

Ierom. Petru Pruteanu: INTERVIU DESPRE „POSTUL CE ADEVĂRAT”

martie 13th, 2016 [Lasă un comentariu](#) [Du-te la comentarii](#)

Interviu despre “postul cel adevărat”



De fiecare dată când începe o perioadă de post, Biserica ne amintește că postul corect nu înseamnă o simplă abținere de la anumite bucate, ci și abținerea de la anumite patimi și obiceiuri urâte. Sectarii chiar ne critică pentru abținerea de la bucate, spunând că Biblia învață cu totul altceva despre post. Ce ne spuneți sfinția voastră despre acest lucru?

Întrebările sunt foarte complexe și voi încerca să răspund la ele pe rând.

De la bun început vreau să subliniez că posturile n-ar trebui să fie niște perioade cu totul speciale în viața noastră, ci doar o *intensificare a luptei fiecăruia cu păcatul și patimile din el*. După căderea în păcat a protopărinților, omul este chemat la o continuă postire și înfrânare, la trezvie și contemplație, numai că această lucrare duhovnicească este realizată cu o intensitate diferită în perioadele anului bisericesc, dar care nu trebuie să înceteze niciodată.

Hai deți să facem o comparație. Un student bun învață tot timpul, iar în sesiune doar intensifică studiul și completează golurile care i-au rămas; iar dacă a trecut cu bine examenul, nu se relaxează definitiv, ci numai se odihnește puțin, apoi își continuă drumul său în lumea cunoștințelor. Tot așa este conceput și anul bisericesc. Ne nevoim pe parcursul întregului an, inclusiv prin posturile de miercuri și vineri din fiecare săptămână, iar în „sesiunile” de post intensificăm și completăm golurile ascezei noastre, ca să putem trăi mai intens bucuria și teologia(!) sărbătorilor. Apoi ne odihnim puțin, dând dezlegare la de toate, bineînțeles cu măsură, după care reluăm nevoița noastră. Și asta toată viața...

Despre raportul dintre postul alimentar și cel duhovnicesc se pot spune foarte multe, dar aș dori să încep prin a răspunde la întrebarea despre abordarea sectară a postului. De obicei, neoprotestanții

invocă [textul de la Isaia, capitolul 58](#), unde profetul vorbește despre „postul cel adevărat”. Acest text este bine cunoscut și de ortodocși, iar cântările din Postul Mare fac numeroase trimiteri la legătura dintre înfrânarea de la bucate și iubirea de săraci. Biserica Ortodoxă niciodată n-a văzut postul prin prisma unor interdicții: „ce este permis” și „ce nu este permis”, ci cheamă în permanență la o re poziționare a priorităților în viața noastră, la o revizuire a scării valorice. Renunțând la unele bucate, acest exercițiu duhovnicesc este mult mai eficient. Iată de ce, „postul adevărat” de care vorbește profetul Isaia nu exclude, ci include în mod obligatoriu și abținerea de la bucate. Întrebați-i pe sectari de ce Moise, Ilie, David, Ioan Botezătorul, Apostolii și chiar însuși Mântuitorul Hristos au ținut posturi alimentare foarte stricte și de durată? Oare nu știau ei de textul de la Isaia? Bineînțeles știau și chiar îl aplicau, numai că nu așa cum își închipuie sectarii care, având burțile pline de carne, strigă în microfoane „Aliluia”. Nu așa se intră în Împărăția lui Dumnezeu (cf. Romani 14:17).

Dar aceiași sectari spun că nu-i nevoie să ținem postul toți odată și anume atunci când spun preoții, ci fiecare poate ține postul atunci când vrea și cum vrea.

Ei spun asta pentru că liberalismul vieții lor ascetice nu le permite să postească perioade atât de lungi. Nu mai au nici posturi, nici monahism, nici metanii, ci numai muzică și dansuri. Biserica Ortodoxă este însă una ascetică, după modelul de asceză pe care Însuși Hristos și Apostolii ni l-au lăsat. Deci preoții nu spun ceva de la ei înșiși.

