



20 Марта 2022 года

ПОУЧЕНИЕ ВО ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ ВЕЛИКОГО ПОСТА. ЗНАЧЕНИЕ ПОСТА ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

Внемлите себе, да не отягчают сердца ваша объядением и пьянством
(Лук. 21, 34).

Возлюбленные братья! Душеспасительно нам в дни святой Четыредесятницы не только удручать тела наши постом, но и беседовать о посте; душеспасительно нам в дни святых Четыредесятницы обратить все должное внимание на предостережение от пресыщения и насыщения, сделанное нам Самим Господом: *внемлите себе, сказал Он, да не отягчают сердца ваша объядением и пьянством.*

Установление поста — Божие установление. Первая заповедь, данная Богом человечеству, — заповедь о посте. Она была необходимою 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 душою, самый подвиг поста.

Подвиг поста не принадлежит исключительно телу; подвиг поста полезен и нужен не единственно для тела; он полезен и нужен преимущественно для ума и сердца. *Внемлите себе, да не отягчают сердца ваша объядением и пьянством.* Спаситель мира открыл нам в этих словах достойное особенного внимания последствие от излишнего употребления пищи и питья, последствие страшное, последствие душепагубное. От угождения чреву отягощается, грубеет, ожесточается сердце; ум лишается своей легкости и духовности; человек соделывается плотским. Что значит плотской человек? Именем плотского отмечает Священное Писание того несчастного человека, который пригвожден к земле, который неспособен к помышлениям и ощущениям духовным. *Не имать Дух Мой пребывать в человецех сих во веки, зане суть плоть* (Быт. 6, 3), засвидетельствовал Бог. Плотской человек неспособен к богопочитанию. Даже человек духовный, подвергшись насыщению, теряет свою духовность, теряет как бы самую способность знать Бога и служить Ему. *Яде Иаков, говорит Священное Писание, называя Иаковом истинного служителя Божия, и насытися, и отвержеса возлюбленный. Уты, утолсте, разшире: и остави Бога, сотворшаго его, и отступи от Бога Спаса своего* (Втор. 32, 15). В такое состояние приходит подвижник, когда исключит из своих подвигов подвиг поста. Дебелость и мгла, сообщаемые телу обилием и неразборчивостью в пище, мало-помалу сообщаются телом сердцу и сердцем уму. Тогда эти душевные очи, сердце и ум, притупляются; вечность скрывается от них; земная жизнь представляется для болезненного зрения бесконечною. Соответственно понятиям и чувствованиям направляется земное странствование, и злосчастный слепотствующий странник, вместе с отверженным змеем, *на чреве ходит, и землю снедает вся дни земного живота своего* (Быт. 3, 14). Нарушение поста угрожает ученику Христову отпадением от Христа.

Такое влияние неумеренного или даже неосмотрительного и неосторожного употребления пищи на человека объясняет причину, по которой человек, в самом состоянии невинности своей, среди наслажденийрая, нуждался в заповеди о посте. Ей предоставлено было сохранять новосозданную тварь, совокупленную из двух естеств, телесного и духовного, в духовном состоянии; ей предоставлено было уравнивать два естества и соблюдать перевес при естестве духовном. С помощью ее человек мог непрестанно предстоять мыслью и сердцем пред Богом, мог быть непрístupным для помысла и мечтания суетных.

Тем нужнее заповедь о посте для человека падшего. Пристрастие к земле, к кратковременной земной жизни, к ее сладостному, к ее великому и славному, самая склонность к греху сделались свойственными падшему естеству, как свойственны недугу производимые им беспорядочные влечения и ощущения. Мы пригвождены к земле, прилеплены к ней всею душою — не только телом; соделались совершенно плотскими, лишены духовного ощущения, неспособны к помышлениям небесным. Заповедь о посте опять является первою, необходимою



