28/11/2019

# Православные христиане вступают в 40-дневный Рождественский пост



Православные верующие начали готовиться к празднику Рождества Христова. В четверг начинается 40-дневный пост, который закончится 6 января – в ночь под Рождество.

Так как пост наступает сразу после дня памяти апостола Филиппа, его называют “Филипповским”. Изначально он длился всего одну неделю, однако в 1166 году на соборе при константинопольском патриархе Луке и византийском императоре Мануиле было предложено держать его 40 дней. Этот период символизирует 40-дневный пост пророка Моисея, который получил на каменных скрижалях начертание 10 божественных заповедей.

Рождественский пост считается не таким строгим как Великий или Успенский, однако ограничения в рационе присутствуют. В частности, на весь период рекомендуется отказаться от продуктов животного происхождения: мяса, молока и молочных продуктов. Традиционно в первый день поста готовят постную кутью, которой угощают гостей.

“Согласно церковному уставу, четыре дня в неделю – кроме понедельника, среды и пятницы – можно есть рыбу. Разрешены все продукты растительного происхождения: фрукты, овощи и корнеплоды, грибы, каши на воде. В новогоднюю ночь приняты послабления, их меру каждый верующий определяет для себя самостоятельно, по совести. Что же касается алкогольных напитков в праздник – христианская традиция не запрещает вино, но призывает соблюдать меру”, – сказал ТАСС настоятель кафедрального Богоявленского собора в Елохове протоиерей Александр Агейкин.

В определенных ситуациях допускаются определенные послабления или даже полный отказ от соблюдения поста. “Существуют послабления для младенцев, беременных женщин и тяжелобольных людей. О своей мере поста лучше посоветоваться со священником: рассказать ему о своем духовном и физическом состоянии и попросить благословение на те или иные послабления”, – отметил Агейкин.

Он подчеркнул, что ограничение в пище не должно стать самоцелью для тех, кто решил соблюдать пост. “Пост телесный без поста духовного ничего не приносит для спасения души. Истинный пост связан с молитвой, покаянием, с воздержанием, искоренением злых дел, прощением обид. Пост не цель, а средство – средство смирить свою плоть и очиститься от грехов, а без молитвы и покаяния он становится всего лишь диетой”, – добавил священнослужитель.