Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

Mărturisirile sincere către duhovnicul său ale unui pelerin rus cu privire la rugăciunea lui Iisus

Traducere din limba rusă:
Arhimandrit PAULIN LECCA

Ediția a II-a

Tipărită cu binecuvântarea
Prea Sfințitului Părinte GALACTION,
Episcopul Alexandriei și Teleormanului

editura Σοφία

București

Libris
Respect pentru oameni și cărți

CUPRINS

Cuvânt înainte 5

Povestirea întâi 7
Povestirea a doua 23
Povestirea a treia 64
Povestirea a patra 69
Povestirea a cincea 112
Povestirea a șasea 165
Povestirea a șaptea 205

Libris.RO

Redactor: Elena Marinescu
Coperta: Mihaela Voicu

Traducerea a fost efectuată din limba rusă, după originalul din Svesto-Troiţko-Serghievici Lavrî.

ISBN 973-8207-41-X

CUVÂNT ÎNAINTE

Cu ajutorul lui Dumnezeu prezentăm iubitorilor de literatură duhovnicească într-o nouă ediție traducerea *Mărturisirilor sincere către duhovnicul său ale unui pelerin rus cu privire la rugăciunea lui Iisus* făcută de Arhimandritul Paulin Lecca, trecut de curând la cele veșnice.

Pelerinul rus este istoria exemplară a unui creștin care începe prin a se întreba, plin de uimire, cum poate omul să se roage „neîncetat", potrivit îndemnului Apostolului, și care, pornind în căutarea răspunsului, ajunge, din marea milostivire a lui Dumnezeu, să dobândească lucrarea plină de har a rugăciunii lui Iisus și să descopere astfel că, într-adevăr, *împărăția lui Dumnezeu se află înăuntrul nostru* (Lc. 17, 21).

Într-o formă directă și convingătoare i se propune creștinului doritor de desăvârșire o cale de urmat, care, deși simplă, se bazează pe adânci adevăruri dogmatice. Această carte este, de altfel, citată în tratatul de *Teologie morală ortodoxă* al Părintelui Stăniloae, arătându-se că: „După cărticica aceasta, toată dezvoltarea vieții duhovnicești, de la începuturile ei până pe cele mai înalte trepte, se face pe firul rugăciunii lui Iisus. Viața duhovnicească începe cu rostirea orală în scurte răstimpuri a acestei rugăciuni, adâncindu-se și purificându-se pe măsură ce rugăciunea lui Iisus se rostește mai des, mai interiorizat și mai de la sine" (*Teologia morală ortodoxă*, vol. 3, p. 233).

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Pelerinul rus, ca și *Calea asceților*, de pildă, face parte din acele „mici" cărți mari care, pornite din inimă, merg la inima omului, spunându-i răspicat și limpede: „De voiești să-ți mântuiești sufletul și să câștigi viața veșnică, ieși din toropeală, fă-ți semnul crucii și spune: Învredniceşte-mă, Doamne, să pun bun început, în numele Tatălui și al Fiului și al Sfântului Duh. Amin !"

1998 *Editorul*

POVESTIREA ÎNTÂI

Din mila lui Dumnezeu sunt creștin, după fapte, un mare păcătos, iar după starea socială, un pelerin fără adăpost, care umblă din loc în loc. Toată averea mea este o traistă cu posmagi, iar în sân am *Sfânta Biblie*. Asta-i tot ce am.

În săptămâna a 32-a după Rusalii, am ajuns la biserică, să mă rog. Se citea Apostolul, din Epistola către Tesaloniceni, în care se spune: „Rugați-vă neîncetat !" (I Tes. 5, 17). Aceste cuvinte s-au întipărit în chip deosebit în mintea mea și am început să mă gândesc cum s-ar putea să te rogi neîncetat, când fiecare om are neapărat nevoie să se îndeletnicească și cu alte treburi pentru a se putea întreține. Am cercetat *Biblia* și am văzut acolo cu ochii mei cuvintele pe care le-am auzit, și anume că trebuie să ne rugăm neîncetat, să ne rugăm în orice vreme în Duhul (Efes. 6, 18), să ridicăm mâinile la rugăciune în orice loc (I Tim. 2, 8). M-am tot gândit, dar n-am putut înțelege.

