



БЛАГА ВІСТЬ

ПАРАФІЯЛЬНИЙ ЧАСОПИС

ЦЕРКВА РІЗДВА ПРЕСВЯТОЇ БОГОРОДИЦІ УГКЦ М. ТЕРНОПІЛЬ



№1, лютий-березень 2017 р. Б.

СКАРБНИЧКА ДУХОВНОСТІ

Підготовка до посту



Піст – це, насамперед, духовна подорож, мета якої – Пасха. Людина, перед тим як вирушити в подорож, повинна знати ціль своєї мандрівки. Задовго до початку Посту, Церква сповіщає нам про нього і закликає розпочати приготування. Це приготування триває впродовж п'яти тижнів, що передують Постові. Кожне з п'яти недільних Євангелій містить у собі по одному основному елементі покаяння.

Бажання (Неділя Закхея)

Розповідь про Закхея – це історія чоловіка, що дуже хотів побачити Ісуса і, щоб це прагнення здійснити, він знайшов певне вирішення. Коли Христос проходив повз, Закхей, зважаючи на свій малий зріст, виліз на дерево і таким способом мав нагоду поглянути на Вчителю.

У щоденному житті людина йде за своїм бажанням. Можна сказати, що наші прагнення є чинниками наших діл та поведінки, і підтвердження цього знаходимо у Святому Письмі: «*Бо де скарб ваш, там буде й ваше серце*» (Лк. 12, 34). Сильне бажання людини перемагає природну обмеженість. Коли вона чогось прагне, то може зробити те, на що, здавалося б, не здатна. Але, в такому випадку, залишається єдине питання: «Чи її бажання спрямоване до істинної мети?» Закхей у своєму прагненні має ціль побачити Ісуса, його бажання є правильним. І ця «спрага» за Христом надає прагненню Закхея

особливої глибини і сенсу. Закхей, нікчемний, грішний і зневажений людьми, долає перешкоди та привертає увагу Ісуса, він приймає Його у своєму домі. Це і є першим закликотом Церкви: ми мусимо *бажати* Істини, *прагнути* зустріти Христа у своєму житті і впустити Його у своє серце.

Смирення (Неділя митаря і фарисея)

У Євангелії наступної неділі, що називається Неділею митаря і фарисея, євангелист описує двох осіб – фарисея та митаря. Фарисей завжди задоволений собою, гадає, що виконує «весь закон» та вимоги релігії. Однак, насправді, він не розуміє сенсу християнства і викривляє його, зводячи все лише до виконання зовнішніх обрядів. Митар, навпаки, принижує себе і *смирення* виправдовує його перед Богом.

Зараз *смирення* – як якість особисту чи суспільну – вважають ознакою слабкості, яка не мала би особливо виділятися у сучасному світі. Але сам Бог показує приклад і велич *смирення*. Господь – *смирений*, і саме це є Його славою та джерелом усього дійсно прекрасного.

Як же можна стати *смиреним*? – Для християнина відповідь проста: споглядати і слідувати за Христом. Без Бога справжнє *смирення* неможливе, адже бачимо, що у фарисея навіть віра стає гордістю; у своєму марнославі він пишається лише людськими, зовнішніми досягненнями.

Приготування до посту розпочинається проханням, молитвою про отримання *смиренності*, або саме ця чеснота є початком правдивого покаяння. *Смирення* – це, насамперед, відновлення, повернення до істинного стану речей. Покаяння живиться *смирением* і *смирення* – це його плід та завершення. Тож, «*тікаймо від фарисейської зарозумілості і навчимося митареві величі слів смиренних*» (Кондак дня).

Повернення до дому Отця (Неділя блудного сина)

У цю неділю євангеліст Лука оповідає нам про блудного чоловіка, що пішов «у далекий край». Власне цей «далекий край» – це визначення стану людини, яке маємо сприйняти і досягнути, наближаючись до Бога. Особа, яка бодай незначною мірою цього не пережила, котра жодного разу не почувалася вигнанцем щодо Бога, щодо істинного християнського життя, ніколи не збагне, про що розповідає віра у Христа. І той, хто відчувається вповні «вдома» у цьому світі й жодного разу не відчував нестерпної туги за іншою Правдою, ніколи не зрозуміє, що таке покаєння.