Iar faptul că ortodocșii țin posturile toți odată, este pentru că și sărbătorile le avem toți odată și ne pregătim pentru ele după o rânduială pe care sute de generații de sfinți au experimentat-o. Deci avem o „Universitate” (a se citi „Biserică”) serioasă, cu „sesiuni” serioase și avem încrederea că și „diploma” va fi una „recunoscută” în cer.

Bineînțeles, nu se vor bucura de „diplomă” cei care prin botez s-au înscris la „Universitate”, dar nici măcar n-au mers la „ore”, nemaivorbind de trecerea „sesiunilor de examinare”. Dar slavă Domnului, avem și mulți „studenți” serioși...

Cred că comparația aceasta a explicat multe lucruri, dar mulți se întrebă totuși cum ar trebui să postească omul contemporan din punct de vedere alimentar, având în vedere că trăiește în lume și muncește mult?

În primul rând, reiau ideea că postul alimentar trebuie să fie însoțit de înfrânarea simțurilor și a celor mai ascunse și (aparent) „nevinovate” poftă, iar nevoița în sine trebuie să fie trăită ca o jertfă de curățire adusă din iubire față de Dumnezeu și față de aproapele. Iată de ce postul presupune multă rugăciune și contemplare duhovnicească, dar și o lucrare mai intensă a faptelor bune. La sfârșitul secolului al IV-lea, Sfântul Ioan Gură de Aur spunea să alegem în post mâncărurile cele mai ieftine și mai simple, iar diferența de preț față de produsele consumate de obicei, trebuie să o împărțim la săraci, și numai așa postul va fi primit înaintea lui Dumnezeu. Acest sfat al Sfântului Ioan Gură de Aur a fost tot timpul o „piatră de poticneală” pentru creștini, mai ales atunci când aceștia s-au legat mai mult de litera rânduieșilor de post și nu de duhul acestora.

În decursul timpului, Biserica, în baza unei experiențe trăite, a elaborat și a propus(!) anumite reguli generale de postire, consemnate în calendarul bisericesc și care rămân permanent valabile. Conform acestora, creștinii sunt chemați ca pe întreaga perioadă a Postului Mare să se abțină de la produse de origine animală: carne, lapte, brânză, ouă etc. De asemenea, doar la anumite sărbători se dezleagă la pește și vin, iar în mănăstiri există și regula abținerii de la ulei sau de la mâncare gătită. Pe lângă aceste reguli legate de modul de preparare și calitatea mâncării, este important să se țină cont și de cantitatea ei. Nu înseamnă că dacă am renunțat la carne, putem să ne îmbuibăm cu cartofi prăjiți. Deci trebuie să schimbăm nu numai calitatea mâncării, ci să reducem și din cantitatea ei. Iată de ce, în anumite zile de post, Biserica indică o singură masă pe zi sau rânduiește chiar post total („negru”).

Sunt creștini care nu vor nici măcar să încerce să postească așa cum le recomandă Biserica, dar sunt

și mulți care nu pot să se conformeze acestor restricții alimentare. De exemplu, Biserica niciodată nu le-a cerut respectarea regulilor stricte de post copiilor până la 7 sau chiar 12 ani, bătrânilor foarte slăbiți, celor bolnavi, femeilor însărcinate sau care alăptează, soldaților și altor categorii mai speciale de oameni. Lor li se recomandă să postească cel puțin miercurea și vinerea, iar dacă medicul nu prescrie în mod expres consumul de carne, ar fi bine ca ea să fie exclusă pe perioada postului.

