

LBRIS

We know
books

Sfântul Teofan Zăvorâtul

CUVINTE DESPRE CUNOAȘTEREA
ȘI TRĂIREA DUHOVNICEASCĂ

Traducere din limba rusă: diac. Denis Chiriac

EDITURA EGYMENITA

2023

Cuprins

Gândul cel bun	5
Bucuria vieții	8
Setea și izvoarele	10
Limbajul patimilor	12
Greșeala în calcule.....	13
Tulburarea și liniștea sufletească	15
Cum să ne mântuim?.....	16
Oamenii a căror Dumnezeu este pântecele	19
Ce poate învia omul?	19
Care este esența creștinismului?	20
Gândirea ortodoxă și deșarta înțelepciune.....	21
O rană nouă.....	23
Jugul Legii	24
Credința firească.....	27
Lupta pentru suflete	29
Necazurile	31
Credință și cunoaștere	31
Războiul nevăzut.....	33
Trăirea credinței	34
Contemplație și acțiune.....	36
Universul tainic al sufletului	37
Îndreptarea sinelui.....	42
O zonă care exclude progresul.....	44
Între necesitate și libertate	46
Cum să trăim pustnicește în lume	48
Cheia prosperității	49
Purtarea Crucii	50
Ridicare și cădere	53
Oprirea și mergerea înainte	54
Trezvia și discernământul.....	57
Tipicul bisericesc	59
Duhul vieții	60

Trei tipuri de sete	61
Dreptarul credinței	64
Cum să ne rugăm	69
Cum decurge viața duhovnicească	79
Lecția de la sicriul aproapelui	81
Școlile de astăzi.....	82
Cununa vieții creștine.....	85
Program de educație duhovnicească	89
Monahismul	94
Frica de Dumnezeu.....	96
Credința fără fapte moartă este.....	97
Un sfat bun	98
Lacrimile.....	99
Nevoia de consecvență în viața duhovnicească	100
Un apel către noi înșine.....	100
Avantajul necazurilor față de plăcerile vieții.....	104
Cuvinte împotriva schismaticilor	105
Un cuvânt de mustrare.....	110
Lucrătorii vieții duhovnicești	113
Îmblânzirea inimii.....	114
Copii în biserica lui Dumnezeu	117
Cum să stai în biserică.....	120
Patima desfrânării	121
Bucuria duhovnicească	122
Bucuria de a fi creștin	123
Purtarea propriei cruci	125
Milostenia – semănătura duhovnicească.....	127
Viața unei plante și viața duhovnicească	129
Pomenirea judecății lui Dumnezeu	134
Vicleniile vrăjmașului.....	136
Răstignirea duhovnicească	137
Despățimirea.....	139
Ascensiunea duhovnicească.....	140
Preîntâmpinare	142
Robia păcatului.....	145
Tăria împărățiilor și a tronurilor omenești.....	147
Iertarea supărărilor	150

Lucrarea rugăciunii.....	We know	152
Necazuri din partea falsului profet.....	books	154
Îndreptarea.....		156
Suntem noi sub jurământul Legii?.....		159
Despre muncă și silirea de sine.....		161
Lacrimile.....		162
Să ne întărim.....		163
Gândul, atenția și căderea.....		164
Tulburarea gândurilor.....		165
Să avem răbdare.....		166
Mânia.....		167
Rugăciunea și metaniile.....		169
Drumuri greșite în viața duhovnicească.....		171

Distribuție:
S.C. Egumenița S.R.L.
tel./fax: 0236-326.730
e-mail: editura@egumenita.ro
www.egumenita.ro

Traducere după originalul

Духовно-созерцательные размышления святителя
Феофана, Издательство «Домашняя беседа», Москва, 1877.

© Editura Egumenița pentru prezenta ediție

Corector: Oana Raluca Pleșa

ISBN 978-606-550-497-4

Gândul cel bun

Cât de mult înseamnă să ai un mod de gândire vesel, atent și plin de trezvie! Atât la interior, cât și la exterior, îndemânarea aceasta îl zidește pe om și îl învață să întoarcă totul spre slava lui Dumnezeu. Capacitatea aceasta se naște din frica de Dumnezeu și sporește odată cu ea. Cu cât viața este mai îmbunătățită, cu atât mai statornică devine starea aceasta, dar și cu atât mai periculos este să o pierzi. Slăbirea de moment este primejdioasă, cu atât mai mult în cazul în care căderea durează multă vreme. De aceea și Domnul a spus: *Drept aceea, privegheați (Matei 25, 13)*.