Ce-aș putea face ? mă gândeam. Unde să găsesc explicația ? Cine ar putea să-mi tâlcuiască aceste texte ? Voi umbla pe la biserici, acolo unde marii predicatori vestesc cuvântul Domnului, poate voi auzi cuvinte de înțelepciune. Și am plecat... Am auzit frumoase predici despre rugăciune. Dar nu erau decât învățături despre rugăciune în general: ce este rugăciunea, cât este de necesar să ne rugăm, care sunt roadele rugăciunii; însă despre felul cum se poate propăși în rugăciune nu vorbea

Libris.RO

nimeni. Am auzit și o predică despre rugăciunea făcută în Duh și despre rugăciunea neîncetată, dar cum se poate ajunge la o asemenea rugăciune nu se spunea. Astfel, ascultarea predicilor nu m-a luminat după cum doream. Rămânând nelămurit despre felul în care te poți ruga neîncetat, am renunțat la predicile de obște, hotărându-mă să caut cu ajutorul lui Dumnezeu un povățuitor încercat și cunoscător, care să-mi tâlcuiască ce înseamnă rugăciunea neîncetată.

Am rătăcit multă vreme prin felurite locuri. Citeam mereu *Biblia* și mă întrebam cum să fac să găsesc vreun povățuitor duhovnicesc sau un îndrumător cu evlavie și experiență. Mi s-a spus că în cutare sat trăiește de multă vreme un moșier care își caută mântuirea; are chiar în casa lui o biserică, nu pleacă niciodată de pe moșie, se roagă mereu lui Dumnezeu și citește neîncetat cărți mântuitoare de suflet.

Auzind aceasta, n-am plecat mai departe, ci am alergat în satul în care mi s-a spus. Am ajuns și l-am întâlnit pe moșier.

— Ce te aduce la mine ? m-a întrebat el.

— Am auzit că sunteți un om înțelept, rugător lui Dumnezeu. De aceea, am venit să-mi tâlcuiți cele spuse de Apostolul: „Rugați-vă neîncetat.“ Aș dori să-mi arătați cum aș putea să mă rog și eu neîncetat. Nu pot înțelege deloc.

Stăpânul tăcu un timp, mă privi stăruitor și-mi zise:

— Rugăciunea lăuntrică neîncetată este o năzuință necurmată a duhului către Dumnezeu. Pentru ca să izbutești în această dulce îndeletnicire, trebuie să-L rogi mai des pe Domnul, ca El să te învețe cum să te rogi neîncetat. Roagă-te mai mult și mai stăruitor, iar rugăciunea

îți va descoperi singură în ce chip poate ajunge neîncetată. Însă pentru aceasta este nevoie de timp.

Spunându-mi aceste cuvinte, el porunci să mi se dea de mâncare, apoi îmi dădu bani de drum și mă conduse, nespunându-mi nimic altceva.

Am pornit din nou la drum. M-am tot gândit, am tot citit, am tot cugetat la ceea ce mi-a spus boierul și, cu toate acestea, n-am putut pricepe; aveam însă o mare dorință să înțeleg, încât nici noaptea nu mai dormeam.

După ce am străbătut vreo două sute de verste, am intrat într-un mare oraș, unde am văzut o mănăstire. Oprindu-mă la un han, am auzit că starețul acelei mănăstiri e om de rugăciune și primitor de străini. M-am dus la el. M-a primit cu bucurie, m-a poftit să șed și a început să mă ospăteze.

—Sfințite Părinte, spusei, nu duc lipsă de nimic. Aș vrea numai să-mi dați un sfat: cum să mă mântuiesc.

— Ei, cum să te mântuiești ! Trăiește după porunci, roagă-te lui Dumnezeu și așa te vei mântui.

— Am auzit că trebuie să te rogi neîncetat, dar nu știu cum se poate aceasta și nici nu pot pricepe ce înseamnă „rugăciune neîncetată“. Vă rog, părinte, explicați-mi !

— Nu știu, iubite frate, să-ți explic. Însă am o cărticică, poate acolo se arată.

Și a scos *Învățătura duhovnicească despre omul lăuntric* a Sfântului Dimitrie.

