

ПРАВОСЛАВНЫЙ ПОСТ



Рецепты ПОСТНЫХ блюд

Православная полка

Иоланта Прокопенко

**Православный пост.
Рецепты постных блюд**

«АСТ»

2011

Прокопенко И.

Православный пост. Рецепты постных блюд / И. Прокопенко — «АСТ», 2011 — (Православная полка)

В этой книге вы найдете ответы на многие вопросы о том, как правильно поститься. Какие посты бывают и чем различаются, как нужно блюсти разные посты, какие блюда предписаны православному человеку на каждый день года. И конечно же, множество рецептов для каждого вида поста.

© Прокопенко И., 2011

© АСТ, 2011

Содержание

Предисловие: пост – духовный подвиг	6
История возникновения и установления православного поста	8
Однодневные посты	11
В среду и пятницу	11
Пост в Крещенский сочельник	12
Усекновение главы Иоанна Предтечи	13
Воздвижение Креста Господня	14
Сплошные седмицы	15
Многодневные посты	16
Великий пост	16
История	16
Подготовительные Недели и седмицы	17
Седмицы Великого поста	22
Питание в Великий пост	23
Молитвы во время Великого поста	25
Молитва Ефрема Сирина	25
Молитва перед едой[9]	25
Молитва после еды	26
Молитва перед завтраком	26
Молитва после завтрака	26
Молитва перед обедом	27
Молитва после обеда	27
Молитва перед ужином	27
Молитва после ужина	27
Петров пост	28
О первоверховных апостолах Петре и Павле	29
Питание в Петров пост	30
Молитвы во время Петрова поста	31
Молитва на праздник святых первоверховных Петра и Павла	31
Молитвословия святым первоверховным апостолам Петру и Павлу	31
Акафист святым первоверховным апостолам Петру и Павлу	31
Молитва на благословение трапезы в праздник Первоверховных апостолов Петра и Павла	32
Успенский пост	33
Праздник Происхождения	33
Праздник Преображения, или Яблочный Спас	34
Успение Богородицы	35
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Иоланта Прокопенко
Православный пост.
Рецепты постных блюд

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Предисловие: пост – духовный подвиг

Жизнь истового христианина невозможна без подвига. И для каждого верующего этот подвиг означает усилие и старания, руководимые верой и самим Святым Духом. Для того чтобы стать частью Тела Христова, именуемой Церковью, и жить во Христе, каждый самоотверженно укрепляет свою душу стяжением греха и своих страстей. Пост, одна из древнейших и священнейших традиций Церкви, становится лучшим духовным оружием. Мы все заклеены печатью греха с рождения. Для того чтобы вывести эту печать, мы и принимаемся за ограничение себя самих, для своего же Спасения.

Зачастую христиане не осознают самой цели поста и его глубинное значение. Пост, прежде всего, – это радость, ведь во время поста верующий входит в особую духовную область и лучше понимает себя и окружающих. Молитвы во время поста дают ему способность любить все живое и научиться жертвовать собой ради других. Мы смещаем центр внимания с себя, лишаемся некой эгоистичности, расширяем свое сердце для всех вокруг.

Пост – это время, когда мы в чем-то себя ограничиваем, чего-то лишаемся. Но в то же самое время мы многое приобретаем. Мы приобретаем духовное здоровье, добродетельность.

«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. 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?» (Мф. 25, 31–46).

Ограничение себя в пище – не изначальная цель. Это всего лишь средство для того, чтобы было легче совершать добродетельные дела: помогать нуждающимся, уделить больше внимания молитвам, обращению к Господу, исповеди, внутреннему совершенствованию.

Иисус постился в пустыне 40 дней. «Тогда Иисус возведен был Духом в пустыню, для искушения от диавола, и, постившись сорок дней и сорок ночей» (Мф. 4:1–2). В это время к нему являлся злой Дух, непременно искушая его. Но на смену злому Духу пришли ангелы. Они являются и нам, дают небесную защиту, когда мы совершаем пост с молитвой. И после этого приходит великая радость – радость Воскресения.

Каждый следующий пост для человека верующего – это своего рода испытание. Но не только для организма, но и для совести, силы, уверенности в своих приоритетах. Поняли ли вы, что мешает вам в вашем духовном совершенствовании? То, что Сын Божий умер для того, чтобы люди научились искоренять в себе зло сами? Получается ли следовать за Ним не только на словах, но и на самом деле уклоняться от зла и стать добрее? Пост – то самое время, когда стоит задавать себе эти вопросы.

Самый важный принцип соблюдения поста – это мера. Чрезмерная настойчивость в соблюдении всех правил поста уже является его нарушением. Пост сам по себе не является сугубо ограничением в еде, это ограничение страстей и неумных желаний. Решение поститься не должно быть личным и добровольным, важно понимание и благословение Церкви, а также близких вам по вере людей.

«Когда перекапывается почва в саду, на поверхность нередко попадают доселе скрытые и не всегда красивые и приятные для запаха предметы и существа».¹ Так и во время поста проявляются все гнилые сучки и дровоточцы, портящие чистую и незапятнанную почву. Цель поста – искоренение этих недостатков. Тело очищается воздержанием, очищается сочетанием поста физического и духовного, очищается молитвой, обретением добродетелей и любви к себе и ближним. Вот это и есть настоящий пост, угодный Богу и спасительный для нас.

¹ Алексей Чумаков, настоятель храма Покрова Пресвятой Богородицы города Лос-Анджелес, клирик Русской Православной Церкви за рубежом.

История возникновения и установления православного поста

Пост – это ограничение себя в пище физической для обретения пищи духовной, благотворительной. Иными словами, человек ограничивается в еде, достигая определенных духовных целей, которые он ставит перед собой, борясь с искушением, греховными мыслями и убеждаясь в своей вере.

В течение поста человек не только отказывает себе в пище, употребляя ее умеренно, но и ограничивает себя в количестве ежедневных порций или полностью отказывается от еды. Зачастую пост – это подготовка к празднику, к примеру, Четыредесятница, предшествующая Пасхе, или Рождественский пост, завершающийся Рождеством Христовым.

История установления поста начинается еще с сотворения первых мужчины и женщины. В раю Господь Бог заповедовал Адаму и Еве: «От всякого дерева в саду ты будешь есть; а от дерева познания добра и зла не ешь от него, ибо в день, в который ты вкусишь от него, смертью умрешь» (Быт. 2, 16–17). Это и есть первая Заповедь и упоминание о посте.

Много веков назад постующие одевались в рубище, посыпали себя пеплом и ходили босиком, с грязными руками и непокрытой головой в течение всего поста. Пост существовал и среди древних язычников, и среди иудеев. В те времена люди постились, воздерживаясь чаще не от какой-то определенной еды и питья на несколько дней, а от еды вовсе. В том числе под букву поста попадали и супружеские отношения. Такие посты обычно длились сутки – от рассвета до заката.

Лишь в определенных редких случаях пост распространялся на три дня, например, перед принятием важного, судьбоносного решения: *«Пойди, собери всех Иудеев, находящихся в Сузах, и поститесь ради меня, и не ешьте и не пейте три дня, ни днем, ни ночью, и я с служанками моими буду также поститься и потом пойду к царю, хотя это против закона, и если погибнуть – погибну»* (Есф. 4, 16).

В VI веке до н. э. (времена пребывания израильтян в Вавилонском плену) все иудеи соблюдали пост в течение четырех обязательных дней года:

- девятый день четвертого месяца (день взятия Иерусалима);
- десятый день пятого месяца (день разрушения Иерусалима и разрушения Храма);
- любой день седьмого месяца (день убийства Годолии);
- десятый день десятого месяца (день осады Иерусалима).

Эти посты были обязательны для каждого, но зачастую пост принимали и по другим различным поводам. Во всех этих случаях человек показывал Господу Богу, что он готов на многие жертвы только ради того, чтобы он услышал его молитвы и помог.

Таким образом, религиозный пост – это всегда жертва для Бога. Добровольная, духовная жертва. Итак, пост принимали в случае:

- гибели близких и дорогих людей;
- перед важными событиями, удачное завершение которых зависит от Божьего благоволения;
- в знак смирения и покаяния, либо для открытой, настоящей беседы с Богом.

Известно о распространении поста среди христиан первого века. К примеру, апостол Павел начал соблюдать пост не только при обращении ко Христу (Деян. 9, 9), но и тогда, когда он стал христианским проповедником (2 Кор. 6, 5); в Антиохии соблюдала пост христианская

община (Деян. 12, 2,3); ученики Христа постились для того, чтобы Господь Бог благоволил новопосвященным пресвитерам (Деян. 14, 23).

Древние христиане, соблюдая пост, приступали к трапезе лишь раз в сутки. Постепенно, с ходом времени к этому добавились еще легкая вечерняя и утренняя еда. В Западной церкви нельзя было употреблять мясо, в Восточной табу во время поста лежало также на яйцах, рыбе, молоке, сыре, масле и вине. Ко всему прочему, запрещалась и физическая близость. Но постепенно длительность и количество постов стали спадать, в ход вступили побочные, «смягчающие» факторы: здоровье, возраст, работа, социальные условия верующих.

