

# ВЕЛИКИЙ ПОСТ

## «...только молитвою и постом»



Сейчас такое время, что мы знаем много молитв, но молимся мало.

Едим постную пищу, но не постимся. Копим сведения о духовной жизни, а опыта ее не имеем.

Исповедуем грехи, но не каемся.

Ходим в храмы и стоим на службах, но душа не смиряется перед Творцом. Все это от того, что сердце закрыто. Оно должно открыться, чтобы впустить Христа.

старец Паисий Святогорец.

Нет Великого Поста без пощения. Кажется, однако, что в настоящее время люди либо несерьезно относятся к пощению, либо же неверно понимают его подлинное духовное значение. Для одних пост состоит в символическом лишении себя чего-нибудь. Для других пост означает добросовестное соблюдение правил поста, т. е. употребление постной пищи. И в том и в другом случае, однако, пощение редко рассматривается как входящее в общий великопостный подвиг. Поэтому здесь, как и в других случаях, мы должны сперва постараться понять учение Церкви о по-

сте и затем спросить себя: как мы можем применить это учение к нашей жизни?

Пощение или воздержание от пищи не является исключительно христианской практикой. Оно существовало и до сих пор существует в других религиях и даже вне религии, как, например, в специальной терапевтике. Теперь люди постятся (или воздерживаются) по самым различным причинам, включая иногда политические причины. Поэтому важно разобраться в специфически христианском значении поста. Это значение раскрывается нам, прежде всего, через внутреннюю связь между двумя событиями, о которых рассказано в Библии: об одном — в начале Ветхого Завета, о другом — в начале Нового Завета. Первое событие: Адам «нарушил пост» в раю, он съел запрещенный плод — так открывается нам первородный грех. Христос, Новый Адам, — это второе событие, — начинает Свое служение постом. Адам был искушаем и не выдержал искушения. Христос был искушаем и победил искушение. Следствием падения Адама было изгнание из рая и смерть. Плоды победы Христа — уничтожение смерти и наше возвращение в рай. Недостаток места лишает нас возможности подробно объяснить значение этого параллелизма. Однако, даже из сказанного должно стать ясно, что пост является чем-то решающим. Это не просто «обязательство», обычай; пост связан с самой тайной жизни и смерти, спасения и гибели.

Согласно православному учению, грех — это не только нарушение какого-либо правила, требующее наказания; это всегда искажение данной нам Богом жизни. Вот почему история первородного греха изображена как поступок, связанный с едой. Пища необходима живому организму, ибо она поддерживает в нас жизнь. Но здесь-то и встает главный вопрос: что значит быть живым, что означает сама «жизнь»? В настоящее время это слово рассматривается главным образом в своем биологическом зна-

чении: жизнь есть именно то, что всецело зависит от пищи и вообще от физической стороны всего живого. Но, в свете Священного Писания и христианского предания, эта жизнь, оканчивающаяся смертью, отождествляется со смертью, поскольку начало смерти всегда присутствует и действует в ней. Мы знаем, что Бог смерти не сотворил. Он Податель Жизни. Каким же образом жизнь стала смертной? Почему смерть, одна только смерть, есть абсолютное условие всего существующего? Церковь отвечает: потому что человек отверг ту жизнь, которую предложил и дал ему Бог, и предпочел жизнь, зависящую не от Бога, но от «хлеба единого». Он не только не послушался Бога, за что и был наказан, но изменил само отношение между собой и миром. Без сомнения, мир был дан человеку как «пища», как средство жизни; но в то же время жизнь должна быть общением с Богом; она не только должна была иметь в Нем свое завершение, но и свою совершенную полноту. «В Нем была жизнь, и жизнь была свет человека» (Ин.1:4). Мир и пища были созданы, чтобы посредством их человек имел общение с Богом, и только пища, принятая ради Бога, могла быть животворной. Сама по себе пища не имеет в себе жизни и не может ее воспроизводить. Один Бог имеет Жизнь, и Сам есть Жизнь. В самой пище начало жизни — Бог, а не калории. Таким образом, есть, т. е. быть живым существом, знать Бога и быть в общении с Ним — все это одна и та же реальность. И безмерная трагедия Адама в том и состоит, что он воспринял пищу как «жизнь в себе». Больше того, он вкусил ее, скрываясь от Бога, вне Его и для того, чтобы быть независимым от Него. И сделал он это, потому что поверил, что пища имеет жизнь сама по себе и что, вкушая от этой пищи, он может сам стать, как Бог, т. е. иметь жизнь в самом себе. Проще сказать: он поверил в пищу, тогда как единственный предмет веры, доверия, уверенности — Бог и только Бог. Земной мир, пища сделались его богами, источ-

ником и началом его жизни. Он стал их рабом. Адам по-еврейски значит «человек». Это — мое имя, наше общее имя. И человек все еще Адам, все еще раб «пищи». Он может уверять, что он верит в Бога, но для него Бог — уже не его жизнь, не пища, не всеобъемлющее содержание его существования. Он может уверять, что он получает жизнь от Бога, но он не живет в Боге и для Бога. Его знание, его опыт, его самоуверенность построены все на том же принципе: «хлебом единым». Мы едим, чтобы жить, но мы не живем в Боге. Из всех грехов это самый большой грех. И этим грехом наша жизнь приговорена к смерти.

