

PĂRINȚII DIN MUNTELE ATHOS DESPRE RUGĂCIUNE

Traducere din limba rusă de
Gheorghită Ciocoi

editura
Σοφία

București

CUPRINS

Cuvânt înainte	5
Calea împărătească spre mântuire	9
Părinții athoniți despre rugăciune.....	29
Ce-i de făcut atunci când cineva este obidit	47
Rugăciunea împreună cu părinții de la Muntele Athos.....	57
Învățătură athonită despre Rugăciunea lui Iisus	59
Douăzeci de cuvinte despre importanța luării-aminte la rugăciune	69
Sfântul Siluan Athonitul despre rugăciune.....	75
Preacuviosul Paisie Aghioritul despre rugăciune.....	85
Cuvinte de folos ale Sfântului Siluan Athonitul pentru nevoitorii rugăciunii	91
Cuvinte ale Starețului Gavriil despre rugăciunea care deschide cerul	95
Învățăturile bătrânului Nicodim de la Karoulia despre rugăciune	99

Despre Rugăciunea lui Iisus.....	101
Despre harul lui Dumnezeu.....	119
Ieroschimonahul Agatador Athonitul	125
Cum să trecem peste ispite și necazuri	129
Despre îndurarea care atrage harul lui Dumnezeu la rugăciune	133
Despre ce așteaptă cel mai mult Domnul de la cel care se roagă.	139
Zece cuvinte duhovnicești ale părintelui Dionisie Ignat despre rugăciune	145
Rugăciuni la icoane făcătoare de minuni din Sfântul Munte	149

Comenzi:
www.librariasophia.ro

Difuzare:
SUPERGRAPH
Str. Ion Minulescu nr. 36, sector 3,
031216, București
Tel.: 021-320.61.19; fax: 021-319.10.84
e-mail: contact@supergraph.ro
www.librariasophia.ro
www.sophia.ro

Vă așteptăm la
LIBRĂRIA SOPHIA
str. Bibescu Vodă nr. 19,
040151, București, sector 4
(lângă Facultatea de Teologie)
tel. 021-336.10.00; 0722.266.618
www.librariasophia.ro

Nădărdim că sfaturile și experiența nevoitorilor de la Sfântul Munte, cuprinse între filele acestei cărți – tălmăcită din rusește –, vor fi de un real folos duhovnicesc pentru creștinii de la noi, dornici să pășească pe calea împăratească a rugăciunii.

Traducătorul

CALEA ÎMPĂRĂTEASCĂ SPRE MÂNTUIRE

*Scurtă pravilă a schiarhimandritului
Kirik Athonitul pentru
drept-credinciosul ce pășește pe calea
rugăciunii, voind să ducă o viață
evlavioasă și mântuitoare*

*Adu-ți aminte de Dumnezeu, chemând întru
rugăciune numele Lui și lucrează poruncile Sale
care nu sunt grele. (v. I Ioan 5, 3)*

Mulți oameni, în lumea modernă, doresc să se mântuiască, însă puțini știu cum să înceapă să pășească pe calea mântuirii. Trebuie să începem cu cele de pe urmă, adică cu pomenirea morții.

Spune Domnul: „Pământ ești și în pământ te vei întoarce!” (Facerea 3, 19). Credinciosului care împlinește pravila, Sfânta Biserică îi cere, pe lângă adevărurile dogmatice – credința

în Dumnezeu Cel în Treime cea de o ființă, rugăciunea către El, facerea faptelor bune – și iubirea, să-și amintească de Creatorul său, să se alipească de El cu duhul, să împlinească poruncile Lui care se cuprind în cele mai mici detalii. Despre aceste lucruri mărunte va fi cuvântul nostru. Dacă nu luăm seama la aceste lucruri de nebagat în seamă, e cu neputință să luăm aminte la poruncile mari și mântuitoare. Lucrurile mărunte sunt incluse în patru stări: cum să începem lucrul ori ocupația noastră; cum să întoarcem faptele noastre spre slava lui Dumnezeu; cum să aducem pocăință înaintea lui Dumnezeu pentru cele săvârșite cu nebagare de seamă din timpul zilei, împotriva lui Dumnezeu, împotriva aproapelui și împotriva conștiinței noastre, și, în cele din urmă, pomenirea morții, adică cugătarea la ieșirea din această viață într-o viață cea veșnică.