Что же касается православных постов, то нельзя точно определить дату их возникновения, к тому же и указания относительно их строгости и проведения могли меняться.

Самый древний пост, упоминающийся Климентом Александрийским и Тертуллианом, которые жили в I–II веках нашей эры, это пост по пятницам. Эти века можно отметить как время воззвания Церковью к верующим с призывом поститься, однако специальных дней для поста Церковь еще не устанавливала.

В Ветхом Завете говорится и о семидневных, и о трехнедельных, и о сорокадневном посте. Что касается последнего, то он сопровождал самые важные моменты жизни праведников. Святые очищали свои души постом, предваряя им самые важные моменты их жизни. Пророк Илия во время своего шествия к горе Хорив постился сорок дней, непрерывно молясь:

«И возвратился Ангел Господень во второй раз, коснулся его и сказал: встань, ешь; ибо дальняя дорога пред тобою. И встал он, поел и напился, и, подкрепившись тою пищею, шел сорок дней и сорок ночей до горы Божией Хорива (3 Цар. 19: 7–8).

Пророк Моисей, получив от Господа заповеди на горе Синай, не пил и не ел также сорок дней:

«И пробыл там [Моисей] у Господа сорок дней и сорок ночей, хлеба не ел и воды не пил; и написал на скрижалях слова завета, десятословие» (Исх. 34:28).

Сам Иисус Христос воздерживался от еды и питья сорок дней и наказывал совершать то же самое своим ученикам. Он говорил, как важен пост в борьбе с врагом людской души:

«Сей же род изгоняется только молитвой и постом» (Матф. 17:21).

Кроме того, Иисус призывал во время поста не быть унылыми и не показывать мрачного лица своего, а умыть голову и лицо, чтобы предстать постящимся не перед людьми, а перед Отцом Всевышним, который видит все, что скрыто, и воздаст всем по справедливости (см. Мф. 6, 17). По примеру и учению Иисуса постились и апостолы, что описано в их Деяниях. Они заповедали описание и важность своих постов в духовном очищении и Церковь неотступно сохраняет заповеди Господа Всевышнего, Сына Божьего и его учеников:

«И начал Иона ходить по городу, сколько можно пройти в один день, и проповедывал, говоря: еще сорок дней, и Ниневия будет разрушена! И поверили Ниневитяне Богу, и объявили пост, и оделись во вретница, от большого из них до малого. Это слово дошло до царя Ниневии, и он встал с престола своего, и снял с себя царское облачение свое, и оделся во вретнице, и сел на пепле, и повелел провозгласить и сказать в Ниневии от имени царя и вельмож

его: “чтобы ни люди, ни скот, ни волы, ни овцы ничего не ели, не ходили на пастбище и воды не пили, и чтобы покрыты были вретischem люди и скот и крепко вопияли к Богу, и чтобы каждый обратился от злого пути своего и от насилия рук своих”». (Иона III, 4–8).

Так жители города избежали неминуемой катастрофы.

Однодневные посты

В среду и пятницу

Пост в среду и пятницу хранится Церковью в знак великого почтения верующих к страданию и смерти Господа. Пост, установленный в среду, свидетельствует о благоговении перед воспоминаниями о предании Иисуса Христа на страдание и смерть, а в пятницу – о воспоминаниях о самих Его страданиях и смерти.

Древние христиане называли среду и пятницу днями стояний. Так же назывался и пост в соединении с молитвой, так как почитатель Господа Бога нашего должен жизнь свою видеть стражей Господней, а себя – воином Христовым, ведущим непрерывную борьбу не с плотью и кровью, а с душевной злобой, и после победы возрадовавшимся венцу вечной блаженной жизни (см. Ефес. 6, 11–17; 2 Тимоф. 2, 3). Афанасий Великий взывал к верующим: «Разрешая есть скромное в среду и пяток, сей человек распинает Господа».

Пост в среду и пятницу установлен в древние времена христианской веры, его соблюдение предписано в 69 Апостольском правиле: «Аще кто епископ, или пресвитер, или диакон, или иподиакон, или чтец, или певец, не постится в святую Четыредесятницу пред Пасхою, или в среду, или пяток, кроме препятствия от немощи телесная: да будет извержен. Аще же мирянин: да будет отлучен». Кроме того, о важности этих седмичных постов свидетельствуют и многие древние писатели Церкви: Тертуллиан, Епифаний Кипрский, Климент Александрийский, Игнатий Богоносец, Ориген.

Пост в среду и пятницу не менее важен, нежели другие посты. Православная Церковь устанавливает правило о соблюдении этих постов и не одобряет беспричинно нарушающих. Хотя этот пост и сопоставляется в 69 апостольском правиле с Четыредесятницей, все же он не так строг, как Великий пост. Существуют некоторые особые предписания относительно питания в эти дни:

- Летний и осенний мясоеды (промежуток времени между Петровым постом – Успенским постом и Успенским постом – Рождественским постом). В эти периоды среда и пятница – время строгого поста;
- Зимний и весенний мясоеды (Рождество – Великий пост, Пасха – Троица) означают, что в пятницу и среду можно употреблять рыбу;
- В случае, если праздники (Сретение Господне, Преображение Господне, Рождество Богородицы, Введение Богородицы во храм, Успение Пресвятой Богородицы, Рождество Иоанна Предтечи, праздник Петра и Павла, праздник Иоанна Богослова) попадают на среду и пятницу, также разрешается включить в меню рыбу;
- В случае, если Великие праздники (Рождество Христово и Крещение Господне) попадают на среду и пятницу, пост в эти дни отменяется.
- В случае, если сочельник Рождества Христова, который также ознаменовывается строгим постом, попадает на субботу или воскресенье, можно употреблять пищу с растительным маслом.

Пост в Крещенский сочельник

Крещенский сочельник – 18 января, это день перед Крещением Господнем. Также этот день имеет название «Канун Крещения Господня» или «Навечерие праздника Богоявления Господня». В этот день все православные готовят себя к освящению водой и очищению.

Пост в Крещенский сочельник – один из самых древних постов. Сохранилось упоминание о нем в IV веке нашей эры Филистария и Феофила Александрийского. Причина повсеместного распространения этого поста в таинстве крещения, совершавшемся в древности именно в этот праздник. Поэтому, помимо молитв, таинства крещения и причастия уже в те времена сопровождали постом. Кроме этого, к соблюдению поста в навечерие праздника Богоявления Господня побуждает и желание очиститься и отведать святой воды, предваряя это таинство отказу от пищи.

В Крещенский сочельник, так же, как и в Рождественский, нужно отказаться от мяса, рыбы, молочных продуктов и употреблять исключительно растительную пищу, заправленную подсолнечным, оливковым или каким-либо другим растительным маслом.

Усекновение главы Иоанна Предтечи

Усекновение главы Иоанна Предтечи, или день смерти Иоанна Крестителя и благоговения о ней. В знак памяти и почитания жизни, смерти, страданий святого Церковь установила пост 11 сентября, в день смерти святого Иоанна, который питался во время скитаний по пустыне лишь акридами и медом.

«Глава Предтечева усечена была на пиру, где было плясание блудных плясавицы, и чревоугодие, и заклание, и кровопролитие различных животных: и нам посему не подобает вкушать ни от единого от таковых животных, из них же кровь изливается, ниже рыб, ибо и они кровь имеют, хотя и в воде живут, и от тваей животных суть, да не явимся сообщниками Иродовому чревоугодию. Как можем мы почитать честное усекновение Крестителево? Станем ли есть мясо или иные различные брашна? Он жил в пустыне безводной и безтравной: ни хлеба не ел, ни трапезы не имел! Вино ли пием? Он никогда не пил вина, ни инаго пития мирского! Итак, братия, усердно почитим день сей молитвою и постом».

В уставе Саввы Освященного написано, что пост в этот день, день памяти Иоанна Предтечи «завещан древними святыми отцами». Пост в этот день должен, согласно церковному уставу, состоять не только из отказа от мяса и молочных продуктов, но и от рыбы.

Воздвижение Креста Господня

День 27 сентября – день памяти о страданиях распятого Иисуса Христа ради спасения людей. Этот день должен проводиться в молитвах, служении, искуплении грехов и, разумеется, посте. Распятие напоминает нам о трагическом происшествии на горе Голгофе. В этот день, стремясь напомнить о страданиях Господа нашего, Церковь установила пост, склоняющий к покаянию и сокрушению.

Пост в день Воздвижения Креста Господня Уставом Церкви положено употреблять только растительную пищу и масло, а «сыра же и яиц и рыбы никакоже дерзнем коснуться».

Сплошные седмицы

Сплошные седмицы (недели) означают, что поста по средам и пятницам в это время нет. Такие недели установлены Церковью в качестве отдыха до или после многодневного поста. Таких седмиц в году всего пять:

1. Святки. Седмица длится 11 дней, с 7 до 18 января, то есть с Рождества Христова до Крещения Господня.

2. Мытаря и фарисея. Неделя, идущая за две недели до Великого поста.

