



PĂSTĂI CA LA MOLDOVA

INGREDIENTE

- Păstăi de fasole
- Cartofi
- Ulei de floarea-soarelui
- Usturoi
- Mărar verde
- Sare grunjoasă

O altă mîncare de vară nelipsită de pe plita țăranilor sînt păstăile cu cartofi făcute la tîgaie. Pentru această rețetă nu se folosesc soiurile de păstăi verzi, ci păstăile lungi și late de fasole adevărată și cartofi tineri. Se pun la tîgaie cu ulei și puțină apă ca să se înăbușe sub capac. După ce s-au înmuiat, le mai frigem la foc mare, așa ca să mai apară și coajă pe ici-colo. Se adaugă usturoi pisat și, după gust, mărar verde.



FASOLE FĂCĂLUITĂ

INGREDIENTE

- Fasole fiartă*
- Ceapă albă
- Usturoi
- Ulei de floarea-soarelui
- Pastă de tomate

* Se fierbe fasolea albă în apă sărată cu ceapă întreagă, dafin și puțin ulei, pînă se sfărîmă. Ceapa se scoate. Înainte de a o făcălui, se pune usturoi pisat, după gust.

Imaginea cu farfuriile de fasole și bob presărate cu ceapă prăjită din care s-au scurs șuvițe de ulei roșiatic, stînd la rece în verandă sau în „casa cei mare” (unde nu se făcea niciodată focul), e una dintre cele mai calde din copilărie. Gustul acela parcă nu mai era de găsit nicăieri și nici o altă mîncare parcă nu era la fel de bună. Tîrziu era să aflu că acel gust era gustul harului dumnezeiesc pe care îl simt cei ce postesc.



al Europei. Este un fapt stabilit științific că în obștea Sfântului Benedict se citea zilnic din *Convorbirile dubovnicești cu pustnicii egipteni* scrisă în latină de către Ioan Casian care se refugiase din Constantinopol³³. Până astăzi putem vedea la monahii benedictini tunicile și capușoanele preluate de la monahii egipteni, deși ele nu se mai regăsesc la monahii ortodocși, decât la schimnicii ruși. Aceste detalii sînt foarte importante deoarece sînt dovada că filozofia despre post și asceză a fost aceeași în întreg spațiul creștin, dar că temeiul ei a fost experimentat și sintetizat de către asceții din Egipt, la ale căror scrieri și mărturii ne vom opri și noi.

Dar înainte de a vorbi despre folosul postului, vreau să notez că Sfântul Antonie cel Mare, întemeietorul viețuirii monahale de obște, a trăit 105 ani, iar la moarte avea toți dinții în gură³⁴.

Tipurile de postire practicate de pustnicii și monahii egipteni erau diferite în funcție de modul de viețuire, loc, stare de sănătate și măsură duhovnicească. Vom găsi numeroase mărturii despre pustnici care se hrăneau doar cu rădăcini și ierburi, al-

³³ *Monahul Casian*, Columba Stewart, Editura Deisis, Sibiu.

³⁴ Athanasie al Alexandriei, *Viața Sfântului Antonie cel Mare*.

ții avînd și puțină pîine de tărîțe necoaptă pe foc, unii adăugînd și smochine. În mănăstiri se mînca și hrană fiartă, iar pentru bolnavi era prevăzut vin și pește³⁵. Existau sihaștri care mîncau o dată la patruzeci de zile, unii și la optzeci, dar aceste cazuri erau izolate și, chiar dacă unii dintre ei erau sfinți, totuși regimul recomandat de

³⁵ „Nimeni să nu se atingă de vin sau de ciorbă de pește, în afară de bolnavii de la bolniță”, *Rînduiele Sfântului Pahomie cel Mare*, cap. 45.

