



Великий пост в 2015 году продлится с 23 февраля по 11 апреля. Это семинедельная подготовка к светлому празднику Пасхи, которая приходится на 12 апреля.

– В это время все православные христиане отказываются от развлечений и отдаляются от праздной жизни, думая по большей части о духовной, – говорит настоятель Спасо-Преображенского собора, благочинный храмов Угличского района отец Иоанн (Гошук). – Пост для верующих предполагает также отказ от мясной, молочной пищи и яиц. Но следует помнить, что это – не диета, не просто ограничение употребления определённых продуктов, а время смирения, молитвы и покаяния. В пост православным нужно заботиться об очищении души и помыслов.

Во время Великого поста можно есть хлеб грубого помола, сваренные на воде каши (без сливочного масла), овощи, фрукты, орехи и грибы. В некоторые дни даже разрешается вино, но пить его надо очень умеренно.

Однако не всегда удастся соблюсти всю строгость поста, поэтому в некоторых случаях допускаются послабления. Например, для больных, престарелых, людей, занимающихся тяжёлым трудом, военнослужащих, странников и людей, попавших в экстремальные условия, детей, беременных и кормящих грудью.

В первую очередь пост – это возможность подумать о себе и окружающих, стать добрее и чище – вот что главное.

«Угличанин» №5 (408) от 18.02.2015 года

{jcomments on}{loadposition yandex-кнопка}