3. Сырная (Масленица). Неделя, предшествующая непосредственно Великому посту. Всю эту седмицу до трапезы допускаются яйца, рыба, молочные продукты, но не допускается мясо.

4. Пасхальная (Светлая). Эта седмица – неделя после Великой Пасхи.

5. Троицкая. Седмица-неделя перед Петровым постом, ознаменовывающая окончание праздника Троицы.

Многодневные посты

Великий пост

История

В древние времена Великий пост и Страстная неделя были объединены. Великий пост имел в своей основе обряд соблюдать пост перед Таинством Крещения. Обряд Крещения издавна считался судьбоносным Таинством, важным шагом в жизни человека. Ну, а стяжать себя постом перед какими-либо ответственными происшествиями – традиция, появившаяся еще задолго до Христа (вспомним посты Моисея, пророка Илии). Поэтому в древности кандидат на Крещение был должен продемонстрировать свою готовность к обряду, то есть совершить определенный подвиг, доказать достоинство своих мыслей и намерений.

Первым из святых традиции Крещения и соответственно практику поста перед ним описал св. Иустин Философ в начале II века:

«Кто убедится и поверит, что это (христианское) учение и слова наши истинны, и обещается, что может жить сообразно с ними, тех учат, чтобы они с молитвою и постом просили у Бога отпущения прежних грехов, и мы молимся и постимся с ними. Потом мы приводим их туда, где есть вода, они возрождаются ... как сами мы возродились, то есть омываются тогда водою во Имя Бога Отца и Владыки всего, и Спасителя нашего Иисуса Христа, и Духа Святаго».

Крещение обычно проходило в Пасху, поэтому пост, который впоследствии стал Великим постом, был именно предпасхальным. Различие состоит в том, что кандидаты на крещение соблюдали пост не установленное количество дней (не сорок), а произвольное.

Сорокадневный пост по примеру Иисуса Христа как в качестве подготовки к Крещению, так и в память о Страстях Господних, установился только в IV веке. К верующим зывали св. Иоанн Златоуст, св. Иероним, св. Амвросий Медиоланский.

Существует уникальное описание того, как проходил Великий пост в Палестине, оставленное римской паломницей Эгерией, которое относится примерно к 380 году:

«В субботу литургия здесь совершается рано, еще до восхода солнца, для того, чтобы дать разрешение от поста тем, кого здесь называют евдамадариями.

И вот какое правило поста соблюдают те, которых называют евдамадариями: они постятся всю неделю и едят только по воскресениям после отпуста в пятом часу. И, вкусив пищу в воскресенье, они больше ничего не едят до тех пор, пока не причастятся в следующую субботу утром в храме Воскресения. Ради них, чтобы они могли быть разрешены от поста как можно раньше, литургия совершается в храме Воскресения по субботам до восхода солнца. И то, что литургия совершается ради них так рано, как я упомянула, не значит, что причащающиеся только одни они; причащаются в этот день и все, кто пожелает.

Вот какой здесь обычай поста во время Четырдесятницы: есть такие, которые, вкусив пищу в воскресенье... не едят уже целую неделю до отпуста в субботу...

Здесь существует особый обычай, который соблюдают те, которые называют себя апотактитами, мужи и жены; они едят только раз в день, и не только во время поста, но и в течение всего года. Те же среди них, которые не могут провести в посте всю неделю, как я описала, принимают пищу в середине дня в четверг; а кто не в состоянии этого сделать, постится два дня подряд в течение поста; а кто и этого сделать не может, ест вечером. Никто не требует определенного числа дней поста, но каждый постится по своим силам.

И не получает ни похвалы, кто творит много, ни порицания, кто творит меньше. Ибо таков обычай здесь. Во время Четырешестидесятиницы ни хлеба дрожжевого, ни оливкового масла, ни древесных плодов не есть, а только воду и немного мучной похлебки».²

В целом документы этой эпохи позволяют узнать, что разнообразие постов в Великий пост было чрезвычайно велико.

Множество различных обрядов поста было на Востоке в V–VIII веках. Обряд неядения заменился обрядом говения³ (в частности, на мясо). В это время значительно повысился авторитет монахов, монастыри стали играть важную роль в жизни людей, монашеский обычай поста становится примером. На Руси этот обычай стал ориентиром, обязательным канонem. Иностранцы, посещавшие страну, поражались той строгостью, с какой русские люди отдавались традиции пощения.

Подготовительные Недели и седмицы

Главный и единственный смысл Великого поста – покаяние. Подготовка к Великому посту помогает верующему достигнуть этого. Подготовка к Великому посту состоит из трех седмиц⁴ и четырех Недель⁵. Каждый из этих промежутков времени имеет свое предназначение и название:

- Неделя о мытаре и фарисее – Всеядная седмица.
- Неделя о блудном сыне – Мясопустная седмица.
- Неделя о Страшном суде (мясопустная, сырная Неделя) – Сырная седмица, Масленица.
- Сырная Неделя – Прощеное воскресенье.

Неделя о мытаре и фарисее. За три седмицы до Великого поста наступает время Недели о мытаре и фарисее. Эта Неделя (воскресение) начинает отсчет подготовки к Великому посту. Неделя о мытаре и фарисее может попадать на любой воскресный день с 11 января до 15 февраля.

«Притча о мытаре и фарисее»

Два человека вошли в храм помолиться. Один был фарисей, а другой мытарь.

Фарисей, став впереди, молился так: «Боже! благодарю тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, беспутные, или как этот

² «Как возник Великий пост?» – Иерей Константин Пархоменко.

³ Говение – воздержание от какого-либо вида пищи.

⁴ Седмица – календарная неделя.

⁵ Неделя – в церковном календаре: воскресный день.

мытарь. Поищу два раза в неделю. Жертвую десятую часть из всего, что приобретаю».

Мытарь же стоял вдали. Он, не смея даже поднять глаз своих к небу, но, ударя себя в грудь, говорил: «Боже, будь милостив ко мне, грешнику!»

Иисус Христос сказал: «Говорю вам, что мытарь пошел более оправданным в дом свой, нежели фарисей. Потому что всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя возвысится».

Евангелие от Луки, гл. 18, 9–14.

Фарисеи были древними иудеями во время периода Второго храма (516 год до н. э – 70 год н. э.), следовавшие религиозно-общественному течению. Они утверждали, что Моисей передал им уникальные знания и скрупулезно исполняли все обряды, по крайней мере внешне. За это фарисеи прослыли мудрыми и благочестивыми, «отделившимися» людьми (слово «фарисей» с древнееврейского переводится как «отделившийся»).

Христос советовал ученикам:

«А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который тайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно»(Мф. 6:17–18).

Фарисеи же специально не делали этого и ходили во время поста не расчесанными, со спутанной бородой, размазав по лицу грязь и пыль, чтобы все видели: это – постящийся.

Мытари же были сборщиками налогов и царских податей. В силу своего служебного положения они нередко совершали должностные преступления, из-за чего и стали объектами всеобщей ненависти и презрения.

Эта притча, как и в общем вся церковь, призывает к тому, чтобы подумать об истинном раскаянии и внешнем благочестии. Притча демонстрирует, что каждый искренний «мытарь» будет оправдан и благословлен Богом, а каждый возвышающий себя «фарисей» – унижен.

Слова, которыми молил мытарь Бога о прощении, выделены в особенную «Молитву мытаря». Многие священники в эти дни наставляют прихожан своим «Словом в Неделю о мытаре и фарисее» и призывают к покаянию и раскаянию. Божественная Литургия в Неделю о мытаре и фарисее содержит свои особенности:

- Пение на утренней службе после Евангелия покаянных тропарей. «Покаяния отверзи ми двери...». Эти тропари поются и в остальные Недели всей Святой Четырехдесятницы;
- Песнопения Постной Триоды⁶ вместе с песнопениями Октоиха;
- Чтение вышеупомянутой притчи из Евангелия от Луки;
- Пение кондаков⁷ Триоды (иногда Минеи⁸) вместо обычных воскресных кондаков.

После недели о мытаре и фарисее наступает **«сплошная» или «всеядная» седмица**. Во время всей недели (в том числе, в среду и пятницу) к столу можно подавать скоромную пищу, которая запрещена в остальные дни поста. Снятие ограничения на «всеядной» седмице связано с обличением неискреннего поста фарисея и напоминанием о духовном вреде слепого следования уставу поста.

Неделя о блудном сыне

«Сказал Господь такую притчу: у некоторого человека было два сына; и сказал младший из них отцу: отче! дай мне следующую мне часть имения.

⁶ Триодь – богослужебная православная книга, содержащая трипесенные каноны.

⁷ Кондаки – жанр византийской гимнографии.

⁸ Минея – общее название некоторых церковнослужебных и предназначенных сугубо для чтения книг.

