

## **Introducere**

În teologia ortodoxă contemporană, problema postului se află printre preocupările principale. Având în vedere stadiul actual al discuțiilor privitoare la aceasta temă, în cele ce urmează vom prezenta câteva aspecte ale acestei probleme, insistând mai ales asupra fundamentelor scripturistice și asupra unor tratări ale Sfinților Părinți din Biserica primară. De asemenea, postul este și un mijloc de desăvârșire morală, dar și o cale de ajutorare a aproapelui din prisosul adunat prin renunțarea benevolă la consumarea îndreptățită a bunurilor[1].

Fiindcă despre felurile postului sau despre posturile de o zi ori de durată s-a scris detaliat și limpede în multe rânduri și în multe locuri, iar părerile teologilor români cu privire la readaptarea dispozițiilor care reglementează postul au fost prezentate pe larg, vom înfățișa postul din punctul de vedere al Sfântului Casian Romanul și al Sfântului Vasile cel Mare, primul înfățișând postul într-o viziune cu totul nouă și cu totul străină multor creștini în zilele noastre, iar cel de-al doilea fiind unul din cei mai mari Sfinți Părinți care a putut să-i dea Răsăritul.

Majoritatea creștinilor în zilele noastre știu tradiționala definiție a postului, înțelegând prin post o simplă abținere de la anumite mâncăruri și băuturi, neștiind controversele acestei teme ce s-au purtat între Răsărit și Apus mai ales în epoca creștinismului primar, neștiind că Sfinții Părinți au dezvoltat pe această temă care la prima vedere pare simplă o adevărată Învățătura de Credință pe care Biserica Ortodoxă a păstrat-o neschimbată până în zilele noastre[2].

Postul în viziunea ortodoxă este un mijloc de elevație sufletească, de dominare a sufletului asupra patimilor trupești. Postul îl debarasează și-l ușurează pe creștin de toate ispitele, de balastul și povara uneltirilor celui viclean care aduc “întunecare gândurilor și tulburare cugetelor”. El este o jertfă bineplăcută lui Dumnezeu sau, cu alte cuvinte, un act de cult, este un act de pocăință pentru păcatele săvârșite și un exercițiu care pune început virtuților de tot felul. Pentru creștinul ortodox, postul este condiție pentru dobândirea sfințeniei. În concepția ortodoxă între post și sfințenie există o corelație strânsă. Ea este exprimată și în felul în care reprezentăm pe sfinți în iconografie unde ei apar totdeauna cu chipurile slabe, subțiate și transfigurate, datorită postului. Postul este o caracteristică prin excelență a Ortodoxiei și o amprentă a creștinismului ortodox, în mentalitatea ortodoxă populară cel care nu postește este considerat spurcat și păgân.

După perioada apostolică, literatura teologică a părinților și scriitorilor bisericești înfățișează mențiuni numeroase cu privire la practicarea postului. Astfel, Didahia celor 12 Apostoli arată că creștinii trebuie să postească miercurea și vinerea, în amintirea evenimentelor triste din viața Mântuitorului nostru Iisus Hristos: prinderea și răstignirea Sa pe cruce. Sfântul Clement Romanul, în a doua Epistolă către Corinteni, vorbind de legătura dintre rugăciune și post, arată că “mai bun este postul decât rugăciunea”[3]. Incepând din epoca apostolică și post apostolică, postul de miercuri și de vineri, ca și cel al Paștelui, (Postul Mare) au devenit pentru creștini o instituție sfântă și venerabilă. Astfel, canonul 69 apostolic accentuează porunca postului pentru membrii Bisericii: “Dacă vreun episcop sau presbiter, sau diacon, sau ipodiaton, sau citet, sau cântareț, nu postește sfântul și marele post al Paștilor sau Miercurea sau Vinerea, să se caterisească... iar dăca va fi laic să se afurisească”.

## **Postul în viziunea Sfântului Ioan Casian Romanul**

Sfântul Casian Romanul în lucrarea sa „Despre cele opt gânduri ale răutății”[4] tratează postul dintr-o viziune cu totul diferită față de alți Sfinți Părinți, fără să pună accent pe rânduiala Bisericii sau pe învățăturile dezvoltate în epoca primară, tratează postul din perspectivă scripturistică și o viziune mai mult personală.

