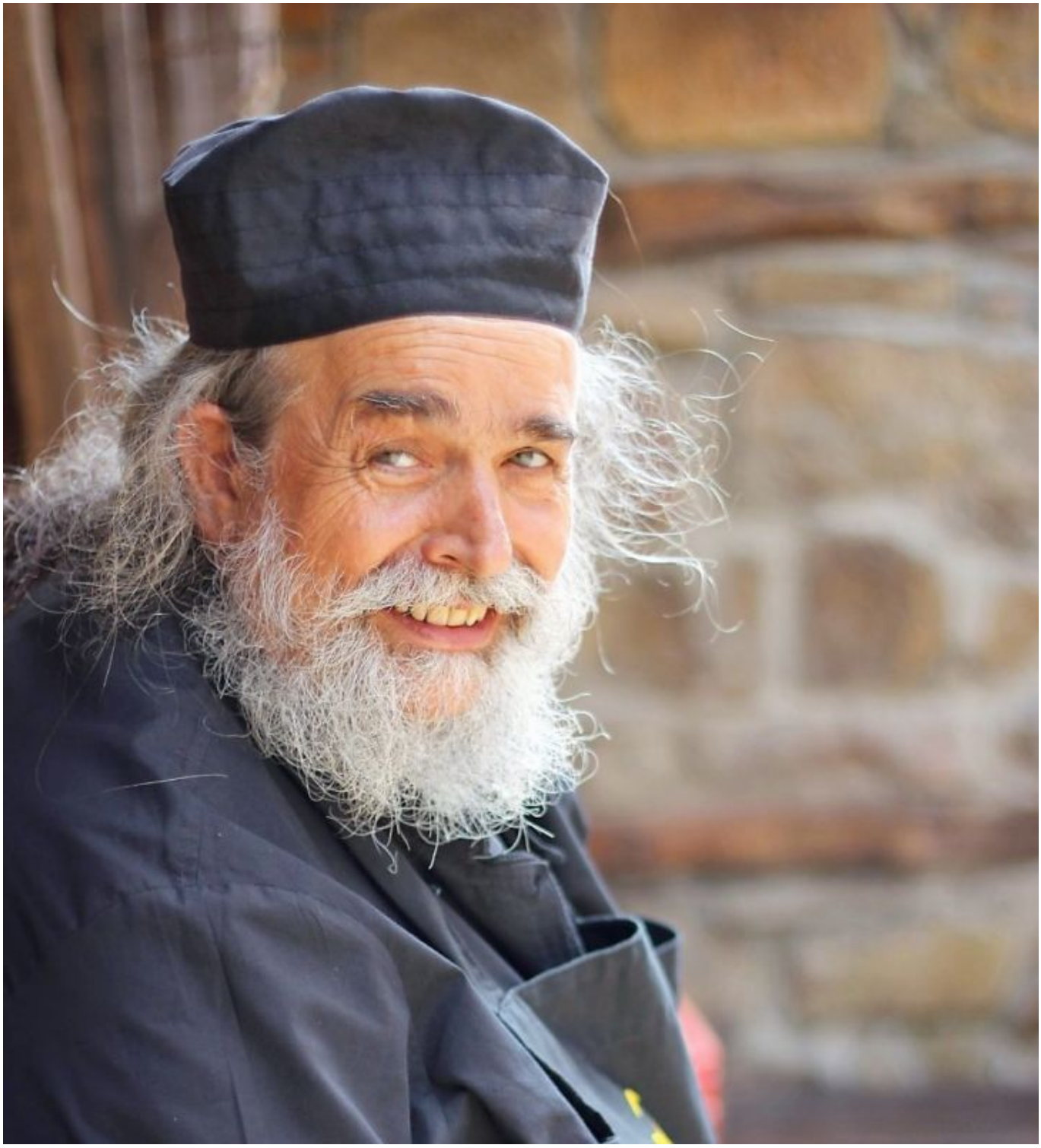
12/12/2020

“Хляб и псалом, вино и славословие” – ИНТЕРВЮ със светогорския монах Епифаний Милопотамит



На 64 години днес почина светогорският монах Епифаний Милопотамски,

който е емблематична личност на Света гора. Повече от три десетилетия той е главен готвач на атонските монаси. През последните години той често посещаваше България като правеше представяне на светогорската кухня. Едно особено запомнящо за църковната общественост негово гостуване бе на 15-тото издание на Седмицата на православната книга в гр. Варна.

Самият той разказва, че е отива на Света гора на 18-годишна възраст. Заселва се през 1990 г. в Милопотамския скит, метох на Великата лавра, който бил западнал и изоставен, и заедно със своя събрат - монах Йоаким, се заема да го възстанови и да му вдъхне нов живот. През 1992 г. двамата възраждат и вековна традиция - засаждат масиви лозя и правят изба за производство на вино от Атон със запазената марка “Милопотамос”. С благословение, виното започва да се ползва за свето Причастие и църковни нужди, но благодарение на отличните му качества се утвърждава и на международния пазар. С кулинарното си майсторство монах Епифаний допринася за славата на възстановения Милопотамски скит, а той става един от най-известните готвачи при приготвянето на храната за големите “панигири” - празниците на светогорските манастири. Случвало се е да готви за 2 000 души, за което са му помагали около тридесетина човека. Освен в Света Гора той е готвил по покана на гръцки общности в Париж, Германия, Италия, Испания, а през последните години и в България.