И отец разделил им имение. По прошествии немногих дней младший сын, собрав все, пошел в дальнюю сторону и там расточил имение свое, живя распутно. Когда же он прожил все, настал великий голод в той стране, и он начал нуждаться; и пошел, пристал к одному из жителей страны той, а тот послал его на поля свои пасти свиней; и он рад был наполнить чрево свое рожками, которые ели свиньи, но никто не давал ему. Придя же в себя, сказал: сколько наемников у отца моего избыточествуют хлебом, а я умираю от голода; встану, пойду к отцу моему и скажу ему: отче! я согрешил против неба и пред тобою и уже недостойн называться сыном твоим; прими меня в число наемников твоих. Встал и пошел к отцу своему. И когда он был еще далеко, увидел его отец его и сжалился; и, побежав, пал ему на шею и целовал его. Сын же сказал ему: отче! я согрешил против неба и пред тобою и уже недостойн называться сыном твоим. А отец сказал рабам своим: принесите лучшую одежду и оденьте его, и дайте перстень на руку его и обувь на ноги; и приведите откормленного теленка, и заколите; станем есть и веселиться! ибо этот сын мой был мертв и ожил, пропадал и нашелся. И начали веселиться. Старший же сын его был на поле; и возвращаясь, когда приблизился к дому, услышал пение и ликование; и, призвав одного из слуг, спросил: что это такое? Он сказал ему: брат твой пришел, и отец твой заколол откормленного теленка, потому что принял его здоровым. Он осердился и не хотел войти. Отец же его, выйдя, звал его. Но он сказал в ответ отцу: вот, я столько лет служу тебе и никогда не преступал приказания твоего, но ты никогда не дал мне и козленка, чтобы мне повеселиться с друзьями моими; а когда этот сын твой, расточивший имение свое с блудницами, пришел, ты заколол для него откормленного теленка. Он же сказал ему: сын мой! ты всегда со мною, и все мое твое, а о том надобно было радоваться и веселиться, что брат твой сей был мертв и ожил, пропадал и нашелся».

Лк., 79 зач., 15, 11—32.

В притче о блудном сыне под отцом подразумевается Господь Бог, под блудным сыном, соответственно, кающийся грешник. Блудным сыном становится каждый человек, отказавшийся от Бога ради греховной, самодеятельной жизни. Своими грехами он губит свою жизнь и доставляет горести своим близким. Но каждый раскаявшийся грешник приносит радость Господу, который, как и любящий отец, всегда предоставит детям свое милосердие и прощение.

Притча о блудном сыне учит тому, что каждый верующий должен желать спасения и милосердия, радоваться возвращению грешников из своевольной жизни, радоваться раскаянию, учит не завидовать Божьей любви к другому.

В эту Неделю читается во время богослужения притча о блудном сыне, после псалмов полиелейных поется 136-й псалом «На реках вавилонских...» с «Аллилуиею красною».

После Недели о блудном сыне следует **Мясопустная, или «Пестрая» седмица**. В течение пяти дней, за исключением среды и пятницы, можно употреблять мясные продукты. Из-за такого разнообразного расписания трапезы эта седмица и получила свое второе название. Неделя мясопустная служит преднапоминанием о Страшном суде, в связи с которым Церковь установила канон на ходатайство не только за живых, но и за почивших. Именно для этого и была введена в конце второй, мясопустной седмицы **вселенская (мясопустная) родительская суббота**. В эту субботу проходят торжественные поминовения усопших для того, чтобы верующие соединились духовно своими молитвами не только с живыми, но и с умершими, вошли в союз со всем Царством Христовым: от Адама до живущих ныне. Заупокойная служба

во вселенскую родительскую субботу называется «Память совершаем всех от века усопших православных христиан, отец и братий наших».

За вселенской родительской субботой следует **Неделя о Страшном суде (Мясопустная)**. Это – «мясопуст», то есть начало времени ограничения себя в мясе. Предпоследняя Неделя перед Великим постом посвящена напоминанию о Страшном суде Божьем, последнем и неизбежном, о грехопадении и изгнании Адама и Евы. Эта Неделя вводится для того, чтобы грешники не полагались всецело на необъятное Божье милосердие и не окружали себя жизнью безрассудной и беспечной, полагаясь на свое гарантированное спасение. Вместе с тем Церковь указывает не только на милосердие Бога, но и на его справедливость. Господь – неподкупный Судия, а его суд – праведное деяние, перед которым все равны. Это – описание истинного смысла надежды на милосердие Божье.

Когда же придет Сын Человеческий во славе Своей и все святые Ангелы с Ним, тогда сядет на престоле славы Своей, и соберутся пред Ним все народы; и отделит одних от других, как пастырь отделяет овец от козлов; и поставит овец по правую Свою сторону, а козлов – по левую. Тогда скажет Царь тем, которые по правую сторону Его: приходите, благословенные Отца Моего, наследуйте Царство, уготованное вам от создания мира: ибо алкал Я, и вы дали Мне есть; жаждал, и вы напоили Меня; был странником, и вы приняли Меня; был наг, и вы одели Меня; был болен, и вы посетили Меня; в темнице был, и вы пришли ко Мне. Тогда праведники скажут Ему в ответ: Господи! когда мы видели Тебя алчущим, и накормили? или жаждущим, и напоили? когда мы видели Тебя странником, и приняли? или нагим, и одели? когда мы видели Тебя больным, или в темнице, и пришли к Тебе? И Царь скажет им в ответ: истинно говорю вам: так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне. Тогда скажет и тем, которые по левую сторону: идите от Меня, проклятые, в огонь вечный, уготованный диаволу и ангелам его: ибо алкал Я, и вы не дали Мне есть; жаждал, и вы не напоили Меня; был странником, и не приняли Меня; был наг, и не одели Меня; болен и в темнице, и не посетили Меня. Тогда и они скажут Ему в ответ: Господи! когда мы видели Тебя алчущим, или жаждущим, или странником, или нагим, или больным, или в темнице, и не послужили Тебе? Тогда скажет им в ответ: истинно говорю вам: так как вы не сделали этого одному из сих меньших, то не сделали Мне. И пойдут сии в муку вечную, а праведники в жизнь вечную. (Матф., гл. 25, 31–46.)

Во время службы на Неделю о Страшном суде в стихирах и тропарях изображаются ужасы грешной жизни в беззаконии и ее последствия, когда грешник предстанет неприкрытым перед праведным Страшным судом.

На трапезе в эту Неделю благословляются молочные продукты, сыр и яйца. Именно поэтому Неделя о Страшном суде, или Мясопустная Неделя получила еще одно название – Сырная Неделя. И вполне закономерно, что Сырная Неделя предваряет **сырную седмицу**, более широко известную как **Масленица**.

Масленица – праздничный цикл, который существовал на Руси с древних, еще языческих времен. До крещения Руси этот праздник был приурочен ко дню весеннего равноденствия 22 марта. Обряд был связан с проводами зимы и встречей весны, он олицетворял возрождение природы и надежду на богатый, щедрый урожай. На Масленицу славили бога Велеса, бога плодородия и скотоводства, считалось, что тот, кто плохо отметит Масленицу, тот рассердит бога Велеса и лишится богатого урожая и приплода, а кто отказом ответит на празднование, «в горькой беде проживет и худо кончит». Традиция печь блины пошла от восхваления на этот

праздник Солнца и Природы. Кусочек блина, символа солнца, по поверьям, давал тому, кто его съест, частичку солнечной силы, тепла и радости.

После крещения Руси в IX веке изменился и сам праздник, и обряд его празднования, но название осталось. Масленица празднуется в последнюю неделю перед Великим постом. В это время разрешается вкушать сливочное масло, молочные продукты и рыбу. В среду и пятницу во время Сырной седмицы не совершается Божественная литургия и полагается лишь одна вечерняя трапеза. Во вторник же, во время вечернего богослужения, читается молитва святого Ефрема Сирина («Если ты, человек, не прощаешь всякого согрешившего против тебя, не утруждай себя постом и молитвой – Бог не примет тебя»).

Сырная седмица – преддверие Великого поста, а потому Церковь называет ее Неделей умиления и покаяние, призывает к смирению и отказу от мирских забав и утех.

В Православной церкви время Масленицы – это время примирения со своими близкими, смысл Сырной седмицы – доброе общение с друзьями, близкими, родственниками, это время, когда нужно посвятить себя добрым делам и намерениям. Для этого в народе каждый день Масленицы посвящен свиданиям с родными и близкими и имеет свое название:

Понедельник – встреча. В этот день родственники посещают друг друга, чтобы договориться о том, как именно они будут проводить Сырную седмицу. Иногда сохраняется традиция наряжать чучело, строить снежные городки. В этот день начинают печь блины.

Вторник – заигрыши. С самого утра молодых парней приглашают кататься с горы, угощаться блинами. Этот день – день приглашений родных и знакомых: «У нас-де горы готовы, и блины испечены – просим жаловать».

Среда – лакомки. По средам теща зовет зятя и других гостей «на блины».

Четверг – широкий разгул. Этот день считается кульминацией Масленицы. В древности в четверг Масленица разворачивалась во всей своей красе: балаганы, качели, катание на лошадях, карнавалы, кулачные бои.

Пятница – тещины вечерки. По пятницам зятя в ответ зовут тещ полакомиться блинами.

