

SFANTUL IOAN GURA DE AUR despre post și despre patima defăimării

„Iară fariseii grăiau: cu domnul dracilor scoate pe draci” (Mt. 9. 34; Lc. 11, 15)

“Precum după sfârșitul iernii, când începe vara corăbierul duce în mare vasul său, ostașul curăță armele sale și își pregătește calul său de război, lucrătorul de pământ își ascute secera, călătorul începe cu curaj călătoria sa cea îndelungată și luptătorul se gătește pentru arena, așa și noi, când a sosit timpul postului, ca o vară a sufletului, **precum ostașii să curățim armele noastre, precum lucrătorii de pământ să ascuțim secerile noastre, precum corăbierii împotriva valurilor, poftelor celor fără de rânduială să opunem cugetările cele sfinte, precum călătorii să începem călătoria la cer și precum luptătorii să ne gătim pentru luptă. Căci creștinul este un lucrător de pământ, un corăbier, un ostaș, un luptător și un călător.** De aceea zice și Apostolul Pavel: **„îmbrăcați-vă cu toate armele lui Dumnezeu”** (Efes. 6, 11-13).

Dacă ești tu *luptător*, trebuie să pașești pe locul luptei dezbrăcat; dacă ești *ostaș*, trebuie să te arăți la bătălie înarmat. Cum însă sunt cu puțință amândouă aceste deodată? Totodată a fi dezbrăcat și înarmat? Ascultă! **Dezbracă-te de treburile lumești și vei fi gol ca un luptător, armează-te cu armele duhului și vei fi înarmat ca un ostaș; dezbracă grijile cele vremelnice, căci timpul postului este un timp de luptă, armează-te cu armele duhului, căci nouă ne stă înaintea un greu război împotriva Satanei și a puterii lui.** De aceea noi trebuie să ne dezbrăcăm, pentru ca diavolul să nu se poată apuca de nimic, și să fim înarmați din toate părțile, pentru ca să nu putem fi răniți de nicăieri.

Lucrează acum ogorul sufletului tău, smulge spinii și pălămida, seamănă în locul lor cuvântul lui Dumnezeu, pune și sădește plantele cele frumoase ale înțelepciunii, și atunci tu vei fi un duhovnicesc lucrător de pământ. Secera duhului tău, care se tocise prin necumpătare, prin post iarăși se va ascuți.

Pregătește-te de călătorie la cer, pășește pe calea cea aspră și îngustă, căci **cel subțiat prin post poate mai ușor să treacă prin ușa cea strâmtă.**

Furtuna patimilor trebuie acum să o liniștești, valurile poftelor celor fără rânduială să le domolești, **corăbioara sufletului tău să o scapi**, să întrebuițezi toată prevederea și vei fi un cărmaci duhovnicesc.

La toate acestea postul ne dă prilej și învățatură. **Eu însă înțeleg nu postul cel obișnuit, ci postul cel adevărat, adică nu numai înfrânarea de la mâncare, ci încă și înfrânarea de la păcate;** căci nu, singur postul bucatelor în sine, ci numai postul cel adevărat poate mântui pe om.

Așadar, pentru ca noi să nu ne ostenim în zadar și să ni se răpească folosul postului, să cercetăm cum și în ce chip trebuie să postim. Fariseul acela din Evanghelia încă postea (Lc. 18, 10 și urm.), dar aceasta nu i-a folosit la nimic, ci s-a întors deșert în casa sa, pe când vameșul, care nu postise, l-a întrecut. Ninivitenii au postit și iarăși au dobândit harul lui Dumnezeu. Dar și jidovii posteau, fără ca aceasta să-i fi mântuit. **Să vedem acum ce însușiri a avut postul ninivetenilor și prin ce au îmblânzit ei mânia cea mare a lui Dumnezeu. Era oare postul lor numai înfrânare de mâncare și îmbrăcarea hainelor de jale? Nicidecum, ci era o schimbare a toată viața lor.** De unde știm aceasta? De la însuși profetul. Când el vorbește despre mânia lui Dumnezeu și despre postul ninivetenilor, și despre iertarea dumnezeiească, cea dobândită, arată și temeiul acestei iertări prin cuvintele: **„Căci Dumnezeu a văzut faptele lor”** (Iona 3, 10). **Care fapte? Oare înfrânarea lor de la mâncare și purtarea hainelor de jale? Nu, ci tăcând despre aceasta, zice: „Fiindcă fiecare a părăsit calea sa cea rea, Domnului i-a părut rău de nenorocirea ce voia a aduce asupra lor”. Așadar, vezi că ninivetenii nu prin înfrânarea de la mâncare, ci prin schimbarea viețuirii lor au scăpat de primejdia cea mare și iarăși au împăcat pe Dumnezeu.**

