

LBRIS

We know
books

Pr. Haralambos Livios Papadopoulos

Trăiește!

De ce ne e teamă:
să murim sau să trăim?

Traducere din limba greacă:

Cristian Spătărelu

EDITURA EGUMENIȚA

2023

Cuprins

Tremură la vederea morții cei ce se tem de viață	7
Noaptea în care ajungi la capătul puterilor	13
Viața n-o determini, ci o trăiești	15
Nu-ți fie teamă să trăiești ceea ce meriți	18
Drumul tău să fie cel de care ți-e frică	27
Până la urmă, de ce refuzăm să trăim?	35
Ușa bucuriei se deschide pe dinăuntru	42
Când atingi adevărul tău, Îl atingi pe Dumnezeu	48
Cancerul, sentimentele de vinovăție și Dumnezeu	51
Fericit nu te declari, ci arăți	55
Nu aștept fericirea, ci o construiesc	62
Ați uitat că sunt sămânță	65
Ceea ce rezisti și poți	69

„Slavă lui Dumnezeu, sunt la pământ!”	72
Te iubesc pentru ceea ce ești, nu pentru ceea ce-mi dai	75
Dumnezeul meu, ce vrei să învăț din asta?	78
Să fii om nu e o rușine	80
Ce să fac cu stresul?	87
Stresul și rugăciunea	92
Ne stresăm degeaba	94
Soarele este acolo, în spatele norilor	98
Îngroapă tot ce este mort în tine	100
Îți mulțumesc, mătura mea	104
Dumnezeu iubește și îndoielile noastre	107
Dumnezeu nu știe carte	110
Ești ceea ce încă n-ai devenit	114
Sinele potrivit ascuns	117
Când refuzi să devii victimă	120
Eșecul nu este ceva rău, ci învățare	122
Viețile celorlalți	125

Paznicii „răului”	128
Aceiași oameni cu însușiri diferite	131
Una e iubirea și alta învinovățirea	133
În iubire nu întrebi	136
Duhul lui Dumnezeu trăiește în tine atunci când...	138
Să vezi cele pe care le privești este un mare dar	142
Iertarea, o lecție importantă de sporire	144
Cum distruge elitismul duhovnicesc orice schimbare	148
Cum să ne liniștim mintea și să ascultăm mesajele lui Dumnezeu	151
Întâlnirea cu Dumnezeu	157
Plimbare și rugăciune	159
Încrede-te în scenarist	161
Încet și cu smerenie	164
Trandafirul, chiar dacă-l tăgăduiești, nu încetează să răspândească mireasmă	166
Amatorii cerului	169

Smerenia nu scârbește ceea ce suntem	171
Plec și eu, și eu sunt păcătos	173
Răbdarea este așteptare	175
Brațele goale nu se umplu cu o minte puternică	178
Nu ne simțim bine, și ce?	183
Durerii trebuie să-i dai nume	186
Întâlnindu-L pe Hristos în viața noastră cotidiană	191
Ușa care nu se deschide, să n-o spargi ca să intri	194
Cei care câștigă nu sunt mereu fericiți	197
Ariciul și Învierea	200

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

Tremură la vederea morții cei ce se tem de viață

„Până la urmă, de ce ne e frică de moarte?“, m-a întrebat un tânăr într-un mesaj pe messenger. Adevărul este că răspunsul nu e atât de ușor. A trebuit să trăiesc mulți ani în umbra întunecată a fricii până la panică, pe care o provoacă ideea morții, ca să dau un răspuns la această întrebare.

Îmi amintesc că, încă de mic copil, tremuram la ideea și imaginea morții, îmi lipeam trupul de tăblia patului, mă încovrigam de neliniște și mă străduiam din răsuferință să alung amenințarea inexistenței. Mă gândeam că n-o să mai exist și înghețam. Simțeam o singurătate incredibilă. Atunci am învățat să iubesc lectura și cărțile. Citeam ca să uit fricile mele, ca să-mi liniștesc cugetele, ca să scap puțin de gândurile care mă făceau prizonierul neliniștii și întristării.