Суббота – золовкины посиделки. В этот день невестки одаривают золовок (сестер мужа) подарками и сувенирами. Также суббота была днем, когда сжигали заранее заготовленное соломенное чучело Масленицы – символа зимы. В православной же Церкви в сырную субботу вспоминаются все преподобные отцы, напоминая о предстоящем подвиге в виде Великого поста и указывая на примеры добродетели в лице великих постников.

И, наконец, *воскресенье*. Это – **Неделя Сыропустная**, более известная как **Прощеное воскресенье**, последнее воскресенье перед Великим постом и 7-е воскресенье перед Пасхой, последний день Масленицы и употребления молочных продуктов. В воскресную службу поется канон:

«Возлюбим друг друга, рцем друг другу “Братья” и всем простим все Воскреснем...»

В этот день церковь напоминает прихожанам о том, как нужно поститься и что нужно для того, чтобы получить прощение Бога грехов во время поста, а именно: самим прежде простить близких, согрешивших против них.

В Сыропустную Неделю верующие вспоминают об изгнании из рая Адама и Евы за нарушение заповеди Божьей. После вечерней службы в этот день принято совершать обряд взаимного прощения, отвечая на просьбу о прощении «Бог простит». Этот обряд распространился из практики египетских монахов, которые для того, чтобы усилить значимость своего подвига Великого поста, расходились на сорок дней в разные стороны по пустыне. Многие не возвращались из такого похода, и для того чтобы отчистить свою душу, монахи просили друг у друга

прощения за возможные обиды, как перед смертью. Каждый от души прощал другого, понимая, что эта встреча может оказаться последней. Постепенно эта традиция распространилась и в служении всей Церкви.

«Если ты принесешь дар твой к жертвеннику и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, оставь там дар твой пред жертвенником, и пойди прежде примиришься с братом твоим, и тогда приди и принеси дар твой...»

«Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших» (Мф. 5, 23—24; 6, 14—21).

После чина взаимного прощения, с понедельника, начинается время Святой Четыредесятницы.

Седмицы Великого поста

Великий пост состоит из шести седмиц, каждая именуется по порядковому числу. Великий пост заканчивается пятницей своей шестой седмицы, за которой следует Лазарева суббота и Вербное воскресенье.

Первая седмица Четыредесятницы – «Феодорова неделя». Это неделя особого тщательного поста и говения. На вечерних службах в первые четыре дня читается по частям Великий покаянный канон преподобного Андрея Критского (в пятую же седмицу поста на утрени канон читается полностью). Это – 250 тропарей, проникнутых чувством раскаяния и покаяния, которые закладывают напутствие для верующих на весь пост. Пятница – время молебного канона великомученику Феодору Тирону и благословения кутьи. В среду утром впервые проводится Литургия Преждеосвященных Даров. На протяжении всего поста с понедельника по пятницу не совершается Божественная Литургия (кроме дня Благовещения), поэтому в среду и пятницу еженедельно совершается Литургия Преждеосвященных Даров, во время которой можно причаститься Святых Христовых Тайн. «Чистый понедельник», как назван в народе первый день Феодоровой недели, ознаменовывается очисткой всего дома, одежды и тела. В этот день нужно тщательно вымыться, очистить дом и одеться во все свежее, таким образом, встречать Великую Четыредесятницу в чистоте.

Первая Неделя (воскресенье) – праздник Торжества православия. В этот день Церковь возглашает вечную память умершим защитникам веры и вспоминает торжество победы православных над иконоборцами. Божественная Литургия в Первую Неделю оканчивается особым чином Торжества Православия. Последующая за воскресеньем неделя именуется **второй седмицей Великого поста**. Суббота второй седмицы Великого поста – день поминовения усопших.

Вторая Неделя – день возглашения памяти святителя Григория Паламы. Это богослов, который жил в XIV веке и представил особое, новое учение о Фаворском свете (Фаворский свет – свет, которым озарился Господь Бог во время Преображения на горе Фавор), учение о благодати говения духом, благодати молитвы и добродетели. После дня памяти Григория Паламы наступает **третья седмица Великого поста**. Суббота третьей седмицы – день поминовения усопших.

Третья Неделя Четыредесятницы именуется Крестопоклонная. Этот день – напоминание о том, что путь к спасению, Воскресению и прощению грехов – через Крест. Спасение души и искупление грехов невозможно без страданий и скорби, без терпения и смирения. В субботу после всенощной на середину храма из алтаря выносятся Крест для поклонения. Обрато Крест уносится только в пятницу.

После Крестопоклонной Недели ведет свой отсчет **четвертая седмица Великого Поста**, также именуемая Крестопоклонной. Среда этой недели называется Преполовением Святой Четыредесятницы, или Средокрестьем. Со дня Преполовления до Великой Среды на Литургии Преждеосвященных Даров добавляется чтение «О готовящихся ко святому просвещению». Суббота четвертой седмицы – день поминовения усопших.

Четвертая Неделя Великого Поста восславляет память преподобного Иоанна Лествичника (ок. 570–649 гг.). Это православный деятель, который всю жизнь провел в духовных подвигах. Наибольшую ценность имеет его трактат «Лествица» о духовном совершенствовании.

Далее следует **пятая седмица Великого Поста**, получившая название «Похвальной» из-за Субботы Акафиста, сопровождающейся особым хвалебным пением на утрени во имя Пресвятой Богородицы – Акафистом. Этот обряд был установлен в честь спасения Константинополя от нашествия племен в 626 году. Утреня четверга пятой седмицы именуется «Стоянием Марии Египетской», или «Андреевым стоянием». Читается полностью канон Андрея Критского, а также житие преподобной Марии Египетской – великой грешницы, которая обратилась к Богу и провела всю жизнь в покаянии и смирении. Это – пример всем верующим, указание того, что как бы ни была велика глубина падения грешника, искреннее раскаяние и жизнь в вере возводит его на священную высоту.

Пятая Неделя Великого Поста – день памяти преподобной Марии Египетской, за ней следует **шестая седмица, седмица ваий**. Ваии – пальмовые ветви, с которыми вышли навстречу Иисусу люди Иерусалима, восклицая: «Осанна! Благословен грядущий во Имя Господне, Царь Израилев!» (Ин. 12: 13). Это – заключительная седмица Святой Четыредесятницы, завершающаяся Лазаревой субботой (Воскрешением праведного Лазаря) и **шестой Неделей** – двенадцатым праздником Входа Господня в Иерусалим, или Вербным воскресеньем, с которого начинается отсчет Страстной седмицы.

Отличия Богослужения на протяжении Четыредесятницы:

- в понедельник, вторник и четверг проходит чтение часов вместо литургии (за исключением праздничных дней);
- среда и пятница – совершение литургии Преждеосвященных Даров;
- суббота и Вербное воскресенье – совершение литургии Иоанна Златоуста;
- каждое воскресенье – отдельная Неделя, посвященная особым воспоминаниям.

Питание в Великий пост

О том, как следует питаться в Великий пост, видно из таблицы.

Седмицы	воскресенье	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота
Подготовительные: Сплошная, или Всеядная седмица	Можно подавать на стол любую пищу (мясоед, мясоястие)			Можно подавать на стол любую пищу (мясоед, мясоястие)			
Мясопустная, или Пестрая седмица	Мясоястие			Разрешена рыба	Мясоястие	Разрешена рыба	Мясоястие
Сырная седмица, или Масленица	Мясоястие	Запрет на мясо Разрешены молочные продукты, рыба (Масленица)		Запрет на мясо Разрешены молочные продукты, рыба (Масленица)			
Седмицы поста: 1-я седмица, Феодорова неделя	Масленица	Сухоядение		Сухоядение			
2-я седмица	Вино. Вареная растительная пища с маслом*	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вино. Вареная растительная пища с маслом
3-я седмица	Вино. Вареная растительная пища с маслом	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вино. Вареная растительная пища с маслом
4-я седмица	Вино. Вареная растительная пища с маслом	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вино. Вареная растительная пища с маслом
5-я седмица	Вино. Вареная растительная пища с маслом	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вареная растительная пища с маслом	Сухоядение	Вино. Вареная растительная пища с маслом
6-я седмица	Вино. Вареная растительная пища с маслом	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вареная растительная пища без масла	Сухоядение	Вино. Вареная растительная пища с маслом
7-я седмица	Разрешается рыба	Сухоядение		Сухоядение	Вино. Вареная растительная пища с маслом	Полный отказ от еды	Вареная растительная пища без масла

* Масло только растительное.

В дни праздников памяти великих святых, если они выпали на дни Великого поста, по четвергам, вторникам и понедельникам разрешается употреблять вареную растительную пищу с растительным маслом, а по средам и пятницам – вареную растительную пищу без масла и вино.

Молитвы во время Великого поста

Молитва Ефрема Сирина

Господи и Владыко живота моего! Дух праздности, уныния, любоначалаия и празднословия не даждь ми.

Земной поклон.

Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу Твоему.

Земной поклон.

Ей, Господи Царю, даруй ми зрети моя прегрешения и не осуждати брата моего, яко благословен еси во веки веков. Аминь.

Земной поклон.

Боже, очисти мя, грешную (грешного).

12 раз с поясными поклонами.

И еще раз всю молитву полностью с одним земным поклоном в конце.