Часто каяття стає байдужим перерахуванням гріхів і прогрішень, яке можна назвати лише формальним визнанням своєї вини перед законним звинувачувачем. Але при цьому ми забуваємо про щось дуже важливе, без чого наша сповідь не має у собі дійсно глибокого духовного переживання. Це «щось» – це усвідомлення власної віддаленості від Бога, від радості спілкування з Ним, це туга за Господом, за тим праведним життям, що його сотворив і дав нам Бог.

Звичайно, не дуже важко зізнатися у сповіді, що не дотримувався постів, пропускав ранкові і вечірні молитви, гнівався. Та зовсім інше – раптом усвідомити, що я запламував і розгубив свою духовну красу, що забрів далеко від свого справжнього «дому», від свого справжнього «життя». Таке усвідомлення і є початком щирого покаєння, що несе у собі палке прагнення повернутися назад, знову віднайти загублений «дім».

Любов (Неділя М'ясопусна)

Ця неділя називається М'ясопусною, бо протягом наступного тижня Церква приписує частковий піст – утримання від м'яса. Тема М'ясопусної неділі – *любов*.

У недільній Євангелії розповідається притча про Страшний суд (Мт. 25, 31-46), де основний акцент є на тому, за яким законом Христос судитиме нас, коли настане цей день. Це закон *Любові*, особистої *любові* до будь-якої людини, яка з Божої волі зустрічається на нашому життєвому шляху.

Напередодні, у М'ясопусну суботу, Церква творить загальне поминання «усопших (*померлих*) у надії воскресіння і життя вічного». Щоб зрозуміти значення й зв'язок посту і молитви за померлих, треба передовсім пригадати, що християнство є релігією *любові* – до тих, які є поруч з нами, й тих, що відійшли у вічність. *Любов* є підвалиною та самим життям Церкви, котра, за словами св. Ігнатія Антіохійського, є «союзом віри і *любові*», а гріх натомість завжди є відсутністю *любові*.

Прощення (Неділя Сиропусна)

Субота перед Сиропусною неділею присвячена пам'яті «мужів і жон, що подвигом посту просвітилися (*спаслися*)»: святі, що їх приклад ми маємо наслідувати, навчають нас непростого шляху, нелегкого мистецтва посту і покаєння. Останній день перед Великим постом, який зазвичай називають Неділею *прощення*, має ще одну літургійну назву: *Вигнання Адама з раю*. Ця назва повідомляє нам, що людина є створена для життя в раю, для того, щоб знати Бога і спілкуватися з Ним. Гріх позбавив її цього блаженного життя й існування людини на землі стало вигнанням. Отже, на початку Посту ми уподібнюємося до Адама: *Вигнаний Адам з раю заради їжі, сидить навпроти нього і плаче; постогнує покаєнним голосом та промовляє: «Горе мені! Що ж це я окаянний втратив? Одну лише не зберіг Господню заповідь і втратив всі блага! Раю святий, що задля мене насаджений був, і через Єву зачиненим став! Моли Творця твого, що й мене створив, щоб і мені милуватися твоїм квіттям». Тому й каже Спас до нього: «Не бажаю погібелі мого творіння, але хочу, щоб воно спаслося і прийшло до пізнання правди; нікого ж бо, хто приходить до мене, не відганяю».*

Піст визволяє нас від уярмлення гріхом, від полону «світу цього». В євангельському читанні Сиропусної неділі йдеться про умови цього визволення (Мт. 6, 14-21). Для того, щоб наш піст став правдивим, потрібно, аби він не був лицемірним і «показним». Друга умова посту – *прощення*. «А коли ви не будете *прощати* людям, то й Отець ваш небесний не *простить* вам провин ваших» (Мт. 6, 15). Тож, щоб вийти із цієї в'язниці гріха нам необхідно *прощення*, через яке ми маємо добру можливість налагодити стосунок миру та *любові* з Богом та своїми ближніми.



