

Послание митрополита Тверского и Кашинского Амвросия священнослужителям, монашествующим и мирянам Тверской епархии по случаю начала Великого поста в 2026 году

Дорогие братья и сестры!

С любовью о Господе Иисусе Христе обращаюсь к вам в преддверии Великого поста — времени, которое Церковь бережно называет весной души. Мы вступаем в эти дни не ради внешней строгости и не ради того, чтобы кому-то что-то доказать. Мы вступаем в Пост ради подлинной свободы. Ради освобождения от того, что нас держит: от привычек, которые стали оковами, от слов, которые стали наказанием и раздражениями, от страстей, которые обещали радость, а оставили усталость и грусть.

Пост — это не наказание. Это радостный путь возвращения в объятия Небесного Отца. Это возможность снова стать собранными и живыми.

Пост, прежде всего, — это время правды. Правды о себе и о Боге. В эти постные дни мы призваны увидеть, чем наполнено наше сердце, что в нём стало главным, чему мы без оглядки отдаём силы, время, внимание. Господь сказал: «Где сокровище ваше, там будет и сердце ваше». Поэтому Великий пост — это не просто смена меню и ингредиентов блюд на нашем столе. Это смена центра жизни.

Церковь учит нас истинному посту, говоря о том, что воздержание в пище важно, но оно не является целью постного пути. Оно — незаменимое средство, которое помогает освободить сердце и сделать его внимательным. Бывает, что человек внешне строго постится, но в душе остаётся раздражительным, жёстким, обидчивым, не терпит ближнего, осуждает, и тогда пост становится не лестницей к Богу, а лишь схождением во внутреннюю тьму. Будем помнить, что если пост делает нас мрачными и неприветливыми, если он рождает уныние, значит, мы потеряли смысл того, что делаем и ради Кого. Господь ведь очень недвусмысленно говорит нам в Евангелии: когда поститесь, не будьте унылы; умой лицо твоё, чтобы явиться постящимся не пред

людьми, но пред Отцом. Пост — это не демонстрация религиозности или особенности. Это тайная работа сердца перед Богом.

Пост — это время молитвы. Не только большей по объёму, но более честной и собранной. В эти дни особенно важно найти хотя бы несколько минут тишины каждый день, чтобы обратиться к Господу без суеты, без спешки, без внешних раздражителей. Невозможно приблизиться к Богу, если сердце всё время занято шумом. Поэтому вместе с воздержанием в пище Церковь призывает нас к воздержанию от всего, что рассеивает: от пустых разговоров, бесплодных споров, бесконечного потока новостей и развлечений, от привычки жить в телефоне. Пост — это время, когда мы учимся выбирать главное, отказываясь от второстепенного.

Но Великий пост будет неполным, если забыть о милостыне. Истинный пост всегда выражается в любви: в заботе о тех, кому трудно, в внимании к одиноким, в помощи больным, в поддержке нуждающихся. Милостыня — это не приложение к посту, это его дыхание. Там, где человек постится, но не становится милосерднее, пост теряет свой корень и смысл.

Воздержание в пище неизбежно меняет наши траты. Пусть эти недели станут временем разумной ответственности. Если мы едим постную еду, она точно не должна быть дороже, чем скоромная. Не нужно думать, что если мы отказываемся от относительно недорогого мяса, заменяя его втрое более дорогими морепродуктами — то это нормальный пост. Это скорее извращенный пост. Если мы тратим на еду меньше, если отказываемся от излишеств, то то, что сберегли, не будем превращать в другое излишество. Пусть эти средства станут милостыней. Ведь в этом и был один из смыслов пищевых ограничений во все времена: есть меньше, чтобы пищу отдавать тем, кто в ней нуждается. Так пост перестаёт быть личным упражнением и становится делом любви.

Великому посту можно увидеть и ещё один смысл, который особенно полезен современному человеку. Пост — это десятina нашей жизни перед Богом. Это примерно десятая часть года, а значит и десятая часть нашего времени, сил, внимания. Мы часто говорим, что у нас нет времени на молитву, на чтение Евангелия, на покаяние, на добрые дела.

Но время есть, оно у всех одинаково. Время есть, но оно рассеяно. Эти недели учат нас собирать жизнь воедино. И если мы примем пост как десятину времени, то начнём иначе относиться к каждому дню, как к дару, который можно принести Богу. И ещё хочу сказать о том, что большая жертва Богу — если в этот Пост мы приведем в храм других людей.

Особенно обращаюсь к священнослужителям и монашествующим. Дорогие отцы, дорогие братья и сестры, матушки игуменьи, монахи, иноки и послушники: пост — это не только наша личная мера, но и наш пастырский, монашеский пример. Люди смотрят не столько на строгость правил, сколько на плод, становится ли рядом с нами легче молиться, теплее любить, проще каяться, спокойнее жить. Пусть в наших словах будет меньше раздражения, в наших решениях — больше мудрости, в нашем отношении к людям больше кротости. Великий пост — это время, когда пастырю и монаху особенно важно хранить внутренний мир, потому что этот мир передаётся окружающим сильнее любой проповеди.

Дорогие мои, Великий пост — это дорога к Пасхе Христовой. А Пасха — это победа жизни над смертью. И пост дан нам для того, чтобы эта победа началась уже сейчас, внутри. Чтобы человек перестал быть рабом того, что разрушает, и стал свободным для Бога. Чтобы в душе стало больше света, больше простоты, больше благодарности. Чтобы сердце снова научилось радоваться, но не шумной радостью потребления, а тихой радостью мира с Богом.

Будем входить в пост без страха и без показной суровости, но с решимостью. С молитвой. С милостью. С вниманием к своему сердцу. И пусть каждый из нас принесёт Богу в эти недели свою десятину времени, в тишине, в покаянии, в делах любви.

Да укрепит нас Господь на этом пути. Да хранит Он наши семьи, наши приходы и монастыри, всю нашу Тверскую землю. И да сподобит нас встретить Светлое Христово Воскресение с сердцем свободным, очищенным и живым.

Божие благословение да пребывает со всеми вами. Аминь.