



Вы, магчыма, бачылі ў інтэрнэце відэаролік пра дзядулю, які на святы застаўся адзін.

Ён вельмі жадаў, каб да яго прыехалі дзеці і ўнукі, аднак яны ніколі не мелі часу. Дзядуля атрымліваў ад іх паштоўкі, фотаздымкі, тэлефонныя званкі, аднак бачыліся яны ўсё ж рэдка. Тады ён вырашыў выслаць родным паведамленне пра сваю смерць, бо на пахаванне напэўна прыбылі б. І меў рацыю. Уся сям'я – сумная і заплаканая – прыехала... і вельмі ўсцешылася, калі аказалася, што дзядуля жывы і святы яны правядуць усе разам. Толькі перад абліччам смерці людзі зразумелі, як многа губляюць. † У гэтым відэароліку ўсё скончылася чулівым і мілым хэпіэндам. Аднак у рэчаіснасці, на жаль, неаднойчы адбываецца інакш. Мы часта жывём у настолькі хуткім тэмпе, што на сапраўды важныя справы не хапае часу, таму што ўвесь час кудысьці бяжым, штосьці мусім зрабіць, камусьці патэлефанаваць, напісаць, штосьці вырашыць... І толькі такі складаны досвед, як цяжкая хвароба ці смерць блізкай асобы, прымушаюць нарэшце спыніцца ў гэтым руху. Але тады ўжо занадта позна, каб нешта змяніць.

Бог дае людзям Вялікі пост менавіта для таго, каб мы хоць трохі запаволіліся, спыніліся, не чакаючы трагічных падзей. Гэты перыяд з'яўляецца шансам – добрым часам для таго, каб зразумець, якія сапраўды важныя рэчы выпадаюць з-пад нашай увагі.

Пост – але як? Што ўвогуле значыць посціць сёння, калі кожны імкнецца да таго, каб было як мага зручней, як мага якасней, каб мець самае лепшае для сябе і сваіх блізкіх? Гэта азначае вучыцца нанова смакаваць жыццё. Сучасны чалавек так некуды спяшаецца, здабывае столькі ўражанняў і вопыту, што не заўсёды можа іх добра перажыць, расмакаваць, пераварыць. “Заглытвае” жыццё, і з-за гэтага застаецца галодны. Каб насыціцца чымсьці, неабходны час і ўвага, абмежаванне вялікай колькасці стымулаў, якія ўвесь час адцягваюць увагу і не дазваляюць засяродзіцца на самым важным – уласным жыцці!

Магчыма, Вам здаецца, што нешта не так – гаворка пра пост, а тут смакаванне, пераварванне, насычэнне... Менавіта ў гэтым справа. Праз хвіліну я ўсё растлумачу. Пост – гэта ўстрыманне ад чагосьці на працягу некаторага часу, каб стварыць у душы больш прасторы для Бога, сябе і іншага чалавека, каб глыбей перажыць сустрэчу з Панам, з самім сабой і бліжнімі, каб цешыцца жыццём, дробязямі, якіх у паўсядзённасці можам не заўважаць. Пост патрэбен для таго, каб жыць паўней! Не верыце? Тады прапаную паспрабаваць. Трэба хаця б на некаторы час адмовіцца ад пэўнай дробнай рэчы, якой карыстаемся штодзённа і якая прыносіць задавальненне. Гэта можа быць кава з раніцы, прыгатаванне любімай стравы, хобі – што заўгодна – у чыёйсьці інтэнцыі. Паглядзіце, як Вас усцешыць тое дзеянне пасля невялікага ўстрымання ад яго! Не гаворачы ўжо пра духоўны дар для асобы, у інтэнцыі якой гэта зробіце.

Пост – гэта дар, які можна ахвяраваць за сябе і іншых, які дазваляе Богу здзейсніць у нас надзвычайныя рэчы. І ўсё для таго, каб жыць паўней.

Пост складаецца з 3-ох элементаў: ўстрымання, малітвы і міласціны. Ён не з'яўляецца нагодай для пахудзення ці трэніроўкі сілы волі, хоць усё гэта можа стаць пабочным

рэзультатам. Пост – гэта час, каб аднавіць сваё сэрца і жыццё, пазбавіцца ад таго, што духоўна абцяжарвае, каб быць вольным, больш спакойным, шчаслівым. Ці ўстрыманне датычыць толькі ежы? Не. Аднак варта звярнуць увагу на гэты аспект свайго жыцця, паколькі тое, што ядзім ці чаго не ядзім, усё ж таксама нас фарміруе. Трэба падумаць, ці ёсць якая-небудзь страва або напой, адсутнасць якіх выводзіць з раўнавагі? Можа, менавіта гэта патрабуе ад нас посту? Памятайма, што спажыванне ці не спажыванне чагосьці не павінна намі кіраваць. Ёсць нагода ўстрымацца таксама ад электронных сродкаў масавай інфармацыі, ад тэлефона, ад “запойных” пакупок, прагляду фільмаў, чытання любімых дэтэктываў... Гэты спіс можна працягваць да бясконцасці. Запрашаю дадаць туды ўласныя прывязанасці.

