

RUGĂCIUNILE SFÎNTULUI EFREM SIRUL

Pentru ediția de față s-au folosit scrierile Sfîntului Efrem Sirul tipărite la Mănăstirea Neamțu în 1818.

ediția a doua

Ediție îngrijită și cuvînt înainte de
Florin Stuparu

editura
Sophia

București

împreună cu Hristos! Căci Lui I se cu-
revine slava și stăpânirea, împreună cu
Tatăl și cu Sfântul Duh, în vecii vecilor.
Amin!



CUPRINS

| | |
|--|----|
| Cuvînt înainte | 5 |
| Cuvînt pentru rugăciune | 23 |
| Alt cuvînt pentru rugăciune | 35 |
| Cuvînt pentru pocăință | 41 |
| Rugăciune pentru începutul cel bun al pocăinței | 45 |
| Rugăciune către Preasfântul Duh, pentru ierarea păcatelor | 48 |
| Rugăciune pentru ieșirea sufletului | 50 |
| Rugăciune către Hristos Dumnezeu | 51 |
| Rugăciune către Prea-Dulcele Hristos pentru rugăciunea cea curată | 54 |
| Rugăciune către Hristos | 56 |
| Rugăciune înainte de Sfânta Împărtășanie | 62 |

| | |
|--|-----|
| Rugăciune către Hristos | 63 |
| Rugăciune pentru vrăjmași. | 64 |
| Plânsurile Sfîntului Efrem Sirul. | 65 |
| Plânsul de luni seara. | 65 |
| Plânsul de marți seara | 78 |
| Plânsul de miercuri seara. | 91 |
| Plânsul de joi seara | 104 |
| Plânsul de vineri seara | 116 |
| Plânsul de sămbătă seara | 128 |
| Altă rugăciune de sămbătă seara | 143 |
| Plânsul de duminică seara. | 147 |
| Rugăciunea Sfîntului Efrem Sirul. | 155 |
| Rugăciunile Sfîntului Efrem Sirul către Maica Domnului. | 157 |
| Rugăciunea înții către Preasfânta Născătoare de Dumnezeu | 157 |
| Rugăciunea a doua către Născătoarea de Dumnezeu. | 159 |
| Rugăciunea a treia către Născătoarea de Dumnezeu. | 163 |
| Rugăciunea a patra către Născătoarea de Dumnezeu. | 167 |

| | |
|---|-----|
| Rugăciunea a cincea către Născătoarea de Dumnezeu. | 179 |
| Rugăciunea a șasea către Născătoarea de Dumnezeu. | 189 |
| Rugăciunea a șaptea către Născătoarea de Dumnezeu. | 197 |
| Rugăciunea a opta către Născătoarea de Dumnezeu. | 207 |
| Rugăciunea a noua către Născătoarea de Dumnezeu. | 212 |
| Rugăciunea a zecea, mărturisitoare, către Născătoarea de Dumnezeu. | 219 |
| Rugăciunea a unsprezecea către Preasfânta Născătoare de Dumnezeu. | 227 |
| Cîntare bine tocmită către cei ce în fiecare zi păcătuiesc și în fiecare zi se pocăiesc | 232 |
| Mustrare lui și mărturisire. | 238 |
| Cuvînt de umilință | 251 |



CUVÎNT PENTRU RUGĂCIUNE

Că mare armă este rugăciunea! Comoară nelipsită, bogătie care niciodată nu se cheltuieste, liman neînvălurit, pricina de alinare, și rădăcină de nenumărate bunătăți, și izvor, și maică este rugăciunea, și decât însăși împărăția mai puternică. Pentru aceea, de multe ori însuși celui încoronat cu coroană – cînd cade în fierbințeală, și zace pe pat arzînd ca focul, și îi stau înainte doctorii, purtătorii de sulițe, slujitorii, voievozii – nici meșterul de doctorii, nici venirea de față a prietenilor, nici slujirea slugilor, nici îndestularea doc-

toriilor, nici scumpetea gătirii, nici avu-
ția banilor, nici nimic altceva din cele
omenești nu poate să-i mîngîie și să-i
ușureze boala ce zace asupră-i. Iar dacă
ar veni cineva din cei de au îndrăzneală
către Dumnezeu, și numai s-ar atinge
de trup și ar face rugăciune curată pen-
tru dînsul, izgonește toată boala trupu-
lui. Și – ceea ce nu a putut bogăția, și
multimea celor ce slujesc, și știința is-
cusinții, și mărimea împărăției – aceas-
ta a putut de multe ori rugăciunea unui
sărac și scăpatat. Iar rugăciune o zic nu
pe aceasta rece și plină de trîndăvire, ci
pe aceea ce se face cu osîrdie, cu durere
în suflet, cu minte întinsă. Căci aceas-
ta este care se suie la cer. Și – aşa cum
apele, cât se poartă pe loc neted și po-
trivit și se împărtășesc de multă lățime,
nu se ridică la înăltime; iar după ce mîni-
nile slugilor le îngrădesc de jos împre-
jur, necăjindu-le și strîngîndu-le, izbuc-
nesc către înăltime mai iute decât toată

sâgeata – tot astfel cu adevărat și min-
tea omenească: cât dobîndește sloboze-
nie multă, se revarsă și curge; iar după
ce întîmplarea lucrurilor o va strîmtora
pe dînsa dedesubt, storcîndu-se și tes-
cuindu-se bine, trimite la înăltime cu-
rate și întinse rugăciuni.