для нас заповедью. Только при помощи поста мы можем отторгнуться от земли; только при помощи поста мы можем противостоять увлекательной силе земных наслаждений; только при помощи поста мы можем разорвать союз с грехом; только при помощи поста дух наш может освободиться от тяжких оков плоти; только при помощи поста мысль наша может возникнуть от земли и воззреть к Богу! По мере того как мы возлагаем на себя благое иго поста, дух наш приобретает большую свободу: он устремляется в область духов, ему родственную, начинает часто обращаться к созерцанию Бога, погружаться в это неизмеримое и чудное созерцание, умедлять в нем. Если предметы вещественного мира, освещенные лучами вещественного солнца, непременно заимствуют от него и издают сияние, то как не просветиться нашему духу, когда он, свергнув при посредстве поста грубую и густую завесу плотяности, предстанет непосредственно Солнцу Правды — Богу? Он просвещается; он просвещается и изменяется! Возникают в нем помышления новые, божественные, открываются пред ним доселе неведомые ему таинства. *Небеса поведают ему славу Божию* (Пс. 18, 2): *твердь возвещает* всемогущество сотворившей ее руки; все создания, видимые и невидимые, громко проповедуют неизреченную милость Создателя; он вкушает духовно и видит духовно, *яко благ Господь* (Пс. 33, 9). Благодатная легкость и тонкость духа сообщаются телу; тело, вслед за духом, влечется к ощущениям духовным и предпочитает пищу нетленную, для которой оно создано, пище тленной, к которой оно ниспало. Первоначально оно с трудом подчиняется врачеванию и насилию поста; первоначально оно возмущается против установления поста, восстает против него дух наш, вооружается против него различными умствованиями, почерпнутыми из лжеименного разума; но, будучи укрощено и уврачено постом, оно уже ощущает и мудрствует иначе. Его отношения к пресыщению таковы, каковы ощущения выздоровевшего человека к зловредным яствам, которых он неистово желал во время болезни; его отношения к пресыщению подобны отношениям к обнаруженному и уже явному яду, которым отнимается у духа преобладание над плотью, которым человек от подобия и сродства ангелу низводится к подобию и сродству бессловесных. Духовные воины, одержавшие победу над плотью посредством поста, представшие пред лице Господа для научения величайшим тайнам и возвышеннейшим добродетелям, слышат из уст Его учение о высокой добродетели поста и откровение тайны — того состояния, которое мало-помалу образуется от насыщения и пресыщения: *внемлите себе, да не когда отягчают сердца ваша объядением и пьянством*. Напоминается победителям тщательное хранение при себе оружия, которым добыта победа! И получается победа, и сохраняется добыча, приобретенная победою, одним и тем же оружием — постом.

Подвижник Христов, озаренный Свыше и научаемый своими благочестивыми опытами, обращаясь к рассматриванию собственно постного подвига, находит вполне нужным не только воздержание от пресыщения и постоянного насыщения, но и строгую разборчивость в пище. Эта разборчивость представляется излишнею только при поверхностном, беглом взгляде на себя; но в сущности качество пищи особенно важно. В раю воспрещено было единственно качество. В нашей юдоли плача, на земле, находим, что неразборчивость в качестве производит гораздо более душевных бедствий, нежели излишество в количестве. Не должно думать, что одному гроздью свойственно действовать на наш ум, на нашу душу; каждый род пищи имеет свойственное ему действие на кровь, на мозг, на все тело, а посредством тела — и на дух. Кто внимательно наблюдает за собою, упражняясь в подвиге поста, тот найдет непременно нужным истрезвление тела и души от продолжительного употребления мяс и самых рыб; тот с любовью облобызает уставы святой Церкви о посте и подчинится им. Святые отцы нарекли пост основанием всех добродетелей, потому что постом сохраняется в должной чистоте и трезвенности ум наш, в должной тонкости и духовности наше сердце. Тот, кто колеблет основание добродетелей, колеблет все здание добродетелей.

Братия! Будем протекать поприще святого поста с усердием и тщанием. Лишения, которым, на первый взгляд, подвергается наше тело по уставу поста, ничтожны пред душевною пользою, которую способен принести пост. Отрешим посредством поста наши тела от роскошной и тучной трапезы, а сердца от земли и тления, от той глубокой и пагубной забывчивости, которою мы отделяем себя от предстоящей нам и готовой объять нас вечности. Устремимся и духом и телом к Богу! Убоимся плотского состояния, производимого нарушением поста, убоимся производимой презрением поста совершенной неспособности к богопочитанию и богопознанию. Эта гибельная неспособность — начало вечной смерти. Эта гибельная неспособность является в нас тогда, когда, от пренебрежения Божественною заповедью о посте, мы попустим *отягчать сердцам нашим объядением и пьянством*. Аминь.

Святитель Игнатий (Брянчанинов)

Использованы материалы Православие.ру

Ответственный редактор: священник Сергей Макаров
Верстка: Ирина Тимошина