Gândul cel bun înmulțește munca și nevoințele care sunt asociate întotdeauna cu mai multă sau mai puțină osteneală. Starea de oboseală este întotdeauna folosită de vrăjmaș pentru a ne influența răvna. „Vezi”, spune el, „cât de mult te-ai ostenit? Puterea ta este slăbită, îngăduie-ți o mângâiere”. În acest caz, dorința ușurării devine primul dușman al faptelor mântuirii, căci implică atât sufletul, cât și trupul. Numai dacă îți apleci puțin urechea la gândul acesta, mii de glasuri se ridică din suflet și din trup cu pretenții de „mângâiere” și „ușurare”. Aceasta este starea de ispită, din care nu se poate ieși fără război.

Dar luptă și învinge! Dacă vei ceda în fața ispitei, îți vei tulbura rânduiala, îți vei încurca gândurile și trăirile, te vei răci și te vei opri. După aceea, vei avea poftă și, dacă nu-ți revii, poți cădea în păcatele

tală de altădată. Răbdarea constituie baza unei vieți de nevoiță asiduă pentru dobândirea mântuirii și nu poate fi clătinată în niciun fel de cei care se luptă cu noi. Ea se aseamnă fierului întărit, adamantului sau unei stânci în mijlocul valurilor. Or, pentru ca răbdarea noastră să devină astfel, trebuie să fie precedată de moartea interioară, adică de moartea față de orice altceva în afară de Dumnezeu și de cele duhovnicești.

Precum mortul nu simte nimic, așa și omul acesta nu este receptiv la nimic din ceea ce îl războiește. Începutul acestei morți se află în însăși convertirea păcătosului. Un nou-născut este slab la început, dar odată cu el crește și puterea caracterului său. Pe măsura creșterii lui se înmulțesc și ostenele, dar sporește și răbdarea. Prin urmare, răbdarea nu este întotdeauna ca de adamant. Deși precedată uneori de o lungă perioadă de maturizare, este însoțită de simțirea mai mult sau mai puțin intensă a durerilor, poverilor și tristeții; la etapa aceasta, trăirea lor este dureroasă.

În această stare, răbdarea contribuie la moartea duhovnicească față de sine și față de toate cele create de Dumnezeu. Totuși, răbdarea este primejduită de dorința ușurării. Nu trebuie să se întreprindă deodată nevoițe mărețe pentru a se diminua intensitatea ispitei, ci să se pornească de la măsuri mici și să se ajungă la cele mari, urmând sfatul pe care Sfântul Dorotei i l-a dat Cuviosului Dositei în privința mănăcării. Dar există și o limită dincolo de care nu trebuie să treci, deoarece trupul nu va rezista. La fel se întâmplă cu toate nevoile organismului. Pentru a le satisface pe toate, există o măsură cât de mică.

Legea discernământului este următoarea: după ce ai ajuns la cea mai mică dintre aceste măsuri, se cuvine să te întărești, pentru a nu mai fi tulburat în această privință. Apoi poți să îți îndrepti toată atenția și efortul spre creșterea ta interioară de mai departe. Un Bătrân obișnuia să spună: „Din mila lui Dumnezeu, pot să dorm când și cât vreau”. Același principiu este valabil și în ceea ce privește mâncarea și băutura. Trupul nu ne este un dușman. Pune-l în rânduiala potrivită, și îți va fi cel mai de încredere prieten.

Cine este dușmanul? Atitudinea pătimasă, obiceiul trupesc de a ne împlini poftele. Ori de câte ori trupul dorește ceva, îi oferim până la refuz, gândindu-ne cum să ne facem plăcerea și mai intensă. În această stare, trupul devine un stăpân, iar sufletul un rob. De aici vine răul, căci se tulbură armonia. Trupul nu știe cum să rămână în ordine, iar sufletul nu îndrăznește să-i spună un cuvânt împotriva. Ce provoacă potopul de plăceri și de patimi trupești? Slujirea sufletului împătimit față de poftele păcătoase!

Această mișcare pătimasă îi este nefirească trupului; nici la animale nu o vedem. Ea reprezintă un dezmaț al sufletului, ale cărui aspirații sunt imense. Îndepărtându-se de obiectele care îl pot împlini cu adevărat – pentru că ele coincid cu dimensiunea aspirațiilor sale –, combinându-se cu plăcerile trupești și sperând să găsească în ele beneficiul dorit, sufletul își extinde limitele naturale din ce în ce mai mult spre cele trupești, pentru a le face să coincidă cu dimensiunea aspirațiilor sale spirituale.