Din păcate, există numeroși creștini care viclenesc sau cel puțin se sperie de post, ascunzându-se în spatele acestor derogări de la regulă, cerând slăbirea regulilor postului fără să aibă nevoie de ea. Nu toate bolile implică dezlegare la lapte sau pește, căci sunt și boli care chiar necesită un post mai aspru pentru dezintoxicare. Și dacă persoana respectivă mănâncă de post doar în scop terapeutic, acela nu este post, ci dietă, dar dacă odată cu postul omul se și roagă, se pocăiește, se împărtășește, atunci postul îi este de folos și trupului și sufletului.

Intenționat n-am trecut în lista excepțiilor de la post pe cei care sunt în călătorie, chiar dacă Părinții din vechime dezlegau de la post și pentru călători. Dar și aici trebuie să fim sinceri. În trecut lumea călătorea pe jos sau cu carul, iar călătoria dura zile sau chiar luni întregi. Acum însă, în 5 ore lumea trece cu avionul întreaga Europă, stând în scaune comode și la temperaturi confortabile. Deci despre ce fel de dezlegare poate fi vorba? Într-o cu totul altă situație sunt șoferii de camioane, care luni de zile sunt pe drumuri și mănâncă pe la benzinării. Dar aceștia nu mai sunt călători, ci muncitori și, în anumite condiții, lor li se pot da anumite dezlegări.

Până la urmă, noi trebuie să înțelegem că postul nu este un scop în sine, ci un mijloc prin care ne curățim de patimi și ne apropiem de Dumnezeu. Postul nu vrea să omoare oamenii, ci patimile lor. Pentru un om bolnav, însăși boala este un post și nu este nevoie de a-l istovi și cu careva restricții alimentare. Dar dacă un bolnav, care este nevoit să mănânce lapte sau carne, este stăpânit totuși de patimi, el, împreună cu duhovnicul său, trebuie să găsească o altă cale eficientă de nevoință pentru a scăpa de acele patimi. Trebuie să-și disciplineze voința în așa fel, încât să rupă orice dependență sau viciu. Același lucru este valabil și în cazul copiilor. Aceștia pot mânca la școală tot ce li se dă, dar măcar acasă trebuie să fie învățați că nu totul este permis. Aceasta le va ajuta mult în viață. Căci dacă copilul va ști că seara, atunci când mănâncă cu întreaga familie, el nu are voie să mănânce carne (mai ales că lipsa ei la masa de seară nu afectează cu nimic creșterea și dezvoltarea lui), va fi mult mai ușor să înțeleagă de ce în loc de 2 ore de stat la calculator lui i se permite doar o jumătate de oră.

Postul educă foarte bine voința și caracterul omului, pentru că disciplinează chiar și cele mai firești instincte. De aceea, el este un prilej nemaipomenit de a scăpa de alte vicii precum fumatul, dependența de alcool, televizor, calculator, muzică sau jocuri. Anume postul este perioada când foamea trupului trebuie completată cu citiri din Psalmi și Evanghelie, iar fotbalul, telenovelele, jocurile și diferitele distracții trebuie să dispară din viața noastră. Și poate că după post nici nu vom mai dori să revenim la ele...

În concluzie, putem spune că fiecare creștin, în funcție de vârstă, starea de sănătate și locul de muncă, sfătuindu-se cu duhovnicul, își alege propria măsură a postului. Această măsură calitativă și cantitativă a postului trebuie să fie cât mai aproape de regulile generale experimentate și recomandate de Biserică. De exemplu, în prima și ultima săptămână din Postul Mare, poate că n-ar fi chiar atât de greu de renunțat la micul dejun, iar dacă cineva vrea să mănânce doar mâncare uscată, așa cum recomandă tipicul monahal, nu trebuie să se mândrească sau să-și închipuie că a făcut mare lucru. Deci fiecare să-și țină măsura sa și să o facă sincer și pentru Dumnezeu...

Care ar fi calea de mijloc între postul foarte aspru cerut de rânduielile bisericesti și ofertele „de post” ale industriei alimentare moderne?