Acolo, în acea stare a mea, am rostit și primele rugăciuni. Am învățat să mă unesc cu ceva mai mare și superior mie, care cu toate acestea nu era îndepărtat și impersonal. Era dulce ca îmbrățișarea și tandru ca sărutul matern.

Dumnezeu este o îmbrățișare caldă și nemărginită, plină de acceptare, care te scapă din ghearele morții. Dacă n-ai simțit asta, încă nu L-ai întâlnit.

În cele din urmă câte lucruri nu învățăm dintr-o încercare, din durerea care ne biciuiește ființa! Desigur, când treci prin realitatea dură a durerii și suferi, nu există idei și povestiri frumoase. N-ai timp de concluzii și filozofii. Atunci te rogi cât poți și rezisti, faci lucruri care-ți dau ușurare și întărire, o mică mângâiere, și aștepti cu multă răbdare să se termine furtuna.

Însă după ce trece furtuna, atunci, în timp ce încă îți usuci hainele ude ale sufletului tău, constai că în vreme ce tu ai fost în furtună Dumnezeu ți-a pregătit și plănuit ziua de mâine. Și crede-mă, aceasta este plină de lumină și fericire. E suficient s-o vrei. E suficient s-o ceri în adâncul inimii tale, să suporti lumina, bucuria și binecuvântarea în viața ta. Fiindcă, după cum vom spune de multe ori în această carte, până la urmă nu întunericul este cel care ne înspăimântă, ci lumina pe care o avem în noi. Posibilitățile și capacitățile, harismele și binecuvântările. Suportăm gestionarea lor? Responsabilitatea lor? Aceasta este întrebarea vieții.

În tradiția duhovnicească a Bisericii spunem că o mare încercare este urmată de o mare binecuvântare, de o harismă, de însuși harul care este plin de lumină, fericire lăuntrică și mare bucurie.

Bucurie care nu depinde de condițiile și situațiile exterioare. Nu este condiționată de realitatea exterioară. Bucuria este un fapt lăuntric care ne luminează întreaga viață.

Bucuria este scara spre cer care începe dinăuntrul nostru.

Astfel durerea, stările puternice și continue de panică și fricile au adus darurile lor și, crede-mă, acestea au fost multe și frumoase. Acum am o vârstă, am parcurs mulți kilometri de viață și pot spune că am discutat mult cu această frică și stres al morții și ne-am cunoscut reciproc. Undeva am ajuns cu discuția noastră. Astfel, am ajuns la aceste concluzii nu teoretice, ci trăite, pe care i le-am spus tânărului nostru prieten care mi-a pus întrebarea pe messenger, și vi le împărtășesc și vouă tuturor, care poate că ați trecut prin cuptorul unor asemenea crize interioare:

1. Nu există om căruia să nu-i fie frică de moarte. Atât pentru că suntem muritori și stricăcioși, cât și pentru că am fost creați pentru veșnicie. Moartea nu este în ADN-ul nostru ontologic. Dumnezeu ne-a creat pentru a trăi veșnic lângă El. Prin urmare moartea nu poate deveni niciodată prietena noastră, niciodată n-o vom simți ca parte din noi, fiindcă nu ni se potrivește. Suntem creați pentru lumină, nu pentru întuneric. **Suntem creați pentru căldura cerului și nu pentru înghețul morții.**

2. Le e frică de moarte mai mult celor cărora le e frică de viață. Cu cât suntem mai departe de visele și dorințele noastre, de adevăratul nostru sine și de nevoile noastre principale, cu cât ne ascundem de viață închiși în fricile noastre, cu atât moartea ne bântuie mintea și sufletul. **Frica de moarte este frica de viață.**

3. Lipsa credinței în Dumnezeu este o formă de infirmitate existențială. Omul care nu crede sau mai bine-zis spune că nu crede în nimic, de fapt anulează o mare posibilitate a vieții lui, aceea de a comunica cu Dumnezeu, de a simți și gusta cu adevărat prezența Sa.