Нельга забывацца, што пост патрэбен для таго, каб вызваляць і весці да паўнаты жыцця – да паўнейшага быцця з Богам, з самім сабой і з іншым чалавекам.

Да жыцця тут і цяпер, а не ў віртуальным свеце, да сапраўднай любові і сяброўства, а не той, што з інтэрнэту, да захаплення бягучай хвілінай, а не шчоўкання мноства фатаграфій, каб падзяліцца імі ў сеціве... Пост вучыць нас успрымаць жыццё і саміх сябе такімі, якія мы ёсць на самой справе, а не такімі, якімі хочам паказацца ў сацыяльных сетках. Вучыць нас праўдзе, пакорнасці і любові.

А што з малітвай? Вялікі пост – гэта час паглыбленага перажывання Крыжовага шляху, Песняў жалбы, адарацыі Крыжа, каб зноў прыгадаць сабе пра вялікую любоў Бога, якую не абмяжоўвае людская слабасць. Гэта магчымасць “карміцца” міласэрнасцю Усемагутнага, умацоўваць сэрца праз трыванне з Ім. Малітва з’яўляецца сустрэчай з Умілаваным. Падобна, як натуральнымі для нас з’яўляюцца размовы з блізкімі, так малітва павінна стаць нашым штодзённым сродкам дыялогу з Богам. Размова можа быць проста і лёгкай ці складанай і патрабуючай.

Часам мы здольны толькі маўчаць... І Бог чакае, дае час, каб маглі напоўніцца Ім, пакідаючы ўсё тое, што запаўняе нас, але не можа насыціць.

Разважанне над Божым словам, адарацыя, Ружанец, Крыжовы шлях – можна выбраць тую з форм, якая бліжэй за ўсё, больш рэальная.

За якую малітву вазьмуся падчас гэтага Вялікага посту, каб Пан мог змяняць, аздараўляць і напаўняць любоўю маю душу, прагнучую чуласці і блізкасці – сапраўднай, бескарыслівай, бясконцай?

Дзіўнае, даўняе слова “міласціна”... Цытуючы са слоўніка польскай мовы, гэта “лепта, ахвяраваная ўбогаму як міласэрны ўчынак”. Інакш кажучы, міласціну можна акрэсліць як удзяленне дапамогі і падтрымкі беднай, патрабуючай асобе, праз якую хрысціянін выражае сваю любоў да бліжняга. Аднак ці толькі аб грашах гаворка? Адназначна не. Сапраўдная міласціна – гэта даванне чагосьці, што патрэбнае, цэннае. Падобная ахвяра ператварае лепту ў дар сэрца, паглыбляе душу, умацоўвае любоў. Часта нашмат больш патрабуючай міласцінай з’яўляецца для нас час, прысвечаны блізкай асобе ці таму, каго не любім – калі маглі б займацца тым, на што маем ахвоту, або проста адпачываць. Аднак менавіта такія хвіліны сведчаць пра тое, што гэты другі чалавек важны для мяне. Сапраўдная міласціна для нас – забеганых – значыць адшуканне некалькіх хвілін для родных і сяброў, каб задаць ім самыя звычайныя пытанні: як жывуць, чаму радуецца, што іх засмучае, якія моманты лічаць найлепшымі. Часам адказы ўражваюць...

Падсумоўваючы, можам сказаць, што пост не мусім перажываць як журбу ці пакуту, трэніроўку сілы волі ці дыету. Пост – гэта шанс на распачацце больш поўнага, глыбокага, шчаслівага жыцця. Жыцця, якое будзем расмакоўваць, пераварваць. Жыцця, якое нас

насыціць – у адносінах з Богам, з самім сабой і з іншым чалавекам. Ці выкарыстаем атрыманы шанс, перш чым стане позна?

Папросім на гэтым шляху да паўнейшага жыцця і большай любові аб апецы і спадарожнічанні Маці Божай – найцудоўнейшай, бо Яна поўнасцю належыць Усемагутнаму. Марыя ўжо прайшла шлях да паўнаты, таму правядзе нас да Хрыста найлепшай сцежкай.