Primul din cele opt gânduri ale răutății este numit „Despre înfrânarea pântecului”[5], astfel este numit postul la Sfântul Casian. Un post mult mai folositor atât pentru trup cât și pentru suflet nu este postul pe o anumită perioadă, ci postul ținut în fiecare zi. Sfântul Casian nu pune accentul pe zilele în care trebuie creștinul să postească sau modul cum să postească, el spune despre puțințele fiecărui creștin în parte pentru că nu toți au aceeași putere de postire și nu tot omul de rând poate să postească precum monahii, ci fiecare trebuie să postească după puțința sa. Un exemplu foarte frumos îl împrumută de la Sfinții Părinți zicând: „Și au zis Părinții că unul mâncând două litre de pâine este încă flămând, iar altul mâncând o litră sau șase uncii[6], se satură”[7].

Postul în viziunea Sfântului Părinte este acela ca întotdeauna cel ce este la masă să se ferească de săturarea pântecului, căci odată cu aceasta vin alte patimi precum gândul curviei. Sfântul Casian îi îndeamnă pe creștini să nu se amăgească că postesc, dar ei mănâncă până la îmbuibarea pântecului, pentru că nu contează cu ce se satură pântecul, fie ea și numai apă, duhul curviei apare și odată ce apare este aproape imposibil de alungat. Căci până și Sodoma nu s-a îmbuibat cu vin și alte bunătăți, ci îmbuibarea cu pâine după cum zice Proorocul[8]. Inima devine puternică nu când trupul îi dă ceea ce dorește plăcerea, ci ceea ce cere slăbiciunea pentru că plăcerile vin de la cel necurat și întinând trupul întinează și inima astfel creștinul depărtându-se de Dumnezeu și uitându-L pe Acesta. Primirea hranei cu socoteală dă trupului sănătate și nu îi ia sfințenia, după cum spune și Sfântul Apostol Pavel: „Grija trupului să nu o faceți spre poftă”[9]

Sfântul Casian ne amintește totuși că deși nepunând accent pe celelalte părți ale postului ele nu trebuie să lipsească pentru că sufletul nu se poate curăți fără celelalte virtuți, pentru că îmbuibându-se cu mâncare creștinul nu mai are forță să se lupte cu dracu și cu ispitele pe care acesta le aduce spre cel ce mai înainte a mâncat cu nesaț. Creștinul numai prin post, priveghere, citirea Sfintelor Scripturi și încercarea de a-și însuși cât mai multe virtuți poate să-și mântuiască sufletul și să ajungă la scopul pentru care a fost creat acela de a se asemăna cu Dumnezeu.

Cu toate că și alți Sfinți Părinți au vorbit și au scris despre post, Sfântul Casian Romanul este unul din pușinii care pune accent pe această latură a postului, majoritatea dintre aceștia încercând să expună fundamentele scripturistice ale postului sau o rânduială exactă a postului, rânduială după care creștinul să se ghideze și să înainteze în virtute și în credință, alții au scris despre diferențele interconfesionale cu privire la post, dar Sfântul Casian a fost printre pușinii care s-a legat de acest aspect al puținței și al înfrânării.

Fundamente scripturistice cu privire la post

Postul, ca abținere totală sau parțială de la anumite feluri de mâncare, pe o perioadă mai mică sau mai mare este o practică foarte veche. El este o poruncă divină pe care o găsim formulată chiar de la începutul creației când Dumnezeu se adresează primului om zicându-i: “Din toți pomii din răi să mănânci, iar din pomul cunoștinței binelui și răului să nu mănânci, căci în ziua în care vei mânca din el vei muri negreșit”[10]. Aceasta îl îndreptățește pe Sfântul Vasile cel Mare să afirme că “postul este de aceeași vârstă cu omenirea, pentru ca el a fost legalizat în Paradis”[11]. Legea lui Moise, pe care acesta a primit-o în urma unui post de 40 de zile, reglementează în amănunt dispozițiile privitoare la post în Vechiul Testament, precizând mai ales timpul postirii. Astfel, este cunoscut postul din ziua curățirii sau ispășirii din ziua a zecea a lunii a șaptea, când sufletele trebuie smerite prin post[12]. La acestea s-au adăugat alte posturi generale în diverse luni (a patra, a cincea, a șasea și a zecea). Toate aceste posturi erau de câte o singură zi. Cu vremea, evreii au ajuns să postească în fiecare lună câte o

zi, iar cei mai zeloși (fariseii) câte două zile pe săptămână, luni și joi: „postesc de două ori pe săptămână, dau zeciuală din tot ce câștig”[13]. Vechiul Testament mai amintește și de posturi generale speciale, practicate și în diverse împrejurări triste din viața poporului evreu ori pentru înlăturarea unor pedepse divine[14]. De asemenea, în Vechiul Testament se practică și postul particular sau individual cum este cel al lui Moise de 40 de zile[15], al lui Daniil în Babilon, de trei săptămâni[16], al regelui David[17], al proorocului Ilie[18] și al proorociței Ana[19]. Atât posturile generale cât și cele particulare erau însoțite de acte de pocăință, postul urmărind smerenia în fața lui Dumnezeu și diminuarea poftelor trupești.

