

Regula postirii în Postul Adormirii Maicii Domnului

Aducerea aminte de virtuțile alese ale Sfintei Fecioare Maria și de postirea cu care ea însăși, potrivit tradiției, s-a pregătit pentru trecerea la cele veșnice reprezintă motivul pentru care Biserica lui Hristos a rânduit între 1 și 14 august Postul Sântă-Măriei (denumirea populară) sau Postul de toamnă, precedând praznicul Adormirii Maicii Domnului de la jumătatea lunii lui Gustar.

Care este vechimea Postului de toamnă?

Este cel mai nou dintre cele patru posturi de durată, ca vechime, datând din secolul al V-lea, când cultul Născătoarei de Dumnezeu a început să cunoască o mai mare dezvoltare, iar sărbătoarea Adormirii ei a căpătat o importanță mai mare. Însă, la început, timpul și durata postirii nu erau la fel peste tot.

În părțile Antiohiei se postea o zi (6 august), la Constantinopol se posteau patru zile, iar la Ierusalim opt; unii (în răsărit) posteau în luna august (Postul lui August), alții în septembrie (apusenii, cum fac până astăzi), iar alții nu posteau deloc, socotind că praznicul Adormirii este prilej de mare bucurie, deoarece Maica Domnului a trecut de la amărăciunea pământească la bucuria cerească, unde stă în nemijlocită apropiere de Fiul ei mult iubit.

Data și durata acestui post au fost uniformizate în întreaga Ortodoxie abia în secolul al XII-lea la Sinodul local de la Constantinopol (din 1166), în vremea Patriarhului ecumenic Luca Crysoverghi, care a hotărât ca postul să înceapă la 1 august și să dureze până la Sărbătoarea Adormirii (14 sau 15 zile), așa cum mai înainte se practica prin unele zone și cum este prevăzut, de exemplu, în Tipicul grecesc de la Mesina, scris la 1131.

Dispoziții privitoare la post Respectarea postului este o datorie a oricărui bun credincios, recomandată de porunca a doua a Bisericii dreptmăritoare.

Postul Sfintei Marii este mai ușor decât cel al Paștelui, dar mai aspru decât cel al Nașterii Domnului și cel al Sfinților Apostoli.

Fiind destul de scurt ca durată, în

comparație cu cel al Crăciunului sau al Paștelui, acest post poate fi ținut fără a constitui un efort prea mare, mai ales că în august abundă legumele și fructele.

În seara zilei de 31 iulie se lasă sec, însă atunci când această dată cade miercură sau vinerea, se lasă sec cu o zi mai înainte. Postul se prelungește și în ziua sărbătorii, dacă aceasta cade miercură sau vinerea, dezlegându-se la untdelemn, pește și vin. „Tipicul cel Mare” și Învățătura pentru posturi din „Ceaslovul Mare” prescriu ajunare luna, miercură și vinerea, până la Ceasul IX (ora 15), când se consumă mâncare uscată (pâine, fructe uscate sau semințe, legume și apă); marțea și joia se pot consuma legume fierte, fără untdelemn, iar sâmbăta și duminica se dezleagă la untdelemn și vin. La praznicul Schimbării la Față (6 august) se face dezlegare la untdelemn, pește și vin, în orice zi ar cădea, dar în „Pravila mare” (glava 385) – mai îngăduitoare – se dă dezlegare la vin și untdelemn nu numai pentru sâmbete și duminici, ci și pentru marți și joi. În timpul Postului în cinstea Fecioarei Maria, în bisericile de la mănăstiri se citesc zilnic, alternativ, cele două Paraclise ale Maicii Domnului din „Ceaslov”.

Sunt valabile regulile pentru toți credincioșii? Toate regulile privitoare la Postul Sfintei Mării, ce de altfel și la celelalte posturi, au în vedere, în primul rând, pe viețuitorii din mănăstiri, care respectă întru totul regula postului și care, pentru nevoia lor, se bucură și de zilele de dezlegare. Însă ele nu trebuie să fie străine nici credincioșilor obișnuiți, cu excepția copiilor de până la șapte ani și a creștinilor foarte bolnavi, care au dezlegarea duhovnicului lor.

Un post de numai două săptămâni poate fi ținut cu toată rigurozitatea de orice creștin evlavios, constituind un mijloc de purificare și înălțare sufletească, atât în vederea primirii Sfintei Împărtășanii, cât și a întâmpinării cu toată cuviința și bucuria a sărbătorii Adormirii Maicii Domnului. (Diacon prof. Cornel Dragoș, *Argeșul ortodox*, anul VII, nr. 372, 31 iulie - 6 august 2008)