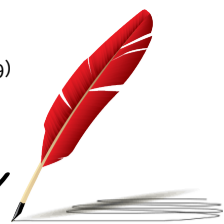




Cuvânt Catehetic

„Mergând, învățați toate neamurile...” (Matei 28,19)



Apare cu binecuvântarea ÎPS Teofan, Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

Anul II, Nr. 1 (3), Februarie 2016

POSTUL MARE

Calea spre Împărăția Dragostei

„Vino, suflete, ușurat prin virtuțile postirii și te înalță prin aripi din răutatea cea râvnitoare spre cele de jos; și desfătează-te în contemplațiile cele prealuminoase ce pricinuesc desfătarea virtuților, făcându-te și tu prin credință cu chip dumnezeiesc.”

(Sfântul Ioan Scărarul)

E BINE SĂ ȘTIM

Postul Mare nu are o dată calendaristică fixă la care începe. El se fixează în funcție de data Paștelui, care de regulă, poate să cadă între 4 aprilie și 8 mai.

Postul Mare este alcătuit din 7 săptămâni, ultima fiind Săptămâna Patimilor. El începe luni, după Duminica Lăsatului sec de brânză (a Izgonirii lui Adam din Rai).



În acest post se face „dezlegare” la pește doar de două ori: 25 martie (Buna Vestire) și în duminica Floriilor.

POSTUL MARE ÎN ISTORIE

• **Exemplul Mântuitorului de a posti** a fost urmat, cu mare râvnă, încă de primii creștini. La început, practica postului era variată și se deosebea de la o regiune la alta, însă, toți creștinii țineau cu strictețe trei zile de post aspru înainte de Învierea Domnului. Biserica Siriană, încă din secolul al III-lea, practica postul din Săptămâna Patimilor. Peste un secol, acest post pascal de 6 zile s-a extins la 40 de zile și s-a răspândit în toată lumea creștină. El ne aduce aminte de postul de 40 de zile ținut de Mântuitorul înainte de începerea activității Sale mesianice.

• **Practica Postului Mare are o vechime de 1700 ani.**

SFÂNTA LITURGHIE

Numai în Postul Mare, în zilele de miercuri și vineri se oficiază în toate bisericile ortodoxe **Liturghia Darurilor mai înainte sfințite**, care încununează slujba Vecerniei. **Liturghia Sfântului Ioan Gură de Aur**, așa de familiară nouă, se oficiază sâmbăta, iar **Liturghia Sfântului Vasile cel Mare** – duminica.

SĂ LUĂM AMINTE!

„Postul întărește mintea. Nu este suficientă abținerea numai de la mâncare dacă nu se va uni cu postul trupului și sufletului, pentru că și acesta, ca și trupul, are mâncărurile lui vătămătoare de care îngrășându-se se poate ușor rostogoli în prăpastia desfrâului chiar și fără belșug de hrană. O astfel de hrană, cu care, dacă se hrănește sufletul se încalcă postul este defăimarea aproapelui. Și mânia este tot o hrană rea pentru suflet și invidia, la care se mai poate adăuga slavă deșartă.” (Sfântul Vasile cel Mare)

„Este un post bun acela săvârșit spre slăbirea poftii, pentru smerirea sufletului, pentru abaterea urii, pentru stingerea mâniei, pentru ștergerea ținerii de minte a răului, pentru lucrarea curată a minții și a rugăciunii.” (Sfântul Grigorie Palama)

RUGĂCIUNE ȘI METANII

• În perioada Postului Mare, cu excepția zilelor de Sâmbătă și Duminică, limbajul și **veșmântul liturgic al Bisericii se schimbă** pentru a chema și ajuta sufletul și trupul să intre în starea de pocăință.

• **Întreaga Biserică respiră duhovnicește** în ritmul unor rugăciuni scurte și intense ca: **„Miluiește-mă, Dumnezeule, miluiește-mă!”** sau **„Doamne și Stăpânul vieții mele”**. Prin acest **„Miluiește-mă, Dumnezeule, miluiește-mă!”** din **Canonul cel Mare**, noi recunoaștem că singuri nu putem face nimic pentru mântuirea noastră; că mântuirea noastră, adică dobândirea vieții veșnice, depinde, mai întâi de toate, de mila lui Dumnezeu. În Postul Mare **se înmulțesc metaniile**. Metania înseamnă, în limba greacă, schimbarea modului de a gândi, de a vorbi și de a lucra.



Foarte editată și distribuită gratuit de Biroul de catehizare al Arhiepiscopiei Iașilor | 2016

facebook grup Cateheză MMB