Spuneau părinții că era într-un sat unul care postea mult, încît se chema numele lui Postitorul. Auzind avva Zinon despre dînsul, l-a chemat la sine, iar el s-a dus cu bucurie. Și rugîndu-se ei, au șezut. Deci a început starețul să lucreze în tăcere, iar postitorul, neaflînd prilej să vorbească cu dînsul, a început să se supere de trîndăvie. Atunci a zis postitorul: „Roagă-te pentru mine, avvo, că voiesc să mă duc!” Zis-a lui starețul: „De ce?” Iar el a răspuns: „Căci inima mea arde ca focul și nu știu ce are. Cînd eram în sat, posteam pînă seara și niciodată nu mi s-a făcut foame”. Zis-a lui starețul: „În sat te hrăneai din urechile tale (din laude). Ci mergi de acum și mănîncă la ceasul al nouălea, iar orice faci, întru ascuns fă”. Și cum a început să facă așa, cu chin aștepta ceasul al nouălea ca să mănînce, iar cei ce-l știau pe el ziceau că postitorul s-a îndrăcit. Mergînd el, a povestit starețului toate. Iar sfîntul i-a zis: „Această cale este de la Dumnezeu!”

Patericul egiptean

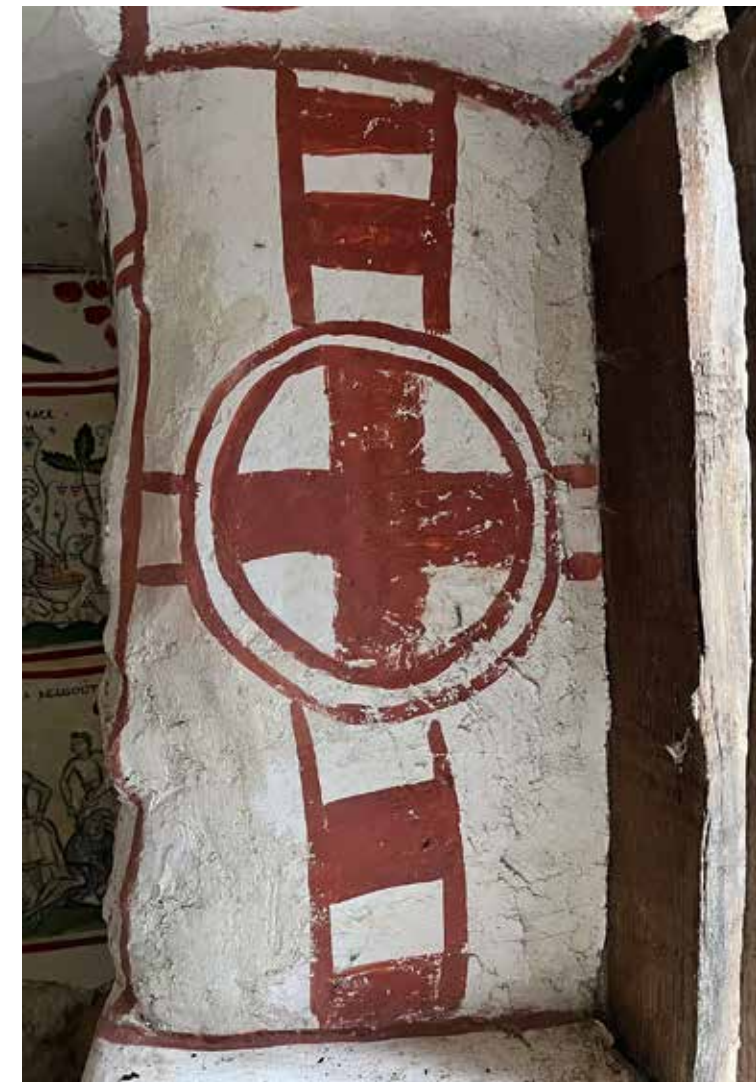
experiența de obște a sfinților egipteni era că cel mai bine este a mînca zilnic cîte puțin, decît a posti cu săptămînile. Drept urmare, în mănăstiri se mînca o dată pe zi, după ceasul al 9-lea (ora trei după masă).

