

în loc de indivizi, grupuri sau popoare și veți realiza astfel dimensiunea imensă a dezastrului provocat în lume de mânia.

## DESPRE POST

### Postul de bucate și postul de păcate

Este foarte important să postim. Nu degeaba Biserica a fixat posturile acestea. Dar degeaba postești de bucate, dacă nu postești de păcate. Sfinții Părinți spun așa: „Postul de bucate fără post de păcate e cea mai lină cărare spre iad”, pentru că tu te gândești că ești bun înaintea lui Dumnezeu, că postești, că faci voia lui Dumnezeu, dar nu-l ierți pe aproapele tău, nu-i faci bine celui care îți face rău, nu binecuvintezi pe cel care te blestemă. Și păcatul tău este cu atât mai mare, pentru că tu crezi și te fălești că faci lucrul cel bun. Degeaba postești dacă bârfești, dacă nu te rogi, dacă urăști pe aproapele tău și îi faci rău, iar apoi zici: „Toate astea le fac, dar postesc și Dumnezeu mă mântuiește”. Nu te mântuiește! Vă cer așadar să nu confundați postul cu dieta!

Mântuitorul a și zis: „Înainte de a aduce darul tău la altar, du-te și te împacă cu fratele tău și apoi vino și adu darul!”. Jertfa noastră e inima noastră curățită prin post, sufletul nostru viu prin rugăciune, prin pocăința care ne apropie de Dumnezeu. Altfel degeaba aducem la altar daruri și jertfe materiale, dacă noi nu l-am iertat pe aproapele nostru. Prima condiție a postului este iertarea păcatelor fratelui nostru, a greșelilor pe care le-a făcut el, mici și mari, oricât de mari. Nici o vrăjmășie să nu rămână în sufletul vostru atunci când postiți. Curățiți-vă inimile, spălați-vă sufletele de toată răutatea pe care ați adunat-o și intrați în post cu inimă curată și umilită înaintea lui Dumnezeu.

Măcar în postul acesta să vă feriți de orice bârfă proastă, de orice critică la adresa cuiva, cât de mică ar fi ea, pentru ca să trăim cu

adevărat în curăția pe care Dumnezeu ne-o cere pentru a primi cu bucurie și cu lumină în suflet Învierea Mântuitorului nostru Iisus Hristos. Măcar în postul acesta să nu ne intereseze nimic din ce face vecinul nostru. Să ne rugăm pentru toți, și pentru cei buni și pentru cei răi, și pentru cei dreapți și pentru cei nedrepți, și pentru prieteni și pentru dușmani, pentru cei care ne iubesc și pentru cei care nu ne iubesc.

### Postul aduce sporirea vieții

Postul Mare implică abținerea de la mâncărurile de origine animală. Nu se mănâncă nici carne, nici pește - decât în zilele cu dezlegare - nici lapte, nici ouă. Nimic de origine animală. Prin aceasta noi rupem legătura cu uciderea. Toată carnea pe care o mâncăm este consecința uciderii. Ucidere de vaci, de porci, de găini și așa mai departe. Deci postul este spre încetarea uciderii. Să nu mai fie întinat sufletul nostru cu sângele animalelor pe care le sacrificăm pentru bunul nostru trai. La aceasta se adaugă și aspectul celălalt, că încetează și frica. Încetând frica, sporește viața. Deci postul aduce sporirea vieții. Postul ne subțiază carnea și o face mai ușor transparentă la Duhul Sfânt.

Un om îmbuibat nu are gânduri duhovnicești, nu se roagă. Un trup care e bine hrănit, îmbuibat și sătul, abia își duce digestia sa, ce să se mai gândească la înălțimi spirituale, la Dumnezeu, la îngeri...! El este o piatră, e un boț de carne care trăiește numai pentru funcția lui, pentru sporirea stratului de grăsime. Însă un trup care este subțiat prin post se roagă, poate să vadă lucruri nevăzute, poate să audă glasuri îngerești.

Așa vrem să intrăm în post, ca fiul risipitor care se întoarce la tatăl său. Așa se cuvine să-I spunem: „Doamne, greșit-am la Cer și înaintea Ta și nu mai sunt vrednic să mă numesc fiul Tău sau fiica Ta; ci mă primește pe mine ca pe un slujitor, ca pe o slugă!”. Sau ca vameșul să spunem: „Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosul!”. Să înmulțim rugăciunea. Să înmulțim facerile de bine. Să înmulțim postirile și metaniile. Să înmulțim privegherile. Să venim la biserică,

pentru că postul acesta este dat spre mântuire. Postul acesta nu e dat pentru slăbit - am intrat în post și vreau să slăbesc, pentru că m-am îngrășat între timp - ci este pentru slăbirea trupului și întărirea sufletului și pentru înmulțirea credinței noastre și a faptelor bune. Este pentru întoarcerea noastră totală la Dumnezeu.

Va fi această săptămână de pregătire a Postului, apoi va fi săptămâna cealaltă, în care în fiecare seară vom avea slujbă la biserică: Miezonoptica, Pavecernița, Acatistul, Liturghia Darurilor înainte Sfințite. În fiecare seară vom avea o priveghere. Veniți! Acest Post este întoarcerea voastră către Tatăl, întoarcerea fiului risipitor către Dumnezeu. Acest Post de după săptămâna brânzei e calea de întoarcere, ușa deschisă pentru întoarcerea noastră la Dumnezeu.

