

О пище и питии в течение года.

Типикон (Типик): в главе 35 записано «разсуждение о ястии и питии».

В неделю и в Господские праздники (двунадесятые) подобает на обед иметь три ядения (три блюда, по-нашему: первое, второе и третье). А вечером – только два . В прочие дни седмицы: вторник, четверток и суббота: обед – из двух блюд; вечером – одно.

Вино должно подаваться только в неделю (воскресение) и в Господские праздники, или другие дни ради утешения. *Черпати* тогда потребно по одной или по две чаши, максимум – три. Но по Уставу – только одна! В остальных случаях ради нужды (по болезни, немощи, погоды ради). Чаша – красовуля (200 гр. вместимостью; у некоторых – 300 гр.).

Великий же Симеон чудотворец говорил: *Похвала монаху не пить вина вообще. Если и пьет ради немощи тела своего, совсем мало да испивает!*

Подаваться должны и масло, и яйца, и сыр. Сыр – по три онгии, т.е. унции (а унция – 34 гр.). Масло вливается в варение (вареную пищу).

По окончании Пятидесятницы, от Всех святых Петрова поста до апостольского праздника полагается вкушать пищу следующим образом:

В 9-й час (в 15 часов по-нашему) во вторник и четверток одно варение без масла; и еще – сухоядение.

В понедельник, среду и пяток – сухоядение: литра хлеба (340 гр.) и с ним подобные (ягоды, фрукты, овощи).

В субботу и неделю – два ядения; если есть рыба – вкушаем рыбу. Подается варение с елеем.

От праздника святых апостолов Петра и Павла до поста Успения Божией Матери кушаем по вторникам и четвергам дважды в день по два ядения; в среду и пяток – однажды в день в 9 часов (в 15; естественно постный стол).

Кстати, в *Житии* прп. Пахомия Великого глаголет ангел ему: *в общежительных монастырях дабы монахи вкушали не ранее 9 часа...*

В свои келлии монахам брать что-либо с кухни или трапезной не полагается!

Успенский пост по строгости пощения идет вторым после поста Великого.

Понедельник, среда и пяток – вкушение пищи после 9 часа (15 часов) - сухоядение. Единожды в день

Вторник и четверток – варение (вареная пища без елея), так же после 9 часа единожды.

Суббота и воскресенье – принятие пищи дважды в день; варение с елеем; вино.

Рыба разрешается только в праздники Святого Преображение Господня и на Успение Божией Матери (если Успение приходится на среду или пяток).

Блюда монашеских кушаний должны состоять из: бобов, сочевицы, гороха (по полной миске каждому).

В сухоядение должны входить стафиды винограда сушеного (т.е. изюм), маслины (маслины) и ягоды винные сухие (иной вид изюма; или и сам виноград). На каждый день: маслин полная чаша и изюма; 6 орехов; смокв 8 средних (или малых и больших соответственно). Овощи вкушаем и сырые, и вареные и сухие. Зелень также, в том числе и квашеную капусту. Вкушаем и фаву (фаво) – каша из гороха и бобов, репу с уксусом и подобные им продукты, применяемые в постные дни.

Сокоядение и сухоядение – всему и каждому надо знать меру, как и потребление вина.

В субботу подобает ставить трапезу в 5 час (11 утра) с двумя блюдами или еще что-либо, если Бог пошлет.

В неделю же вкушаем в 3-й час (в 9 утра) два варения, если что пошлет Христос – вкушаем и это. В 9 утра – потому что к этому времени заканчивается всенощная служба воскресного дня (как это наблюдаем в некоторых православных монастырях Востока).

Вечером вкушать в субботы не следует, разве (в виде исключения), потому что монахи вкушают хлеб, вино и елей на вечере после литии...

В средние праздники обедаем в 6-й час (в полдень) и вечером. Если день постный – то и постная еда, можно и сухо *ясти*; будет варение – вкушаем вареную пищу.

В малые же праздники подобает *ясти* в 9-й час (в 15). Если не среда и пяток – варения с елеем; а иначе – постная же пища.

От правил святых апостолов о 40-це.

В первую, Чистую, седмицу стараемся поститься, не вкушая ничего, до среды, а кто может: до пятка. На Святой Горе всегда был строгий пост в Чистый Понедельник, а во вторник, среду, четверток и пяток – по литру хлеба и воду (можно с солью). Литр – 340 гр. Пьем и сок с медом.

В пяток по канону св. вмч. Феодору Тирону на трапезе вкушаем и вино и елей ради святого. Так было принято в Лавре св. Саввы Освященного; в иных монастырях: едим варение без елея, иные вкушают сухоядение.

