



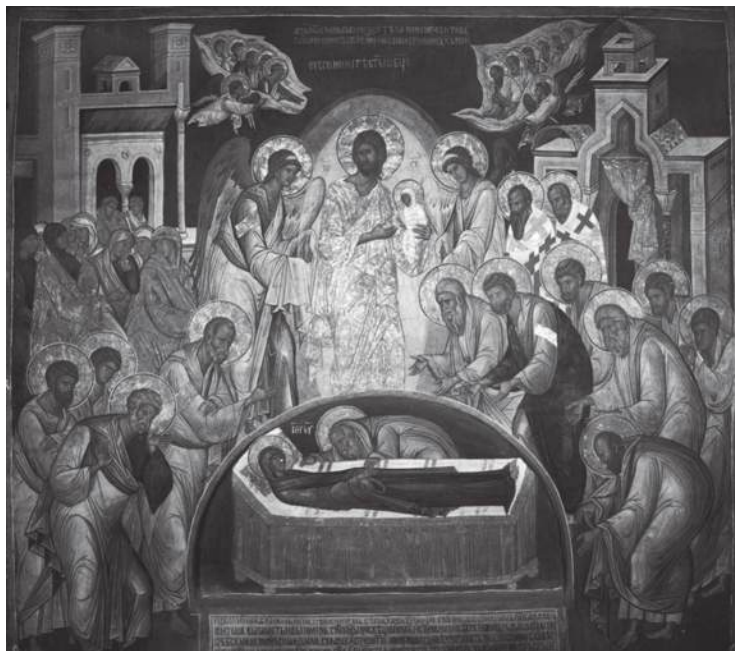
ХРАМ

Лист литургијске заједнице
при Храму Светог Саве у Краљеву



Август 2026. године
Број 125

Изази са благословом Његовог Високопреосвештенства
Архиепископа и Митрополита нишког
и администратора Епархије жичке Г. Арсенија



ГОСПОЈИНСКИ – УСПЕНСКИ ПОСТ

У Православној вери пост није пука традиција нити само дијететски режим, већ истински духовни подвиг душе и тела. То је време када се хришћанин посебно посвећује молитви, исповести и делима милосрђа, а истовремено се уздржава од одређене хране. Тело и душа су сједињени, па подвиг поста обухвата оба аспекта. Као што је рекао Свети Јован Златоусти: „Пост није само уздржавање од хране, већ и удаљавање од зла. Ако се уздржаваш од јела, а не уздржаваш од греха – пост је узалудан.“

Смисао Госпојинског поста

Госпојински пост траје од 14. до 28. августа (по новом календару), односно од 1. до 14. августа (по старом календару). Он нас припрема за велики празник Успења Пресвете Богородице, који је дан радости и победе живота над смрћу. Према предању, када је дошло време да Богородица напусти овај свет, Христос је лично примио њену душу. Њено тело је сахрањено у Гетсиманији, али је трећег дана узнесено на Небо. Зато Црква пева: „У успењу ниси свет оставила, Богородице.“

Поред спољашњег значаја, важно је разумети шта пост стварно значи у животу верника. Често се чује да пост није само уздржавање од хране, већ и од злих дела, речи и мисли. Ипак, то не сме бити оправдање да се ван поста могу чинити грехови, а само у посту да се од њих одустане. Хришћанин се увек одриче зла, псовки, гнева, похлепе, лажи и свега што удаљује од Бога – сваки дан у години. Ако пост схватимо као „две недеље доброте“ уместо као целоживотни пут, онда правимо духовну карикатуру.

Телесни пост је стварна обавеза

С друге стране, занемарити телесни пост као битан део духовног живота значи одбацити Православно предање. Телесно уздржавање није формализам ако се обавља са вером и покајањем. Оно дисциплинује вољу, смирује тело и помаже души да се лакше моли. Одривање од мрсне хране има дубоку духовну логику: кроз добровољно лишавање нечега што нам је пријатно учимо да кажемо „не“ и многим другим страстима. Зато изговарање „мало сира, мало јаја, али без злих мисли“ није испуњавање поста, већ само делимично прихватање духовне лекције. Свети Василије Велики каже: „Истински пост је онај који од зла удаљује, језик уздржава, гнев умирује, похоту уклања, клевету и лаж искорењује.“ Али тај пост је потпун само ако иде руку под руку са телесним уздржањем. Правила Цркве за Госпојински пост подразумевају уздржавање од меса, млека, јаја, рибе (осим на празник Преображења када је и риба дозвољена), као и од вина и уља у одређене дане. Међутим, пост није само списак забрањене хране, већ време појачане молитве, исповести, читања Светог Писма и добрих дела. Без духовне

стране, телесно уздржавање остаје непотпуно. Као што учи Свети Јован Златоусти, пост је и „удаљавање од зла“, а Свети Серафим Саровски додаје: „Ако постиш телом, а не постиш душом – пост је као лампа без светлости.“

Пост као духовна школа

Пост је духовна школа која нас учи трпљењу, смирењу и љубави. Враћа нас унутра, у срце, да откријемо шта нас одваја од Бога и ближњег. Он је и прилика да се сетимо оних који немају, како бисмо им помогли. Госпојински пост је време да се смиримо, приближимо Богу и учинимо нешто добро за друге. То није казна нити формалност, већ пут ка исцељењу душе. Када га проводимо са молитвом, љубављу и благодарношћу, припремиће нас да празник Успења Богородице дочекамо са радошћу која не пролази.

Практични савети за почетнике:

За оне који се први пут упуштају у подвиг поста, црквено искуство и пракса пружају неколико корисних савета:

- Постепено се припремите – смањивање масне хране и слаткиша неколико дана пре почетка поста олакшава прелазак;
- Тражите благослов од свештеника – разговор са свештеником помаже да се пост прилагоди вашем здравственом стању и могућностима;
- Не фокусирајте се само на храну – посветите више времена молитви, читању духовне литературе и добрим делима;
- Водите духовни дневник – записивање мисли и духовних борби током поста може бити од велике помоћи;
- Завршите пост причешћем – причешће је круна и најдубљи смисао целог подвига поста.

Свети Оци о посту:

- Свети Јован Златоусти: „Постиш? Докажи ми пост свој делима! Ако видиш сиромаха – смилуј се; ако видиш непријатеља – помири се; ако видиш пријатеља у слави – не завиди му.“
- Свети Игњатије Брјанчанинов: „Пост је најмоћније оруђе против страсти. Без поста, борба са страстима је тешка и често безуспешна.“
- Свети Амвросије Оптински: „Пост је стража душе и тела; он чува чистоту ума, крепи вољу и загрева срце љубављу према Богу.“

Извор: Пријатељ Божији



РАСПОРЕД БОГОСЛУЖЕЊА

Радним даном: Јутарње - 07:30
Вечерње - 18:00 (петком у наставку Акатист Богородици)
Суботом: Света Литургија - 08:00
Вечерње - 18:00
Недељом: Јутарње - 08:00
Света Литургија – 09:00 (и празником са црвеним словом)



hramsvetogsavekraljevo



036 314 033