Despre începutul oricărui lucru

Să nu începi mai înainte nici o lucrare, nici cea mai mărunță și de ne-

băgat în seamă, până ce nu chemi pe Dumnezeu, ca El să-ți ajute ție. Spune dar Domnul: „Fără Mine nu puteți face nimic” (Ioan 15, 5); cu alte cuvinte: fără Mine nu aveți dreptul să faceți nici o faptă bună! De aceea se cuvine să chemăm binecuvântatul ajutor al lui Dumnezeu spunând: „Doamne, binecuvântează! Doamne, ajută-mă!” Fără ajutorul lui Dumnezeu nu putem face nimic folositor și mântuitor; iar dacă facem ceva fără să cerem ajutorul haric al lui Dumnezeu întru lucrarea noastră, atunci aceasta dezvăluie mândria noastră întru cele duhovnicești și împotrivirea față de Dumnezeu. Chemând numele lui Dumnezeu, primim binecuvântare de la Domnul, Care va spune în ziua Sa: „Veniți, binecuvântații Tatălui Meu, moșteniți Împărăția cea pregătită vouă de la întemeierea lumii!” (Matei 25, 34). Iar aceleora care nu vor avea pecetea binecuvântării lui Dumnezeu asupra lor le va spune: „Duceți-vă de la Mine, nu vă cunosc pe voi!” (v. Matei 25, 41).

Iată cât de important este să chemăm numele lui Dumnezeu și să primim binecuvântare de la El pentru toate faptele – pe cele pe care voim să

le începem (și cu osebire înainte de citirea Sfintei Scripturi, dar mai cu seamă înainte de rugăciune!).

Astfel, la cea mai mică faptă și la orice lucru pe care voim să-l începem, fie că mergem într-un loc obișnuit, fie pe un drum care nu este limpede (prin aceasta înțelegându-se feluritele noastre fapte și îndeletniciri) – întotdeauna să chemăm pe Domnul în ajutor, altfel nu vom avea izbândă în îndeletnicirile obișnuite ale vieții și nici în lucrurile cele sfinte, iar sfârșitul unei astfel de fapte va fi „întristător și plin de păcat”, după cuvintele Sfântului Ioan Gură de Aur.

Uitarea noastră de Dumnezeu nu ne dă posibilitatea de a cere binecuvântatul Său ajutor întru neputințele noastre, nici în faptele cele de seamă și mântuitoare și nici în faptele mărunte.

Înfricoșătoare numire ne așteaptă pe noi, cei ce-L uităm pe Dumnezeu! Pe cei ce cheamă numele Domnului Dumnezeu în rugăciuni, Domnul îi mângâie prin Prorocul Ieremia, spunându-le că îi va pomeni pe cei care-I pomenesc numele. Pomenirea lui Dumnezeu înseamnă chemarea Lui întru rugăciune și nu doar simpla po-

menire a numelui lui Iisus. Uitarea și neluarea noastră aminte sunt sporite de demoni care se află pretutindeni: ei locuiesc pe pământ, în văzduh și sub cer, și urmăresc pe fiecare om cum să-l ispitească și să-l abată de pe calea cea dreaptă.

Din pricina uitării noastre de Dumnezeu demonii se apropie de noi precum văzduhul ce ne înconjoară. Ei se ating de trup și chiar de gânduri cu îngăduința lui Dumnezeu. Crezând însă în puterea Crucii lui Hristos și prin însemnarea cu semnul crucii putem să stingem toate săgețile ce-lui rău.

