

*о. Степан УГРИН, духівник і викладач*

Знову прийшов час Великого посту, період особливий не тільки в загальноцерковному житті, а й у житті кожної окремої людини-християнина. Окрім традиційних відомих приписів, котрі кожен християнин знає і намагається зберігати, дуже добре, коли їх сприйме особисто, тобто намагатиметься поставити їх в площину власних життєвих труднощів, пошуків тощо. При такому особовому підході вказівка не споживати тієї чи іншої страви, набиратиме ще більшого значення, коли буде йти в парі з духовною працею над собою: інтенсивнішою молитвою, ділами милосердя.

Піст, молитва, милостиня пригадують нам райський вимір людини, життя в раю, коли вона мала добрі відносини з Богом (молитва), з іншими (милостиня), із самою собою (регулювання своїх фізичних бажань, піст). Отож, вони не є лише певними практиками, приписами в значенні мети самої в собі, а тим, що спонукає особистість, котра звертається до Бога, самій собі інтенсивніше ставити питання про власний внутрішній стан.

Справді, Великий піст традиційно в Церкві вважався часом для самозаглиблення. Для тих, хто посвятив своє життя монашому подвигу, це була нагода полишити на кілька тижнів спільнотне життя та віддалитися в пустелю. Там же, будучи наодинці, вони намагалися молитовно дослідити найглибші закутки свого серця – цього центру духовного життя людини. Позаяк серце – місце, де народжуються та беруть початок наші діла, то таке дослідження є просто необхідним. Для нього, однак, потрібне тихе спокійне місце – пустеля, та присмирення тіла – піст.

Оскільки, прості вірні, миряни, очевидно, не могли масово вийти в пустелю, вони намагалися собі її організувати в межах свого щоденного звичного життя у містах. Маючи за взірць монахів-пустельників, вони, задля молитовного дослідження власної душі, на час Великого Посту до мінімуму зводили свої розваги, а то й повністю від них відмовлялися, надолужували в молитві, стримувалися від тілесних насолод, а це все для того, щоб зосередитися, як казали окремі подвижники молитви, на «внутрішній людині». Досвідчені люди молитви добре знали, що коли притишується все зовнішнє – шум забав, тілесна насолода – тоді більш явним стає те, що в душі. На жаль, при такому дослідженні, нерідко й виявляється, що в ній пуста... Саме вона й приносить людині внутрішній дискомфорт. Його долання, своєю чергою, полягає саме у посиленому годуванні внутрішньої людини через молитву, дещо притримуючи годування тіла. Отож, час Великого посту присвячується тому, щоб внутрішнє і зовнішнє життя в людині зайняло належну їм роль та гармонію. Щоб при посиленому внутрішньому молитовному годуванні та зрості нутра людини формувався новий погляд на зовнішній, оточуючий світ, та, зрештою, й на те, як людина сама виглядає ззовні. Тому дуже важливо, щоб цей блаженний час був не тільки стриманням від їжі, але й прийняттям обильних духовних страв, адже «сестрою та подругою посту є молитва», – говорили духовні вчителі.

о. Степан УГРИН Молитва - сестра та подруга посту //СЛОВО № 1 (53) 2013, с.30