Mântuitorul nostru Iisus Hristos a postit și El înainte de începutul activității Sale publice. După postul Său de 40 de zile, în pustiu, El a început propovăduirea, arătând strânsă corelație în procesul de desăvârșire morală[20]. El a învățat și pe ucenicii Săi cum să postească, accentuând starea sufletească corespunzătoare acestui act care nu trebuie făcut de formă[21]. De asemenea, El a arătat că postul trebuie însoțit de rugăciune, fiind un mijloc de luptă împotriva ispitelor diavolului[22]. De altfel, în multe locuri din Noul Testament, postul este recomandat ca mijloc de îndreptare, de elevație spirituală și de pocăință[23].

După exemplul Mântuitorului Iisus Hristos, postul a fost practicat și de Sfinții Apostoli mai ales înainte de a începe lucrarea lor de propovăduire a Evangheliei. Au postit și au învățat și pe ucenicii și urmașii lor să practice postul unit cu rugăciunea[24]. Etimologic, postul este definit ca o perioadă de timp care precede o sărbătoare. De asemenea acest termen se referă la înfrânarea sau abținerea totală de la mâncare și băutură pentru o perioadă de timp mai scurtă sau mai lungă, practică întâlnită în multe religii ale lumii[25]. „Chiar de la început, făcând Dumnezeu pe om l-a dat și l-a predat în mâinile postului și ca unei mame iubitoare și ca unui dascăl iscusit i-a încredințat mântuirea lui “(Sfântul Vasile cel Mare). Postul este înfrânarea de la toate mâncărurile sau la caz de boală numai de unele, de asemenea și de băuturi și de toate cele lumești și de toate poftele rele. Încă și pentru a ucide poftele trupului și a primi harul lui Dumnezeu.

În Vechiul Testament întâlnim harul postirilor prin proorocul Isaia, care lepădând postul iudaic ne arată adevăratul post. De multe ori noi ne gândim cu tristețe la perioadele de post care se apropie „cel trist nu primește cunună, iar cel care suspină nu biruie”[26]. Postul este metoda cea mai eficientă de a omorî păcatul ascuns în adâncul nostru. Sfântul Vasile cel Mare ne îndeamnă să alergăm cu bucurie la darul postului, unul nou și mereu în floare[27]. Știm că Moise prin post s-a urcat pe munte, chiar dacă jos la poalele muntelui lăcomia la mâncare i-a înnebunit pe oameni să se închine idolilor: „poporul, spune Scriptura, s-a așezat să mănânce și să bea și s-a sculat să joace”. Dacă Moise n-ar fi fost înarmat cu postul, n-ar fi îndrăznit să se apropie, nici n-ar fi cutezat să intre în nor.

Prin post am primit poruncile scrise, iar „postul naște pe profeți, întărește pe cei puternici; postul înțelepțește pe legiuitori; postul este bun talisman al sufletului, tovarăș credincios al trupului, armă pentru luptători, loc de exercițiu pentru atleții credinței. Mai mult, chipul în care au trăit oamenii în rai este o imagine a postului, nu numai pentru că, ducând o viață îngerească, ajunseseră prin cumpătare la asemănarea cu îngerii, ci și pentru că nu erau cunoscute locuitorilor paradisiului toate cele născocite mai târziu de om”[28].

## Concluzie

După ce toate acestea sunt spuse, trebuie totuși să amintim că oricât de limitată ar fi postirea noastră, dacă este o postire adevărată, va conduce către ispită, slăbiciune, îndoială și tulburare. Altfel spus, va fi o adevărată luptă, și probabil că vom cădea de multe ori. Dar adevărata descoperire a vieții creștine ca luptă și nevointă reprezintă trăsătura esențială a postirii. O credință care nu a biruit îndoielile și ispita este rar o credință adevărată. Din păcate, în viața creștină nu este posibil niciun progres fără amara experiență a căderilor. Prea mulți