—Uite, citește această pagină !

Am început să citesc: „Cuvintele Apostolului — rugați-vă neîncetat—trebuie înțelese în sensul unei rugăciuni făcute cu mintea, căci mintea poate fi întotdeauna adâncită în Dumnezeu, rugându-I-se neîncetat.“

Libris.RO

— Tâlcuiți-mi acest lucru, cum poate fi mintea întotdeauna „adâncită în Dumnezeu", fără să se risipească, „rugându-se neîncetat" ?

— Aceasta se descoperă numai aceluia căruia vrea Dumnezeu.

Și nu mi-a tâlcuit.

A doua zi dimineața, mulțumindu-i pentru călduroasa lui primire, am pornit mai departe la drum, fără să știu încotro. Mă necăjeam că nu înțeleg și, ca mângâiere, citeam din Sfânta Scriptură. Am mers așa vreo cinci zile pe drumul mare.

În sfârșit, într-o seară, m-a ajuns din urmă un bătrân, care, după înfățișare, părea să fie duhovnic. La întrebarea mea, mi-a spus că e schimonah într-o sihăstrie ce se afla la vreo zece verste distanță și m-a invitat la schitul lor.

— La noi, zise, îi primim pe pelerini, îi odihnim și îi hrănim dimpreună cu închinătorii, în casa de oaspeți.

Mie nu-mi venea să mă duc și i-am răspuns că nu odihnă caut, ci îndrumări duhovnicești.

— Dar ce fel de îndrumări cauți ? Vino oricum la noi. Avem duhovnici încercați, care îți vor da hrană duhovnicească și te pot îndruma pe calea adevărului, în lumina cuvântului lui Dumnezeu și a învățăturilor Sfinților Părinți.

— Părinte, cu aproape un an în urmă, fiind la Liturghie, am auzit citindu-se din *Apostol* următoarea poruncă: „Rugați-vă neîncetat." Neînțelegând aceste cuvinte, am început să citesc Sfânta Scriptură și, în multe locuri, am găsit porunca lui Dumnezeu de a ne ruga neîncetat, în orice vreme, în orice loc, nu numai în timpul oricărei îndeletniciri, nu numai în stare de veghe, ci chiar și în somn. „De dormit dormeam, dar inima-mi veghea" (Cânt. Cânt. 5, 2). Toate acestea m-au mirat foarte mult

și n-am putut înțelege cum se pot împlini. În mine s-au trezit o mare dorință și curiozitate. Nici zi, nici noapte, nu-mi ieșeau din minte aceste cuvinte și am început să umblu pe la biserici, să ascult predici despre rugăciune. N-am găsit nicăieri vreo îndrumare, cum trebuie să te rogi neîncetat. În toate nu se vorbea decât despre pregătirea pentru rugăciune sau despre roadele ei și cele asemenea, fără să mă învețe cum să mă rog neîncetat și ce înseamnă o asemenea rugăciune. Adeseori citeam *Biblia* și, cu ajutorul ei, verificam cele auzite. Totuși, nu aflam cele ce doream să le cunosc și astfel am rămas până acum nedumerit și neliniștit.

Bătrânul își făcu cruce și începu să vorbească astfel:

— Mulțumește lui Dumnezeu, iubite frate, pentru descoperirea ce ți s-a dat, împreună cu dorul de neînfrânt spre cunoașterea neîncetatei rugăciuni lăuntrice. Cunoaște în această descoperire chemarea lui Dumnezeu și liniștește-te, încredințându-te că până acum s-a făcut o încercare a voii tale, ca să cunoști glasul lui Dumnezeu și să înțelegi că înțelepciunea acestei lumi și cunoștințele din afară nu-ți pot aduce lumina cerească, rugăciunea neîncetată lăuntrică. Dimpotrivă, din sărăcia duhului și prin experiența lucrătoare se dobândește aceasta, în simplitatea inimii. De aceea, nu este de mirare că n-ai putut să auzi ceva în legătură cu lucrarea esențială a rugăciunii și nici să cunoști cum poți ajunge la această neîncetată lucrare. Căci, deși se predică mult despre rugăciune și se găsesc multe învățături privitoare la ea în cărțile unor feluriți autori, pentru că toate aceste cugetări sunt întemeiate în cea mai mare parte pe vederile minții, pe închipuirile rațiunii naturale, iar nu pe experiențe lucrătoare, acești scriitori învață mai mult despre cele ce însoțesc