Dar eu zic aceasta nu pentru a înjosi postul, ci pentru a-l cinsti cu adevărat, căci **cinstea**

postului stă nu întru înfrânarea de la mâncare, ci întru înfrânarea de la păcate, iar cine mărginește postul său numai la a nu mânca, acela necinstește postul mai mult.

Tu postești! Bine, dar arată-mi aceasta prin fapte! Prin ce fapte? – întrebi tu.

lată: când vezi un sărac, fie-ți milă de dânsul; când vezi un vrăjmaș, împacă-te cu dânsul. De vezi pe aproapele tău norocit, nu-l pizmui. Ține ochii tăi în frâu, ca să nu arunce priviri poftitoare și necurate. Nu numai gura ta trebuie să postească, ci încă și ochii și urechile, picioarele și mâinile și toate membrele trupului tău. **Mâinile tale să postească rămânând curate de averea cea nedreaptă și de lăcomia câștigului. Picioarele tale trebuie să postească nemergând la desfătările cele necuviincioase. Ochii trebuie să postească neuitându-se cu poftă și cu aprindere. Privirea este mâncarea ochilor. Dacă privirea este neiertată, păcătoasă, vătămă postul, ducând tot sufletul la pierdere. Ar fi cea mai mare nebbie a opri gurii chiar mâncarea cea învoită, iară ochiului, dimpotrivă, a-i îngădui privirea cea păcătoasă.**

Tu te înfrânezi de carne. Bine. Dar nu-ți lăsa nici ochii a căuta la pofta cărnii, încă și urechile tale trebuie să postească. Dar postul urechii stă în a nu asculta clevetirile și vorbele cele rele asupra cuiva. Căci se zice în Sfânta Scriptură: „**Să nu ascuți vorbele cele mincinoase**” (Ieș. 23, 1). **Incă și gura trebuie să postească, înfrânându-se de la vorbele cele de rușine și de înjurături sau sudalme; căci ce ar folosi, dacă noi nu mâncăm carnea dobitoacelor, dar ca niște fiare sălbatice sfâșiem numele cel bun al fraților noștri ?**

Defăimătorul, într-adevăr, sfâșie și mănâncă pe aproapele său. Despre aceasta vorbește Pavel, când zice: „*Iară de vă mușcați unul pe altul și vă mâncați, căutați să nu vă mistuiți unul de către altul*” (Gal. 5, 15). **Deși nu ai înfipt dinții tăi în carnea, nici în trupul aproapelui tău, dar ai mușcat sufletul lui cu clevetirea ta, l-ai rănit cu bănuiala ta cea rea, și-ai pricinuit ție însuși, lui și multor altora înmiite daune.** Căci tu, prin clevetirea aproapelui tău, ai făcut mai rău pe cel ce te-a ascultat; de este el un păcătos, acum va fi mai îndrăzneț, căci cunoaște un tovarăș al păcatului său; de este el un drept, acum ușor se va amăgi întru mândrie și prin păcatul altora va-ti împins a cugeta lucruri înalte despre sine. Tu ești vinovat încă și prin aceea că numele lui Dumnezeu se hulește; căci precum prin vederea faptelor celor bune numele lui Dumnezeu se cinstește, așa prin descoperirea păcatelor El se defăima și se necinstește. Pe lângă aceasta, pe omul pe care îl defaimi, prin defăimarea ta l-ai făcut mai fără de rușine și totodată mai învrăjmășit asupra ta.