Este important să înțelegem că nici o mâncare în sine nu este spurcată sau interzisă. Postul este o abținere benevolă de la mâncărurile grase, plăcute și scumpe. A înlocui carnea cu produse

complementare din soia nu înseamnă a posti, deși uneori se poate îngădui acest lucru. Cineva la Biserică mi-a oferit o ciocolată și a specificat că „este de post”. Iar eu i-am spus: „Mulțumesc, dar pentru mine ciocolata nu poate fi de post”. Atunci doamna a început să-mi citească compoziția produsului, ca să mă conving că nu are lapte. În cele din urmă a trebuit să recunosc: „Înțelegeți, mie prea mult îmi plac ciocolatele și de aceea, indiferent de compoziția ei, pentru mine ciocolata niciodată nu va fi de post”. Poate că am greșit, dar așa înțeleg eu postul.

Bineînțeles, în cadrul familiei, femeia trebuie să știe să gătească diferite bucate de post, pentru a-i hrăni pe cei din casă. Dar atunci când femeile caută cele mai extravagante rețete „de post” și cheltuiesc pentru bucate de 2-3 ori mai mult decât pentru o mâncare în afara postului, acesta deja nu mai este post. Da, atunci când este dezlegare la vin, Biserica permite și consumul „fructelor de mare” (creveți, crabi, scoici, caracatiță etc., adică cele fără sânge), dar având în vedere prețul acestora și bătaia de cap pe care le-o dă bucătăreselor, ele practic încetează de a mai fi de post. Să ne reamintim de principiul Sf. Ioan Gură de Aur: mâncarea trebuie să fie simplă și ieftină, iar diferența de preț față de mâncarea obișnuită trebuie dată la săraci. Aici însă cei mai mulți ne amăgim și practic nu înțelegem ce fel de post vrea Dumnezeu de la noi...

Dar cum să mâncăm atunci când mergem în ospetie, la zile de naștere sau alte evenimente mondene?

În primul rând trebuie să știm că Biserica interzice sărbătorirea zilelor de naștere în Postul Mare (Canonul 52 Laodiceea) și de aceea ar fi bine ca creștinii să se abțină de la astfel de manifestări. Iar dacă pur și simplu se merge la cineva în ospetie, cred că e bine să convină din timp cu gazda ce vor mânca.

Dacă ar fi vorba despre un post particular și facultativ, ar trebui să mâncăm ce ni se pune pe masă și să nu ne arătăm altora că postim. Dar când vine vorba de Postul Mare, acesta este obligatoriu pentru toți cei botezați în Biserica Ortodoxă și dacă cineva mai credincios se va da după cei necredincioși, prin aceasta nu-i va ajuta, ci numai îi va sminti și va cădea și el. Iar dacă își va arăta fidelitatea sa față de regula generală a Bisericii, acest lucru îi poate mobiliza și pe alții, înțelegând că nu-i chiar atât de greu să postești.

Nu exclud că ar putea exista situații când putem mânca tot ce se pune înainte (după cum spune și Evanghelia), dar în acest caz trebuie să fim foarte sinceri cu noi înșine și să nu profităm de astfel de ocazii, mai ales în fața acestei societăți ipocrite și imorale.

De multe ori se întâmplă că, stând la masă cu alții, nimeni nu observă dacă ai mâncat cu pâine sau nu, dacă ai gustat salata sau nu, dar toți urmăresc dacă ai mâncat carne și ai băut atât cât au mâncat și au băut ei. Și dacă în aceasta n-ai fost ca ei, te iau în râs și te arată cu degetul. De aceea avem nevoie de multă tărie duhovnicească și curaj.

Dar cum trebuie să fie legăturile conjugale între soț și soție în perioada postului?

Având o oarecare experiență pastorală, aș vrea, în primul rând, „să-i dezamăgesc” pe cei necăsătoriți, care vin la mărturisire și spun că au avut relații cu „partenerul” în perioada postului. În cazul lor, astfel de relații sunt interzise și în afara postului, nemaivorbind de perioadele de post. Iar dacă există totuși cupluri care trăiesc în concubinaj, dar care reușesc să se abțină de la relații în timpul posturilor, acest lucru este laudabil, dar totuși insuficient pentru a le da dezlegare la împărțășanie.