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

rugăciunea, iar nu despre esența însăși a rugăciunii. Unul vorbește foarte frumos despre necesitatea rugăciunii, altul despre puterea și binefacerile ei, altul despre mijloacele ce duc la desăvârșirea rugăciunii, absolut necesare pentru rugăciune, cum sunt: osârdia, luarea-aminte, căldura inimii, curăția gândului, împăcarea cu vrăjmașii, smerenia și celelalte. Dar cu privire la ce este rugăciunea și cum trebuie să te rogi, deși sunt cele mai necesare de aflat, se găsesc foarte rar lămuririle la predicatorii de azi. Ele cu adevărat sunt mai greu de înțeles și cer o cunoștință tainică, alta decât învățătura care se predă în școli. Iar lucrul cel mai grav este că deșarta înțelepciune a acestei lumi se silește să măsoare cele dumnezeiești cu măsură omenească. Mulți judecă pe deplin greșit crezând că mijloacele pregătitoare și nevoințele înlesnesc rugăciunea. Rugăciunea este aceea care naște nevoințele și toate virtuțile. Aceștia iau drept mijloace și ajutoare în lucrarea rugăciunii roadele sau urmările rugăciunii, și prin aceasta înjosesc pe nedrept puterea rugăciunii. Aceasta este cu desăvârșire potrivnic Sfintei Scripturi. Căci Apostolul Pavel învață despre rugăciune astfel: „Vă îndemn deci, înainte de toate, să faceți rugăciuni" (I Tim. 2, 1). Aici, prima învățătură din cuvintele Apostolului este că el pune lucrarea rugăciunii înaintea tuturor celorlalte. Sunt multe lucruri bune care se cer unui creștin, dar *lucrarea rugăciunii trebuie să fie înaintea tuturor*, pentru că fără aceasta nu se poate săvârși nici un alt lucru bun. Fără rugăciune nu se poate găsi calea spre Domnul, nici nu poți înțelege adevărul, nici să-ți răstignești trupul cu patimile și cu poftele, nici să-ți luminezi inima cu lumina lui Hristos și să te unești cu El. Atât desăvârșirea, cât și dreapta săvârșire a rugăciunii depășesc puterile

noastre, precum spune și Sfântul Apostol Pavel: „căci noi nu știm să ne rugăm cum trebuie" (Rom. 8, 26). Ca urmare, numai deasa repetare a rugăciunii este lăsată la propriile noastre puteri, ca un mijloc pentru a dobândi rugăciunea curată, care este maica tuturor bunătăților duhovnicești. „Dobândește-o pe maică, și ea îți va aduce copiii", spune Sfântul Isaac Sirul. Învață-te să agonisești mai întâi rugăciunea, și vei împlini ușor faptele bune. Tocmai despre aceasta nu se vorbește, căci sunt prea puțini cei ce cunosc învățăturile tainice ale Sfinților Părinți și le practică îndeajuns.

Cu această convorbire, am ajuns aproape de schit. Ca să nu-l pierd pe bătrânul înțelept și ca să capăt mai repede răspunsul dorit, m-am grăbit să-i spun:

—Fii bun, cinstite părinte, lămurește-mă ce înseamnă rugăciunea lăuntrică neîncetată și cum aș putea s-o învăț. Văd că sfinția ta o cunoști în mod amănunțit, din proprie experiență.

Bătrânul mi-a ascultat rugămintea cu dragoste și m-a chemat la el.

— Intră ! Îți voi da cartea Sfinților Părinți, din care vei înțelege limpede și amănunțit cum poți să înveți rugăciunea, cu ajutorul lui Dumnezeu.

