

## ВЕЛИКОГО І СВЯТОГО ПОСТУ

*Всечесному духовенству та боголюбивим вірним нашої Святої Церкви:*

### ХРИСТОС ПОСЕРЕД НАС!

З архіпастирською любов'ю у Христі та молитовною турботою про ваше духовне життя звертаємося до вас на порозі Великого і Святого Посту - цього благодатного часу покаяння, оновлення та повернення до Живого Бога. Свята Церква знову й знову з материнською любов'ю кличе нас у духовну пустелю - не як у місце самотності, а як у простір зустрічі, де очищується людське серце і стає сприйнятливим до благодаті Святого Духа.

Великий Піст - це не лише зміна харчування, розпорядку чи зовнішніх практик. Це глибоке запрошення до внутрішнього преображення, до відновлення образу Божого в нас, затьмареного гріхом, але ніколи не знищеного. Через молитву, піст, милостиню та покаяння ми покликані знову поставити Христа - Джерело Життя, Істини і Любові - у центр нашого життя.

У самому серці великопісної подорожі стоїть чеснота самодисципліни. Церква у своїй мудрості навчає нас стриманості - не як покаранню, а як зціленню. У світі надмірності, шуму й постійних відволікань самодисципліна стає актом справжньої свободи. Вона визволяє нас від рабства пристрастям і спрямовує наше серце до Бога та ближнього.

У цей святий час ми покликані до стриманості у всьому:

- стриманості тіла - через піст, який смиряє, але водночас укріплює;
- стриманості розуму - через пильнування над думками та намірами;
- стриманості язика - через уважність до наших слів, тону та способу спілкування.

Пристрасті словесного вираження - гнів, осуд, плітки, необережне слово - ранять не лише інших, але й нашу власну душу. Апостол нагадує нам, що в силі язика - життя і смерть. Тож у дні Посту нехай наші слова стануть рідшими, лагіднішими й молитовними; нехай мовчання навчить нас смирення; нехай слухання стане актом любові.

Не менш важливою є наша уважність до молитви. Молитва - це не обов'язок, нав'язаний ззовні, а подих душі. У молитві ми знову відкриваємо, ким ми є і Кому належимо. Чи то в тиші наших домівок, чи в благоговійній красі храму, чи в тихій молитві серця протягом дня - бережимо час для спілкування з Богом. Без молитви піст стає порожнім; з молитвою навіть найменші зусилля наповнюються Божественною благодаттю.



Великий Піст також нагадує нам про нашу відповідальність за дар життя, вручений нам Самим Господом. Наші тіла - не наша власність; вони є священними посудинами, храмами Святого Духа, запечатаними у Хрещенні та живленими Святими Тайнами. Практикувати стриманість і піклування про тіло означає вшановувати Творця, Який створив нас у любові та кличе до святості. Турбота про фізичне, емоційне й духовне здоров'я - це не самолюбство, а християнське домобудівництво й відповідальне управління Божим даром.

Ця відповідальність виходить за межі нас самих. Ми відповідаємо за те, як живемо у взаєминах зі світом довкола нас. Християнське життя ніколи не є ізольованим. Наш піст повинен відкривати очі на страждання інших; наша молитва - пом'якшувати серця; наша стриманість - виховувати співчуття. Піклуючись про життя одне одного - через милосердя, прощення, терпіння та конкретні діла любові - ми свідчимо про Царство Боже, яке вже присутнє серед нас.

Улюблені у Господі, вступаючи у Великий і Святий Піст, прямуймо цим шляхом разом, як одне Тіло у Христі. Падаймо і знову підіймаймося через покаєння, покладаючись не на власні сили, а на безмежне милосердя Боже. Нехай цей благодатний час стане для кожного з нас періодом справжнього оновлення, зцілення душі та відновлення радості у Святому Дусі.

Вручаючи вас усіх під люблячий покров нашого Господа і Спасителя Ісуса Христа, призиваємо на вас Його щедрі благодать і мир.

*З архіпастирською любов'ю та молитвою,*

**+АНТОНІЙ**

Митрополит Української Православної Церкви США та Діаспори

**+ЄРЕМІЯ**

Архієпископ Української Православної Церкви Єпархії Південної Америки

**+ДАНИЇЛ**

Архієпископ Української Православної Церкви США та Діаспори