Молитва перед едой⁹

Молитва Господня

Отче наш, Иже еси на небесех! Да святится имя Твое, да придет Царствие Твое, да будет воля Твоя, яко на небеси и на земли. Хлеб наш насущный даждь нам днесь; и остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должником нашим; и не введи нас во искушение, но избави нас от лукаваго.

Отец наш, Который на небесах! Пусть благоговейно почитается имя Твое, пусть придет Царство Твое, пусть воля Твоя пребудет на земле так же, как и на небе. Подай нам сегодня хлеб, необходимый нам для жизни; и прости нам наши грехи, как и мы прощаем обидевшим нас, и не введи нас в искушение, но избавь нас от лукавого (дьявола).

или:

Очи всех на Тя, Господи, уповают, и Ты даеши им пищу во благовремении отверзавши ты щедрую руку Твою, и исполняеши всяко животное благоволения.

Глаза всех (людей) с надеждой смотрят на Тебя, Господи, и Ты даешь им пищу в нужное время, открываешь щедрую руку Твою и наполняешь все живое Своей милостью.

⁹ Молитва перед едой, а также последующие 7 молитв подходят для чтения в любой из дней православного поста.

Молитва после еды

Благодарим Тя, Христе Боже наш, яко насытил еси нас земных Твоих благ; не лиши нас и Небеснаго твоего Царствия, но яко посреде учеников Своих пришел еси, Спасе, мир дай им, прииди к нам и спаси нас.

Благодарим Тебя, Христос Бог наш, что ты напитал нас земными Твоими благами; не лиши нас и Небеснаго Твоего. Царства, но как (Ты) посреде Своих учеников (апостолов) пришел, посылая им мир, приди к нам и подай нам спасение (души).

Читать эти молитвы следует стоя, обратившись лицом к иконе (которая обязательно должна иметься на кухне или в другом месте приема пищи), вслух или про себя, совершая крестное знамение (крестясь) в начале и конце молитвы. В том случае, если за столом находятся несколько человек, молитву читает один из них (обычно самый старший) вслух. После прочтения молитвы перед едой многие благочестивые люди крестят приготовленную пищу – сложив пальцы как для совершения крестного знамения (большой, указательный и средний – вместе щепотью, а безымянный и мизинец прижав к ладони), крестят пищу сверху вниз и слева направо. Во многих монастырях есть традиция перед приемом пищи окроплять ее святой водой; это установление вполне применимо и в домашних условиях.

Молитва перед завтраком

Боже, очисти мя грешнаго. (Поклон.)

Создавый мя, Господи, помилуй мя. (Поклон.)

Без числа согреших, Господи, помилуй и прости мя, грешнаго. (Поклон.)

Очи всех на Тя, Господи, уповают, и Ты даеши им пищу во благовремении, отверзаеши Ты щедрую руку Твою и исполняеши всякое животно благоволения.

Молитвами святых отец наших, Господи Иисусе Христе Сыне Божий, благослови ястие и питие рабом Твоим, яко Свят еси, всегда, ныне и присно и во веки веков.

Аминь.

Молитва после завтрака

Благодарим Тя, Христе Боже наш, яко насытил еси нас земных Твоих благ, не лиши нас и Небеснаго Твоего Царствия, но яко посреде учеников Твоих пришел еси, Спасе, мир дай им, прииди к нам, и спаси нас.

Молитвами святых отец наших, Господи Иисусе Христе Боже наш, помилуй нас.

Боже, очисти мя грешнаго. (Поклон.)

Создавый мя, Господи, помилуй мя. (Поклон.)

Без числа согреших, Господи, помилуй и прости мя грешнаго. (Поклон.)

Аминь.

Молитва перед обедом

Три кратких покаянных молитвы с поклонами. Затем:

Отче наш, Иже еси на небесех! Да святится имя Твое, да придет Царствие Твое, да будет воля Твоя, яко на небеси и на земли. Хлеб наш насущный даждь нам днесь; и остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должником нашим; и не введи нас во искушение, но избави нас от лукаваго.

Молитвами святых отец наших, Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, благослови ястие и питие рабом Твоим, яко Свят еси, всегда, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Молитва после обеда

Молитвами святых отец наших, Господи Иисусе Христе Боже наш, помилуй нас. Аминь.

Благословен Бог, милуяй и питаяй нас от юности нашея, давая пищу всякой плоти, исполни радости и веселия сердца наша, да всегда всякое довольство имуще, преизобилуем во всякое дело благое, во Христе Иисусе Господе нашем: с Нимже Тебе слава подобает, держава, честь и поклонение, со Святым Духом вовеки. Аминь.

Молитва перед ужином

Ядят узобзии, и насытятся, и восхвалят Господа взыскающих Его, жива будут сердца их в век века.

Слава, и ныне. Господи помилуй. (Трижды.) Благослови.

Молитва после ужина

Бысть чрево Твое Святая Трапеза, имущая Небеснаго Хлеба, Христа Бога нашего, от Негоже всяк ядый не умирает, якоже рече всех, Богородительнице, Питатель.

Честнейшую херувим, и славнейшую без сравнения серафим, без истления Бога Слова рождшую, сущую Богородицу Тя величаем.

Возвеселил ны еси, Господи, в творениих Твоих, и в делех руку Твоею возрадуемся. Знаменася на нас свет лица Твоего, Господи, дал еси веселие в сердце моем, от плода пшеницы, вина и елея своего умножишася. В мире вкупе усну, и почию, яко Ты, Господи, единого на уповании вселил мя еси.

Слава, и ныне: Господи, помилуй. (Трижды.) Благослови.

Петров пост

Время установления Петрова поста относится к эпохе первого времени Православной Церкви.

Еще в постановлениях апостолов сказано: «Празднуйте седмицу по прошествии Пятидесятницы, а вслед за ней поститесь, ибо справедливо будет после принятия даров Божьих и облегчения плоти посту время уделить».

Упоминания об апостольском посте особо распространяются среди отцов Церкви с IV века. О нем пишут св. Афанасий Великий, Амвросий Медиоланский, в V веке это становится темой рассуждений Льва Великого и Феодорита Кирского.

Св. Афанасий Великий в речи к императору описывал бедствия, которые причиняли ариане православным христианам и говорил: «Народ, постившийся в неделю, следующую за св. Пятидесятницею, отошел для молитвы на кладбище». Лев Великий пишет: «После продолжительного праздника Пятидесятницы пост особенно необходим, чтобы подвигом его очистить нам мысли и соделаться достойными даров Святого Духа. 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».

Патриарх IX века из Антиохии Феодор Вальсамон более категорично ставит вопрос о соблюдении апостольского поста: «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».

Блаженный же Симеон Фессалоникийский говорит, что пост был установлен в честь апостолов, ведь именно через них мы достигли многих благ, именно они стали нашими учителями, учителями поста, почитания и воздержания.

Окончательно этот пост устоялся во времена постройки храмов имени первоверховных апостолов Петра и Павла в Константинополе и Риме. Храм в Константинополе был освящен в день памяти Петра и Павла 29 июня (или 12 июля, по новому стилю), и с этих времен эта дата приобрела статус торжественного праздника, как на Востоке, так и на Западе. Православная Церковь взывает к прихожанам о подготовке к этому празднеству с молитвой и постом. Этот день – день завершения Петрова поста, неизменная его дата. Что касается дня начала поста, то она чрезвычайно подвижна, так как зависит от времени празднования Пасхи, так что пост длится от недели и одного дня до шести недель.

Петров пост начинается после окончания Триоди, или же за неделей Пятидесятницы. Заканчивается он 28 июня (при условии, что день святых Петра и Павла не попадает на среду или пятницу).

В народе Апостольский пост получил название «Петровка» или «Петровка-голодовка». Причиной такому названию послужила сама жизнь народа: Петров пост попадает на начало лета, когда прошлый урожай уже подошел к концу, а новый еще не успел созреть.

Именованье этого поста Апостольским неудивительно, ведь апостолы всегда готовили себя к службе тщательным постом и воздержанием.

«Но Иисус, взяв его за руку, поднял его; и он встал. И как вошел [Иисус] в дом, ученики Его спрашивали Его наедине: почему мы не могли изгнать его? И сказал им: сей род (злой дух) не может выйти иначе, как от молитвы и поста» (Марк, 9:29). Словосочетание «Петропавловский пост» было неудобным для произношения, поэтому название Апостольского поста сократили до «Петров пост».

О первоверховных апостолах Петре и Павле

Апостолы Петр и Павел называются первоверховными. Церковь прославляет святого Петра как исповедника Иисуса Христа, сына Божьего и святого Павла как трудившегося больше прочих и причисленного к лику высших из апостолов Святым Духом. Первого Церковь славит за твердость, второго – за мудрость.

Апостолы Петр и Павел были совершенно разными. Петр был старшим братом апостола Андрея Первозванного. Простой, необразованный рыбак, Петр отличался от Павла, сына зажиточных родителей, римского жителя и ученика «книжника и фарисея» Гамалиила.

