

ПОСЛАННЯ
Постійної Конференції Українських Православних Єпископів Поза
Межами України
На Різдвяний Піст

*Боголюбивим пастирям, чесному чернецтву,
та всім вірним дітям Української Православної Церкви
в Діаспорі і в Україні.*

*“У пості перебуває страх Божий,
а плоди його – святість, непорочність,
довір'я до Бога, Небесне Царство, життя вічне”
-Св. Іоан Золотоустий.*

Високопреподобні і преподобні отці ! Дорогі брати і сестри!

Свята Православна Церква в своїй материнській турботі про спасіння людей, відкриває нам велику таємницю народження Месії-Христа і вказує нам шлях, йдучи яким ми зможемо удостоїтись того, щоб народжений від Діви Христос Спаситель народився і в наших серцях. Благоговіння перед таємницею Різдва Христового змушує нас християн задуматися про те, який шлях ми повинні обрати, щоб гідно підготувати себе до цього великого свята. Цим шляхом є один із багатоденних постів, а саме – Різдвяний піст.

Різдвяний піст, ще називають Филипів піст, або Пилипівка – тому, що починається він з наступного дня після святкування пам'яті святого Апостола Филипа. Апостол Филип прославився проповіддю Слова Божого та чисельними випадками зцілення людей. Православна церква називає його учнем і наслідником Господа нашого Ісуса Христа, спадкоємцем страждань Його. Святого Апостола Филипа розіп'яли на хресті, так само як і Спасителя-Христа.

Різдвяний піст і не лише він, але й усі решту постів впроваджені нашою Церквою в якості засобу, який сприяє піднесенню духа над плоттю, пануванню духовно-моральних прагнень людини над тілесними. Сам Господь наш Ісус Христос освятив піст власним прикладом, коли протягом сорока днів і ночей, проводячи час у молитві і пості, готував Себе до суспільного служіння родові людському. Піст, за вченням Спасителя, допомагає нам очистити наші душі від гріхів, звільняє її від влади диявола і повертає людину до спілкування з Богом. “Цей же рід виганяється тільки молитвою і постом” (Мф. 17:21) – каже Спаситель. Уподобнюючись Господу нашому

Ісусу Христу і ми на своєму життєвому шляху повинні використовувати цей Богом даний час Різдвяного посту для нашого молитовного стану душі, для щирого покаяння і для гідної зустрічі з Новонародженим Младенцем Христом – Спасителем світу.

Встановлення Різдвяного посту відноситься до глибокої давнини. Визначеної дати встановлення посту немає, але вже в IV-V століттях Православна Церковна практика знає всі чотири річних пости. Різдвяний піст за своєю строгістю можливо і поступається Великому посту, але в Древній Церкві він був дуже строгим. За апостольськими постановами в цей піст дозволяється у всі дні окрім понеділка, середи і п'ятниці споживати рибу і рослинне масло, а також дозволяється у всі дні продукти рослинного походження, утримуватись потрібно від продуктів тваринного походження – м'ясо, молоко, яйця та вироби, які їх містять. Днем суворого посту є навечір'я Різдва Христового, коли за традицією не вживається їжа до появи першої зірки, а вечеря називається Свята Вечеря. Будь-які веселощі вважаються порушенням посту.

Піст це – засіб упокорити свою плоть і очиститися від гріхів. Без молитви і покаяння піст стає лише оздоровчою дієтою. Православна Церква разом з правилами обмеження в їжі в період Різдвяного посту також встановила і ряд богослужбових особливостей, які в цей період часу служать одній меті – приготування людських душ до народження Богомладенця Ісуса. За прикладом Спасителя і апостоли вважали піст необхідним для спасіння душі. Апостол Павло, перераховуючи свої подвиги, згадує про піст: “В усьому показуймо себе як служителі Божі, у великому терпінні... в трудах, у неспанні, в постах” (2 Кор 6:4,5).

Отже, піст є необхідний для кожного християнина: він зміцнює здоров'я нашого тіла, очищає нашу душу, спрямовує наші помисли до Бога. Оскільки людина складається з тіла і душі, то й піст має бути тілесним і духовним. Тілесним постом християни обмежують себе від тваринної їжі і стежать, щоб не переїдатися тією їжею, яка споживається в піст. Святі отці Церкви навчають нас, що їсти потрібно стільки, щоб відчувати після їжі невелику проголодь.

Духовний піст проявляється у зміні, яка відбувається в серці людини. Потрібно читати Святе Писання, молитися, творити добрі діла, боротися з гріхом у своїй душі. Всі ці зміни в серці мають одну мету – уподібнитися нашому Господу Ісусу Христу. Саме таким є значення посту в житті кожного християнина і нам потрібно дотримуватись Різдвяного посту, бо він є символом молитов старозавітних патріархів і пророків, котрі з вірою очікували приходу Месії.

Нехай Всемиловитий Господь Бог допоможе нам належним чином провести цей Різдвяний піст, щоб в чистоті серця та духовній радості ми змогли підготувати себе до гідної зустрічі з новонародженим Немовлям-Христом.