Depasând aceste limite atât în cantitate, cât și în calitate, sufletul nădăjduiește să dobândească astfel

plenitudinea bunătăților. De aceea ajunge la obsesie în aspirațiile sale animalice și tot nu găsește ceea ce caută, ci doar se tulbură atât pe sine, cât și trupul. Pe sine, pentru că își face rău; trupul, fiindcă există o măsură firească pentru el în orice lucru, a cărei încălcare îi este distructivă. În zadar susțin unii că asceții sunt ostili trupurilor lor. Nevoitorii nu fac decât să îl stăpânească și să îi satisfacă nevoile cu discernământ, subordonând bineînțeleas măsura aceasta scopurilor lor particulare.

Trupul constituie un instrument al sufletului în îndeplinirea scopului existenței sale pe pământ. Întrucât servește scopului veșnic, sufletul își îndreaptă atenția spre împlinirea nevoilor trupesti firești. Astfel, pe măsură ce privegherea dezvoltă în suflet smerenia mântuitoare, asceții reduc timpul destinat somnului și, uneori, nu-și permit să doarmă deloc. Întrucât lucrarea simțurilor îi poate distrage, ei taie valul de impresii îndreptat asupra lor prin izolare și prin alte instrumente ascetice.

Bucuria vieții

O, bucuria vieții! Ce mângâiere să o întâlnesc la cineva! Este un oaspete ceresc pe un pământ îndurerat. Și totuși, Apostolul a prescris-o într-un fel de poruncă: *Bucurați-vă pururea (Filipeni 4, 4)*. Într-adevăr, această poruncă este doar pentru cei care au primit experiența bucuriei în Duhul Sfânt. Dar câți dintre fiii și fiicele Bisericii sunt lipsiți de harul Duhului Sfânt?!

Prin urmare, toți au o sursă de bucurie. Atunci de ce nu se bucură toți? Tocmai pentru că nu ascultă de o altă poruncă a Apostolului: *Duhul să nu-L stingeți (I Tesaloniceni 5, 19)*.

Când Duhul Sfânt este stins, este pierdută sursa bucuriei și se instalează povara greutății sufletești. Trei poveri cad asupra unui astfel de om și îl strivesc: gândul la ceea ce va fi, amintirea dureroasă a conștiinței a ceea ce a fost și neliniștea a ceea ce este; și omul merge cu capul plecat. Ce este de făcut? Pocăiește-te, asumă-ți lucrarea faptelor bune, lasă-ți tristețea în seama Domnului, și astfel vei ridica din nou capul și vei privi viața ta cu mai multă bucurie! Atunci sursa bucuriei, harul lui Dumnezeu, se va întoarce la tine.

De ce avem cu toții gânduri atât de apăsătoare? Pentru că avem grijă numai de noi înșine. Tocmai aici se rupe firul și nu mai există siguranță în nimic. Deci, omul se întreabă cum să facă totul mai statornic. Deși a căutat răspunsul mii de ani, nu a înțeles nimic! Ar trebui să i se spună: „Materialul tău nu este bun, schimbă-l”. Or, ce poate face un cuvânt folositor, dacă experiența de mii de ani nu-l ajută să-l împlinească? Să fie așa? Da, atâta timp cât omul rămâne neschimbat.

În rai i s-a părut că Dumnezeu nu a aranjat viața omului într-un mod corespunzător și că singur își va aranja totul mai bine. Prima experiență neplăcută a fost foarte instructivă, dar și prima linguşeală a fost fascinantă. Ispita îl atrage pe om în ciuda faptului că a fost înșelat. Dumnezeu a rânduit în rai cum ar trebui să fie lucrurile, însă omul a răspuns: „Nu, nu așa, ci uite, așa se face!”. Atitudinea sa a devenit *motto-ul*

gândurilor speculative ale omului Dumnezeu ne-a dat Revelația pentru a ne arăta cum trebuie privit totul, iar omul a spus: „Nu, nu-i așa, ci uite cum” – și își construiește viziunea proprie despre lume.

Mântuitorul a venit și a rânduit mântuirea, iar omul ascultă Evanghelia mântuirii și spune: „Nu așa, ci așa”, și își face planurile sale. Domnul a așezat Biserica pe pământ ca un stâlp călăuzitor, ca un far al căii spre binele veșnic, iar omul insistă: „Nu așa, ci așa se face”, și își trasează alte cărări și drumuri. Astfel, câtă vreme această tendință de a corecta poruncile lui Dumnezeu va persista în om, cât va avea gânduri rele, tot nu va ajunge la ceva bun.

