



The Holy See

**MESSAGGIO DEL SANTO PADRE
BENEDETTO XVI
PER LA QUARESIMA 2009**

Dragi frați și surori!

La începutul Postului Mare, care constituie un drum de cel mai intens antrenament spiritual, Liturgia ne repropune trei practici de pocăință foarte dragi tradiției biblice și creștine - rugăciunea, pomana, postul - pentru a ne dispune să celebrăm mai bine Paștele și să trăim astfel experiența puterii lui Dumnezeu care, cum vom asculta în Privegherea pascală „alungă nelegiuirile, spală orice vină, celor căzuți în păcat le redă nevinovăția și celor întristați bucuria. Stinge dușmăniile, aduce înțelegerea, frânge silnicia” (*Vestirea solemnă a Învierii*). În Mesajul meu obișnuit de Postul Mare, aș vrea să mă opresc anul acesta la a reflecta în special asupra valorii și sensului postului. De fapt, Postul Mare readuce în minte cele patruzeci de zile de post trăite de Domnul în pustiu înainte de a întreprinde misiunea sa publică. Citim în Evanghelie: „Isus a fost condus de Duhul în deșert ca să fie ispitit de diavol. După ce a postit patruzeci de zile și patruzeci de nopți, în cele din urmă i s-a făcut foame” (*Mt 4,1-2*). Asemenea lui Moise înainte de a primi tablele legii (cf *Ex 34,28*), asemenea lui Ilie înainte de a-l întâlni pe Domnul pe muntele Horeb (cf *1Rg 19,8*), la fel și Isus rugându-se și postind s-a pregătit la misiunea sa, al cărei început a fost o ciocnire dură cu ispitorul.

Putem să ne întrebăm ce valoare și ce sens are pentru noi creștinii privarea de ceva care ar fi în sine bun și util pentru întreținerea noastră. Sfintele Scripturi și toată tradiția creștină învață că postul este de mare ajutor pentru evitarea păcatului și a tot ceea ce duce la el. De aceea în istoria mântuirii revine de mai multe ori invitația la a posti. Deja în primele pagini al Sfintei Scripturi Domnul poruncește omului să se abțină de la a mânca din pomul oprit: „Din toți pomii din rai poți să mănânci, iar din pomul cunoștinței binelui și a răului să nu mănânci, căci, în ziua în care vei mânca din el, vei muri negreșit” (*Gen 2,16-17*). Comentând porunca divină, Sfântul Vasile observă că „postul a fost orânduit în paradis” și „prima poruncă în acest sens a fost dată lui Adam”. Și de aceea conchide: „Acel 'să nu mănânci' este, deci, legea postului și a abstenenței” (cf *Sermo de*

jejunio: PG 31, 163,98). Deoarece toți suntem împovărați de păcat și de urmările sale, postul ne este oferit ca un mijloc pentru a restabili prietenia cu Domnul. Așa a făcut Esdra înainte de călătoria de întoarcere din exil în Țara Făgăduinței, invitând poporul reunit să postească „ca să ne smerim - a spus - înaintea feței Dumnezeului nostru” (*Esd 8,21*). Atotputernicul le-a ascultat rugăciunea și le-a asigurat favoarea și ocrotirea sa. La fel au făcut locuitorii din Ninive care, atenți la chemarea lui Iona la pocăință, au proclamat, ca dovadă a sincerității lor, un post spunând: „Cine știe dacă lui Dumnezeu o să-i pară rău și se va îndura și se va întoarce de la aprinderea mâniei sale și astfel noi nu vom pieri” (3,9).