З архипастирськими благословеннями,

† **ЮРІЙ**, Митрополит

Української Православної Церкви Канади

† **АНТОНІЙ**, Митрополит

Української Православної Церкви США

Місцєблюститєль Української Православної Церкви в Діяспорі

† **ІОАН**, Архиепископ Української Православної Церкви в Діяспорі

† **ЄРЕМІЯ**, Архиепископ

Української Православної Єпархії

Бразилії та Південної Америки

† **ІЛАРІОН**, Єпископ

Української Православної Церкви Канади

† **АНДРІЙ**, Єпископ

Української Православної Церкви Канади

† **ДАНИЇЛ**, Єпископ

Української Православної Церкви США

**Epistle of the Permanent Conference of Ukrainian Orthodox Bishops
Beyond the Borders of Ukraine
On the occasion of the Nativity Fast**

*To the God-loving pastors, venerable monastics and all the faithful children
of the Ukrainian Orthodox Church in the Diaspora and in Ukraine.*

*“The fear of God is found in fasting,
and its fruit – holiness, purity,
trust in God, the Heavenly Kingdom and eternal life.”
-St. John Chrysostom*

Very Reverend and Reverend Fathers! Dear Brothers and Sisters in Christ!

The Holy Orthodox Church, in her maternal care for the salvation of people, reveals to us the great mystery of the birth of the Messiah Christ, and shows us the path to follow that permits us to worthily experience Christ the Saviour, born of a Virgin, as being born in our own hearts. Reverence before the mystery of the Nativity of Christ demands of us Christians that we contemplate which path we should choose in order to prepare ourselves suitably to be worthy for this great Feast. This path is one of the seasonal fasts, specifically the Nativity Fast.

The Nativity Fast is also called *Philip's Fast* or *Pylypivka* because it begins on the day following the celebration of the memory of the Holy Apostle Philip. The Apostle Philip was noted for his preaching of the Word of God, and many instances of healing people. The Orthodox Church honours him as a disciple and follower of our Lord, Jesus Christ, and an heir to His sufferings. The Holy Apostle Philip was crucified on a Cross akin to Christ the Saviour.

The Nativity Fast – and not only this fast, but all the other fasts prescribed by our Church – is a means by which we are able to place the spirit before the flesh and to bring desires of the flesh under the control of our spiritual and moral aspirations. Our Lord Jesus Christ Himself sanctified fasting with his own example, when he fasted and prayed for 40 days and nights, preparing Himself for ministry to the human race. According to the teaching of the Saviour, fasting helps us to cleanse our soul from sin, frees us from the dominion of the

devil and restores us to communion with God. “This kind can only be expelled by prayer and fasting,” (Mt 17:21) says the Lord. Emulating our Lord, Jesus Christ, we, on our life’s path, should take full advantage of this God-given time of the Nativity Fast to maintain a prayerful state of soul, for sincere repentance, and to be worthy of meeting the New-born Christ Child – the Saviour of the World.

The origin of the Nativity Fast goes back to early times. We do not have an exact date for its beginning, but the four seasonal fasts were already being observed in the 4th-5th centuries. The Nativity Fast is perhaps less austere than the Great Fast, but in the ancient Church it was very strict. According to the Apostolic injunctions, for the duration of the fast, fruit vegetables are permitted and fish and vegetable oil is permitted on all days except for Monday, Wednesday and Friday. We must refrain from products of animal origin: meat, milk, eggs and food products containing them. The Eve of the Nativity of Christ is a day of especially severe fasting when, according to our tradition, no food is consumed until the first star appears in the night sky and the meal is called the Holy Supper. All types of entertainments are regarded as a violation of the fast.

The fast is a means of humbling our flesh and cleansing ourselves of sin. Without prayer and repentance, the fast becomes only a healthy diet. In addition to the regulations restricting the consumption of food during the Nativity Fast, the Orthodox Church has also instituted a number of special liturgical features, which at this time serve one goal – to prepare human souls for the birth of the Divine Christ Child. According to our Saviour’s example, the Apostles regarded fasting as essential for the salvation of souls. The Apostle Paul, recounting his spiritual struggles, remarked about fasting, “But in all things we commend ourselves as ministers of God: in much patience... in labours, in sleeplessness, in fasting.” (2 Cor. 6:4, 5)

Therefore, fasting is necessary for every Christian. It strengthens the health of our body, cleanses our soul and directs our thoughts to God. Insofar as a person is composed of both body and soul, fasting must be both bodily and spiritual. Through bodily fasting Christians refrain from eating animal products and take care that they do not overeat of the foods which are permitted during the fast. The Holy Fathers of the Church teach us that we should eat only enough so as to feel a very slight hunger at the end of the meal.

The spiritual fast is manifested in the change in the heart of the person. It is necessary to read Holy Scripture, pray, do charitable deeds and battle sin in our hearts. All these changes in our heart have one goal – to become like our Lord, Jesus Christ. This, then, is the meaning of fasting in the life of each Christian. We must observe the Nativity Fast for it is a symbol of the prayers of the Old Testament patriarchs and prophets who awaited with faith the arrival of the Messiah.

May the All-Merciful Lord God help us to observe this Nativity Fast in the proper manner so that in purity of heart and spiritual joy we will be able to prepare ourselves to be worthy to greet the New-born Christ Child.

With Archpastoral Blessings,

† **YURIJ**, Metropolitan,

Ukrainian Orthodox Church of Canada

† **ANTONY**, Metropolitan,

Ukrainian Orthodox Church of the USA

Locum Tenens of the Ukrainian Orthodox Church in the Diaspora

† **IOAN** Archbishop,

Ukrainian Orthodox Church in the Diaspora

† **JEREMIAH**, Archbishop,

Ukrainian Orthodox Eparchy of Brazil and South America

† **ILARION**, Bishop,

Ukrainian Orthodox Church of Canada

† **ANDRIY**, Bishop,

Ukrainian Orthodox Church of Canada

† **DANIEL**, Bishop,

Ukrainian Orthodox Church of the USA