Aceasta se va sfârși doar atunci când omul, epuizat, își va așeza toate cugetările în fața tronului lui Dumnezeu și va striga: „Tu, Care le cunoști pe toate, mântuiește-mă!”. Dar aceasta se întâmplă doar în cazurile unor oameni, în particular. În comunitatea omenirii totul va fi la fel ca înainte... Iată și înțelesul cunoscutei expresii: *Deșertăciunea deșertăciunilor, toate sunt deșertăciuni!* (Ecclesiastul 1, 2).

Setea și izvoarele

În Biserică auzim cuvântul Domnului: *Dacă însetează cineva, să vină la Mine și să bea* (Ioan 7, 37). Câți dintre cei care aud aceste cuvinte sunt însetați și, totuși, nu merg la Izvorul nesecat, deși Îl au în fața ochilor lor?! Și câți își potolească setea din Izvorul cel mântuitor?! Dacă preferă setea sau nu le place Izvorul,

cine știe?! Ei înșiși nu știu de ce nu se duc la El. Acest Izvor este fără plată, în timp ce toate celelalte, la care apelează, sunt plătite cu bogăția, sănătatea și, uneori, cu onoarea și demnitatea personală.

Nu este clar, așadar, de ce sunt atrași în masă de aceste izvoare false? Pentru că li se pare că sunt mai aproape și că își vor potoli setea mai repede, în timp ce Celălalt Izvor este mai departe și o potolește mai greu; dar nu este așa! Ar trebui să își examineze setea mai bine, să își definească mai profund vrednicia și să decidă din care izvor să își potolească setea. Apoi, ei înșiși vor merge la izvorul lor și vor constata că setea pe care o potolește Izvorul-Hristos este cea veșnică, în timp ce celelalte izvoare nu fac aceasta. Atunci cum pot fi entuziasmați de falsele izvoare?

Toată lumea înțelege ce este necesar să facă, dar nu vrea. Acesta este secretul: oamenii nu fac pentru că nu vor. Așadar, bucură-te de avantajul libertății tale și potolește-ți setea duhovnicească de nestăvilit! Dar ține minte că, dacă aici toată setea ta nu este potolită sau pare că este potolită pentru câteva clipe, ce se va întâmpla în lumea cealaltă? Ce vei face acolo cu setea ta? Setea ta va persista, și nu va fi nimic care să o potolească. Căci acolo va fi focul cel veșnic, iar sufletul este nemuritor. Și nu va exista nicio ocazie de a apela la cei care nu vor suferi de sete, pentru că *între noi s-a întărit prăpastie mare* (Luca 16, 26) și nu există trecere de la unul la altul.

Limbajul patimilor

Fiecare patimă, ca și păcatul în general, are un limbaj propriu. Acest limbaj nu înseamnă vorbe goale, ci implică expresia unor concepții și principii, prin care patima își afirmă dreptul de a exista printre celelalte fenomene ale vieții, adică legitimitatea sa. Inima păcătoasă acceptă întotdeauna cu convingere aceste rezonanțe ale patimii, în ciuda faptului că toate acestea sunt în mod evident nesustenabile. Aceasta este rădăcina orbirii păcătosului! Există prejudecăți în favoarea păcătosului, există prejudecăți ale inimii din care nu scapă nicio educație exterioară, oricât de strălucită ar fi ea.

Atunci când patima le face semn, ademenindu-i pe cei care sunt liberi de ea, și se ridică în cei care sunt prinși în capcană de ea – este întotdeauna însoțită de un nor de noțiuni false, care îi acoperă otrava. Cine nu este atent, va fi învăluit de aceste fantasmе, ca și cum ar fi cuprins într-un fel de ceață. Și își urmează patima prin fapta cea rea nu doar în liniște, ci chiar cu un oarecare entuziasm, ca pe o faptă bună care îi va aduce slava veșnică. Ceața aceasta se risipește, dar numai după comiterea faptei rele.

Dacă cineva nu cedează din prima în fața patimii, în fața lui se descoperă duhul patimii și își începe războiul. Patima își pretinde „drepturile”, însă nevoitorul i le contestă. Dacă este bine ancorat în arta acestui război duhovnicesc, se războiește cu pricepere și patima rușinată se retrage. Balanța, însă, nu înclină aici întot-

deauna conform legilor adevărului, deoarece viclenia inimii intervine și tulbură cursul corect al luptei.

Mai mult, chiar și fără să aștepte sfârșitul bătăliei, „judecătorul” (inima), care prezidează procesul, înclină adesea în favoarea patimii înșelătoare. Ce trebuie făcut? Mai întâi, să demontăm toate motivațiile patimilor și să le identificăm părțile slabe. Apoi să ne formulăm argumente contrare inspirațiilor patimii și să le păstrăm în inimă ca un set de arme ale biruinței. Când începe lupta cu patima, este suficient să invocăm aceste contraargumente, și patima va fugi ca o putere necurată de puterea Crucii.

