***Публикацию подготовила педагог доп. образования***

***МБУ ДО ЦДТ «Звёздный»***

***Пичкалёва О.Н.***

**Великий Пост**

****

Великий Пост как бы подготавливает верующего человека к величайшему событию церковного года – Пасхе. Этот пост установлен как воспоминание о 40-дневном посте Иисуса Христа в пустыне, но длится он 7 недель и делится на две неравные части – Святую четырёхдесятницу (эти 40 дней) и Страстную Седмицу, установленную в память о Страстях Господних.

С Великим постом связано множество народных обычаев, которые в той или иной мере сохранились до наших дней. Прежде всего, пост предполагает строгое воздержание в пище, не разрешаются мясо, яйца, вообще продукты животного происхождения, в том числе и молочные.

*Понедельник первой недели Великого поста* называется ***«чистым».*** В этот день выкуривают масленицу, которая кончилась прощёным воскресеньем. В таз кладут горячий кирпич, заваривают мяту и слегка поливают уксусом. С ним обходят весь дом, наполняя его кислым и прохладным от мяты паром. Дом чистят, моют, мебель закрывают чехлами или покрывалами, занавешивают картины светского содержания, убирают ковры. В Великий пост с «чистого» понедельника положено ходить в ношеной одежде, пользоваться старой посудой. Ни в коем случае не доедать то, что осталось от масленицы. Всё отдавалось домашним животным.

*Со вторника первой недели Великого поста* старики вели наблюдение за звёздами и по ним угадывали погоду на всё лето.

*В среду «слушали» воду.* Как она шумит. Если вода в речке или пруду свистит, то нечистая сила может выжить людей с родных мест. Если же в шуме воды слышится человеческий голос – то это к полному благополучию.

*В четверг первой недели* начинают улетать зимние птицы.

*В субботу* справлялись «тужилки» по масленице. В этот день пекли блины, разумеется, постные.

*Воскресенье этой же недели* получило название «сборного», по характеру открывавшихся в этот день ярмарок и торгов.

*С понедельника второй недели Великого поста* начинались в городах поездки молодых жён к своим матерям, но, чтобы невестка не теряла времени зря, свекровь давала на время поездки ей какое-нибудь рукоделие, с непременным условием закончить его. В это же время повсеместно начинали перенизывать жемчуг (символ печали в печальное время).

*В пятницу или субботу третьей недели Великого поста* молодой зять обычно справлял для тестя с тёщей так называемую «обжорку», или «обжорную пятницу» (субботу). Обязательным угощением этого дня был какой-либо кисель с конопляным маслом.



*Четвёртая неделя Великого поста – Средокрестная, или Крестопоклонная неделя, Средокрестье – является серединой поста.*

*В понедельник четвёртой недели Великого поста* окунали спрядённую за зиму пряжу в проруби на реках. От этого пряжа должна была получить необыкновенную прочность и белизну.

*В среду на этой неделе* пекли особое печенье в виде креста из пресного теста и клали в них разное зерно – чтобы хлеб уродился, куриное перо – чтобы куры водились и т.д. По другим предметам запечённым в крестах (щепка, соль, деньги), гадали о том, кто из членов семьи будет богат, кто строится, кому хлеб сеять. По одному такому печенью обязательно съедали в средокрестную среду. Существовало также поверье, что в среду на Крестопоклонной «переламывается», «делится» пополам пост. Для детей даже имитировали стук, с которым пост разламывается, украдкой стуча под лавкой. С этого же дня считалось, что щука разбивает хвостом лёд, т.е. совсем скоро ледоход.

*Пятая неделя Великого поста часто называется Похвальной.* Говорят, что на Похвальной неделе сорока начинает класть яйца или успевает снести первое яйцо: ***На Похвалу сорока яйцом похваляется.***

*В среду пятой недели* часто устраивали вторичные после масленицы проводы зимы, а в субботу этой же недели в некоторых местах устраивали «званые поминки». На эти поминки собирали деньги и продукты в складчину и угощали нищих.

*Во вторник пятой недели или в понедельник шестой* молодые зятья приглашали к себе женину родню. Полагалось приходить не с пустыми руками, причём одаривать всех новых родственников и дарить новые наряды дочери.

*Шестая неделя Великого поста – Вербная неделя.*

*Суббота на Вербной неделе – канун Вербного воскресенья*, известна как *Лазарева суббота.* Церковь прославляет Иисуса Христа, который перед своими страданиями и смертью воскресил святого праведного Лазаря. Чудо Воскрешения Лазаря рассматривается как прообраз всеобщего воскресения человечества.

В Лазареву субботу ходили в лес за веточками вербы, которые рано утром освящали в церкви, приносили домой, и ставили к иконам.

*Святой Лазарь за вербой лазил.*

*Вербное Воскресенье –* праздник триумфального входа Господа Иисуса Христа в Иерусалим. Именно за воскресение Лазаря Иисус Христос и был прославлен народом как долгожданный Мессия, Царь Израилев. Народ постилал на пути Его свои одежды, толпа встречала Его с пальмовыми ветвями в руках… Однако такое торжество явилось на самом деле предвестием страданий Спасителя: народное прославление привело первосвященников к окончательному решению «погубить Его и предать Его смерти».

В России, где не знали, что такое пальмы, в этой роли выступила верба – единственное дерево, в эту пору напоминающее о близкой весне своими распушёнными почками. Растение целиком и особенно его серёжки, распустившиеся почки повсеместно считались целебными, наделёнными удивительной силой.

По народному верованию, если съесть 9 вербных серёжек, то это предохранит от лихорадки. Почки освещённой вербы советовали есть бесплодным женщинам.

