

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	5
Постная Триодь: введение в тему	9
Тексты Постной Триоди с комментариями:	
Подготовительные Недели	
и седмицы Великого поста.....	21
Святая Четыредесятница.....	43
Страстная седмица.....	116
Словарь литургических терминов	128
Использованная и рекомендуемая литература....	140
Приложение 1.	
История поста в Церкви.....	145
Приложение 2.	
Молитва преподобного Ефрема Сирина	153
Приложение 3.	
Литургия Преждеосвященных Даров	157
Приложение 4.	
Богослужения Страстной седмицы	169

Предисловие

Богослужебные книги. Это словосочетание вызывает у верующих священный трепет и глубокое почтение. Однако с содержанием этих книг за пределами алтаря и клироса знакомятся немногие.

«**Можно ли** с ними знакомиться? — спросят одни. — Ведь у нас нет ни алтарного, ни клиросного послушания, и семинарию мы не оканчивали».

«**Нужно ли** с ними знакомиться? — спросят другие. — Ведь у нас есть молитвословы и акафистники, разве для мирян этого недостаточно?»

Поразмышляем немного над этими вопросами.

Конечно, в первые годы церковной жизни верующему нужно освоить молитвослов, пройти умом и сердцем через утренние, вечерние и иные молитвы, заботливо для нас собранные Церковью. Но проходит месяц за месяцем, год за годом, человек постепенно воцерковляется. Через некоторое время он может заметить, что уже нет того ощущения свежести при домашней молитве, которое было у него в первые годы. То же чувство может посетить его и в храме на богослужении. Такое случается нередко. А за охлаждением в молитве может последовать и охлаждение веры.

Возможны ли какие-то видоизменения молитвенного правила? Конечно. Не только возможны,

но и неизбежны: ведь меняются как обстоятельства жизни, так и церковный опыт верующего. При этом очевидно, что такие изменения должны проходить не хаотично, не «с бухты-барахты», а по совету и благословению духовника. А материал для них как раз и можно брать из книг богослужебных, прежде всего из **Часослова**, Триодей, Октоиха и Миней.

Молитвословы вошли в повседневную жизнь мирян в XVIII–XIX веках, а ранее обычным молитвенным правилом были полунощница и малое повечерие из Часослова. С этой богослужебной книгой были хорошо знакомы даже дети, поскольку по ней (а также по Псалтири) учились читать.

Великий пост — особенное время для духовной жизни. Разнообразное и интересное. Великий покаянный канон святого Андрея Критского, молитва преподобного Ефрема Сирина, литургия Преждеосвященных Даров, великопостные песнопения — все это помогает нам с пользой пройти «весну духовную» и радостно встретить Пасху. При этом важно не упустить, что сопровождает это время **Постная Триодь**. Она открывается в наших храмах в Неделю о мытаре и фарисее, а закрывается в Великую Субботу, накануне пасхальной ночи, уступая место иной Триоди — Цветной.

На великопостных богослужениях мы слышим из нее как гимнографические тексты (тропари, стихиры,

седальны и т. д.), так и ветхозаветные библейские чтения. Естественно, возникает желание увидеть сами тексты, задуматься над их смыслами.

Возвращаясь к поставленным выше вопросам, мы можем ответить:

Да, можно. Богослужебные книги — достояние Церкви. И как библейские, так и богослужебные тексты можно читать не только священно- и церковнослужителям, но и мирянам. И не только помощникам священника, но и всем прихожанам.

Да, нужно. Жизнь в Церкви предполагает развитие, динамику. Как в школе ученики переходят из одного класса в другой, меняя при этом учебники, так и верующим естественно развиваться, открывая при этом для себя новые книги из богатой сокровищницы Церкви.

Эта книга выросла из желания познакомить прихожан храма святых Космы и Дамиана города Эссена¹ с текстами Постной Триоди. В течение Великого поста 2024 и 2025 годов автор публиковал в приходской группе в соцсети комментарии к стихирам и седальнам Триоди: обычно по одному гимнографическому тексту с комментариями в день, отвечая при этом на вопросы прихожан. К изданию

¹ Информацию о приходе см. по ссылке: <https://rok-essen.de/> (дата обращения: 25.11.2025).

тексты были дополнены так, чтобы принцип «один день — одна молитва» прошел бы сквозь весь великопостный период.

В конце книги помещены словарь литургических терминов и список рекомендуемой литературы по освоению богослужения как для начинающих, так и для продолжающих.

Также в книге имеются приложения: статья по истории поста в Церкви, молитва преподобного Ефрема Сирина с пояснением, пособия к литургии Преждеосвященных Даров и богослужениям Страстной седмицы. Эти материалы взяты автором из дистанционного курса по литургике², который он ведет в Берлинско-Германской епархии с 2020 года.

Автор будет рад, если это издание поможет читателям открыть для себя тему не только Постной Триоди, но и богослужебных книг в целом и благодаря этому еще больше полюбить православное богослужение.

Господи, возлюбих благоле́ние до́му Твоего́ и ме́сто селёния сла́вы Твоея́ (Пс. 25: 8).

² Подробнее о курсе см.: <https://pravcenter.de/index.php/kurs-po-liturgike> (дата обращения: 25.11.2025).



**ПОСТНАЯ
ТРИОДЬ:
ВВЕДЕНИЕ
В ТЕМУ**



ВВОДНЫЕ ПОНЯТИЯ

Период (цикл) Триоди — подвижная часть годового богослужебного круга³, ее начало и завершение каждый год зависит от дня празднования Пасхи. Тематически **триодный цикл** начинается в Неделю о мытаре и фарисее и завершается в Неделю Всех святых.

Название периода происходит от богослужебных книг (Триодей), которые его сопровождают.

Триоди Постная и Цветная (греч. *τρεῖς* — «три» и *ὠδὴ* — «песнь», то есть «трипеснец») — богослужебные книги, содержащие в себе библейские

³ Другая часть годового круга, связанная с неподвижными датами праздников, постов и памятных дней, носит название «*Месяцеслов*». К ней относится комплекс богослужебных книг — «Минеи». Различаются месячная Минея (на все двенадцать месяцев года), праздничная, общая и дополнительная.

и молитвенные тексты великопостного и пасхального периодов. Название происходит от большого количества содержащихся в этих книгах канонов, состоящих всего из трех песен.

Молитвенное правило верующих в течение великопостного периода, кроме обычных утренних и вечерних молитв, молитвы преподобного Ефрема Сирина с поклонами, может включать в себя также тексты из Постной Триоди.

Объем, структура и состав молитвенного правила мирянина, ритм и последовательность чтения Евангелия и других библейских книг обсуждаются со священником.



ТЕРМИНОЛОГИЯ ПОСТНОЙ ТРИОДИ

Недели и седмицы, отсчет времени

Привычное нам слово «неделя» в Церкви имеет другое значение, а отсчет семидневного цикла начинается не с понедельника, а с воскресенья. По-другому смотрит Церковь и на сутки. Нам привычно, что сутки начинаются в 0 часов и заканчиваются в 24 часа, а по-церковному день начинается с вечера. Такой отсчет основан на Библии: *И был вечер, и было утро: день один* (Быт. 1: 5). Следовательно, богослужение в субботу вечером уже относится к воскресенью, в среду вечером — к четвергу и так далее.