Iar acum să revenim la întrebarea Dumneavoastră și începem cu precizarea că, spre deosebire de postul alimentar, postul conjugal vizează două persoane distincte și tocmai de aceea, măsura postului conjugal trebuie stabilită de comun acord. Iată ce spune despre aceasta Sf. Apostol Pavel: „Femeia nu este stăpână pe trupul său, ci bărbatul; tot așa, nici bărbatul nu este stăpân pe trupul său, ci femeia. Să nu vă lipsiți unul de altul decât prin buna înțelegere a amândurora, pentru un timp, ca să vă îndeletniciți cu postul și cu rugăciunea; apoi iarăși sa fiți împreună, ca să nu vă

ispitească Satana prin neputința voastră de a va stăpâni” (I Corinteni 7:4-5).

Ar fi ideal ca toate familiile creștine să se înfrâneze pe toată durata postului, dar de foarte multe ori acest lucru nu este posibil, iar refuzul unuia dintre soți de a avea relații duce la scandaluri și chiar înșelări. Dacă, de exemplu, dintr-o astfel de cauză bărbatul merge la o altă femeie, cea mai mare parte din vină o poartă soția care și-a refuzat soțul. Bineînțeles și soțul trebuie să fie înțelegător și dacă el nu vrea să se spovedească și să se împărtășească, atunci să lase ca măcar soția să se pregătească în modul convenit de împărtășanie (și aceasta nu numai în post, ci și în afara posturilor).

Deci, relațiile trupești între soți în perioada postului nu pot fi considerate un păcat mai mare decât judecata aproapelui, minciuna, dependența de televizor sau plăcerea de a mânca ciocolată. Până la urmă soții sunt binecuvântați de Dumnezeu să fie un trup, iar postul conjugal trebuie să fie o măsură convenită de ambele părți ale aceluiași trup, căci nu poate o jumătate de trup să o ia la dreapta, iar alta la stânga.

Mai ales pentru tinerele familii preoții sunt destul de îngăduitori în această privință (chiar dacă unele femei se scandalizează), dar persoanele care deja au trecut de 40-50 de ani, cred că trebuie să dea dovadă de mai multă înfrânare, mai ales că majoritatea, atingând această vârstă, nu mai vor sau nu pot să nască copii.

Dar cât de des trebuie să ne împărtășim în post?

Perioada de post este una mai favorabilă pentru pocăință, mărturisire și împărtășire, dar însăși împărtășirea se poate și trebuie făcută nu doar în posturi, ci pe tot parcursul anului bisericesc, nu mai rar de o dată la 3 duminici (cf. Canonul 80 Trulan). În post însă chiar nu sunt motive de a nu ne împărtăși, de aceea e bine ca toți creștinii care nu au păcate opritoare, să se împărtășească cel puțin în fiecare duminică a Postului Mare.

Din păcate, în popor există un obicei greșit de a se împărtăși o singură dată în tot Postul Mare, iar imediat după aceea să dezlege postul. Postul însă se dezleagă abia în noaptea Paștilor și numai cei care au postit întreaga perioadă așa cum se cuvine, se vor putea bucura cum se cuvine și de Praznicul Învierii. În caz contrar, Paștele va fi un simplu prilej de a mânca și a bea, dar fără învierea duhovnicească a sufletului. Iar învierea este însuși Hristos și de ea se bucură cei care se împărtășesc în permanență cu El (Ioan 6:47-58).

Părinte, Vă mulțumim și vă rugăm să ne binecuvântați.

Domnul să ne binecuvânteze pe toți să parcurgem Postul Mare cu mult folos duhovnicesc și să ajungem mai luminați la slăvitul Praznic al Învierii Domnului.

A consemnat L.V.

Sursa: Teologie.net