Și apoi continuați, să vedeți ce bine se va simți inima și sufletul vostru, și chiar duhul vostru se va simți bine.

### Despre postul până la capăt și firul de ceapă

Pe cât puteți, postiți! Nu faceți un târg cu Dumnezeu, dacă sunteți bolnavi. Biserica, prin duhovnic, vă dă dezlegare să mâncați exact ce vă spune doctorul. Biserica are încredere în medicină și în inteligența umană dată de Dumnezeu, în descoperirile care se fac spre binele nostru. Ea nu are încredere în descoperirile care se fac spre răul nostru, și toate marile descoperiri sunt folosite spre răul lumii. Toate aceste descoperiri care puteau să fie pașnice, sunt folosite spre distrugere. Biserica colaborează cu doctorul în privința bolnavului.

Dacă însă ți-e greu să postești, dar zici că postești numai miercurea și vinerea în tot timpul Postului Mare, ai făcut un târg cu Dumnezeu. Este adevărat că Dumnezeu ia în considerare și acest lucru foarte scurt și ușor. Ca în istoria aceea din „Frații Karamazov” a lui Dostoievski, cu firul de ceapă verde pe care o femeie l-a dat unui sărac. Îngerul ei a găsit că a făcut o milostenie și s-a dus la ea cu firul și i-a zis: „Dumnezeu îngăduie să te trag afară din iad. Prinde-te de firul acesta de ceapă, dar fii atentă să nu te zbați, pentru că se va rupe! E slab și foarte fragil”. Femeia chemată s-a prins de firul de ceapă.

Atunci toate sufletele păcătoase s-au prins de poalele ei. Ea a început să dea din picioare, să-i înjure, să le spună: „Ticăloșilor, lăsați-mă în pace! Eu am dat firul de ceapă! Nu e al vostru!”. Și s-a rupt firul de ceapă.

Postirea aceasta pe jumătate e ca un fir de ceapă și nu se știe dacă în clipa morții, cel care a postit astfel nu săvârșește alte păcate, care rup firul de ceapă. Dar un post ținut integral e ca un un toiag pe care îngerul ți-l întinde și te trage afară din iadul pierzării.

### Ispitele Postului Mare

În perioada asta a Postului suntem cel mai atacați de duhurile rele. Însă rugăciunea mai intensă și mai extinsă pe care o facem, împreună cu postul spiritual și cel trupesc, adică postul de păcate și postul de bucate, ne scot oarecum de sub influența demonică. De aceea, demonul este cuprins de frică și încearcă să fie mai agresiv decât în cealaltă vreme.

Demonul atacă îndeosebi mintea și strecoară îndoiala. El vrea să te facă să te adori, să te închini minții tale, să crezi că ești deștept. Ori te atacă prin ispitiri fizice sau prin îndoială. „Oare există Dumnezeu? Oare rugăciunea pe care o spune preotul este valabilă? Oare binecuvântarea și iertarea pe care preotul mi le dă când mă spovedesc sunt o absolvire reală?”. În aceste condiții, postul și rugăciunea sunt armele noastre de luptă împotriva diavolului, împotriva propriilor noastre ispite, împotriva slăbiciunilor noastre. Spovedania și Împărtășania sunt cele prin care ne curățim inima și sufletul, scoțând din noi ce este rău și devenim asemenea lui Hristos. Primim în noi Sângele și Trupul Mântuitorului și astfel devenim mai duhovnicești. De aceea după Împărtășanie suntem mai tari, mai rezistenți la ispite, simțim că lucrează ceva în inima noastră.

Dacă nu lucrează ceva în inima dumneavoastră, înseamnă că degeaba v-ați împărtășit, că nu v-ați pregătit cum trebuie. Nu ați făcut o spovedanie cum trebuie sau nu ați fost complet convinși că primiți Trupul și Sângele lui Hristos, și astfel ați luat Trupul și Sângele lui Hristos fără vrednicie. Mântuitorul a spus ucenicilor Săi:

„Cine mănâncă Trupul Meu și bea Sângele Meu fără vrednicie, spre osândă mănâncă”. De aceea v-aș ruga încă o dată, veniți la biserică și vindecați-vă de toate bolile!

## DESPRE SPOVEDANIE și ÎMPĂRTĂȘANIE

### „Veniți să vă spovediți!”

Pocăiți-vă și veniți să vă spovediți și să vă împărtășiți. Nu există mântuire fără spovedanie și împărtășire. Prima spovedanie e grea, pentru că în toată viața ta, poate de când erai copil, nu te-ai mai spovedit. Și în toată viața asta a ta ai adunat păcate, și păcate, și păcate, de care tu singur te rușinezi. Este foarte greu să faci prima spovedanie. Pentru că nu te-ai spovedit 10, 15, 30, 70 de ani și când te uiți în urmă, la mulțimea păcatelor tale, zici: „Mi-e rușine să mă spovedesc!”. Nu ți-a fost rușine să le săvârșești, dar te rușinezi să le mărturisești, să le aduci în fața lui Dumnezeu și să spui: „Doamne, iartă-mă pentru toate păcatele mele!”. Trebuie să depășești acest prag, care e unul demonic. Opoziția la spovedanie n-o faci tu, o face demonul mândriei din tine, căci dacă ai fi umilit, ai veni să te spovedești. Și uiți că păcatele acelea ale tale Dumnezeu le cunoaște și le ține minte mai bine decât tine. Veniți și spovediți-vă și a doua spovedanie va fi mult mai ușoară!