Основното послание, което монахът-готвач отправя към всички, които имат желание да приготвят храна, е да се готви с любов.

“Като се започне от закупуването на продуктите, с почистването, измиването, нарязването, посоляването, готвенето им и поднасянето на масата, винаги трябва да се мисли за тези, за които правиш всичко това - за тези, които обичаш. Всичко в готварското изкуство е проява на нашата любов към тях. Нашата любов към другите ни води в създаването на вкусни ястия. Затова до дълбока старост всеки човек помни ястията на своята майка, защото тя е готвила за детето си с любов” - – казва монахът. И още: “Молете се, молете се и докато готвите! Монашеската храна е вкусна, защото монасите се молят за спасението на душите на всички хора”.

По време на 15-то издание на Седмицата на православната книга във Варна монах Епифаний в непринудена среща представи не само своя труд, но и разказа за живота на монасите на Света Гора Атон, за молитвеното им правило и трудовете, за особеностите на богослуженията и за това какво ядат в монашеската република и установлението от столетия светогорци да се хранят само два пъти в денонощието - в зависимост от изгрева и залеза на

слънцето. И тъй като призванието на монаха е молитвата, тя изпълва цялото им време през деня и част от нощта, като молитвата продължава дори по време на трапеза, където никой не разговаря, а слуша душеспасително четиво, което чете един от братята. “Тя е в основата на всичко, което се прави в Света Гора” - – обобщава той.

В своята книга “Кулинарното изкуство на Света Гора”, която излезе и на български език, монах Епифаний разкрива някои кулинарни рецепти и основните изисквания на готвенето в Света Гора. Тя съдържа рецепти на ястия от риба, варива и зеленчуци, илюстрирани с красиви фотоси, като под всяка рецепта е написана по някоя пословица, поговорка или цитат от Свещеното Писание. Той ги е събирал в продължение на повече от 35 години в атонските манастири и е натрупвал опита си в готвенето, тъй като не е ходил в готварско училище, но се е учил от традицията и богоугодния начин на хранене на монасите в Атон.

Любимата му пословица гласи: “Мъдрите готвят преди да огладнеят децата им”, а на входа на манастирската трапезария в скита калиграфски е изписано: “Тази трапеза не е само видима, но и духовна. Затова след ядене се казва псалом, а след пиене - славословие”.

В една от вечерите на Седмицата на православната книга, след като бе подготвил вечеря за стотина човека разговарях с монах Епифаний за живота и трудностите на готвача в Света гора, и за посланието, което се предава с храната. Въпреки умората, целият, излъчващ мъдрост и спокойствие той с монашеска скромност и откровен поглед радушно отговори на въпросите ми.

-Трудно ли е да си готвач на Света Гора?

-В нашия живот всичко е трудно и всичко е лесно. Човек, когато има желание и когато има вяра в себе си и любов към това, което прави, може да постигне всичко, което иска. И ще дам един такъв пример - какво прави един човек, когато е влюбен в друг човек, какво прави за него? Всичко. Лесно е, разбира се, да се даде пример, но това е много важно да се знае.

Как започнахте да готвите?

-От малко дете имах интерес към готвенето и много ми харесваше да помагам на майка ми. Аз съм най-малкият от петте деца - ние сме четири момчета и една сестра преди мен. Сестра ми помагаше малко, тя обичаше повече да чете книги и помня как майка ми казваше: “Не можеше ли ти да се родиш момиче, а тя момче, така и така вършиш повече работа в кухнята”.

-Има ли някаква специална подготовка - молитвено последование, което се изисква от готвача на Света Гора?

-Не. Обикновено самият той прави лична молитва към Господ да успее в това, което прави. Но преди всяко начинание игуменът е този, който благославя. Той благославя и храната, след което се хранят монасите.

Във всички кухни и магерници на манастирите имат икона на св. Богородица и икона на св. Ефросин, който е патрон на всички готвачи. Един готвач преди да започне да готви, първо запалва кандилото или кандилата, защото всички икони имат кандила, и едва тогава пристъпва към работа.

-Поради необходимостта да се приготвя храната от рано сутринта, означава ли, че на светогорския готвач рядко му се случва да отиде на литургия?

- Ще приведа един много хубав пример. В книгата на св. Йоан Лествичник се разказва, че имало един монах, който трябвало да готви непрекъснато и всеки път се оплаквал, че не може да отиде на църква, защото трябвало да готви. И веднъж в църквата по време на служба, в момент, в който се кадяло пред всички монаси наредени поред, ефимерият, а той имал пророчески мисли, не прекадил един от монасите, а започнал да кади празното пространство до него. Този монах го попитал: “Добре де, аз съм в църквата, защо мен не ме кадиш, а кадиш празната стасидия (дървен трон)? “Аз кадя празната стасидия - казал служещият, - защото тук трябва да стои един монах готвач и неговият ум е непрекъснато тук - в църквата, а ти, който си тук, с твоето съзнание си в лодката, с която ще отидеш да ловиш риба.”

