



Великий пост начинается за семь недель до **Пасхи** и состоит из **Четыредесятницы** - сорока дней – и

Страстной седмицы

– недели перед самой

Пасхой

. Четыредесятница установлена в честь сорокодневного поста Спасителя, а

Страстная седмица

- в воспоминание последних дней земной жизни, страданий, смерти и погребения Христа. Общее продолжение

Великого поста

вместе со

Страстной седмицей

-

48

дней.

Питание в Великий пост

В отношении трапезы Церковный Устав предписывает следующие правила:

* в первую и последнюю (Страстную седмицу) недели — особо строгий пост;

* полностью запрещаются «скоромные» продукты (скоромная пища (древнерус. скором – «жир, масло») - продукты, не дозволенные в пост: мясные продукты, яйца, молочные продукты (сливочное масло, сыр, творог, сметана, молоко...). Кратко – это продукты животного происхождения. При строгом посте воздерживаются и от рыбы.);

* есть можно один раз в день, вечером; но по субботам и воскресеньям — два раза, в обед и вечером;

* в понедельники, среды и пятницы — холодная пища без масла;

* во вторники и четверги — горячая пища без масла;

* по субботам и воскресеньям разрешается употреблять растительное масло и виноградное вино (кроме субботы **Страстной седмицы**);

* в **Великую пятницу** ничего есть не положено;

* в **Великую субботу** многие верующие также отказываются от пищи до наступления **Пасхи**;

* рыба разрешается только в праздники Благовещения (если не совпал с **Страстной седмицей**) и в **Вербное воскресенье** (Вайй);

Лазареву субботу рыба не разрешается, но можно употреблять в пищу икру.

По материалам сайта [TamBy](#) . [info](#)