Cum să prefacem faptele noastre spre slava lui Dumnezeu

Sfântul Apostol Pavel spune: „Rugați-vă neîncetat” (I Tesaloniceni 5, 17), îndemnându-ne să facem totul spre slava Lui, ca să fim plăcuți înaintea Mântuitorului și Dumnezeului nostru. A ne ruga neîncetat nu înseamnă însă să stăm înaintea sfintelor icoane și să ne rugăm întreaga zi, deși este necesară rugăciunea și în acest chip la

vreamea cuvenită. Putem și trebuie să ne rugăm întru toate ale noastre după cum spune Sfântul Ioan Gură de Aur: „Ne putem ruga ridicându-ne inima către Dumnezeu, luând aminte către mintea și inima noastră.” Așadar, ocupându-ne de lucrurile vieții (iar fără aceasta nu poate cineva) putem și trebuie să ne rugăm în chip simțit, întorcându-ne mintea noastră către numele cel nevăzut al lui Dumnezeu.

De pildă: uitându-ne la foc, ori la plită, ori la aragaz, ori la lampă, ori în altă parte, să spunem în gândul nostru: „Doamne, izbăvește-mă de focul cel veșnic!” Și astfel ne vom umili și ne vom liniști în adâncul sufletului nostru, atrăgând prin aceasta harul Sfântului Duh, care în clipa suspinului din suflet în chip neștiut ne zidește nouă mântuirea.

Sfintele Scripturi ne spun că întotdeauna când suspinăm atunci ne mântuim și că Sfântul Duh în orice suflet viază astfel și este înălțat acesta întru curăție.

Iată cât de important este pentru noi să luăm aminte la gândurile și la închipuirile noastre, dintru aceasta izvorând viața și moartea, adică viața

veșnică ori chinurile veșnice. Trecând de la lucrurile nevăzute la nevăzutul nume al lui Dumnezeu, trebuie în toate situațiile, fără excepție, și în toate îndeletnicirile noastre, fie că spălăm hainele sau orice altceva – curățând un obiect, de pildă –, să spunem întru sine: „Doamne, curățește sufletul meu cel murdar!” Tot astfel, fie că bei, fie că mănânci, după rugăciunea obișnuită gândește-te că Dumnezeul nostru a gustat oțet și fiere pentru mântuirea noastră, iar nouă ne oferă toate bunătățile Sale. În acest chip smerește mândria gândurilor tale și Îi vei mulțumi Domnului, prin aceasta, pentru suferința cu care a pățimit pentru noi.

Mergând către somn, să spui: „Domnul și Dumnezeul nostru nu avea unde să-Și plece capul, iar nouă ne-a dăruit toate întru desfătare!”

Începând să te încalți, spune în mintea ta: „Doamne, binecuvântează, Doamne, ajută!”

Când te îmbraci, spune: „Doamne, îmbracă cu haina luminoasă sufletul meu și mă mântuiește!”

Când începi să te speli, neapărat să-ți faci semnul crucii pentru a alunga

toată lucrarea vrăjmașului dintru firea apelor. Începând să te piepteni, adu-ți aminte cum soldații romani L-au chinuit pe Mântuitorul nostru și cum L-au dus să-L răstignească, și atunci spune: „Slavă pătimirilor Tale, Doamne!”

Dacă vezi un lucru minunat, vrednic de Ziditorul și Purtătorul de grijă al tuturor făpturilor, slăvește pe Ziditorul a toate.

Înainte de a ieși din casa ta, spune: „Cuvine-se cu adevărat...” până la sfârșit, și tot astfel când te întorci acasă spune iar această rugăciune.

Când ieși din casă sau din chilia ta, apucând mânerul ușii, spune rugându-te: „Ușa milostivirii...”, până la capăt.

Astfel, întotdeauna, pornind de la fiecare lucru văzut, treci la nevăzutul nume al lui Dumnezeu. Aici sunt doar câteva exemple de rugăciune care ne îndeamnă să împlinim aceasta cu harul Sfântului Duh, dispunându-ne să ne raportăm la toate lucrurile în acest chip, fără excepție, și să facem totul spre slava Lui – adică prin toate mișcărilor noastre sufletești: fie slăvind, fie mulțumind, fie pocăindu-ne, fie înjosindu-ne pe noi. Și ia-

tă-ne deja rugându-ne, după cum ne învață Sfântul Vasile cel Mare.

