

pentru că la mijloc este o plăcere, dintre cele mai fine, mai subtile, intelectualiste, dar fără rod. Părinții spun: „Dă sânge și ia Duh”. Dacă am dori cu adevărat să ne împotrivim păcatului până la sânge – fie el lăcomia, lenea, mândria, că tot este fiara cea cu multe capete a tuturor răutăților – și să punem cu adevărat început vieții noastre duhovnicești, am lucra această ieșire din chingile patimilor fără demersuri, cântăriri etc, am primi un cuvânt al Părinților noștri duhovnicești și l-am împlini. Cum biruim? Prin ceea ce este contrar patimii: prin înfrânare, oricât de circulară ar părea această „definiție”. Prin ascultarea de poruncile Domnului, care nu sunt un jug legalist aruncat peste sufletul nostru, ci oglinda în care trebuie să vedem cum este Domnul, spre a

judica apoi cum trebuie să fim și noi, cei zidiți după chipul Lui.

• **La final, Părinte, vă rugăm să adresați un cuvânt de întărire.**

Domnul ne iubește! Și printre puținele lucruri pe care le putem plini ca semn al recunoștinței noastre pentru această iubire a Sa este și înfrânarea. Îmi doresc și vă doresc tuturor ca acest post ce ne stă înaintea să ne fie un hotar de nou început în strădania noastră de a răspunde minunatei purtări de grijă (până la cele mai aparent neînsemnate detalii!) și netrecătoarei iubiri a lui Dumnezeu cu bruma noastră de înfrânare, pe care Domnul s-o înmulțească și s-o facă roditoare, după gândul pe care dintru început l-a avut cu omul!

Sursa: **Părintele Teofan Munteanu**, *Cuvântul duhovnicului*, în Revista Familia Ortodoxă (pag.40-45), Nr.11, 2017

PROGRAMUL LITURGIC

Martți 20 mar.	18:00	Sfântul Maslu
Miercuri 21 mar.	18:00	Denia Canonului Mare
Vineri 23 mar.	18:00	Denia Acatistului Bunei Vestiri
Sâmbătă 24 mar.	08:00	Sfânta Liturghie și Parastas → Pomenirea morților
	18:00	Vecernia și Litia
Duminică 25 mar.	08:00	Utrenia și Sfânta Liturghie → Buna Vestire

Pentru a fi la curent cu programul, în cazul în care apar modificări, vă rugăm să vă abonați la buletinul online și să verificați site-ul nostru: sfantul-ilie.ro

Strada Doamnei, Nr. 18, Sector 3, București



BULETINUL PAROHIEI

SFÂNTUL ILIE - HANUL COLȚEI

Cea mai mare pedeapsă, pentru om, este ca Dumnezeu să-l lase în voia sa proprie.

– Starețul Sofronie de la Essex

Nr. 244 / 18 martie 2018

DĂ SÂNGE ȘI IA DUH!

• **Părinte, cum trebuie să ne pregătim mintea și inima pentru acest post?**

Toate cele care țin de așa-zisele rânduieli ale Bisericii au fost tocmit de Părinții cei insuflați de Domnul de-a lungul timpului ca mâini întinse ale iubirii lui Dumnezeu, prin Biserică, spre omul cel neputincios. Pe lângă posturile din miercurile și vinerile de peste an, Biserica a rânduit și răstimpuri mai mari de post – cel dinaintea Învierii Domnului, a Nașterii Domnului, a praznicului Sfinților Apostoli, a Adormirii Preacuratei – ca răstimpuri de pregătire a noastră pentru a întâmpina cu o așezare duhovnicească ceva mai potrivită și mai bună praznicul respectiv. Postul în sine este o pregătire aparte, ieșită din curgerea obișnuită a viețuirii noastre pentru un anumit praznic. Întrebarea voastră Cum să ne



**PĂRINTELE
TEOFAN MUNTEANU**

MĂNĂSTIREA NERA

pregătim pentru post? este, aşadar: Cum să ne pregătim pentru pregătire?, Cum să ne pregătim pentru a ne pregăti în aşteptarea unui praznic? În sinaxele ținute dimpreună cu obştea de la Essex, Părintele Sofronie spunea că adevărata pregătire, adevăratul post ţinteşte întotdeauna la ceea ce se află la capătul postului, adică tocmai la rostul pentru care el a fost rânduit ca perioadă pregătitoare. Altminteri, îndreptarea atenţiei către post ca mijloc în sine ne duce fie la absolutizări ale demersului ascetic în sine (asemeni evreilor, care au ajuns să idolatrizeze instituţia Sabatului şi alte prescripţii ale Legii), fie, pe de altă parte, dacă nu suntem atât de râvnitori, la o relativizare înfricoşătoare a lui, punând în locul demersului ascetic un „identic natural” — tot felul de înlocuitori, precum brânza, crenvurştii din soia şi altele asemenea. Ideea, aşadar, de pregătire pentru post este să nu uităm care este ţinta postului, de ce a fost el tocmit: ca pregătire a noastră pentru întâmpinarea praznicelor. Deci, dacă nu suntem atenţi, fie absolutizăm postul în sine, uitând că el este doar o unealtă de pregătire, fie îl relativizăm, căutând tot felul de pogorăminte şi de substituenţi.