Să nu-mi zică nimeni că numai când ar vorbi cineva neadevărul despre aproapele său, atunci l-ar defăima, iară nu când vorbește adevărul. Nu, nu este așa; căci și aceea este o călcare de lege, când cineva vorbește asupra aproapelui ceva de rau, care este adevărat. Fără îndoială și fariseul acela numai adevăr a vorbit despre vameșul, și totuși aceasta nu i-a ajutat, iar toate faptele lui cele bune au fost zadarnice. Dar poate tu voiești să îmbunătățești pe fratele tău, văzându-i păcatele lui. Iată, dacă tu voiești aceasta, atunci plânge, cere de la Dumnezeu ajutorul lui, ia pe fratele tău la o parte, sfătuieste-l îndeosebi, povățuiește-l, mângâie-l.

Arată păcătosului că tu îl iubești, dovedește-i că numai din îngrijire pentru dânsul și pentru că voiești binele lui, iară nu spre a-l rușina, pomenești păcatele lui. **Arată-i cea mai mare dragoste și prietenie, fără să te rușinezi a face toate, dacă ținta ta este de a-l face mai bun. Așa fac adeseori doctorii, care măgulesc pe bolnavii cei nesupuși, spre a-i îndemna să primească doctoriile cele vindecătoare. Fă și tu așa și arată preotului rănile aproapelui tău. Aceasta înseamnă a te îngriji de dânsul și a te interesa ele**

îmbunătățirea lui.

Dar sfătuirea mea nu privește numai pe aceia care vorbesc rău de alții, ci și pe aceia care aud niște asemenea vorbe. Pe acești din urmă îi sfătuiesc sa-și astupe

urechile și a urma psalmistului, care zice: „**Urât-am pe cel ce grăiește rău în ascuns despre aproapele său**” (Ps. 100, 5). **Voiește cineva să-ți spună ceva despre altul, zi-i: dacă voiești, să lauzi pe cineva cu bucurie, voi pleca urechea mea. Iară de voiești să vorbești rău despre cineva, eu voi astupa urechile mele la vorbele tale.** Căci ce-mi va folosi mie a afla că acesta sau acela este un păcătos? **Mai zi defăimătorului: „Pentru noi înșine trebuie să ne îngrijim, cum am putea să dăm seamă de păcatele noastre și să întoarcem grija la cercetarea propriei noastre vieți”.** Căci cu ce ne-am putea noi dezvinovăți și afla iertare, cand noi nu ne îngrijim de treburile noastre proprii, dar ne ocupăm așa de mult cu cele străine? **Este necuviincios când cineva trece pe lângă o casă, a se uita înăuntru cu curiozitate, iscodind ce se face acolo. Dar încă mai necuviincios și mai nemoral este a iscodi viața și purtarea altor oameni.**

Oamenii aceștia, care pururea se îngrijesc de cele străine, săvârșesc însă și o altă nebulie foarte mare. Dacă iarăși au iscodit ceva, îndată o spun altuia, dar opresc pe acesta cu asprime de a mai spune cuiva, și tocmai prin aceasta dau a înțelege că ei au săvârșit ceva vrednic de prihănit. Căci, dacă tu dorești ca ceva să nu se mai spună, ar fi trebuit tu însuși mai întâi de toate să nu spui. Voiești tu ca ceva să nu fie cunoscut, atunci trebuie ca tu însuși să o faci mai întâi. **Dar dacă tu însuși nu poți tăcea, în zadar îndemni pe alții la tăcere.**

Dar poate tu vei zice: „*Este foarte dulce și plăcut a defăima pe altul*”. Dimpotrivă, a nu defăima este plăcut. **Cine a defăimat pe altul, cade în încurcături, se teme de urmările cele rele, se căiește, și adeseori și-ar mușca limba; și tremură, ca nu cumva ceea ce a spus să îi aducă o mare primejdie și o cumplită daună.** Dimpotrivă, cine stăpânește limba sa, este liber de toată această mâhnire și trăiește într-o liniște dulce. **„De ai auzit ceva – zice înțeleptul Sirah, las-o să moară în tine; fii liniștit, nu vei crăpa din aceasta”** (Sir. 19, 10). Ce vrea să zică aceasta: „Lasă-o să moară în tine”? Aceasta vrea să zică: stârpește-o, îngroap-o, fă-o să nu mai iasă afară.