Lucrând astfel, omul se va afla într-o permanentă stare de rugăciune neîncetată, după cuvântul Sfântului Apostol Pavel și, prin urmare, în uni-re cu Dumnezeu, Care a spus că cine nu este cu El este împotriva Sa.

De aceea, întotdeauna, în toate lucrurile, fără excepție, și în toate câte voim să le începem, să ne deprindem cu luarea-aminte la Dumnezeu; iar pentru a ne deprinde trebuie să cerem binecuvântat ajutor de la Domnul, binecuvântare pentru întărirea voinței noastre pentru a trece în chip gândit de la lucrurile văzute la numele cel nevăzut al lui Dumnezeu, care ne aduce nouă ajutor plin de har în lucrarea mântuirii și în toate faptele pe care voim a le lucra.

Astfel lucrând, vei putea face totul spre slava lui Dumnezeu după învățătura apostolului și în același timp vei dobândi rugăciunea binecuvântată și mântuitoare la care ne împinge fiecare obiect de dinaintea privirii noastre.

Iar când se pogoară asupra noastră deznădejdea și grija, de multe ori îm-

pietrirea, nelăsând nicicum rugăciunea, atunci să izgonim de la noi o astfel de ispită diavolească spunând întru sine: „Doamne, nu văd întru mine nici o umilință, nici osârdie ca să mă rog Ție după cum se cuvine din destul!”

După o astfel de plângere, Dumnezeu va dăruia rugăciunea harică și mântuitoare, căci inima înfrântă și smerită nu o va urgisi, adică nu o va lăsa fără ajutor.

Prin această grijă a noastră spre slava Lui și conștientizare a slăbiciunii firii noastre, puterea harică a lui Dumnezeu se va sălășlui întru noi și vom fi în rândul aceluia despre care apostolul lui Hristos a spus: „O, copiii mei, pentru care sufăr iarăși durerile nașterii, până ce Hristos va lua chip în voi!” (*Galateni 4, 19*).

Împărăția lui Dumnezeu nu se deschide aceluia în care încă de aici de pe pământ nu s-a sălășluit (după credința lui) întru el Hristos; iar unde e Hristos, acolo se află lumina cea neînserată și nu e întuneric; și vor fi întru noi pace sufletească și bucurie prin harul Sfântului Duh, ca zălog al mântuirii noastre și al veșnicei bucurii pe care le vom afla depline în ceruri.

Despre pocăința înaintea lui Dumnezeu

Fără ajutorul lui Dumnezeu ori fără harul Duhului Sfânt nu putem face nimic bun sau mântuitor, nu putem nici măcar a avea un cuget drept despre bine. Se cuvine astfel să cerem ajutorul lui Dumnezeu întru toate faptele bune și întru toate intențiile noastre.

Cu toate acestea, la împlinirea oricărei fapte, din pricina slăbiciunii firii, omul poate cădea, fără doar și poate, fiind prigonit de vrăjmașii mântuirii noastre. Atunci trebuie să ne ridicăm și să ne îndreptăm. Însă cum? Prin pocăință înaintea lui Dumnezeu.

De pildă: de îndată ce zărești întru sine (prin lumina conștiinței și a legii lui Dumnezeu) un păcat ori vreo patimă sau un obicei plin de păcat, lupându-te în toată vremea, în acea clipă căiește-te înaintea lui Dumnezeu: „Doamne, iartă-mă și ajută-mă!” (adică iartă-mă că Te-am scârbit pe Tine și ajută-mă, că am scârbit marea Ta). Aceste cuvinte – „Doamne, iartă-mă și ajută-mă!” – trebuie rostite încet și de mai multe ori în vreme ce oftăm.