Am intrat în chilie și bătrânul a început să-mi spună următoarele:

— Rugăciunea lăuntrică neîncetată este chemarea continuă și neîntreruptă a Numelui lui Iisus Hristos cu gura, cu mintea și cu inima, închipuindu-ne totdeauna în prezența Lui și cerând milostivirea Lui, în timpul oricărei îndeletniciri, în orice loc, în orice vreme, chiar și în vremea somnului. Ea se rostește cu următoarele cuvinte: *Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieș-*

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

te-mă ! Și, când cineva se va deprinde cu această chemare, atunci va simți o mare mângâiere în a rosti totdeauna această rugăciune, încât nu va mai putea trăi fără ea, iar rugăciunea se va revărsa singură într-însul. Acum înțelegi ce este rugăciunea neîncetată ?

— Da, părintele meu. Învață-mă, te rog, cum s-o dobândesc ! am exclamat eu cu bucurie.

— Cum se poate învăța rugăciunea, vom citi chiar în această carte. Se numește *Filocalia**. Ea conține descrierea completă și amănunțită a rugăciunii lăuntrice neîncetate, descriere făcută de douăzeci și cinci de Sfinți Părinți. Este atât de înaltă și folositoare, încât este socotită drept cel mai de seamă îndrumar în viața duhovnicească și contemplativă. Precum arată cuviosul Nichifor, ea „te conduce la mântuire fără osteneală și sudoare".

— Dar este ea mai înaltă chiar decât *Biblia* ? am întrebat eu.

— Nu, ea nu este mai înaltă și nici mai sfântă decât *Biblia*, dar conține lămuriri care luminează înțelesul celor cuprinse în chip tainic în *Biblie*, locurile greu de înțeles. Îți dau o pildă: soarele este luminătorul cel mai mare, cel mai strălucitor și cel mai frumos, dar nu-l poți privi sau contempla cu ochiul liber, fără nici o apărare. Îți trebuie o anumită sticlă artificială, prin care, deși de milioane de ori mai mică și mai întunecată decât soarele, să poți privi acest minunat luminător, să te încânți și să-i primești razele înflăcărate. Tot așa și Sfânta Scriptură este un soare strălucitor, iar *Filocalia* — acea sticlă necesară. Acum ascultă, căci îți voi citi în ce fel trebuie învățată rugăciunea lăuntrică neîncetată.

* Menționăm că toate referirile la *Filocalie* privesc ediția în limba rusă. Creștinului dornic să afle mai multe despre rugăciunea inimii îi putem indica, în principal, volumul al 8-lea al *Filocaliei* române, fără a exclude, bineînțeles, celelalte volume.

Bătrânul a deschis *Filocalia,* a căutat îndrumările Sfântului Simeon Noul Teolog și a început: „Așază-te liniștit în singurătate, apleacă-ți capul, închide ochii, respiră mai încet, coboară-ți închipuirea înlăuntrul inimii, adâncește-ți mintea, adică gândul, din cap în inimă. În timpul respirației spune: *Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă.* Încet, cu gura sau numai cu mintea. Silește-te să alungi toate gândurile, fii liniștit, fii răbdător și repetă cât mai des această lucrare !"

Bătrânul mi-a tâlcuit toate acestea, mi-a dat el însuși pildă de cum se poate realiza și am mai citit împreună din *Filocalie* pe Sfântul Grigorie Sinaitul și pe prea cuvioșii Calist și Ignatie. Bătrânul mi-a tâlcuit tot ceea ce am citit din *Filocalie.* Ascultând toate aceste învățături plin de încântare și de luare-aminte, le memoram cu sete, încercând să țin minte totul, cât mai amănunțit. Așa am stat mai toată noaptea și, fără să dormim deloc, ne-am dus la utrenie.

Slobozindu-mă, bătrânul m-a binecuvântat și mi-a zis ca din vreme în vreme să vin la el să mă mărturisesc cu sinceritate, căci fără cercetarea povățuitorului nu e bine să te îndeletnicești cu lucrarea lăuntrică și nicidecum nu poți spori.