Și, ca să te înveți că mai ales rugăciu-
nile acelea pot să se audă, care se fac
cu necaz și cu strîmtorare, auzi ce zice
Prorocul către Domnul: „Cînd mă necă-
jeam, am strigat, și m-a auzit pe mine”
(*Psalmul 17:7*). Deci să ne înfierbîntăm
știința, să necăjim sufletul nostru prin
pomenirea păcatelor! Să-l necăjim nu ca
să-l strîmtorăm, ci să-l gătim ca să fim
auziți, să se trezească și să privegheze,
și să-l facem să se apuce de înseși ce-
rurile! Căci nimic nu gonește trîndăvia
și lenevirea, ca durerea și necazul, care
de pretutindeni adună mintea și către
sine o întoarce. Cel ce se necăjește aşa
și se roagă aşa multă dulceață va pu-

tea să sălășluiască în sufletul său după rugăciune. *Și* – aşa cum adunarea norilor, la început face văzduhul întunecos, iar după ce se amestecă unii cu alții sloboad ninsorile și ploaia și tot văzduhul îl lucrează alinat și luminat – tot astfel cu adevărat și mîhnirea: pînă se întoarce și se învîrtește înlăuntru, întunecă gîndul nostru; iar după ce se va deșerata prin graiurile rugăciunii cu lacrimile acelea și se va răsufla afară, pune înlăuntru multă strălucire a sprijinirii lui Dumnezeu, care se sloboade ca o rază în mintea celui ce se roagă.

Dar care este cuvîntul cel rece al celor mulți? Sînt fără de îndrăzneală – zice – plin de rușine, nici a-mi deschide gura nu pot! Satanicească este această evlavie, ale trîndăviei săt acese acooperămînturi! Căci diavolul voiește să le încuie ușile intrării către Dumnezeu. Ești fără de îndrăzneală? Mare îndrăzneală este aceasta, adică a socoti că ești

fără de îndrăzneală, precum cu adevarat cea mai de pe urmă rușinare și osîndire este a socoti că ai îndrăzneală. Căci – măcar multe isprăvi de ai avea și nu ai ști nici un rău întru sine, dar socotești că ai îndrăzneală – ai căzut din toată rugăciunea. *Și* – măcar nenumărate sarcini de păcate de ai purta întru știința ta, dar numai cu aceasta de te-ai încredința pe tine că ești cel mai de pe urmă decît toți – multă îndrăzneală vei avea către Dumnezeu. Măcar că nici aceasta nu este smerită cugetare, ca acela ce este păcătos să se socotească că este păcătos. Căci smerită cugetare este cînd cineva, știind întru sine multe și mari isprăvi de fapte bune, n-are nimic pentru sine să se nălucească. Cînd cineva este ca Pavel și poate a zice: „Nimic [bun] întru sinemî nu știu!” *Și* iarăși să zică: „Hristos Iisus a venit în lume să-i mîntuiască pe păcătoși, dintru care cel dintîi săt eu.” Aceasta este smerită cu-

getare: ca adică, înalt fiind cineva din isprăvirea faptelor bune, să se smerească pe sineși cu gîndul (*I Timotei* 1:15). Dar, cu toate acestea, Dumnezeu, pentru neagrăita Sa milostivire, nu numai pe cei cu adevărul smeriți, ci și pe cei ce au bună cunoștință și își mărturisesc păcatele îi îmbrățișează, și îi primește și Se face milostiv și blînd celor ce se află așa.

Și, ca să te înveți cât de mare bunătate este a socotii și a năluci nimic mare pentru sine, două care fă-ți cu cuvîntul: înjugă dreptatea și mîndria, și păcatul cu smerita cugetare, și vei vedea dreptatea întrecînd jugul păcatului nu dintru a sa putere, ci dintru tăria soției sale, a smeritei cugetări. Și pe acela iarăși îngreuinându-se nu din neputință dreptății, ci și din greutatea și povara trufiei. Căci – așa cum smerita cugetare biruiește greutatea păcatului pentru înălțimea ei cea covîrșitoare, și astfel

poate să se suie către Dumnezeu – tot astfel și trufia, pentru multă sa greutate și povară, poate să biruiască și dreptatea cea prea-ușoară și să o tragă pe dînsa jos cu lesnire. Și, că perechea aceasta este mai grabnică decît aceea, adu-ți aminte de fariseul și de vameșul. A înjugat fariseul dreptatea și mîndria, zicînd așa: „Mulțumesc Ție că nu sănătățile celalăți din oameni: răpitor, lacom; nici ca vameșul acesta!” (*Luca* 18:11) O, nebunie! Toată firea oamenilor nu a săturat trufia lui, ci și asupra vameșului ce sta aproape a sărit cu multă nebunie! Dar acela ce a făcut? Nu a împins înapoi ocările, nu l-a durut pentru prihăuire, ci a primit pe cea zisă cu mulțumire; și i s-a făcut lui săgeata vrăjmașului doctorie și vindecare, și ocara laudă și defăimarea cunună. Atât de bună este smerita cugetare, atât este cîștigul a nu se mușca de ocările de la alții, nici a se sălbătici pentru dosădirile de la cei de