На трапезе в субботу читаем похвальное слово св. вмч. Феодору Тирону, написанное свт. Григорием Нисским. Вкушаем бобы обваренные с маслинами белыми и черными, варение с елеем. Вина испиваем по красовуле ради святого великомученика. (так поступали в Лавре св. Саввы).

Следует помнить, что *в Великий пост рыбу едим только дважды*: в праздник Благовещения и Цветоносную (Вербное воскресение).

В неделю на трапезе едим варение с елеем; аще же прилучится: пьем вино в славу Божию, по две чаши, так же и вечером – еще две.

Никаких особых указаний, что и как вкушать в будние дни иных седмиц в Типиконе не сказано. В настоящее время издается множество различных календарей, где рекомендуется сухоядение только по средам и пяткам. В остальные дни – варения (некоторые допускают даже вкушение елея). На самом деле: если у нас так называемые *Аллилуйные службы*, то положено *только сухоядение или варения без елея*. При чем вкушение пищи – не ранее 9-го часа (после 15 часов вечера); единойжды.

На Великий канон в четверток пятой седмицы (стояние прп. Марии Египетской) разрешается варение с елеем и испивается две чаши вина (красовули).

В субботу Акафиста Пресвятой Богородицы на трапезе едим два варения с елеем и пьем вино, благодаряще Пресвятую Владычицу нашу Богородицу о бывшем от Нея чудеси.

То же творим и *на праздник Благовещения*, вкушая рыбу.

В Лазареву субботу вкушаем варение с елеем, пьем вино и, если есть икра рыбы, то каждому брату подается ее по три онгрии (унции) – почти по 100 гр.

В неделю ваий бывает *Литургия Златоуста*. На трапезе едим рыбу и вино пьем, *благодаряще Бога*.

На Страстной седмице в Великий Понедельник, во Вторник и в Среда подобает поститься (то есть не вкушаем никакой пищи).

В Великий Четверток едим варение с елеем, пьем вино и вкушаем сухоядение. Типик Студийской обители повелевает есть одно варение, сочиво, отварные бобы и пить вино; Типик(он) Святой Горы повелевает два варения с елеем и вина по три чаши. Впрочем, как рассудит настоятель, зря свою о Христе братию к душеспасительной пользе.

В Великий Пяток подобает поститься.

В Великую субботу в трапезной едим пол-литры хлеба, по шесть смокв или фиников, и по единой чаши вина. Где же нет вина испивает братия квас от меда или от жита (пиво).

Святые апостолы и отцы наши святые заповедали до *куроглашения* говеть верным (т.е. до тех пор как не отойдет Пасхальная служба). 6-й Собор до полунощи повелевает не вкушать ничего после трапезной, если только немного хлеба, овощей и вина.

P.S.

Сии требования Устава, как мы видим, относятся сугубо к монашеской жизни. Поэтому естественно, что вкушение пищи и питья строго привязано к той или иной церковной службе. Молясь в храме и келлиях, куда сподручнее и даже легче переносить тяготы того же Великого поста. Устава говения и пощения мирян в нашей Церкви нет. Поэтому и происходит такая разногласица в издаваемых календарях на тот или иной год.

Мирянам в наше время приходится трудиться на своих рабочих местах в течение всего поста; ни государство, ни хозяева предприятий, заведений практически не признают Устава Церкви Христовой, хотя сами же говорят, что они якобы православные... Таким образом, ни Страстная, ни даже дни Пасхальные не являются днями отпускными. Поэтому мирянину практически не понести трудов монашествующих.

Но Господь устрояет все премудро. Было бы наше желание и дерзновение как можно полнее послужить Самому Богу! Потому что – напомним! – уложения о Великом посте и иных постах идет от времен апостольских, когда и о монашестве еще не было слышно! Так заповедано, таким образом, от времен начала Новозаветной Церкви Христовой.

Кто же может понести тяготы Великого поста, ужели лишь монашествующие?! Не надеющийся на себя...

Но всякий, исполняющий волю Божию!

Ибо

Великий пост – истинно время рыданий, покаяния, усвоение своей немощи и умоление Бога за себя и ближних! Каждый – на своем месте. И если кто-то или что-то мешает нам идти путем спасения, к Царствию Небесному, то следует изменить и условия своей жизни: не прилепленными быть к земному, а стремиться к единому на потребу: к своему спасению и Царствию Божию!

Все, что мешает мне в этом – должно быть отринуто, как чуждое.

«37 Кто любит отца или мать более, нежели Меня, не достоин Меня; и кто любит сына или дочь более, нежели Меня, не достоин Меня; 38 и кто не берет креста

своего и следует за Мною, тот не достоин Меня. 39 Сберегший душу свою потеряет ее; а потерявший душу свою ради Меня сбережет ее» (Мф.10:37-39).