Христос — Новый Адам. Он пришел для того, чтобы уничтожить болезнь, вселенную Адамом в жизнь, чтобы восстановить человека для настоящей жизни, и поэтому Он тоже начинает Свое земное служение с поста. «...Постившись сорок дней и сорок ночей (Он) напоследок взалкал» (Мф.4:3). Голод — это то состояние, когда мы сознаем нашу зависимость от чего-то, когда нам срочно, насущно нужна пища, — что и доказывает, что нет в нас само-сущной жизни. Это тот предел, за которым я или умираю от голода, или, насытив свое тело, сознаю вновь, что я живу. Другими словами, это тот момент, когда перед нами встает ультимативный вопрос: от чего зависит моя жизнь? И так как вопрос это не отвлеченный, так как сама жизнь моего тела зависит от его решения, момент этот оказывается и искушением. Сатана пришел к Адаму в раю; он пришел к Христу в пустыне. Два голодных человека услышали его слова: ешь, потому что твой голод показывает, что ты всецело зависишь от пищи, что твоя жизнь в пище. И Адам поверил и стал есть; Христос отверг это искушение и сказал: не хлебом единым будет жив человек, но Богом. Он отверг эту всемирную ложь, которую сатана внушил всему миру, сделав ее не поддающейся обсуждению, очевидной истиной, основой всего человеческого мировоззрения, основой науки, медицины, и

может быть даже религии. Отвергнув эту ложь, Христос восстановил верное соотношение между пищей, жизнью и Богом, то соотношение, которое нарушил Адам, и которое мы все еще нарушаем каждый день.

Что же тогда означает пост для нас, христиан? Это участие в постном опыте Самого Христа, которым Он освободил нас от совершенной зависимости от пищи, материи и мира. Но освобождение наше ни в коем случае не может быть полным. Мы живем еще в падшем мире, в мире Ветхого Адама, и, составляя часть этого мира, мы все еще зависим от пищи. Но т. к. смерть, через которую все мы должны пройти, побеждена Смертью Христовой, и стала переходом в жизнь, пища, которую мы вкушаем, и жизнь, которую эта пища поддерживает, может стать жизнью в Боге и для Бога. Часть нашей пищи уже стала «пищей бессмертия» — Телом и Кровью Самого Христа. Но даже ежедневный, «насущенный хлеб», который мы получаем от Бога, может в этой жизни, в этом мире быть тем, что поддерживает и укрепляет наше общение с Богом, а не отдаляет нас от Него. Однако только пост может осуществить это преобразование, дать нам существенное доказательство того, что наша зависимость от пищи и материи не окончательна, не абсолютна и что в соединении с молитвой, благодарностью и служением Богу эта зависимость сама хочет стать духовной. Все это означает, что понятый по-настоящему, в истинном своем значении, пост есть единственное средство восстановления в человеке его подлинной природы. Это не теоретический, а практический и реальный вызов великому лжецу, убедившему нас в том, что мы зависим от одного хлеба, и построившему все человеческое знание, науку и существование на этой лжи. Пост изобличает эту ложь. В высшей степени знаменательно, что Христос встретил сатану в то время, когда Он постился, и что позднее Он сказал, что победить сатану можно «только молитвою и постом».

Пост — настоящая борьба против дьявола, это вызов всеобъемлющему закону, делающему дьявола «князем мира сего». Если человек голоден, но понимает, что он действительно может не зависеть от этого голода, не погибнуть от него, а наоборот обратиться к источнику духовной власти и победы, тогда ничего не останется от той великой лжи, в которой мы живем со времен Адама.

Как далеко ушли мы от нашего обычного понимания поста как простой перемены диеты, от рассуждений о том, что разрешается постом и что запрещено, от всего этого поверхностного лицемерия! Ибо, в конечном счете, пост состоит в одном: в том, чтобы испытать голод, алкать, и это значит — достичь предела той жизни в нас, что зависит всецело от пищи, и, взалкав, открыть, что эта зависимость не есть последняя истина о человеке, что сам голод есть, прежде всего, духовное состояние и что на последней глубине своей он есть алкание Бога. В ранней Церкви пост означал совершенное воздержание от пищи, т. е. состояние голода, доводящее тело до крайнего предела. Но именно здесь мы понимаем, что пост, как физическое лишение пищи, совершенно бесполезен без его второй, духовной, стороны. «... Постом и молитвою». Это значит, что без соответствующего духовного усилия, без укрепления себя Божественной Реальностью, без сознания своей совершенной зависимости от Бога и только от Бога, физический пост станет на самом деле самоубийством. Если дьявол искушал Самого Христа, когда Он постился и испытал голод, то у нас нет никакой возможности избежать искушения. Физический пост, как он ни важен, становится не только бессмысленным, но действительно опасным, если он не соединен с духовным усилием, молитвой, мыслью, сосредоточенной в Боге. Пост — искусство, которым в совершенстве владели святые; было бы опасно и самонадеянно с нашей стороны пытаться овладеть этим искус-