Așadar, înainte de toate, trebuie să te ferești a asculta pe cel ce vorbește rău de aproapele tău. Iară dacă ai auzit ceva asemenea, îngroap-o, omoar-o în tine, dă-o uitării, ca să fie ca și cum nu ai fi auzit-o. Atunci vei putea să petreci o viață liniștită, pașnică. Dacă defăimătorii vor vedea că disprețul nostru îi ajunge mai degrabă pe dânșii decât pe cei defăimați, atunci ei curând se vor lăsa de obiceiul lor cel rău, vor părăsi păcatul lor, iar pe viitor vor grăi bine despre aproapele; iară despre noi vor spune cu laudă că suntem mântuitorii și binefăcătorii lor.

Deci să fugim, iubiților, de defăimări, și să recunoaștem că patima defăimării este o cursă a Satanei și o groapă plină de răutate și de pândituri.

Căci diavolul pentru aceea ne-a împins la acest obicei rău, pentru ca noi să nu ne îngrijim de mântuirea sufletului nostru, iar ca răspunderea noastră să o facă mai mare. Și defăimarea nu numai pentru aceea este ceva rău, pentru că noi avem să dăm seamă despre fiecare cuvânt, ci și pentru aceea că defăimarea ne răpește orice dezvinovățire pentru păcatele noastre, făcându-le mai grele și mai de osândit.

Cine critică cu amărăciune păcatele altora, acela nu are a aștepta nici o iertare pentru păcatele sale. Căci Dumnezeu ne va judeca nu numai după mărimea păcatelor noastre, ci și după cum am judecat noi pe alții. De aceea Hristos a zis: „Nu judecați, ca să nu fiți judecați” (Mt. 7, 1).

Așadar, păcatul nostru în acea lume se va arăta nu numai așa cum este el în sine, ci, prin judecata noastră cea aspră despre aproapele, el se va face mai grozav și mai vrednic de osândă. Dimpotrivă, cel domol, cel iubitor de oameni, cel blând micșorează mărimea păcatelor sale.

Așadar, în acest sfânt timp al postului să alungăm toată defăimarea din gura

noastră, fiind convinși, că de am mânca numai cenușă, această viață aspră nu va putea folosi, dacă nu ne vom înfrâna totodată de prihanire și de defăimare. Să postim deci, iubiților, în așa chip, ca noi să ne înfrânăm nu numai de la mâncare, ci și de la păcate. Atunci noi încă din viața de acum vom avea bună nădejde de mântuire, iară în viața cea viitoare ne vom apropia de Hristos cu o veselă încredere și vom putea gusta bunurile cele negrăite ale cerului, de care fie să ne împărtășim cu toți, prin harul și prin iubirea de oameni a Domnului nostru Iisus Hristos, căruia împreună cu Tatăl și cu Duhul Sfânt se cuvine cinstea în vecii vecilor! Amin.

Sursa: [Sfântul Ioan Gură de Aur: Cuvânt la Duminica a patra a Sfântului și Marelui Post](#)

“- *Vorbind de mântuirea sufletului, trebuie să ne gândim și la post? Și dacă da, la care dintre ele, la postul spiritual sau la postul trupesc?*

- Postul, în general, își are rigorile lui. **Eu le tot spun celor care mă cercetează să postească, dar după puteri și după rânduială. Pentru că degeaba te abții de la cele „de dulce”, un post de 40 de zile, dacă după acesta îți asuprești trupul cu îmbuibări peste măsură.** Acest post este zadarnic și, în loc să ducă la eliberare și la sfințenie, duce la lăcomia pânteceului, ceea ce este mare păcat. De aceea **eu recomand postul după puterea fiecăruia și îl exclud la copii cu vârsta de până la 7 ani, la femei însărcinate și la cei bolnavi. Postul sufletului este superior postului trupului. Degeaba nu mănânci carne dacă muști din carnea aproapelui.** Soluția optimă și plăcută lui Dumnezeu este aceea a postului încununat de smerenie și rugăciune”.

Sursa: [interview cu Parintele Arsenie Papacioc](#)