În Noul Testament, Isus pune în lumină rațiunea profundă a postului, stigmatizând atitudinea fariseilor, care observau cu scrupulozitate prescrierile impuse de lege, dar inima lor era departe de Dumnezeu. Adevăratul post, repetă și în altă parte divinul Învățător, este mai degrabă împlinirea voinței Tatălui ceresc, care „vede în ascuns și te va răsplăti” (*Mt 6,18*). El însuși dă exemplu răspunzând satanei, la capătul celor 40 de zile petrecute în pustiu, că „Nu numai cu pâine va trăi omul, ci și cu tot cuvântul care iese din gura lui Dumnezeu” (*Mt 4,4*). Adevăratul post are, deci, ca scop a mânca „adevărata mâncare”, care este a face voia Tatălui (cf *In 4,34*). Iar dacă Adam nu a ascultat de porunca Domnului „să nu mănânce din pomul cunoștinței binelui și a răului”, prin post credinciosul înțelege să se supună cu umilință lui Dumnezeu, încrezându-se în bunătatea și îndurarea sa.

Găsim practica postului foarte prezentă în prima comunitate creștină (cf *Fap 13,3; 14,22; 27,21; 2Cor 6,5*). Dar și Părinții Bisericii vorbesc despre puterea postului, capabilă să țină în frâu păcatul, să reprime dorințele intense ale „vechiului Adam”, și să deschidă în inima celui credincios drumul spre Dumnezeu. Postul este apoi o practică frecventă și recomandată de sfinții din orice epocă. Scrie Sfântul Petru Crisologul: „Postul este sufletul rugăciunii iar milostenia viața postului, de aceea, cine se roagă să postească. Cine postește să aibă milă. Cine cerând dorește să fie ascultat, să-l asculte pe cel care îi cere. Își deschide spre el inima lui Dumnezeu, cine nu o închide pe a sa celui care îl roagă cu stăruință” (*Sermo 43: PL 52, 320.332 - „Est namque orationis anima jejunium; jejunii vita misericordia est... Ergo, qui orat jejuset; qui jejunat misereatur: audiat petentem, qui petens optat audiri; auditum Dei aperit sibi, qui suum supplicanti non claudit auditum”).*

În zilele noastre, practica postului pare să fi pierdut puțin din valoarea sa spirituală și să fi căpătat mai degrabă, într-o cultură marcată de căutarea bunăstării materiale, valoarea unei măsuri terapeutice pentru îngrijirea propriului corp. A posti ajută desigur la bunăstarea fizică, dar pentru credincioși este în primul rând o „terapie” pentru îngrijirea a tot ceea ce îi împiedică să se conformeze voinței lui Dumnezeu. În constituția apostolică *Poenitemini* din 1966, Servitorul lui Dumnezeu Paul al VI-lea atrăgea atenția asupra necesității de a situa postul în contextul chemării fiecărui creștin la „a nu mai trăi pentru sine, dar pentru acela care l-a iubit și s-a dat pe sine pentru el, dar... și la a trăi pentru frați” (cf Cap.I). Postul Mare ar putea fi o ocazie prielnică pentru a relua normele conținute în Constituția apostolică citată, valorizând semnificația autentică și perenă a

acestei străvechi practici de pocăință, care poate să ne ajute la mortificarea egoismului și la deschiderea inimii spre iubirea lui Dumnezeu și a aproapelui, cea dintâi și cea mai mare poruncă din noua Lege și rezumatul întregii Evanghelii (cf *Mt 22,34-40*).

Practica fidelă a postului contribuie de asemenea la a da unitate persoanei, trup și suflet, ajutând-o să evite păcatul și să crească în intimitate cu Domnul. Sfântul Augustin, care cunoștea bine propriile înclinații negative și le definea drept „nod răsucit și încurcat” (*Confesiuni*, II, 10.18), în tratatul său „*Utilitatea postului*”, scria: „Îmi provoc desigur un mare chin, dar pentru ca El să mă ierte; mă pedepsesc singur, pentru ca El să mă ajute să fiu plăcut în ochii săi și să ajung să gust bunătatea sa” (*Sermo 400, 3,3: PL 40, 708*). A se lipsi de mâncarea materială care hrănește trupul înlesnește o dispoziție lăuntrică de a-l asculta pe Cristos și de a se nutri din cuvântul său de mântuire. Prin post și rugăciune îi permitem Lui să vină să potolească foamea mai profundă pe care o simțim înlăuntrul nostru: foamea și setea de Dumnezeu.

