

Какъв трябва да бъде Коледният пост

На тринадесети ноември започва Коледният пост, който продължава до 25 декември. През този период ние се ограничаваме от известни храни като спираме да употребяваме месо, мляко, яйца и масло. Храним се само със зеленчуци и плодове.

Това са дни на духовен подвиг, молитви, съзерцание и разкаяние за извършените от нас грехове. Молитвата е беседа или разговор на човека с Бога и светиите. Каквото е въздухът за тялото, това е молитвата за човешкия дух. Има ли молитва, душата диша и живее, няма ли молитва, за душата няма живот. Молитвата е най-силното средство, чрез което можем да изпросим Божията милост, закрила, помощ и прошка. Трябва да отворим душите и сърцата си за Бога.

Но как да отворим вратите на нашите сърца и души? Светата църква ни предлага три духовни ключа. Кои са те? Това са молитвата, постът и покаянието. Какво трябва да правим по време на поста?

Преди всичко трябва да се примирим с врага си, като му простим от сърце. Като видиш беден не се отвръщай от него, но му помогни с каквото можеш. Не завиждай на никого. Не осъждай никого. Не поглеждай с пожелание чужди жени. Не протягай ръце към онова, което не ти принадлежи. Не подавай ухо на клевети и лъжливи сведения за ближния си. Нека устата ти да са затворени за всичко лошо за твоя ближен. Пости с очи и уши, с ръце и нозе, с ум и сърце!

Бъди благоговеен във всичко – бъди всякога смирен и кротък. Защото каква полза, ако измъчваш тялото си с постна храна, а душата ти се надува от гордост? Каква полза имаме от това да бледнеем от пост, когато побледняваме от завист? Що за добродетел е да не пием вино, а да се опиваме от омраза? Или да не ядем риба и месо, а да изядеме братята си с клевети?

И така, като постим телесно, нека постим и духовно. Като очистваме тялото си с въздържание от храна и пиене, нека очистваме душите си от суетни и нечисти мисли. Нека се украсяваме с милосърдие, кротост, смирение, примиряване с враговете, с милост към всички наши ближни. Нека прекараме Коледният пост в молитва, пост и покаяние. Това е пост, приятен на Бога и спасителен за нас.

Постът огражда духовния живот на човека от посегателствата на плътта, молитвата е въздъхът за душата, а покаянието е крило на молитвата с помощта на което душата ни се въздига и съединява с Бога. И тогава с пречистени от греховете ни души ще бъдем достойни да приемем Светото Причастие.

МОЛИТВА

Кога прекрача прага
На светия Ти храм,
Зашепвам аз веднага
Молитва топла там.

Мълвя смирен тогава:
"О, Господи, прости!"
В душа ми леко става
Гласът ми чуваш Ти.

Аз друго не говоря.
Ти всичко знаеш, да.
Подкрепяй ме Ти, Боже,
Когато съм в беда!

От храма свят излизам,
със вяра пълен аз,
че бдиш над мене зорко
През всеки ден и час!