



МАЛІТВА



ПОСТ



МІЛАСЦІНА

Якія стравы належыць спажываць у час Вялікага посту? Ад чаго трэба адмовіцца і ў які дзень неабходна пасціць? Для многіх людзей пост звязаны, у першую чаргу, з абмежаваннямі ў спажыванні ежы і напояў, што не ў поўнай меры выражае яго значэнне і дух. Касцёл кожны год прыгадвае пра неабходнасць глыбокага перажывання Вялікага посту як часу аднаўлення і навяртання, але найперш – часу для здзяйснення ўчынкаў любові, каб паўнаватрасна ўдзельнічаць у пасхальнай таямніцы смерці і ўваскрасення Пана Езуса, якія не з’яўляюцца толькі падзеямі з мінулага, але рэалізуюцца і актуалізуюцца зараз.

† Папа Францішак у адгартацыі “Christus Vivit” нагадвае, што Хрыстос, які ёсць Любоў, жыве і нястомна збаўляе чалавека, напаўняючы святлом яго жыццё. Вялікі пост – гэта перыяд, які павінен дапамагчы падрыхтавацца да сузірання шчаслівага, радаснага Хрыста, які жыве і з’яўляецца Сябрам, які перамог і прагне далей перамагаць у сваім Містычным Цэле – Касцёле, г. зн. у кожным ахрышчаным.

Каб добра перажыць Вялікі Пост, неабходна прыглядзецца, як правёў гэты час сам Збаўца Езус Хрыстус. Наш Пан на працягу 40-ка дзён падвяргаўся выпрабаванням у трох сферах чалавечых жаданняў: фізічныя патрэбы, жаданне ўлады і валадарання, а таксама зямная слава. Мы ведаем, што Хрыстос перамог д’ябальскія спакусы і нанова ўвёў стварэнне ў сад камуніі з Богам. Такім чынам, бачым, што абмежаванні ў ежы, а ў выпадку Езуса поўная адмова ад яе спажывання, – не адзіная сцэжка посту і пакаяння.

У катэхізісе чытаем, што ўнутранае пакаянне хрысціяніна можа мець розныя формы. Святое Пісанне і Айцы Касцёла вылучаюць тры: пост, малітву і міласціну, якія выражаюць навяртанне ў адносінах да сябе, да Бога і да іншых людзей. Таму аптымальна і карысна было б пражываць Вялікі пост ва ўказаных вымярэннях. Абмежаванне толькі ўстрыманнем ад ежы, без навяртання сэрца і ўнутранага пакаяння, можа застацца неэфектыўным і нават марным. Таксама варта памятаць, што менавіта ўнутранае навяртанне, як вучыць катэхізіс, падштурхоўвае да выяўлення посту праз бачныя знакі, жэсты і пакайныя ўчынкі. Для вернікаў Каталіцкага Касцёла абавязковыя пэўныя перыяды і дні пакаяння на працягу літургічнага года. Асаблівым часам для пакайнай практыкі з’яўляецца Вялікі пост і кожная пятніца (акрамя ўрачыстасцей) як

успамін смерці Езуса. Гэтыя дні асабліва прыдатныя для духоўных практыкаванняў, пакаяннай літургіі, пакаянных паломніцтваў, добраахвотных ахвяр, такіх як пост і міласціна, а таксама для братэрскага дзялення з іншымі (дабрачынныя і місіянерскія справы). Такім чынам, мы бачым, што пост адносна ежы – не адзіная і не самая важная форма перажывання рэкамендаваных Касцёлам дзён і перыядаў пакаяння.

Распачынаючы бягучы літургічны перыяд, варта ведаць, як практыкаваць пост і ўстрыманне. Два гэтыя паняцці не з'яўляюцца адназначнымі.

У Папальцовую сераду і Вялікую пятніцу трэба захоўваць пост (называны таксама сціслым), а ў кожную пятніцу абавязвае ўстрыманне (ад мяса). Пост (сцісы) на дакладнай тэалагічнай мове – гэта не толькі адмова ад ужывання мяса, але і скарачэнне колькасці спажываных пасілкаў да аднаго разу да сыта ў дзень. Калі чалавек не здольны так пасціць, ён можа ўжыць трохі ежы ў іншы час. У якасці ілюстрацыі можна выкарыстаць практыку манастыроў ці семінарыі, дзе ў дні сціслага посту можна з'есці абед з адной стравы (з магчымасцю дабаўкі) і штосьці сціпла перакусіць у рамках сняданку і вячэры. Многія вернікі наогул не ядуць у гэтыя дні.

Устрыманне азначае неўжыванне мяса, страў з яго даданнем (напрыклад, супу з фрыкадэлькамі, булёну), мясных нарыхтовак (напрыклад, катлет, каўбас, тушонак, шкварак) і не ўключае тлушчы жывёльнага паходжання, яйкі, малочныя прадукты і г. д. Тут варта ўгадаць пра папулярнае ў нашай краіне салёнае сала. Гэта мясная страва, аднак тлушч, атрыманы пасля таплення сала, можна есць і па пятніцах. Устрыманне (па пятніцах) абавязковае для вернікаў, якія дасягнулі 14-гадовага ўзросту, а пост (сціслы) у Папалец і Вялікую пятніцу абавязаны захоўваць католікі ва ўзросце 18–60 гадоў.

Штогод падчас Вялікага посту вернікі прымаюць розныя пастановы, мэты якіх заключаецца ў імкненні да дасканаласці. Рашаючыся на адмову ад ежы, варта прызначыць “зэканомленыя” грошы патрабуючым. У якасці натхнення можа служыць прыклад семінарыі ў Пінску, дзе алумны ў межах велікапосных адмоў збіралі грошы на “Карытас”.

Гімн Літургіі гадзін вучыць: “Будзем жа сціплымі ў словах, ежы, піцці, сне і жартах, каб гэты час у малітвах мы правялі дзеля Бога”. Чытачам “Слова Жыцця” я жадаю добрага перажывання Вялікага посту і шчодрага бласлаўлення на Велікодныя святы.