ством без духовного рассуждения, без должной осторожности. Все великопостное богослужение постоянно напоминает нам о трудностях, препятствиях и искушениях, которые встают перед тем, кто рассчитывает на собственные силы, а не на Бога.

Вот почему нам необходима духовная подготовка для постного подвига. Она состоит в том, чтобы, во-первых, просить помощи Божией, а, во-вторых, в том, чтобы весь наш постный подвиг был сосредоточен на Боге, устремлен к Нему. Мы должны поститься ради Бога. Мы должны ощутить Его присутствие в нашем теле, которое становится Его храмом. Поэтому и к телу, и к еде, ко всему образу жизни нашей, мы должны относиться с религиозным уважением. Всего этого надо достичь еще до начала поста, чтобы к началу самого поста мы были духовно вооружены, предвидя духовную борьбу и победу.

И вот наступает сам пост. Согласно тому, что было сказано выше, его надо исполнять на двух уровнях: на уровне, во-первых, аскетического поста; а во-вторых — совершенного. Аскетический пост состоит в сильном сокращении пищи, так чтобы постоянное состояние некоторого голода переживалось нами как память о Боге и поддерживало постоянное усилие хранить эту память. Всякий, кто исполнял такой пост — хотя бы немного — знает, что этот аскетический пост, вместо того, чтобы ослаблять, создает в нас известную легкость, собранность, трезвость, радость и чистоту. Пища принимается действительно, как Божий дар. Мы постоянно направлены в тот внутренний мир, который необъяснимо сам питает нас. Мы не будем обсуждать здесь количество и качество пищи, распределение ее в течение дня во все время аскетического поста; все это зависит от наших индивидуальных возможностей, от условий нашей жизни. Но принцип ясен: это постоянное состояние полуголода, «отрицательная» природа которого преобразуется молитвой, памятью о Боге, вниманием и со-

средоточенностью в положительную силу. Тогда как продолжительность совершенного поста необходимо ограничивать соответственно с Евхаристией, к которой он нас готовит. В настоящих условиях нашей жизни это, прежде всего, день перед совершением Литургии Преждеосвященных Даров. Постимся ли мы с раннего утра или только с полудня, главная цель этого поста — провести этот день в ожидании, надежде, «алчущи» насытиться Самим Господом. Это духовная сосредоточенность на ожидаемом, на том даре, который мы должны получить, ради которого мы готовы отказаться от всех других даров.

Но и после всего сказанного следует помнить, что сколь бы ни был ограничен наш пост, если это настоящий пост, он поведет к искушениям, к слабости, к сомнениям и к раздражительности. Иными словами, он будет борьбой, в которой мы, вероятно, не раз будем побеждены. Но если пост наш, по существу своему, настоящий, то тут и обнаруживается наша жизнь во Христе, жизнь борьбы и подвига. Вера, не победившая сомнений и искушений, редко бывает настоящей верой. Возрастание в христианской жизни, увы, невозможно без горького опыта ошибок и падений. Как часто люди начинают поститься с энтузиазмом, но отпадают после первой неудачи. Я сказал бы, что настоящее испытание веры наступает после первого падения. Если после такой неудачи, уступив своему голоду и страстям, мы начинаем все снова, не обращая внимания на то, сколько ошибок мы совершили, то рано или поздно наш пост принесет духовные плоды. Между святостью и цинизмом разочарования находится великая и божественная добродетель терпения — прежде всего, терпения по отношению к самому себе. Не существует сокращенных путей к святости, мы должны заплатить полную цену за каждый шаг, за каждую ступень. Поэтому лучше и безопаснее начинать с минимума — только слегка выше наших естественных возможностей

— и мало-помалу усиливать пост, чем сразу, в начале поста вознестись слишком высоко и затем разбиться, падая назад на землю.

Итак, от символического и номинального поста, мы должны вернуться к настоящему посту. Пусть он будет ограниченный и скромный, но зато последовательный и серьезный. Надо честно оценить свои духовные и физические возможности и способности и действовать соответственно с ними, не забывая в то же время, что, постясь, надо не страшиться своих ограниченных способностей, а видеть в своей жизни божественное доказательство того, что невозможное для человека — возможно Богу.