СИЛА ПРОЩЕННЯ

Великий Піст розпочинається неділею Прощення. Чому у цій духовній мандрівці попросити вибачення чи простити когось має таке визначальне значення?



Ситуація конфлікту для кожного є уроком: ображеного вчить прощати, а того, хто ображає, вчить бути більш толерантним у своїх словах та вчинках. Часто ми можемо **образити** інших

своєю правдою. При цьому у нашому стилі розмови нема акценту на ситуацію, а радше на недоліки ближнього. Зневажливий тон, знецінення, приниження будь-яку правду позбавляє сенсу. Ми не лишаємо супернику іншого вибору, як лише шукати захисту через заперечення, взаємне обвинувачення або ж просто замикання у собі і небажання щось вияснювати.

Коли хочемо щось комусь донести, на початку важливо більше зосередитися на своїх відчуттях і переживаннях: *«Мені дуже прикро, мене дуже засмучує, що ти зробив ось так...»*, замість фраз *«Ти як завжди...»*, *«Ти ніколи не приділяєш мені уваги»*. Тобто, замість так званих *«Ти-повідомлень»*, використовуємо **«Я-повідомлення»**, які інформують іншу людину, про те, що ми відчуваємо і що нас непокоїть.

Спостерігайте за тим, як ви говорите. Осуд, невдоволення, роздратування заважатимуть об'єктивно поглянути на ситуацію і знайти добре рішення.

Господь наділив людину свободою, тож просити прощення і пробачати – є нашим вільним вибором. Але часто поняття прощення набуває дуже формального сенсу і ми просимо вибачення лише з етичних міркувань чи тому, що *«так має бути»*. Більш глибоке й усвідомлене переживання того, для чого нам потрібного прощати і просити пробачення, може суттєво вплинути на наші стосунки з ближніми.

Часто ми запитуємо, **хто ж має йти на примирення першим:** той, хто образив, чи той, кого образили? – Відповідь на це питання доволі проста: першим прощення просить **той, хто розумніший.** Адже не буває такого, щоб конфлікт відбувся, а винною була лише одна особа. Той, кого образили має пригадатись, чому інший розмовляв зі мною таким тоном? Чи раптом моя поведінка не спровокувала його, щоби створити конфлікт? А той, хто образив, теж має замислитися над

тим, наскільки добре він здатен контролювати свої емоції й бути толерантним у стосунках з іншими людьми.

Дуже важливо є зробити від себе цей **перший крок** – те, що я можу здійснити, щоб налагодити стосунки. Коли інша людина, наш суперник, все ж залишається на стадії конфлікту, це вже є його особистий вибір. Тому не слід змушувати когось, щоб просив вибачення, адже це буде нещиро і суто формально.

Інколи, в стані сильного емоційного збудження, людина здатна вилити на іншу цілий океан своїх негативних емоцій. Тож, слід бути второпним, щоб своїми словами дійсно зуміти налагодити, а не зруйнувати стосунки.

Перш ніж висловити своє величезне незадоволення, задайте собі питання **«За що я люблю цю людину?»** В процесі обдумування вир негативних емоцій трохи вшухає. А відтак почніть зі слів, якими ви собі відповіли: *«Ти зробив багато доброго, ти дуже чуйна і щира людина, але в цій ситуації мені було складно зрозуміти, чому...»* Подумайте, як би Вам хотілося, щоб до Вас говорили, будучи на місці Вашого опонента? Таким чином, ви, **показуючи свою повагу** до іншого як до особи, викликаєте його на позицію **конструктивного діалогу**, а не суперечки.

Кожна людина потребує прощати і бути прощеною. **В основі усіх образ** лежить невисловлена, заглушена **емоція гніву.** Коли цих образ назбирується багато, то їх тягар може настільки пригнічувати, що ми сприймаємо життя у спотворених тонах, дивлячись на людей, як на об'єкт загрози, й відповідно закриваємося від побудови доброго гармонійного стосунку.