În același timp, postul ne ajută să devenim conștienți de situația în care trăiesc atâția frați ai noștri. În *prima sa Scrisoare*, Sfântul Ioan atrage atenția: „Dacă cineva are bogățiile lumii și-l vede pe fratele său, care este în nevoie, și își închide inima față de el, cum poate să rămână în acela iubirea lui Dumnezeu?” (3,17). A posti de bună voie ne ajută să cultivăm stilul Bunului Samaritean, care se apleacă și vine în ajutorul fratelui în suferință (cf enc. *Deus caritas est*, 15). Alegând în mod liber să ne lipsim de ceva pentru a-i ajuta pe alții, arătăm concret că aproapele în dificultate nu ne este străin. Tocmai pentru a menține vie această atitudine de primire și de atenție față de frați, încurajez parohiile și orice altă comunitate să intensifice în Postul Mare practica postului personal și comunitar, cultivând deopotrivă ascultarea Cuvântului lui Dumnezeu, rugăciunea și pomana. Acesta a fost, încă de la început, stilul comunității creștine, în care se făceau colecte speciale (cf *2Cor 8-9; Rom 15,25-27*), iar credincioșii erau invitați să dea săracilor atât cât, datorită postului, fusese pus de o parte (cf *Didascalia Ap.*, V, 20,18). Și azi atare practică trebuie redescoperită și încurajată, mai ales în timpul liturgic al Postului Mare.

Din cele spuse reiese cu mare claritate că postul reprezintă o practică ascetică importantă, o armă spirituală pentru a lupta împotriva oricărei eventuale alipiri dezordonate față de noi înșine. Lipsirea voluntară de plăcerea mâncării și a altor bunuri materiale ajută ucenicul lui Cristos să controleze dorințele naturii slăbite de vina originară, ale cărei efecte negative cuprind întreaga personalitate umană. În mod oportun un vechi imn liturgic de Postul Mare îndeamnă: „*Utamur ergo parcus, / verbis, cibis et potibus, / somno, ioci et arctius / perstemus in custodia* - Să ne folosim în mod mai sobru de cuvinte, mâncăruri, băuturi, de somn și jocuri, și să stăm vigilenți cu mai mare atenție”.

Dragi frați și surori, dacă ne gândim bine, scopul ultim al postului este acela de a-l ajuta pe fiecare dintre noi să se dăruiască total lui Dumnezeu, cum a scris Servitorul lui Dumnezeu Ioan Paul al II-lea (cf enc. *Veritatis splendor*, 21). De aceea, Postul Mare să fie valorizat în fiecare familie și în fiecare comunitate creștină pentru a îndepărta tot ceea ce distrage spiritul și pentru a intensifica ceea ce hrănește sufletul deschizându-l spre iubirea de Dumnezeu și de aproapele. Mă gândesc

în special la o mai mare stăruință în rugăciune, în *lectio divina*, în recursul la sacramentul Reconcilierii și în participarea activă la Euharistie, mai ales la Sfânta Liturghie duminicală. Cu această dispoziție interioară să intrăm în climatul de pocăință al Postului Mare. Să ne însoțească Fericita Fecioara Maria, *Causa nostræ lætitiæ* - Pricina bucuriei noastre , și să ne sprijine în efortul de a ne elibera inima de sclavia păcatului pentru a o face să devină din ce în ce mai mult „chivot viu al lui Dumnezeu”. Cu această urare, în timp ce asigur rugăciunea mea ca fiecare credincios și fiecare comunitate bisericească să parcurgă un rodnic itinerar de Postul Mare, împart din inimă tuturor Binecuvântarea Apostolică.

Din Vatican, 11 decembrie 2008

BENEDICTUS PP. XVI

© Copyright 2008 - Libreria Editrice Vaticana

Copyright © Dicastero per la Comunicazione - Libreria Editrice Vaticana