

# ПОСТЫ: четыре шага к Богу

14 августа начинается Успенский пост, который относится к многодневным. Сколько всего таких постов существует в Церкви, как долго они длятся и чему посвящены? Об этом наша инфографика.

- ❖ В Православной Церкви установлено четыре многодневных поста: Великий, Петров (Апостольский), Успенский и Рождественский (Филиппов).
- ❖ По учению Церкви, воздержание в пище является лишь первой ступенью в прохождении поста, второй (и главной) ступенью является борьба человека со своими страстями и греховными наклонностями.
- ❖ Каждый многодневный пост подготавливает человека к определенному великому празднику, который является его завершением.
- ❖ Помимо многодневных постов Церковью установлены отдельные постные дни, в частности, среда и пятница и дни строго поста.
- ❖ По уставу Церкви в течение всех четырех постов не совершается Таинство Брака.

## Великий пост

Святая  
Четыредесятница

### Когда проходит?

Подвижный. С Прощеного воскресенья до Вербного воскресенья (Вход Господень в Иерусалим) с присоединением Страстной седмицы. Завершение – Светлое Христово Воскресение – Пасха. Продолжительность – 6 недель.

### Чему посвящен?

Воспоминание и подражание сорокадневному посту Иисуса Христа в пустыне.

### Ограничения в пище

Нельзя мясо, рыбу, молоко. Понедельник, среда, пятница – холодная пища без масла (1 раз в день); вторник, четверг – горячая пища без масла (1 раз в день); суббота, воскресенье – пища с растительным маслом, вино; в праздник Благовещения и Вербное воскресенье можно рыбу.

## Петров пост

Апостольский



### Чему посвящен?

Память первоверховных апостолов Петра и Павла, поэтому еще называется Апостольским.

### Когда проходит?

Начало подвижно (зависит от даты Пасхи), окончание неподвижно – 12 июля. Продолжительность – от 8 дней до 6 недель.

### Ограничения в пище

Нельзя мясо и молочные продукты, но кроме среды и пятницы можно рыбу.

## Успенский пост



### Когда проходит?

С 14 по 27 августа

### Чему посвящен?

Воспоминание Пресвятой Богородицы, которая по Преданию Церкви, перед Своим успением (мирной кончиной) в течение определенного времени постилась и молилась Господу.

### Ограничения в пище

Только растительная пища без постного масла. Растительное масло – только по субботам и воскресеньям.

## Рождественский пост

Филиппов



### Когда проходит?

С 28 ноября по 6 января

### Чему посвящен?

Предваряет праздник Рождества Христова. Филипповым называется потому, что его заговенье (преддверие) приходится на праздник апостола Филиппа (27 ноября)

### Ограничения в пище

Понедельник, среда и пятница – растительная пища без постного масла; вторник и четверг – с растительным маслом; суббота и воскресенье (до 2 января), и в попадающие на пост большие праздники разрешается рыба.