



Porunca a II-a bisericească

2 Să ținem toate posturile de peste an.

Postul a fost rânduit de Dumnezeu încă din Eden primilor oameni, când le-a poruncit să nu mănânce din pomul cunoștinței binelui și răului. A fost o poruncă menită să le încerce ascultarea. De-a lungul timpului s-a generalizat datoria oamenilor de a posti. A posti a devenit un mod de a arăta lui Dumnezeu o dovadă a credinței. Însă nu trebuie să postim formal, din obligație, ci din dragoste pentru Dumnezeu. Orice ascultare, dacă este făcută din iubire față de cel pe care-l ascultăm, este și deplină și mai ușor de îndeplinit. *Postul creștinilor* este de fapt o dovadă a iubirii lor față de Dumnezeu.

Știm că Dumnezeu ne-a iubit mai întâi, atât de mult încât L-a dat pe Fiul Său ca jertfă pentru păcatele noastre. Mântuitorul Hristos a suferit pe Cruce chinuri foarte mari, trupești și sufletești. Când i-a fost sete, oamenii i-au dat oțet și fiere. Oare noi nu am putea măcar din când în când, o zi sau mai multe, să ne abținem de la bucate și de la păcate, cu gândul de a-I arăta Domnului că Îl iubim, că dorim să fim părtași, măcar pentru câteva clipe, la suferințele Lui pentru noi? Nu întâmplător, în zilele de miercuri (când a fost trădat și vândut de Iuda) și vineri (când a fost răstignit) Biserica a rânduit post.

Postul, fiind o renunțare de bună voie la anumite alimente, ne întărește voința de a renunța și la unele obiceiuri păcătoase (patimi). Este ca un fel de antrenament. Dacă nu poți să-ți reprimi pofta de a mânca ceva anume, nu vei putea să te abții nici de la păcate. Nu este o scuză să zici că degeaba postești, dacă păcătuiești. Încearcă să postești, apoi vei reuși mai ușor să nu mai păcătuiești.

Mulți vin cu diferite scuze că nu pot posti: că sunt prea mici, prea bătrâni, că lucrează din greu, au de învățat și au nevoie de energie. De multe ori motivele invocate nu sunt reale, nu-L putem păcăli pe

Dumnezeu, care știe exact cât și cum putem posti. Dacă dorim cu adevărat, să cerem ajutorul Lui, Cel Care ne va întări și voința și trupul. Se știe că postul mai este și dătător de sănătate și înțelepciune, întrucât alimentele de post conțin vitamine, minerale și alte substanțe pe care nu le găsim în produsele de origine animală.

Mântuitorul Iisus Hristos i-a îndemnat pe oameni să nu se laude cu postul lor, iar Sfântul Apostol Pavel i-a sfătuit să nu-i disprețuiască pe cei care nu postesc. Aceasta, pentru a nu-și pierde răsplata de la Dumnezeu, Care nu rămâne dator niciodată, răsplătind orice efort al nostru cu binefaceri trupești și sufletești.

Biserica a stabilit anumite perioade de post în timpul anului, precum și anumite zile în care ne putem pregăti duhovnicește cu spovedanie, împărtășanie și adâncirea gândului la cele sfinte, pentru a trăi cât mai intens marile sărbători creștine și a înțelege că scopul vieții noastre nu este confortul material, satisfacerea tuturor dorințelor de moment, ci un efort continuu pentru dobândirea vieții veșnice. Fiecare zi de post să fie ca o treaptă în urcușul spre sfințenie.

Prof. Maria Nicolau, Rădăuți

Postul este începutul luptei spirituale, cununa celor cumpătați, strălucirea cumințeniei, începutul vieții creștine, mama rugăciunii, izvorul cumințeniei. El învață liniștea și este înaintemergătorul tuturor faptelor bune.

Sf. Isaac Sirul

Săracilor, primiți postul, tovarășul vostru de casă și de masă! Bogaților, primiți postul, doctorul ce vă vindecă bolile ce vă vin din pricina prea multelor mâncăruri! Sănătoșilor, primiți postul, păzitorul sănătății voastre!

Sf. Vasile cel Mare

Postește pentru că ai greșit; postește ca să nu mai păcătuiești; postește ca să câștigi tot binele; postește ca să nu pierzi nimic din ceea ce tu ai reușit să câștigi.

Sf. Ioan Gură de Aur