

# Великий Пост: подготовительные недели



Подготовка к Великому посту начинается за три седмицы до его начала, что служит цели духовно подготовить христианина к главному и единственному смыслу поста — покаянию. Каждая из предшествующих Великому посту Недель (воскресений) и седмиц имеет своё название.

Неделя о мытаре и фарисее	Неделя о блудном сыне	Неделя мясопустная, о Страшном Суде	Неделя сыропустная
<p>На Литургии читается евангельская притча о мытаре и фарисее (от Луки, 18: 10-14), которой Церковь напоминает верующим о смирении, как истинном начале и основании покаяния и о гордыне, как главном источнике грехов.</p> <p>С этого дня до Недели 5-ой Велико-го Поста включительно на вечернем воскресном богослужении исполня-ются стихиры «Покаяния двери от-верзи ми, Жизнодавче».</p> <p> Неделя сплошная: в среду и пятницу поста нет.</p>	<p>Евангельской притчей о блудном сыне (от Луки, 15: 11-32) Церковь показывает пример неисчерпаемого милосердия Божия ко всем грешни-кам, которые с искренним раскаяни-ем обращаются к Богу.</p> <p>На воскресной Утрне к обычным двум полиелейным псалмам присо-единяется 136-й псалом “На реках Вавилонских”. Этот же псалом испол-няется и в два последующих воскре-сения.</p> <p> В среду и пятницу пост.</p>	<p>Неделя мясопустная называется так-же Неделью о Страшном Суде. В праздничном Евангелии говорится о грядущем Страшном Суде Божиим (от Матфея, 25: 31-46).</p> <p>В субботу мясопустную Церковь осо-бенно молится о умерших, соверша-ется заупокойное богослужение.</p> <p>Постепенно вводятся постные огра-ничения в пище:  начиная с этого воскре-сения не едят мясо до конца Великого поста.</p>	<p>Последнее воскресенье пред Великим постом — Неделя Сырная, более известная как Прощёное воскресенье: после вечерни в этот день совершает-ся чин взаимного прощения.</p> <p>Также в этот день воспоминается изгнание Адама из Рая.</p> <p>На масляной неделе не бывает поста в среду и пятницу. В Прощёное воскресенье бывает заго-венье, после которого начинается поприще Святой Четыредесят-ницы.</p> <p></p>

Первая седмица Великого Поста

“Православие и мир” - ежедневно о том, как быть православным христианином сегодня: [www.pravmir.ru](http://www.pravmir.ru) ©2011  
Вёрстка: священник Максим Бурдин

Великий пост предваряют четыре подготовительные Недели (дни, которые мы называем воскресеньями) и три седмицы (недели).

Каждая из Недель и седмиц, предшествующих Великому посту имеет свое название: *Неделя о мытаре и фарисее, Неделя о блудном сыне, Неделя мясопустная, о Страшном Суде, Неделя сыропустная (или Прощёное воскресенье).*

Каждая из Недель имеет свой духовный смысл и свою духовную направленность.

С первой подготовительной Недели о мытаре и фарисее до Великой субботы проходит 70 дней:

22 дня - три седмицы перед Святой Четыредесятницей и Прощёное воскресенье

40 дней - Великий пост (Святая Четыредесятница), который длится шесть седмиц (то есть 42 дня без 2 дней, так как последняя шестая седмица заканчивается в пятницу, накануне Лазаревой субботы)

8 дней - Лазарева суббота и Страстная седмица, заканчивающаяся в Великую субботу.

Начиная с Недели о мытаре и фарисее и до Пасхи богослужение проходит по особому чину, изложенному в Триоди постной.

# «Покаяния отверзи ми двери»



*Слава Отцу и Сыну и Святому Духу:*

Покаяния отверзи ми двери, Жизнодавче,  
утренюет бо дух мой ко храму святому Твоему,  
храм носяй телесный весь осквернен;  
но яко Щедр очисти благоутробною Твоею милостию.

*И ныне и присно и во веки веков, аминь:*

На спасения стези настави мя, Богородице,  
студными бо окалях душу грехми  
и в лености все житие мое иждих;  
но Твоими молитвами избави мя от всякия нечистоты.

