Митрополит Иларион: Великий пост – это время, когда человек может задуматься о смысле жизни

16 марта 2013 года гостем программы «Церковь и мир» на телеканале «Россия 24», которую ведет председатель ОВЦС митрополит Волоколамский Иларион, стал руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главный государственный санитарный врач России Геннадий Онищенко.

Митрополит Иларион: Здравствуйте, дорогие братья и сестры! В эфире передача «Церковь и мир». С понедельника начинается Великий пост. Сегодня я хотел бы поговорить о посте с главным государственным санитарным врачом России Геннадием Онищенко. Здравствуйте, Геннадий Григорьевич!

Г. Онищенко: Здравствуйте, Владыка! Действительно, Священное Писание, в моем понимании, – это полный свод требований к здоровому образу жизни и как главной его составляющей – здоровому питанию. Великий пост является одним из строгих постов, в ходе которого православный человек должен очищаться физически и духовно. К сожалению, многие из нас, пройдя через долгие годы богоборчества, воспринимают пост только как соблюдение диеты. Для многих людей это лишь повод для того, чтобы побороться с лишним весом.

Митрополит Иларион: Многие люди воспринимают пост исключительно как время воздержания от тех или иных родов пищи. Когда мы говорим о посте, то первый вопрос, который задают, звучит так: «Что можно, а что нельзя есть?» - как будто к этому сводится весь подвиг поста. На самом деле пост, с точки зрения Церкви, – это целый комплекс мер, направленных на духовное и физическое оздоровление человека.

Почему посту предшествует Прощеное воскресение? Казалось бы, какое отношение имеет тема прощения к посту как к воздержанию? На самом деле, связь налицо. Люди, которых мы не прощаем, становятся для нас тяжелейшим грузом – грузом психологическим. Представьте себе человека, который постоянно ходит с рюкзаком за плечами, а в рюкзаке у него камни. Эти камни – накопившиеся обиды, недоразумения. Именно поэтому Церковь и призывает нас в этот день к прощению. Даже если мы не можем прощать наших ближних каждый день, то, по крайней мере, в день Прощеного воскресения мы должны вспомнить обо всех, кого мы обидели и кто обидел нас, и попытаться с этими людьми примириться. Это дает совершенно особое ощущение духовной легкости. Человек как бы заново рождается. Вполне естественно, что, вступая в подвиг поста, который требует, в том числе, и воздержания от тех или иных родов пищи, человек должен

внутреннее освободиться – он должен чувствовать внутреннюю легкость, которая позволит ему осуществить этот подвиг.

Г. Онищенко: Действительно, чревоугодие – это одна из восьми основных страстей, которым человек, к сожалению, подвержен. Отказ от пищи, конечно, помогает духовному развитию. Меньше отвлекаешься на чисто физические, физиологические страсти. Как сегодня наша Русская Православная Церковь относится к таким вопиющим явлениям, которым, к сожалению, подвержена значительная часть нашего активного населения – к курению, употреблению алкоголя? 60% населения в той или иной мере курит. Если говорить о нашей молодежи, людях в возрасте до 30 лет, то в этой возрастной категории количество курящих женщин и мужчин сравнялось. Планка употребления алкоголя и табака катастрофически снижается в возрастном плане. Дети в 12-13 лет являются регулярными потребителями табака. Может ли пост помочь православным русским людям избавиться от этих пагубных привычек?

Митрополит Иларион: Я знаю немало людей, которые во время поста берут на себя разного рода обязательства – допустим, отказаться от курения или алкоголя. Вообще, у нас сложилась парадоксальная ситуация: мясо, молоко, яйца считаются скоромной пищей, а вино и водка – нет. Это, как будто, нормально. Есть люди, которые соблюдают пост в том, что касается белковой пищи, но при этом в течение всего поста употребляют алкоголь, в том числе в чрезмерных количествах. Это абсолютно противоречит всей сути поста. Я хотел бы призвать наших телезрителей – тех, у которых есть вредные привычки: если вы не можете от них отказаться вообще, попытайтесь отказаться от них хотя бы на время Великого поста. Например, от курения. Вы увидите, что если вы проведете пост без табака, то, может быть, вам и на Пасху не захочется брать в рот сигарету и вы сможете отказаться от этой вредной привычки.

Посмотрите, по каким причинам сегодня болеют и умирают люди: либо это неправильное питание, либо переедание, либо – вредные привычки. Какое счастье приносит человеку сигарета? Никакого. Может быть, это иллюзия какого-то успокоения? Но организм привыкает к этому яду, и человек уже не может от него отказаться. Большинство курящих мечтают о том, чтобы бросить курить. Но кто их заставлял эту привычку приобретать? Сейчас на каждой пачке сигарет написано, что курение вредит здоровью, что сигареты убивают, но люди все равно продолжают покупать их и употреблять с риском для собственной жизни.