Stând în biserică, am simțit în mine un dor înflăcărat de a mă îndeletnici cât mai stăruitor cu rugăciunea lăuntrică neîncetată și mă rugam ca Dumnezeu să mă ajute. Mă gândeam cum mă voi putea mărturisi și sfătui cu duhovnicul, căci mai mult de trei zile nimeni nu stătea la casa de oaspeți a mănăstirii, iar prin împrejurimi nu era nici o locuință... În sfârșit, am aflat că la vreo patru ver-

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

ste se afla un sat. M-am dus într-acolo să-mi caut un adăpost și, spre norocul meu, Dumnezeu mi-a arătat un loc bun. Un țăran m-a angajat pentru toată vara să-i păzesc grădina, cu condiția să locuiesc într-o colibă din grădină. Astfel am început o nouă viață, învățând, după sfaturile bătrânului, rugăciunea lăuntrică și mergând din când în când la acesta, pentru povățuire.

O săptămână întreagă am stăruit, în singurătatea mea, la învățarea rugăciunii neîncetate, întocmai așa cum îmi explicase bătrânul meu. La început, lucrurile au mers parcă ușor. Mai târziu însă am simțit o mare greutate, lene, plictiseală, o somnolență care mă biruia și felurite gânduri care năvăleau ca un nor asupra mea. M-am dus cu durere la bătrân și i-am mărturisit starea mea. El, întâmpinându-mă cu dragoste, mi-a spus:

— Aceasta este, iubite frate, războiul lumii întunericului pornit asupra ta, lume pe care nimic n-o înspăimântă așa de mult ca rugăciunea inimii și de aceea caută cu orice chip să te împiedice și să te întoarcă de la învățarea rugăciunii. De altfel, nici vrăjmașul nu lucrează fără voia și îngăduința lui Dumnezeu, și doar atât cât ne este de folos. Mai ai încă nevoie de încercări pentru smerire și de aceea e prea devreme să te apropii cu nemăsurată râvnă de poarta tainică a inimii, altfel o să cazi în lăcomia duhovnicească. Iată, îți voi citi în legătură cu aceasta o învățătură din *Filocalie*.

Bătrânul a căutat cuvântul cuviosului Nichifor Monahul, apoi mi-a citit: „Iar dacă ostenindu-te mult, o frate, nu poți totuși intra în părțile inimii, precum ți-am arătat, fă ceea ce-ți spun și cu ajutorul lui Dumnezeu vei afla ce cauți. Știi că partea cugetătoare a fiecărui om este în piept, căci înlăuntrul pieptului, tăcând noi cu buzele,

vorbim, ne sfătuim cu noi înșine, dăm rând rugăciunilor, psalmilor și altora. Dă-i deci acestei cugetări, depărtând de la ea orice gând — și aceasta o poți dacă vrei —, dă-i deci pe «Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă !» și silește-te ca în loc de orice alt gând să strigi pururea înlăuntru aceste cuvinte. Iar ținând aceasta mai multă vreme, ți se va deschide prin aceasta intrarea inimii, precum ți-am scris, fără nici o îndoială, cum am cunoscut și noi prin cercare.“ (vol. 7, *Filocalia,* p. 32)

—Vezi cum ne povățuiesc Sfinții Părinți ? De aceea trebuie să primești cu încredere această poruncă, adică să rostești cât mai mult rugăciunea lui Iisus cu gura. Uite, îți dau niște metanii, cu care să faci măcar câte trei mii de rugăciuni în fiecare zi. Ori de stai în picioare, ori de șezi, ori de umbli, ori de stai culcat, spune neîncetat „Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă !“, nu tare și fără grabă, de trei mii de ori pe zi, fără să adaugi ori să scazi de la tine. Dumnezeu îți va ajuta ca prin aceasta să ajungi și la lucrarea neîncetată a inimii.

Am primit cu bucurie porunca și m-am întors în sat. Am început să împlinesc cele trei mii de rugăciuni, așa cum mă învățase bătrânul. Primele două zile mi-a fost greu, mai târziu însă această îndeletnicire mi-a devenit atât de ușoară și dorită, încât apăruse un fel de nevoie să rostesc rugăciunea lui Iisus. I-am spus acest lucru bătrânului, iar el mi-a poruncit să fac câte șase mii de rugăciuni, spunându-mi:

—Fii liniștit și silește-te să împlinești numărul de rugăciuni întocmai, după poruncă. Dumnezeu te va milui.

O săptămână întreagă, în coliba mea singuratică, am rostit câte șase mii de rugăciuni în Numele lui Iisus, fără să mă îngrijesc de altceva și fără să iau în seamă gându-