Вие говорите за това, че добрият готвач трябва да готви с любов... Как се учим на тази любов и как я постигаме?

Не е лесно... Любовта е едно преживяване, което изживяваш от малък. Любовта не е просто хубави думи... Тя не е само да се гледаме в очите и да си казваме красиви слова. Тя е една жертва за това, което е голямо; важно и възвишено чувство като обичта.

Любовта е да даваш от себе си, без да очакваш да ти благодарят или да получиш нещо в замяна. Най-простият пример е, когато отидеш при някого и му подаряваш нещо, той се радва и благодари. Нашата душа се изпълва с радост още преди да му го подарим - отиваме да търсим подходящ подарък, пакетираме го, надписваме го и всичко това правим със старание и любов…

Помниш ли в Евангелието, когато богатият отишъл да попита Христос как да придобие рая. Много е важно да не сме зависими от материалните неща. Това желание много често ни хваща и не ни оставя да полетим. Трябва да имаме крила, с които да може да полетим, а не да сме зависими от интереса. Много е важно да стигнем до точката, когато “не”-то да е не и “да”-то да е да, както казва св. ап. Павел. Това е една непрекъсната борба, която продължава през целия живот. Много често ние даваме любов, а получаваме в замяна омраза. Но Христос много ясно ни го казва, че на този свят ще имаме много изкушения и страдания, “но радвайте се, защото Аз победих света”.

С какви изкушения се бори монахът готвач?

-С различни. Всеки един монах може да каже, че съм направил яденето много солено или има много пипер; друг да възрази, че съм сготвил пак боб; трети да негодува срещу друго - това е едно изкушение, с което трябва да се бориш и да не се почувстваш зле. Най-голямата радост за един монах готвач е да вижда, че монасите са изпразнили чиниите си, тъй като не можеш никога насила да ги накараш да харесат гозбите ти.

През годините имате ли провали в готвенето?

Разбира се, в първите години… Случвало се е да се заговорим и яденето, което е на огъня, да загори. Добре е, че няма телефони или телевизори на Света Гора, защото докато гледаш, може да загори ястието.

Бихте ли споделили, кой момент досега от живота Ви е бил най-трудният за Вас?

Бесът спори с монасите за много неща. И най-често борбата е, когато бесът те доведе да се бориш със самия себе си, с егоизма си. Често може да се случи някой, който е монах на 20-30 години, да те обиди и тогава дяволът ти изпраща тази мисъл: “Аз съм вече 40 години монах, а този ми говори по този начин”. Това е голямо изкушение. Когато водиш една борба срещу егоизма си, това е много по-трудно, отколкото да направиш друг грях, който е по-

видим и по-греховен, като това да откраднеш, да удариш някого или да отидеш с чужда жена.

Когато си голям егоист, ти не можеш да се смириш, а е казано в псалмите, че когато се смириш, тогава идва благодатта Божия.

Имате ли любим псалом?

За всички на Света Гора това е 40-и псалом. Той е едно обобщение на всички псалми, защото хората непрекъснато трябва да се надяваме на Божията милост, не на Неговия съд, а на Неговата любов.

Има една икона на Христос в Синайския манастир, тя е най-старата икона на Спасителя - от VI век. Христос на тази икона има две различни очи и мислехме, че художникът е допуснал грешка. Едното око гледа направо и гледа много строго, а другото око гледа с милост. Това око гледаме ние, когато молим Иисус Христос да ни прощава и милва.

-Какво бихте казали на младите християни?

-Няма нужда от големи неща. Да не се срамуват да казват, че са православни християни и да не се срамуват да се прекръстват!

Обикновено виждаме в църквата хора, които влизат и сякаш никога не са влизали в църква - не знаят, че не трябва да си скръстват ръцете, да ги слагат отзад, не знаят къде да застанат... Това ви се струва просто смешно, но ние трябва да се опитваме да помогнем на другите - да им покажем пътя стъпка по стъпка, както една майка показва на малкото дете как трябва да ходи.

Това, което срещаме днес в младите хора е, че те нямат цели, не виждат светлина пред себе си, защото нямат пример и за това сме виновни ние, по-големите, които трябва да ги учим и не правим това, а примерът е важно нещо. Иисус Христос го казва много ясно - голям и велик е този, който първо върши добрите дела, а после учи и другите на тях. Направете го, покажете го и тогава учете другите! И древните гърци са го казвали, после го казват и светите отци: че теорията трябва да идва от практиката, първо е практиката, а после теорията.

Интервюто взе: Весела ИГНАТОВА

Снимки: Нина Комарова, Весела Игнатова

Църковен вестник, бр. 24, 2013

— bg-patriarshia.bg