încep postirea cu entuziasm și renunță după prima cădere. Dacă după ce am căzut și ne-am supus poftelor și patimilor noastre reluăm totul de la capăt și nu renunțăm indiferent de câte ori cădem mai devreme sau mai târziu, postirea noastră va purta roadele sale duhovnicești. Între sfințenie și cinismul care ne trezește din orice iluzie se află marea și dumnezeiască virtute a răbdării – răbdarea, mai întâi de toate, cu noi înșine. Nu există un drum mai scurt către sfințenie; pentru fiecare pas trebuie să facem un sacrificiu total. Așadar, este mai bine și mai sigur să începem de la un minimum – doar cu puțin peste posibilitățile noastre firești – și să creștem efortul nostru puțin câte puțin, decât să încercăm să sărim foarte sus la început și să ne rupem câteva oase când revenim pe pământ. Pe scurt: de la un post simbolic și nominal – postul ca obligație și obicei – trebuie să ne reîntoarcem la adevăratul post. Să fii limitat și smerit, dar consecvent și serios. Să cântărim onest capacitatea noastră duhovnicească și fizică și să acționăm ca atare – amintindu-ne, totuși, că nu există post, fără stârnirea acestei capacități, fără a introduce în viața noastră o dovadă dumnezeiască, cum că cele ce sunt cu neputință la oameni sunt cu puțință la Dumnezeu.

## **Bibliografie:**

### **Izvoare**

Biblia sau Sfânta Scriptură, Ediție jubiliară a Sfântului Sinod, versiunea diortosită și adnotată de Bartolomeu Valeriu Anania, Arhiep. Clujului, ed. IBMBOR, București 2001.

### **Scrieri patristice**

Casian Romanul, Sfântul, *Despre cele opt gânduri ale răutății* în Filocalia, vol. I, trad. Pr. Prof. Dumitru Stăniloae, ed. Institutul de Arte Grafice „Dacia Traiana” S.A., București 1947.

Vasile cel Mare, Sfântul, *Omilii și cuvântări*, în col. P.S.B., vol. XVII, ed. IBMBOR, București 1986.

### **Dicționare**

Bria, Pr. Prof. Dr. Ion, *Dicționar de teologie ortodoxă*, ed. IBMBOR, București 1994

### **Lucrări și studii teologice**

Daniel, Patriarhul B.O.R., *Foame și sete după Dumnezeu – înțelesul și folosul postului*, Ed. Basilica, București 2008.

Necula, Pr. Prof. Dr. Nicolae, *Învățătura despre post în Biserica Ortodoxă Română*, în Studii Teologice, an XXXVI, nr. 7-8, ed. IBMBOR, București 1984

## **Note bibliografice:**

[1] *Învățătura despre post în Biserica Ortodoxă Română*, în „Studii Teologice”, an XXXVI (1984), nr. 7-8, p. 514;

[2] *Învățătura de credință creștină ortodoxă*, Tipărită cu aprobarea Sfântului Sinod al B.O.R., ed. Apologeticum 2006, pag. 198-201

[3] Sfântul Clement Romanul în col. *Părinți și Scriitori Bisericești*, vol. I, ed. EIBMBOR, București 1979, pag. 25;

[4] Sfântul Casian Romanul, *Despre cele opt gânduri ale răutății*, în colecția Filocalia, vol. I, ed. Institutul de arte grafice „Dacia Traiana” S.A., Sibiu 1947, pag. 97-123

[5] Ibidem. pag. 97

[6] Uncia este Uncia romană – 27. gr.

[7] Sfântul Casian Romanul, *Despre cele opt gânduri ale răutății*, op. cit., pag. 97

[8] Ez. 16, 49;

[9] Rm. 13, 14;

- [10] Fc. 2, 16-17  
[11] Sfântul Vasile cel Mare, în colecția *Părinți și Scriitori Bisericești*, vol. XVII, ed. EIBMBOR, București 1986 pag. 349  
[12] Levitic 16, 29 și 23, 32;  
[13] Luca 18, 12;  
[14] Judecatori 20, 26 ; Estera 4, 13; Ieremia 36, 9; Ioil 2, 12;  
[15] Iesire 24, 28;  
[16] Daniel 10, 2-3;  
[17] Psalmii 34, 13 și 18, 24;  
[18] III Regi 19, 8;  
[19] Luca 2, 36-37;  
[20] Matei 4, 1-21;  
[21] Matei 6, 16-18;  
[22] Matei 17, 21 ; Marcu 9, 20;  
[23] Fapte, 2, 9 ; 13, 2 ; 14, 23;  
[24] Fapte 13, 13; 14, 23; I Cor. 7, 5; II Cor. 6,5;  
[25] Daniel, Patriarhul B.O.R., *Foame și sete după Dumnezeu – înțelesul și folosul postului*, Ed. Basilica, București 2008, pag. 16;  
[26] Sfântul Vasile cel Mare, *Omilii și cuvântări*, ed. EIBMBOR, București 2004, pag. 8;  
[27] Ibidem, pag. 9;  
[28] Ibidem, pag. 13;

***Drd. Stelian Gomboș***