Великий Піст – час для того, щоб з особливою увагою поглянути у своє серце й побачити, що ми у ньому носимо; це час, коли кожен може по-новому відкрити для себе любов Милосердного і Всепрощаючого Бога; це період, коли ми маємо добру можливість переосмислити свої неналагоджені стосунки з ближніми і крізь призму глибокого особистісного прощення **«зцілити»** їх.



ПРИТЧА ПРО СМУТОК

Одного разу смуток і лють пішли до казкової водойми, щоб скупатися. Лють поспішала, швидко викупалася і вийшла з води. Але лють сліпа і бачить те, що відбувається невпевнено, тому в поспіху вона одягла плащ смутку.

Смуток же в свою чергу спокійно, як і завжди, закінчив купатися і без поспіху, не віддаючи собі звіту в тому, що час проходить, вийшов зі ставка. На березі він виявив, що його одягу немає. А як всім відомо, найбільше він не любить залишатися оголеним. Тому одягнув той одяг, що знайшов: плащ люті.

Кажуть, що з тих пір часто можна побачити лють - сліпу, жакливу, але якщо придивитися до неї, то можна помітити, що під плащем люті ховається смуток.

Всім іноді хочеться приховати свої почуття. І часто за маскою злости і ненависті, ховається великий сум. Особа приховує свої зранення і безпомічність за гострими образливими словами та агресивною поведінкою.

Будьте уважні до себе та інших, наповнюйте своє життя добром та позитивними емоціями. Даруйте радість тим, хто поруч, і зберігайте любов у своєму серці. Адже саме любов злагідняє лють, освітлює туман смутку і дарує натхнення та душевний спокій.



Якщо всередині у вас страх, обставини життя будуть лякати вас.

Якщо всередині - агресія, обставини життя будуть «нападати» на вас.

Якщо всередині у вас бажання боротися, ви отримаєте суперників.

Якщо всередині у вас почуття провини, обставини життя знайдуть спосіб вас «покарати».

Якщо всередині у вас образа, обставини життя будуть давати приводи ображатися ще більше.

І все це з однією метою: показати вам те, чим ви є, що носите в душі.

Обставини життя застають нас такими, якими ми є зсередини,

а не тими, якими хочемо здаватися своїм ближнім.



“Коли ви прощатимете людям їхні провини, то й Отець ваш небесний простить вам. А коли ви не будете прощати людям, то й Отець ваш небесний не простить вам провин ваших”.

(Мт. 6,14)

“Тут підійшов Петро й каже до нього: “Господи! Коли мій брат згрішить супроти мене, скільки разів маю йому простити? Чи маю до сімох разів прощати?” Ісус промовив до нього: “Не кажу тобі: До сімох разів, але – до сімдесяти раз по сім”.

(Мт. 18, 21-22)

“І коли стоїте на молитві, прощайте, як маєте щось проти кого-небудь, щоб і Отець ваш, який у небі, простив вам провини ваші”.

(Мк. 11, 25)

“Вдягніться, отже, як вибрані Божі, святі й любі, у серце спочутливе, доброту, смиренність, лагідність, терпеливість, терплячи один одного й прощаючи одне одному взаємно, коли б хтось мав на кого скаргу. Так, як Господь простив вам, чиніть і ви так само”.

(Кол. 3, 12-13)

“Не судіть, і не будете суджені; не засуджуйте, й не будете засуджені; простіть, і вам проститься. Дайте, то й вам дасться: міру добру, натоптану, потрясену, переповнену дадуть вам. Якою бо мірою ви міряєте, такою й вам відміряють”.

(Лк. 6, 37-38)

“Усяка досада, гнів, лють, крик та хула мусять бути викорінені з-посеред вас разом з усією злобою. Будьте, натомість, добрі один до одного та милосердні, прощайте один одному, як Бог у Христі вам простив”.

(Еф. 4, 31-32)

“Коли ми кажемо, що гріха не маємо, то ми самих себе обманюємо, і правди в нас немає. Якже ми визнаємо гріхи наші, то він – вірний і праведний, щоб нам простити гріхи наші й очистити нас від усякої неправди. Коли ми кажемо, що не згрішили, ми чинимо його неправдомовним, і слова його в нас немає”.