• **Cu toţii ştim că postul nu înseamnă doar o înfrânare de la**

mâncare, ci o înfrânare generală, de la ce vorbim până la ce gândim. Cu toate acestea, nu reuşim aproape deloc să ținem un astfel de post, nici măcar o zi. Cum să ajungem la înfrânare?

Mărturisesc că şi în viaţa mea, o bună perioadă de timp, am tratat cu destulă uşurătate aceasta, socotind cumva că înfrânarea de la lăcomia gâtlejului şi a pântecelui constituie un fel de etape primitive pe calea sporului duhovnicesc şi că ele — ca un fapt de la sine înţeles — sunt depăşite de orice om cât de cât aşezat, care şi-a asumat calea nevoinţei. Socoteam că atenţia noastră trebuie să fie aţintită către înfrânarea limbii, a privirii, a minţii, pe înfrânarea simţămintelor, ca şi când se înţelege de la sine că am fi parcurs deja şi am fi „ars” aceste etape intermediare legate de biruinţa asupra a ceea ce înseamnă, în înţelegerea obişnuită, lăcomia. În practică însă am descoperit — şi, din păcate, nu sunt singurul — că mulţi dintre noi facem concesii care, de multe ori, ating măsuri ce pun în primejdie serioasă aşezarea noastră sufletească şi că nu este deloc cazul să tratăm cu uşurătate aceste etape de început ale strădaniei ascetice. Nu trebuie să ignorăm, ca nişte falşi cunoscători, experienţa milenară a Părinţilor, care ne-au spus, adeverind

cu propria lor strădanie ascetică, că nu se poate ajunge la paza de răspândirea venită prin grăirea uşuratică şi ochii nepăziţi, la paza minţii în inimă, dacă nu se află la temelie înfrânarea de la lăcomia gâtlejului şi a pântecelui, dacă nu strunim mai întâi cele ce țin de aplecarea noastră spre lăcomie. Întâmplarea face ca, din rânduiala Domnului, în ultimul timp să-mi fi aruncat privirea pe o carte, *Credinţa uitată. Vechi adevăruri din Răsăritul creştin pentru creştinii contemporani*, a Părintelui Phillip LeMasters, ce cuprinde un capitol intitulat *Mântuire, sex şi mâncare* în care este extrem de bine punctată problema înfrânării.

„Problema este”, subliniază Părintele cu mult realism, „că noi ne adorăm pur şi simplu burta, papilele gustative şi aparent nevinovatele plăceri ale mesei. Dar nu înţelegem că abuzul de mâncare — şi de noi înşine — este efectiv calea morţii. A fi lacomi, a fi stăpâniţi de obiceiul de a ne satisface pofta pentru mâncare înseamnă a-i urma pe Adam şi Eva în afara Paradisului şi în lumea noastră tristă a decăderii şi stricăciunii, unde îl punem pe dumnezeul cel fals al sinelui înaintea Domnului cel Adevărat sau a semenilor noştri”.

Printre altele, Părintele spune că este o situaţie cvasigenerală în lumea

creştină contemporană să ne acordăm nouă înşine o îngăduinţă extrem de mare în ceea ce priveşte lăcomia pântecelui, şi nu ajungem deloc să o tratăm ca pe o veritabilă ispită. Poate nu întâmplător şi întrebarea voastră se referă tocmai nu doar la „înfrânarea de la mâncare”, ci la o „înfrânare generală, de la ce vorbim până la ce gândim”. Ca să putem avea o înfrânare generală, de la ce vorbim până la ce gândim, ar trebui să plecăm, după cum spun Părinţii, de la înfrânarea spre pornirea lăcomiei gâtlejului şi a pântecelui.

• **Părinte, aţi atins o problemă care pe mulţi ne preocupă, lăcomia pântecelui. Cum să biruim această patimă?**

Vedeţi, întrebarea trădează întocmai esenţa preocupărilor noastre: vrem să aflăm cum, căutăm o reţetă, un manual, un îndreptar. Iar aceasta nu este neapărat un lucru rău. *Ne mântuim cu întrebarea călătorind*, cum se spune în popor, şi este bine să cercetăm cum putem scăpa de o patimă, cum ne putem mântui. Problema este că aceste soluţii pe care aşteptăm să le auzim hrănesc lăcomia noastră după informaţii, ne potolesc pe moment o nevoie lăuntrică reală de a cunoaşte, dar ne creează o fascinaţie — sau cuvântul potrivit ar fi satisfacţie,