Г. Онищенко: Владыка, Вы совершенно правы в том, что табак – абсолютно вредный продукт. Сегодня и Правительство, и Президент, и подавляющее большинство лидеров общественного мнения говорят, что пришло время отказаться от курения. Прошел в первом чтении закон, существенно ограничивающий курение, и я думаю, что в ближайшем времени он будет принят, несмотря на беспрецедентное сопротивление тех, кто занимается табачным бизнесом, кто

продает, производит это вредное вещество. Сегодня, по оценкам Всемирной организации здравоохранения, курение является самой пагубной из устранимых причин, вредно влияющих на здоровье. Сегодня в медицинском кадастре 12 причин смерти связаны с алкоголем. Ежегодно наша страна теряет из-за этого от 45 до 60 тысяч жизней – причем жизней молодых и активных людей.

Митрополит Иларион: Это страшные цифры. Все наше общество должно сплотиться в борьбе с этими пороками. В частности, должны быть приняты соответствующие меры со стороны государства, со стороны Министерства здравоохранения. Почему до сих пор такие низкие цены на табак, на алкоголь? Почему нельзя сделать эти товары менее доступными? Почему нельзя постоянно вести через средства массовой информации разъяснительную работу? Такой уровень потребления алкоголя - это по-настоящему национальная трагедия. Причем употребляется не просто алкоголь, а крепкие спиртные напитки, которые убийственно действуют на организм.

Г. Онищенко: Финансовая доступность – одна из главных составляющих проблемы: сигареты почти ничего не стоят, бутылку водки сегодня может купить любой. Нельзя не сказать и о территориальной доступности: алкоголь и табак продаются на каждом шагу. Есть и возрастная доступность: сегодня официально существуют ограничения по возрасту – но кто их соблюдает?

Наступает пост – время духовного сосредоточения человека на своих пороках, время ограничения себя в пище. Но ведь алкоголь сегодня, как это ни странно, как ни позорно для нашей страны, относят к пищевым продуктам…

Митрополит Иларион: Я бы отнес некоторые виды алкоголя, скорее, к разряду ядохимикатов, чем к пищевым продуктам.

Что же касается Великого поста, то если говорить о сути этого периода в жизни христианина, то, во-первых, - это возможность взять себя в руки и отказаться о вредных привычек, то есть заставить себя не курить, не употреблять алкоголь, отказаться от тех видов химической зависимости, которые разрушают жизнь человека. Интересно, что такие зависимости нередко связаны одна с другой. Человек еще в школьном возрасте начинает с сигарет, потом в юношестве переходит к алкоголю, а там - один шаг до наркотиков. Я как священнослужитель постоянно слышу о страшных случаях. Недавно мне рассказали, что один молодой человек своей любимой девушке на день рождения подарил шприц с героином. Он сказал ей: "Попробуй один раз, а потом никогда не будешь пробовать". Она сделала укол и умерла. Таких примеров тысячи. О них редко пишут в средствах массовой информации, редко говорят по телевидению, но ведь это самая настоящая трагедия, что мы теряем людей в расцвете сил только потому, что сами они не смогли воздержаться от того, что им приносит безусловный вред. Табак, алкоголь, наркотики счастья не

приносят. В лучшем случае они приносят какую-то мимолетную эйфорию, которая улетучивается сразу после того, как прошло их действие.

Г. Онищенко: Мне кажется, что сама православная вера накладывает добровольные ограничения на человека в его поведении, восприятии мира. Отсутствие духовного стержня у человека приводит к вере во вседозволенность. И это одна из основных проблем, которые сегодня привели к расцвету пагубных явлений в нашей молодежной среде и шире – во всем нашем народе.

Митрополит Иларион: Вы сказали о самом главном, потому что мы чаще всего говорим о следствиях, а Вы напомнили о причине. Причиной зависимости от табака, алкоголя, наркотиков является отсутствие духовного стержня у человека, отсутствие смысла жизни, когда человек не ставит перед собой высших идеалов.

Мы знаем, что когда человек поставит перед собой цель, он к ней стремится, он ее достигает и, если для достижения цели в чем-то необходимо воздержание, это становится для него вполне естественным. Например, когда балерине нужно сохранять определенный вес, она соблюдает гораздо более строгую диету, чем те, кто соблюдает Великий пост. Она это делает для достижения конкретной цели.

Когда у человека нет цели, нет мотивации, он начинает спрашивать себя: "А зачем я должен воздерживаться от того или иного?" Но здесь встает и ключевой вопрос: а зачем вообще жить? И человек может спросить: "Почему я должен заботиться о своем здоровье, продлевать свою жизнь? Какой в этом смысл?"

Ответ на это вопрос дает Церковь. Именно поэтому мы говорим, что Великий пост – это не просто период, когда нужно от чего-то воздерживаться. Великий пост – это, прежде всего, время, когда человек может задуматься о смысле жизни, когда он может пересмотреть ту шкалу ценностей, в соответствии с которой живет. И тогда в эту пересмотренную шкалу ценностей вплетутся и воздержание, и аскеза.

Церковь живет уже две тысячи лет. Те рекомендации, которые она дает, те правила, которые она выработала, не появились случайно. Их цель – не лишить чего-либо, не ограничить его в чем-либо, но создать максимально благоприятные условия для духовного, а также и физического развития человека.

Пост полезен не только для тела, но и для души. И поэтому я хотел бы призвать всех наших телезрителей подумать о том, как провести Великий пост, что сделать для своего духовного и телесного здоровья. Помните, что это время можно провести с очень большой пользой.

Источник: https://mospat.ru/ru/news/52926/