

Великий пост: зачем, для кого и с чем это едят

15 февраля в нашей стране начался Великий пост, который продлится до 4 апреля. Небольшой экскурс для забывчивых. Великий пост является своеобразным приготовлением к празднованию Пасхи. Установлен в подражание Иисусу Христу, постившемуся в пустыне сорок дней к ряду. Главной отличительной чертой Великого поста является его строгость в отношении пищи.

Касательно трапезы Церковный Устав придерживается следующих правил:

- В первую и последнюю (Страстную) недели – особо строгий пост.
- Есть можно один раз в день, вечером, но по субботам и воскресеньям — два раза, в обед и вечером.
- В понедельник, среды и пятницы – холодная пища без масла.
- Во вторники и четверги – горячая пища без масла.
- По субботам и воскресеньям разрешается употреблять растительное масло и даже вино.
- Рыба разрешается только в праздники Благовещения (25 марта), но только если этот день не совпадает со Страстной седмицей) и в Вербное воскресенье (шестая неделя поста).

Как известно, Великий пост приходится на весну, поэтому его основные продукты это соленья и варения из овощей и фруктов, а также морковь, лук, капуста, свекла, консервированный зелёный горошек и другие бобовые, яблоки, апельсины, сухофрукты и орехи. Стоит заметить - несмотря на то, что набор продуктов довольно скромный, из него можно приготовить множество разнообразных блюд. Кроме того, Великий пост запрещает курение, спиртные напитки, наркотики и т.п.

Не будем вдаваться в малоинтересные религиозные подробности. Лучше ответим на простой вопрос – что такое Великий пост для рядового россиянина сегодня?

Не секрет, что для значительной части постящихся Великий пост не более чем повод сесть на диету, способ похудеть и очистить организм от шлаков. Не получится. Постное питание неполноценно - оно не может обеспечить человека всеми необходимыми веществами, прежде всего – аминокислотами. Находясь на таком питании на протяжении всего Великого поста, человек рискует заполучить всевозможные расстройства обмена веществ, белковую дистрофию, дисбактериоз, половую слабость и даже усугубить атеросклероз, а значит, ударить по сердцу.

Как так? Все должно быть наоборот! Ведь постясь, мы ограничиваем поступление в организм мяса и жиров – основных источников холестерина. Дело в том, что во время Поста организм начинает синтезировать холестерин самостоятельно, причем часто происходит его перепроизводство, накапливаться избытки. Старым людям и детям пост строго противопоказан.

Кроме того, опасность Поста заключается еще и в том, что свежие тепличные овощи, которые нам предлагают в магазинах, весной часто таят в себе нитраты. В результате, желая разгрузить свой организм, люди отравляют его. Чтобы обезопасить себя, нужно тщательно проваривать овощи, а если что и есть сырым, то только овощи с грядки, которые хранились с прошлого года, – свеклу, морковь, картошку.

Еще Ломоносов писал о вреде диетологической составляющей Великого поста: *«начало весны, когда все скверности, накопленные от человека и от других животных, бывшие во всю зиму заключенными от морозов, вдруг освобождаются и наполняют воздух, мешаются с водою и нам с мокротными и цынготными рыбами в желудок, в легкое, в кровь, в нервы и во все строение жизненных членов человеческого тела вливаются, рожают болезни в здоровых, умножают оные в больных и смерть ускоряют в тех, кои бы еще могли пожить долее»*

Для большинства постящихся Великий пост превратился в 40-дневную диету. Чрезвычайно вредную диету,

лишенную какого-либо воспитательного и оздоровительного смысла.

Кстати, о воспитании. Оставим гастрономическую сторону проблемы и повернемся к моральной. Идеино, Великий пост - прежде всего, время духовного очищения. Не в еде дело.

Основные смыслы поста в христианстве:

- Покаяние. Человек должен искуплять грехи по средствам строгости к своему телу.
- Прощение. Поститься и просить Бога о чем-то.
- Очищение. Человек должен очиститься от страстей, научиться сдерживать свои плотские желания.

Все это было бы просто замечательно, если бы не было так глупо.

В принципе, ничего плохого в духовном посте нет. Только вот мало кто помнит про духовный пост. Почти никто. Пост – это модно. Мы тут пару месяцев на кашке без масла посидим, и будет нам счастье! Когда Великий пост начинают рекламировать по ТВ, любая духовность смотрится в этом контексте лишней.

Все это напоминает историю с крещением и приуроченным к нему безумствами наподобие купания маленьких детей в иордани, когда «за бортом» - 40 по Цельсию. Наподобие массовой веры в то, что Святая вода лечит рак и прочие болезни. Наподобие отвратительной сцены проводов российской олимпийской сборной на игры в Ванкувере.

В конечном итоге, проблема не в Великом посте. Проблема в РПЦ, которая служит не Богу и не народу, а власти. А власть использует ее наравне с федеральными каналами, т.е. вещает в народ, и видимо не видит в этом ничего предосудительного. РПЦ, подобно продажной женщине, ради собственной выгоды готова отдаться кому угодно, лишь бы дали то, что потребно (разрешили приватизировать якобы церковные земли, например).

Великий пост можно было бы использовать для посвящения народа. В качестве предложения - вместо идиотских ограничений в пище – публичные лекции по вопросам нравственности. РПЦ – мощный инструмент воздействия на умы жителей нашей страны, который можно и нужно использовать. Посвящать, образовывать, отстаивать моральные ценности, поддерживать культуру – все этим РПЦ вполне в состоянии заниматься. Но не занимается. Церковь прогнила насквозь, как и многие другие институты нашей страны.

Какая уж тут святость и покаяние...

Автор: Андрей Темнов © Babr24.com РЕЛИГИЯ, МИР 👁 11775 01.04.2010, 09:08 📄 884
URL: <https://babr24.com/?ADE=84864> Bytes: 5622 / 5615 Версия для печати Скачать PDF

👍 Порекомендовать текст

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Андрей**

Темнов, независимый
журналист.

На сайте опубликовано **1065**
текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24_link_bot
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)