Апостол Петр до своего призвания носил имя Симон, был обычным рыбаком, имел дом, жену и двух детей. Как говорил святой Иоанн Златоуст, это был простой, неимущий, некнижный человек, но страстный и убедительный. К Господу его привел его младший брат Андрей, и Господь дал ему имя Кифа, или по-гречески Петр, что означало «камень». После избрания Петра и включения его в число учеников божьих, Иисус посетил дом Петра и исцелил его больную тещу.

«Выйдя вскоре из синагоги, пришли в дом Симона и Андрея, с Иаковом и Иоанном. Теща же Сиимова лежала в горячке; и тотчас говорят Ему о ней. Подойдя, Он поднял ее, взяв ее за руку; и горячка тотчас оставила ее, и она стала служить им» (Мк. 1: 29–31).

Апостол Петр стал одним из трех учеников, удостоившихся того, чтобы узреть Божественную силу во время воскрешения дочери Иаира, Божественную славу на горе Фавор и человеческое унижение в Гефсиманском саду.

Петр отрекся от Иисуса и омыл свое отречение горькими слезами, он первым вошел в усыпальницу Христа при Его воскрешении и первым из учеников увидел воскресшего Учителя.

Петр был прекрасным проповедником и оратором. Он обращал ко Христу тысячи человек. При его словах падали замертво обличенные преступники, воскресали умершие и калеки вылечивались от одной только тени апостола. Святой Петр проделал пять путешествий, во время которых он проповедовал, распространял Евангелие и обращал новых прихожан. Среди прочих его деяний известно обличение Петром обманщика Симона волхва, выдающего себя за Иисуса и обращение в Христову веру двух любимых жен Нерона.

Но не было ни капли неравенства в отношениях Петра с другими учениками Христа. Все дела решались на общем голосовании апостолов, а Собор посылал Петра на служения, как и других.

По приказу древнеримского императора Нерона 29 июня 67 года ученик Христа Петр был распят. По его собственному желанию он был распят вниз головой, дабы показать различие между собой и своим Божественным Учителем.

Не менее интересна история обращения в веру святого Павла.

Святой апостол Павел, носивший до своего обращения имя Савл, был воспитан в иудейском законе и ненавидел учение Христа и его последователей. Он вымолил у синедриона разрешение преследовать и наказывать христиан.

«А Савл терзал церковь, входя в дома и влача мужчин и женщин, отдавал в темницу» (Деян. 8:3).

Однажды Савл пришел к первосвященнику и выпросил у него письма для путешествия в Дамаск, чтобы всех, кого он найдет по дороге, верующих во Христово учение, приводить в Иерусалим. Он уже подходил к Дамаску, когда его залил небесный свет и голос спросил его: «Савл, Савл! Зачем ты гонишь меня?». Савл задал вопрос «Кто это?», и голос ответил: «Я Иисус, которого ты гонишь». Савл спросил, что же ему делать, и Господь ответил: «Иди в город, там тебе сказано будет, что надобно делать». Те, кто шел с ним, застыли в оцепенении, ведь они никого не видели и слышали лишь голос. Савл поднялся, и, открыв глаза, никого не смог видеть. Его за руки привели в Дамаск, и он ничего не ел, не пил и не видел три дня.

После этого происшествия ярый противник христианства становится его последователем, и ничего не могло ослабить его веру: ни гонения, ни опасности, ни мечи, ни сама смерть.

Он постоянно путешествовал в разные страны для совершения проповедей иудеям и язычникам. Петру сопутствовали непрерывный труд и сильнейшее терпение. За свои старания апостол немало терпел, и в 67 году, в то же время, что и апостол Петр, он мученически скончался в Риме. В отличие от Петра, Павел был римским гражданином, и поэтому его обезглавили мечом.

Церковь славит Петра и Павла как свет во мраке, Церковь прославляет непоколебимость и верность Петра и мудрость Павла и возносит их как символ раскаяния и исправления: Петра, отрекшегося и после раскаявшегося, и Павла, угнетающего Церковь и после уверовавшего. Петр и Павел – слияние твердости и разума – важных христианских черт. Это ученики, не получившие веру в готовом виде, но обретшие и отстаившие ее.

Питание в Петров пост

Праздник святых Петра и Павла частью поста не является, но если он попадает на среду или пятницу, пост соблюдается даже в праздничный день (допускается лишь небольшое послабление).

Итак, протяженность поста разнится из года в год. Так, в 2007 году Петров пост длился чуть больше пяти недель (с 04 июня по 11 июля), в 2008 – две с половиной недели (с 23 июня по 11 июля), в 2009 протяженность поста составляла почти четыре недели (с 15 июня по 11 июля), а в 2010 пост длился целых шесть недель (с 31 мая по 11 июля).

Петров пост менее строг, нежели Четыредесятница, но все же определенный набор ограничений есть. Согласно Типикону¹⁰, на протяжении Петрова поста трапеза выглядит следующим образом:

- **Понедельники, среды, пятницы** – сухоядение раз в день после девяти часов, согласно богослужебному суточному кругу,¹¹ воздержание от рыбы, масла и вина;
- **Вторники и четверги** – дважды в день вареная постная еда без масла;
- **Субботы и воскресенья** – дважды в день вареная пища с маслом, рыба (то же меню – в дни памяти какого-нибудь великого святого или в праздники). (См. табл.)

¹⁰ Типикон – (Typikon), или Устав, церковно-богослужебная книга, которая содержит указание порядка и правильности совершения православных церковных обрядов.

¹¹ Богослужебный суточный круг – последовательность богослужений, совершающихся на протяжении суток.

	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
1 неделя	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища с маслом, рыба	Горячая пища с маслом, рыба
2 неделя	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища с маслом, рыба	Горячая пища с маслом, рыба
3 неделя	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища с маслом, рыба	Горячая пища с маслом, рыба
4 неделя	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища без масла	Сухоядение	Горячая пища с маслом, рыба	Горячая пища с маслом, рыба

Молитвы во время Петрова поста

Молитва на праздник святых первоверховных Петра и Павла

Боже, освятивший сей день мученичеством Свв. апостолов Твоих Петра и Павла, подай Церкви Твоей следовать во всем наставлениям тех, от которых приняла начало веры. Ради Христа Господа нашего. Аминь.

Евангелие от Матфея, гл. 16, ст. 13–19.

Молитвословия святым первоверховным апостолам Петру и Павлу

Тропарь, глас 4-й

Апостолов превопрестольницы и вселенныя учителяе, Владыку всех молите мир вселенный даровати и душам нашим велию милость.

Кондак, глас 2-й

Твердыя и боговещанныя проповедатели, верх апостолов твоих, Господи, приял еси, в наслаждение благих Твоих и покой: болезни бо онех и смерть приял еси, паче всякаго всеплодия, Едине сведый сердечная.

Величание

Величаем вас, апостоли Христовы Петре и Павле, весь мир ученьми своими просветившия и вся концы ко Христу приведшия.

Акафист святым первоверховным апостолам Петру и Павлу

Кондак 1

Избранныи проповедницы Агнца Непорочнаго, за ны закланнаго, Христа Бога, преславнии апостоли Петре и Павле! Яко Боговедением концы мира озарившии и обильно струями благодати напоившии, и ныне с любовью призрите на чтущия усердно память вашу. Исполните нас духа премудрости, сердца наша верою утвердите, да непрестанно благодарственная вам поем,

со умилением зовущие: Радуйтесь, святити первоверховнии апостоли Петре и Павле.

Икос 1

Ангели благовестницы явистесь на земли, апостоли Петре и Павле блаженнии, зане от Самаго Виновника спасения нашего на делание ваше призвани бывше, широту всея земли обтекосте, иудеом и еллином Христа распятаго, Божию Силу и Божию Премудрость проповедающе. Темже и мы, светом учений ваших озаряеми, сердцем и усты зываем к вам сицевая: Радуйтесь, звезды светозарныя, от востока возсиявшия и всем людям путь ко Христу показавшия; радуйтесь, Церкви Христовы утверждение и столпи непоколебимии. Радуйтесь, власть взати и решити грехи наша от Христа приимшии; радуйтесь, во святых писаниих ваших к вере и упованию на Бога вся ны призывающии. Радуйтесь, в житии вашем образы обращения согрешающим явившии; радуйтесь, высоту любве истинныя словом и делом нам показавшии. Радуйтесь, святити первоверховнии апостоли Петре и Павле.

Молитва на благословение трапезы в праздник Первоверховных апостолов Петра и Павла

(Читается на первой праздничной трапезе вместо обычной формулы благословения.)

Господи Иисусе Христе Боже наш! Благодарим Тя, яко даровал еси нам, поприще поста святых апостолов прешедшим, достигнути праздника славных Первоверховников Петра и Павла.

Молим Тя, отверзающаго щедрую руку Твою, исполняющаго все живущее благ Твоих, дающаго всем пищу, соответствующую времени и правилам церковным, благослови праздничныя снеди, верным людям Твоим уготованныя, наипаче сия, от нихже повинующеся Уставу Церкви Твоея, в мимошедшие дни поста воздерживались рабы Твои, да будут оне вкушающим их со благодарением во здравие, в подкрепление сил телесных, в веселие и радость. Да вси мы всякое довольство имуще, изобилувати будем и в дела благая, и от полноты благодарнаго сердца славити Тя, питающаго и утешающаго нас, купно же и Безначальнаго Отца и Пресвятаго Духа во веки веков. Аминь.

