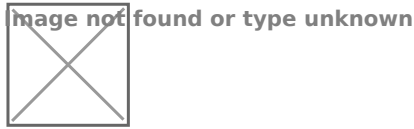


Părintele Teologos din M. Athos: Iubirea de sine este spartă prin durerea postului



Părintele Teologos de la Schitul Lacu de pe Muntele Athos le-a vorbit oamenilor prin intermediul canalului de YouTube O Chilie Athonită, despre buna rânduială din post.

„Când omul își taie voia prin post și își simte neputința, atunci este mai îngăduitor cu ceilalți pentru că duritatea plăcerii iubirii de sine este spartă prin durerea postului”.

Înfrânarea

Potrivit părintelui Teologos, patima se manifestă prin atracția continuă către plăcere. Înfrânarea și postul reprezintă depărtarea de sursa plăcerii.

„Știm din legile naturii că forța magnetică este invers proporțională cu pătratul distanței, deci dacă ne depărtăm de 2 ori, forța scade de 4 ori. Ne depărtăm de 3 ori, forța scade de 9 ori. Deci principala metodă de prevenție este înfrânarea, postul – depărtarea de sursa de plăcere”, a transmis părintele Teologos.

Ce înseamnă postul?

Postul nu se referă doar la abținerea de la mâncare, ci și la controlul minții și al simțurilor, ne spune monahul. Prima formă de post a fost în Rai, când Dumnezeu i-a spus lui Adam să se abțină de la pomul cunoștinței binelui și răului.

„Omul până ajunge perfect trebuie să postească de lucrul care îl atrage atât de mult încât îi distruge existența, rupându-l de Dumnezeu, de ceilalți și în sine prin cantitatea mare de satisfacție pe care o generează, care este cunoștința binelui și a răului sau, mai bine zis, cunoștința desăvârșită, pe care omul o caută în pom adică în materie”, a adăugat călugărul.

Postul minții

Postul minții înseamnă vigilență și concentrare a atenției pe Dumnezeu, evitând gândurile străine și patimile care ne îndepărtează de El. Părintele Teologos oferă soluții pentru a sta departe de patimi:

„Dincolo de limitarea expunerii prin program și vigilență, adică atenția la noi înșine,

ne ajută și amintirea iminenței morții, a judecății și a veșniciei. Uneori amintirea apropierei morții ajută chiar și dacă o folosim mai neconform cu virtutea”.

Postul ca mijloc spre Dumnezeu

Postul este un mijloc prin care omul se apropie de Dumnezeu, având rolul de a limita plăcerile trupești pentru a permite minții să se lumineze și sufletului să se smerească. Atunci când trupul este slăbit prin post, mintea devine mai clară și mai orientată spre Dumnezeu.

„Postul este doar o unealtă pentru a ajunge la iubirea de Dumnezeu”, a mai spus părintele Teologos.

„În clipa în care trupul este limitat și mai ales intră în autofagie, mintea se luminează și omul vede mult mai bine cum trebuie să se apropie de Dumnezeu, pentru că sufletul nu mai este atât de deranjat de gândurile trupești și simte din trup durerea foamei, a neputinței care îl smerește”.

Cum postim?

Monahul ne îndeamnă la măsura postului, care constă în a mânca puțin și a nu mânca între mese, evitând astfel săturarea, care ne face leneși și ne apropie de viața animalică.

„Trebuie să fugim de săturare ca de bici pentru că asta îl moleșește pe om și îl duce înspre animalic”.

Postul ajută la smulgerea omului din capcanele iubirii de sine, limitându-i plăcerile pentru a-i deschide drumul spre iubirea adevărată, față de Dumnezeu și față de ceilalți.

„Diferența dintre regim și post constă în faptul că postul se face pentru smerenie, iar regimul pentru forme de slavă deșartă și chiar mândrie”, a afirmat părintele Teologos.

Lipsa postului și consecințele

Fără post, Biserica și viața noastră spirituală riscă să se secularizeze și să se dizolve în dorințele egoiste ale lumii.

„Neținerea postului îl face pe om extrem și insensibil; îl împinge în animalic pentru că animalul mănâncă fără să se gândească și, de fapt, uneori chiar mai rău decât animalul pentru că animalul mănâncă ce găsește în timp ce omul se duce pe cât posibil la infinit în creșterea plăcerii provocate de mâncare”, a mai conchis părintele Teologos.

>

Foto credit: O Chilie Athonită

basilica.ro