Îndeobște, virtutea de căpătîi este considerată de către asceții egipteni a fi dreapta socoteală. Aceasta se vede mai întîi în modul în care prescriu hrana. Dincolo de pogorîmintele (excepțiile) care se fac pentru bolnavi, atît în obștea marelui Pahomie, cît și la Antonie cel Mare monahilor li se dădeau la ieșirea din trapeză fructe pe care să le aibă la chilie³⁶. Fiecare era liber să mănînce aceste fructe oferite sau să le întoarcă peste trei zile³⁷, astfel ca postul să nu fie o obligație, ci un act benevol. „Au povestit unii despre un stareț că a poftit odinioară să mănînce o smochină și luînd-o a spînzurat-o înaintea ochilor săi și se muncea căindu-se că a căzut în poftire, nebiruindu-se de poftă”³⁸.

³⁶ „Cel care împarte fructe celor ce ies pe ușa trapezei este dator să cugete la ceva din Scriptură”, *Rînduiele Sfântului Pahomie cel Mare*, p. 37.

³⁷ „Partea pe care o vor primi va ajunge pe trei zile. Iar dacă va mai rămîne cuiva ceva din cele date, le va aduce iarăși la dascălul casei, care le va băga în cămară, le va amesteca cu celelalte și le va da iarăși fraților”, *Ibidem*, p. 39.

³⁸ *Patericul egiptean*, Capitolul V, Despre post și înfrînare.



Frescă din beciul de la Oricova, autor: Savatie Baștovoi



De câte ori plouă mărunț
Îmi amintesc de șesul din sat
De cerul cărunț,
Posomorît și parcă supărat.

Tata avea 35 de oi,
Cîte cinci oi pentru o zi de păștere.
Le pășteam cu mama în doi,
Dar mai mult singur. Așa-s din naștere.

Frigul e mai puternic cînd e ud
Lîna se amestecă cu noroi
Tălângile mai triste se aud
Și parcă intră diavolii în oi.

Atîta tristețe nu am mai văzut nicăieri
Atîta udeală și răceală, și slut.
Parcă totul s-a-ntîmplat mai ieri,
Și azi sînt iar cu rîndul la păscut.

Savație Baștovoii

Edina Probului, Bisericanii



oi începe cu mîncărurile cele mai simple pe care, copil fiind, trebuia să mi le fac singur, așa cum făceau toți copiii din vremea aceea. Să prăjești niște ouă, să frigi o felie de slănină la foc era la îndemînă oricărui copil.

Toate aceste îndemînări culinare se arătau mai cu seamă la păscutul oilor, acolo unde fugăreala după berbecii pe care îi transformam în cai de luptă cavaleriească, gonind unii spre alții și căzînd ca niște prinți fără armură, ne istovea și ne aducea în pragul unei înfometări cumplite. Atunci, din vreascurile căzute din nucii și cireșii bătrîni întocmeam un foc în iarba, iar cînd jarul era gata, aruncam acolo cartofi mărunți luați de acasă, iar pe cîte o țepușă de lemn învîrteam bucăți de slănină care la noi se păstrează peste iarnă în borcane, crudă și proaspătă, doar în sare.

Atunci cînd găseam ciuperci albe de gunoi eram ca niște vînători liberi care se hră-

nesc de pe deal și din pădure, nu ca oamenii de rînd care țin hrana în beci. La fel erau și păpușoii copti pe care îi rupeam din lanurile colhozului, dar, mai ales, racii pe care îi prindeam din iazul de la Morozanca, avînd ca momeală o broască ju-puită în care gustoasele arătări își înfigeau cleștii înainte de a ajunge înveliți în gazete și incendiați pentru a fi mîncăți cu multă poftă.

Brînza, slăcina și usturoiul erau mîncarea noastră de temelie. Alteori aveam și cîte un borcănaș cu untură pe care o ungeam pe pîine, mîncînd-o simplu, în loc de unt, sau ungînd peste ea și puțină pastă de tomate, reieșind un aperitiv gustos pe care îl recomand cu toată încrederea.

Pentru că nu se practicau „pachetele” cu mîncare, prepararea hranei era pentru noi o distracție care ne învăluia atît de tare încît mergeam grămadă la păscutul oilor chiar și cînd nu eram cu rîndul, numai ca să facem foc și să mîncăm sub cerul liber, departe de casă, căci asta ne făcea să ne simțim liberi și mari.