Если праздник Первоверховных Апостолов случится в среду или пяток, молитва сия читается пред трапезой на следующий день.

Успенский пост

Успенский пост – один из четырех многодневных постов православной Церкви, самый непродолжительный, но один из самых строгих. Он устанавливается перед большими праздниками Преображения Господня и Успения Божией Матери. Он начинается 14 августа и длится две недели, заканчиваясь праздником Успения. В народе он также получил название «Госпожинки», или «Спожинки».

Во время Успенского поста на Руси были особо строги запреты на веселья, различного рода маскарады, балы и карнавалы. Сейчас же во время Успенского поста, кроме говения телесного, не стоит также и проявлять шумную деятельность, ссориться, предаваться бурному веселью.

Еще в 450 году, в беседе Льва Великого, упоминалось об Успенском посте: «Для каждого времени года есть свой закон воздержания: так расположены церковные посты. В весну мы соблюдаем пост в Четыредесятницу, летом – в Пятидесятницу (Петров, или Апостольский пост), осенью – пост в седьмом месяце (Успенский), зимой – зимний пост (Рождественский)».

Успенский пост был установлен в честь Матери Божией. Когда Богородица узнала о своей миссии, она постилась и молилась за всех людей, готовясь к тому моменту, когда ее душа через Божественный дух соединится с ее сыном. В честь Святой Матери Божьей православные постятся, подражая ее жизни, подвигу и пробуждая Ее для молитвы за всех.

Есть версии, что Успенский пост установлен в честь праздников Происхождения, Преображения и Успения. Во всяком случае, и эти праздники являются неотъемлемой составляющей православной жизни.

Праздник Происхождения

Праздник Происхождения, или Изнесения честных древ Животворящего Креста Господня, отмечается 14 августа и ознаменовывает начало Успенского поста.

Установление этого праздника относится к IX веку, окончательно же он закрепился в православной церкви в XII–XIII веках. Известен также под названием Медовый Спас, это – первый из трех Спасов. Истоки этого праздника определяются следующим образом: из-за участвовавших болезней, которые почему-то случались именно в августе, в древнем Константинополе появилась традиция выносить Святой Крест и освящать им дома, улицы, площади для отращения болезней. С числа 14-го каждого августа и до Успения Богородицы совершались повсеместно литии, а Крест предлагали всем для поклонения. Так и появился праздник «Предъисхождения Животворящего Креста».

14 августа принято вспоминать семерых мучеников Маккавеев, пострадавших в 166 году до Рождества Христова за веру. Имя Маккавей носил вождь иудеев Иуда, который сражался до победы с сирийским правителем Антиохом Епифаном. Имя Маккавей означает «Кто уподобится тебе среди богов, Господь». Этим именем стали называть всех потомков Иуды Маккавея.

Святые мученики Маккавеи сопротивлялись пыткам веры, отказываясь нарушать свои религиозные традиции. Так, законоучитель Елезар принял мучительную смерть, отказавшись есть свиное мясо, предпочитая гибель нарушению Закона Божьего, произнес в предсмертной агонии «Господу, имеющему совершенное ведение, известно, что я, имея возможность избавиться от смерти, принимаю жестокие страдания и охотно терплю их по страху перед Богом». Семь братьев Маккавеев погибли за отказ от поклонения языческим богам. Их мать, Соломония, распростерла над трупами сыновей руки, вознесла молитву Богу и тоже скончалась. Вдохновленный религиозными подвигами семи братьев Иуда Маккавей поднял восстание против царя Антиоха и изгнал с Божьей помощью язычников из Иерусалимского храма.

По уставу Православной Церкви в этот день совершается освящение воды. Из престола накануне, во время утрени, выносится украшенный цветами с благовониями Крест и ставится архиереем или священником на середину храма. В этот день освящается не только вода, но также цветы, маковые зерна и мед. В народе считается, что к этому дню пчела уже перестала приносить мед и соты уже можно доставать. В этот день на Руси принято печь плюшки, булочки, пышки и пироги с маком и медом.

Праздник Преображения, или Яблочный Спас

Этот праздник отмечается 19 августа в честь представления Силы Божьей человеку и явления Господа Иисуса Христа на горе Фавор.

В конце своей земной жизни, незадолго до горы Голгофы, Иисус взял с собой апостолов Петра, Иоанна и Иакова для совершения путешествия на гору Фавор. Утреннее солнце палило им плечи, а песок забивался в сандалии. Ученики следовали за своим Учителем и недоумевали, в чем цель их пути, поднимаясь все выше по склонам горы. Молчание было ответом на все их вопросы: за время восхождения Иисус не проронил ни слова. Добравшись до вершины, ученики спрятались от палящего солнца в тени маслины. Петр, расположившись на камне, оперся лбом о свой посох и задремал.

Вдруг апостолы услышали шум листвы и почувствовали порывы ветра. *«И преобразился пред ними [Иисус]: и просияло лице Его, как солнце, одежды же Его сделались белыми, как свет. И вот, явились им Моисей и Илия, с Ним беседующие»* (Мф. 17:2–3).

Апостол Петр, увидев Христа в неземной красоте и божественном свете, радостно произнес: *«Господи! хорошо нам здесь быть; если хочешь, сделаем здесь три хижины: Тебе одну, и Моисею одну, и одну Илию»* (Мф. 17:4). И в то время, когда он это говорил, учеников осветило облако неземного света и голос произнес: *«Сей есть сын Мой возлюбленный, в Котором Мое благоволение; Его слушайте»* (Мф. 17:5). Апостолы, услышав божественный голос, упали, ужаснувшись, на землю, потому как никогда не слышали столько Силы в голосе чьем-нибудь. Внезапно все стихло. Иисус сказал: *«Встаньте, не страшитесь. Никому не рассказывайте об увиденном, пока Сын Человеческий не воскреснет»*.

Спаситель показал апостолам не просто свое Преображение на горе Фавор, он позволил смертным лицезреть недостижимый Божественный свет.

В этот день совершается освящение плодов, в народе 19 августа называют праздником Яблочного Спаса. В церкви в этот день освящаются яблоки, груши, сливы, виноград, а также злаковые колосья. Этот обычай уходит корнями в древние времена. Еще в VIII веке существовала традиция освящать колосья и виноград, выражая тем самым любовь к Богу (колосья – хлеб – плоть Иисуса, виноград – вино – кровь Христа). Человек возносит хвалу Господу за урожай, по словам Иоанна Златоуста, «Земледелец получает плоды от земли не столько за свои труды и прилежание, сколько по благодати Бога, возвращающего оные». Но кроме этого, освящение плодов имеет и потаенный смысл, относящий нас к ветхим временам грехопадения Адама и Евы через плод яблока. Таким образом, освящая плоды, мы очищаем их и очищаем себя.

Этот праздник относится к двенадцатым великим праздникам. В этот день в храме совершается праздничная литургия, озвучиваются паримии,¹² а также поется канон, подчеркивающий величие и значение Преображения. Цвет богослужебных одежд в этот день – белый, как символ божественного света на горе Фавор.

¹² Паримия – элемент литургии, в котором содержится хвала какому-либо святому, или пророчество о предстоящем великом событии.

Успение Богородицы

Успение Богородицы – праздник, установленный во имя воспоминания смерти Матери Божьей. Это один из двенадцати великих праздников, который отмечается 28 августа и становится окончанием Успенского поста.

Смерть Богородицы – событие, окрашенное печалью о ее уходе, но печалью светлой, ведь смерть матери Божией означала ее соединение с Сыном.

В Библии ничего не говорится об Успении Богородицы, но рассказ об этом сохранился в церковных иконах и службах.

В Священном предании говорится, что после вознесения Иисуса Богородица осталась на попечение Иоанна Богослова. После того, как царь Ирод развернул гонения на христиан, Матерь Божия уехала на родину апостола Иоанна, в город Эфес, где жила в доме его родителей. Там она беспрестанно молилась, чтобы Господь поскорее взял ее к себе.

Во время одной из таких молитв, которую Матерь Божия совершала на месте вознесения ее Сына, перед ней предстал архангел Гавриил и объявил, что через три дня ее молитвы найдут ответ, то есть через три дня Господь заберет ее к себе. Богородица хотела перед смертью увидеть всех апостолов, которые разошлись по разным краям с проповедями. Чудесным образом все апостолы очутились в Иерусалиме через три дня для того, чтобы проститься с Богородицей. Позже всех прибыл апостол Павел, а не явился лишь апостол Фома.

Как говорится в Священном писании, в назначенное время в храме горело много свечей, все апостолы окружали ложе, на котором лежала Богородица и молилась в ожидании своего исхода. Она просила своего Сына и Господа об ограждении Ее от злых сил и мытарств. Вскоре свечи погасли, все вокруг залил свет, с неба сошел сам Христос в окружении ангелов, и Матерь Божья радостно передала свою душу в Его руки.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.