*Помилуй мя, Боже, по велицей милости Твоей  
и по множеству щедрот Твоих очисти беззаконие мое!*

Множества содеянных мною лютых помышляя окаянный,  
трепещу страшнаго дне суднаго,  
но надеяся на милость благоутробия Твоего,  
яко Давид вопию Ти:  
помилуй мя, Боже, по велицей Твоей милости.

Это одно из самых важных великопостных песнопений. Оно появляется с началом пения Постной Триоди в Неделю о мытаре и фарисее. Мы слышим его на каждой воскресной всенощной вплоть до пятого воскресения Великого поста, посвященного преподобной Марии Египетской. В некоторых храмах на время пения «Покаяния отверзи» выключают свет, люди зажигают свечи и становятся на колени.

«Покаяния отверзи» располагается в самом торжественном и величественном месте службы – после чтения Евангелия и прочтения 50-го псалма. Текст этих стихир заслуживает вдумчивого прочтения и осмысления.

«...утренюет бо дух мой ко храму святому Твоему». У глагола «утренневать» нет аналогов в современном русском языке. Речь идет о совершенно особенном времени границы между ночью и утром. Однако, слово «утренневать» – это глагол, т.е. обозначает действие. Но действие это четко не определено: пророк Исаия «утреннюет» – молится, стражник «утреннюет» – стоит на страже, жены-мироносицы «утреннюют» – спешат с ароматами ко

гробу Иисуса. И все же, слово это обязательно предполагает бодрость духа и сознательную активность. Образно же это слово выражает наше стремление к свету из тьмы и поэтому точно соответствует состоянию покаяния, как восклицает Псалмопевец: «Готово сердце мое, Боже, готово сердце мое!» (Пс 56).

**«...храм носяй телесный весь осквернен».** Нам кажется, что мы хорошо заботимся об этом телесном храме: моем его, украшаем красивой одеждой, укрепляем спортивными упражнениями, ведем к врачу при малейшей хвори. Но можем ли мы сказать, что во всем этом мы прославляем Бога? Действительно ли наше тело – достойный храм Духа?

**«...на спасения стези настави мя, Богородице...».** Мы обращаемся именно к Богородице, потому что в своей земной жизни Она была такой же, как каждый из нас. В Ней не было ничего сверхъестественного. И в то же время Она никогда не грешила. Богородица всегда выбирала правильный жизненный путь.

**«...студными бо окалях душу грехми...»** («Потому что постыдными грехами, как грязью, я измазал свою душу...»). Есть очень много грехов, о которых нам стыдно сказать на исповеди. Часто бывает, что мы пытаемся забыть о них или говорим: «Время вылечит». Но именно такое отношение залепляет нашу душу грехом, как пятнами подсыхающей зловонной грязи. «Окалять» означает измазать калом, навозом, жидкой грязью. И сразу вспоминаются слова из покаянного канона: «Якоже бо свиния лежит в калу, тако и аз греху служу».

**«...и в лености все житие мое иждих...».** Как блудный сын растранил богатство отца, так и мы «иждиваем», тратим впустую нашу жизнь. Мы не делаем ничего полезного; в первую очередь из-за нашей лености. Леность – это, казалось бы, самый мирный, незаметный, распространенный грех. Именно этим он и опасен. Среди грехов, которые мы забываем исповедовать, леность занимает одно из первых мест. На исповеди мы прежде всего говорим о том, что мы сделали плохого. И гораздо реже мы говорим о периодах нашей жизни, когда мы не сделали ничего – ни плохого, ни хорошего.

**«множества содеянных мною лютых помышляя окаянный, трепещу страшнаго дне суднаго...».** Закон причинно-следственной связи: «лютые» деяния влекут за собой «лютые» последствия. В нашей мирской жизни мы часто ищем справедливости. Так вот, по справедливости за наши «лютые» дела участь у нас одна – услышать в будущий судный день страшные слова Господа: «Идите от Меня, проклятые, в огонь вечный, уготованный диаволу и ангелам его!» (Мф 25:41). И, сознавая это, мы можем только в отчаянии трепетать и «надеяться на милость благоутробия» Божия, подражая в покаянии царю Давиду и вновь и вновь ища очищения в его спасительных словах **«Помилуй мя, Боже, по велицей Твоей милости!»**, к которым нас возвращают заключительные строки стихир.

Протопресвитер Александр Шмеман (с сокращениями)