд: «Соорудил я лествицу восхождения… от земного во святая… во образ тридцати ступеней, по которой, достигнув Господня возраста, окажемся праведными и безопасными от падения». В Лествице великий подвижник прежде всего акцентирует внимание на воздержании, которое ведет к обретению других добродетелей. Преп. Иоанн прямо говорит: «Утесняй чрево воздержанием, и ты возможешь заградить себе уста» (Лествица, гл. 14, 23). Затем, говоря об этом воздержании во время поста, преподобный учит, что пост приносит человеку: "Пост есть насилие естества. Отвержение всего, что услаждает вкус. Погашение телесного разжжения, истребление лукавых помышлений. Освобождение от скверных сновидений, чистота молитвы, светило души, хранение ума, истребление сердечной бесчувственности, дверь умиления, воздыхание смиренное, радостное сокрушение, удержание многословия, причина безмолвия, страж послушания, облегчения сна, здравие тела, виновник бесстрастия, разрешение грехов, врата рая и

небесное наслаждение" (Лествица, гл. 14, 33).

Таким образом, преп. Иоанн Лествичник, показывая своим подвигом и излагая свой духовный опыт в Лествице, возвеличивает христианское воздержание, как верный путь ко спасению, который помогает верующему человеку преодолеть в покаянии свои страстные, низменные желания и хотения, оторваться от земных прелестей и обрести легкость и благодатную Божию силу в преодолении греха, наслаждаясь вечными благами и единением с Христом Господом.