Greșeala în calcule

Au existat (și poate încă mai există) oameni „școliți” care și-au imaginat că suferințele iadului nu vor fi veșnice. Totuși, nu pare să fi fost vreunul care să fi respins complet ideea existenței chinurilor iadului. Simțul adevărului există până și în cei mai înrăiți păcătoși și îi împiedică să gândească altfel. Chiar și acele ființe nevăzute (demonii), care le aduc revelații spiritiștilor, nu resping ideea existenței pedepselor viitoare, ci doar încearcă să le atenueze grozăvia prin toate modurile posibile; totuși, nu poate exista nimic mai neîndoielnic decât mărturia conștiinței păcătoșilor.

Ei bine, să presupunem că, după părerea ta, chinurile nu vor fi veșnice. Atunci cât timp vor dura? „Poate mii de ani, dar tot trebuie să aibă un sfârșit”, îmi spui. Ce folos pentru noi, păcătoșii? Acolo va fi

o agonie insuportabilă pe care aici, pe pământ, nici măcar nu ne-o putem închipui. Și dacă și aici, uneori, există o suferință atât de mare încât o zi pare cât un an, ce va fi dincolo? Fiecare minut se va transforma în sute de ani. Prorocul David spune că la Dumnezeu o mie de ani sunt ca o zi (*Psalmul* 89, 5). În consecință, poate fi și invers: o zi cât o mie de ani.

Dacă luăm în considerare acest aspect, atunci, dintr-un an de al nostru ar rezulta 365 de mii de ani de chin, iar din zece ani – peste trei milioane și jumătate... și așa le pierzi numărătoarea. Așadar, aceasta este o numărătoare greșită. De aceea, e mai ușor să susții că nu vor exista chinurile viitoare, nu doar pe hârtie, nu doar din considerentele tale, ci să ne aduci și o „mărturie” în acest sens de la Cine are cheile iadului. „Mărturia” ar fi spre folosul nostru, al păcătoșilor, ca să păcătuim cât de mult și cum dorim!

În plus, raționamentul tău este vag. Uită că va exista veșnicie și nu timp obișnuit. Prin urmare, tot ceea ce va exista acolo va fi etern și nu temporar. Numeri durată chinurilor prin sute, mii și milioane de ani, însă acolo va începe o „clipă” fără de sfârșit, pentru că va exista o „clipă” veșnică. Numărătoarea nu va merge mai departe, căci va fi prima clipă și va rămâne așa. Desigur, atunci când ai auzit sau ai citit undeva învățătura aceasta a unor umaniști isteți, inima iubitoare de păcat ți s-a bucurat.

Dacă te mai gândești o dată, toate temerile vor reveni și vei ajunge la aceeași concluzie: este mai bine să te abții de la păcat și să te pocăiești, altfel te poți înșela în „calcul” și să nu mai poți îndrepta ceva. Întrucât

chestiunea este una decisivă, nu trebuie să raționăm la întâmplare în privința ei, ci cu discernământ. Dacă vrem să credem, să o facem cu încrederea pe care o avem în ceea ce există cu adevărat.

Spiritistiții adoptă o interpretare incredibilă! Deși învățătorii lor au „ghearele” vizibile, toți îi ascultă și nu înțeleg că demonii nu vor să fie singuri în iad și că de aceea încearcă să aducă acolo cât mai mulți oameni. Ei susțin că nu vor exista chinurile iadului, ci doar o rușine și o plictiseală ușoară, după care se vor naște din nou, vor uita totul și vor trăi în pace.

Astfel, îi răpesc tot sprijinul real bietului om care, după ce se luptă puțin cu patima sa, își spune: „Ei bine, nu mai e nimic de făcut, e nevoie să cedez. Mă voi naște altă dată, și atunci voi învinge”. Astfel, omul ajunge un rob al patimilor de o viață, un păcătos nepocăit, și aceasta este tot ce le trebuie duhurilor [căzute] ale mentorilor lor. A doua naștere nu va urma, iar prima a fost irosită în lucrarea patimilor; oastea creștină a pierdut un suflet, iar cea demonică l-a câștigat.

Tulburarea și liniștea sufletească

De ce sufletul căzut în păcat nu stă pe loc, ci rătăcește la nesfârșit? Pentru că își pierde echilibrul. Punctul de sprijin îi este dăruit de frica de Dumnezeu și de o conștiință liniștită. Când conștiința este împăcată și atitudinea față de Dumnezeu este una pașnică, atunci sufletul rămâne în sine și se menține calm. Dacă conștiința este tulburată și Dumnezeu este