Повсюду принято было освещённой вербой стегать коров и овец на Егорьев день – при обряде её первого выгона в поле.

Вербе приписывалась особенность оплодотворять землю, повышать урожайность зерновых культур и огородных растений.

Веточками вербы, принесёнными из церкви, хлестали друг друга, в первую очередь детей, приговаривая: «Не я бью, верба бьёт! Верба хлёст бьёт до слёз!»

*Страстная неделя.*

Эта неделя посвящена воспоминанию о последних днях земной жизни Господа, Его страданиях, смерти и погребении. Дни страстной седмицы – это время приготовления каждого верующего к торжественной встрече Светлого Христова Воскресения, когда требуется особо усердно посещать храм Божий, соблюдать пост и молиться.

С *понедельника* начинается у православных людей «большое мытьё» - чистят и моют всё в доме, в хозяйственных постройках, стирают бельё, и сами моются.

Во *вторник* принято было на рассвете поить скот соченым молоком для предохранения от болезней. Льняные и конопляные семена толкли в ступе и заливали водой – это и называлось «соченым молоком».

*Страстная, Великая Среда –* Иуда Искариот пошёл к первосвященникам и спросил, что дадут ему, если он выдаст Иисуса Христа. Предложенные 30 сребреников оказались достаточным вознаграждением за чудовищное предательство.

В традиционном быту в Страстную среду принято было скотину обливать снеговой водой (для здоровья).

*Четверг* на Страстной неделе назывался «Великий четверг», или *«Белый», «Чистый».* В этот день Церковь вспоминает Тайную вечерю Господа Иисуса Христа со своими учениками, на которой было установлено таинство Евхаристии – Причащения Тела и Крови Господней. В церковной традиции Великий четверг – день общего причащения.

Это один из самых важных дней в народном календаре, он сосредоточил вокруг себя огромное число примет и магических действий. «По поверьям, как проведёшь этот день, что сделаешь, так и сложится весь оставшийся год. ( По сути дела, весь распорядок дня строился по магическому расписанию): не мыли полы; не брали и не давали в долг; не ели до звезды; на стол выставляли все запасы, запирали колодцы от колдунов; не ругались» с жёнами, соседями.

Приметы Великого четверга:

*Если в Великий четверг полнолуние – весною большая вода.*

*Дождь в Чистый четверг – весна мокрая.*

*В Великий четверг мороз, так и под кустом овёс.*

*Если в Великий четверг будет лёгкий ветерок – это к урожаю ягод, плодов и орехов.*

Во всех местностях в *четверг последней недели Великого поста* пережигали (прокаливали) в печах соль. Она называлась «четверговой» и использовалась как лекарство от множества болезней.

Великий четверг именуется Чистым, и православное население старается полностью оправдать такое название тем, что в этот день самым тщательным образом всё моют и убирают в избе, украшая её: расстилают чистые половики, развешивают красивые полотенца и занавески, кое-где пол в горницах посыпают белым песком.

Обязательным было купание в бане.

Множество обрядов Великого четверга было связано с желанием очистить дом, огород, двор не только от грязи, накопившейся за зиму, но и от нечисти, затаившейся в углах, предупредить болезни и другие напасти.

По многочисленным свидетельствам, В Великий четверг, не взирая ни на какую погоду, «люди ходили на реку и окунались в её воды, даже если на реке был ещё лёд. Соприкосновение с водой должно было принести здоровье и силу на всю сельскую работу.



*Великая или Страстная пятница –* самый скорбный день церковного года. Именно в пятницу совершилось распятие и крестная смерть Спасителя. Господь был распят на кресте, установленном на горе Голгофе близ Иерусалима. Долгих 6 часов страдал Господь на кресте, искупая грехи человечества Своими страданиями.

В народе Страстная пятница – одна из особо чтимых пятниц. Этот день отмечен некоторым количеством примет:

*Если на Страстную пятницу пасмурно, то хлеб вырастет с бурьяном.*

*Если под Страстную пятницу зоряно, пшеница будет зернистая.*

**

*Суббота на Страстной неделе называлась Великой, Красильной.* Это день воспоминания о пребывании тела Господа во гробе, куда оно было положено снявшими Спасителя с креста.



Особым знамением *Великой субботы* является чудесное возгорание благодатного огня в пещере Гроба Господня в Иерусалимском Воскресенском храме, происходящее ежегодно.

В Великую субботу, верили Россияне, солнце встречается с месяцем.

В субботу этой же недели заклинали мороз, чтобы не морозил овёс, лён, коноплю.

*Тёмная ночь под Пасху – к урожаю.*

В страстную субботу красят яйца, пекут куличи, делают сырную пасху.

******

***Постный стол.***

*Окрошка по – вятски.*

*Натрите редьку. Нарежьте картофель отваренный в мундире. Смешайте редьку с картофелем, посолите, оставьте минут на 40. Добавьте холодный квас, тёртый хрен. Подавать с зеленью.*

*Постный борщ.*

*Отварить свеклу, нарезать соломкой. Отварить предварительно замоченные (3-4 часа) грибы, бульон процедить. Грибы нарезать ломтиками, обжарить в растительном масле. Тонко нашинковать морковь, репчатый лук, слегка обжарить на растительном масле, добавит томат или очищенные помидоры.*

*Замоченный чернослив проварить, удалить косточки, нарезать ломтиками.*

*В кипящий грибной отвар положить шинкованную свежую капусту, поварить 10-15 минут, добавить обжаренные грибы, морковь, коренья, чернослив и довести до готовности, заправив всё по вкусу солью, сахаром.*

*Литература:*

1. *А.Ф Некрылова Русский традиционный календарь. С-Пб 2007*
2. *Н.Н. Барминская Великий пост. «Пермская книга» 1993*