Când nu ai experiența lui Dumnezeu îți mutilezi sinele, ești pe jumătate, îmbucătățit. Această absență a credinței ne amărăște toată viața. Ce-i superior este înlăuntrul nostru. Suntem creați de Dumnezeu și-L purtăm în toate celulele noastre. Dumnezeu nu trăiește pierdut în nori, ci ascuns în inima noastră ne șoptește la urechi visele. Îl auzi?

Însă odată cu concluziile de mai sus am luat și anumite hotărâri care mi-au întărit ființa cu scopul de a lăsa moartea cu mâinile goale.

1. Am luat hotărârea de a muri o singură dată și nu în fiecare zi. Prin frică mori în fiecare zi. Astfel, am hotărât să trăiesc înainte de a muri. Să trăiesc fiecare zi ca și când ar fi prima și

ultima mea zi pe pământ. Un dar de care trebuie să mă bucur.

2. M-am încăpățânat împotriva amenințării morții. Și mi-am zis că atunci când o să mor îi voi lăsa cât mai puține lucruri posibil. Adică mă voi bucura de toate darurile vieții pe care mi le-a dat Dumnezeu. Mă voi bucura de toate, le voi trăi pe toate, mici și mari, grele și ușoare, plăcute și neplăcute, cu convingerea profundă că toate sunt un drum și lecții de evoluție în planul mai adânc al lui Dumnezeu.

3. Voi trăi realizând adevăratele mele nevoi. Adică așa cum m-a creat și mă vrea Dumnezeu. Cu iubire, exprimarea sentimentelor, creativitate și relații. Sunt fericit când trăiesc cum m-a creat Dumnezeu să trăiesc. Adică în adevărul sinelui meu.

4. Rugăciunea va deveni oxigenul sufletului meu. Hristos, respirația ființei mele. O să-L vorbesc, o să-mi fie dor de El și o să-L caut în orice lucru mic și neînsemnat care devine mare și important. În toate o să-L văd pe El, Care a venit pentru ca viața să câștige rămășagul cu moartea. Nu mai pot să mă tem de moarte, fiindcă Hristos a biruit în favoarea vieții. Acum moartea nu mai poate fi destinația, ci doar o trecere, ca o punte care ne trece pe malul celălalt al râului, acolo unde văd viața scaldându-se în lumină și bucurie.

Cele de mai sus nu înseamnă în nici un caz că omul devine invulnerabil în fața morții și a

fricii lui. Este limpede că, fiind făpturi umane, ne e frică, și în fața amenințărilor reale tremurăm și pălim. Însă există posibilitatea să ne înfruntăm și să ne gestionăm frica. Se poate să punem lumină în întunericul nostru. Răspunsul l-a dat Hristos pe Golgota, prin Învierea Lui. Care înseamnă, cu cuvinte simple, că în viață orice rană poate deveni minune, orice catastrofă un nou început, orice încercare o mare binecuvântare. Moartea nu mai este de-acum sfârșitul, ci un mare început, o continuare a darului vieții.

Noaptea în care ajungi la capătul puterilor

*În cea mai adâncă noapte recunoaștem
mai intens punctul luminos al dorinței...*

(Masimo Rekalkati)

În noaptea în care vei ajunge la capătul puterilor zorile nu vor mai fi la fel. Te vor găsi înfruntându-te cu marile întrebări despre sinele tău, care de data aceasta va fi golit de minciunile egoului. Acest sine al tău care va fi atins de-acum iadul, lovit și rănit va căuta să-și unească bucățile. Va cere respectul de care l-ai lipsit, adevărurile pe care i le-ai ascuns, viața pe care i-ai furat-o. Nu vreau să spun că într-o dimineață se vor rezolva toate problemele și rănilor unei vieți, ci că de-acum nimic nu va mai fi ca înainte. Toate vor fi altfel.

O clipită, un moment, și s-a făcut un nou început.

Am petrecut zile și nopți, luni și ani înfricoșători, spunând minciuni sinelui meu. Pentru că, să ții minte, cele mai mari minciuni le spunem noi sinelui nostru, cele mai cumplite trădări nu ni le-au făcut alții, ci noi înșine față de viața noastră.

Până când a venit adevărata pocăință și adevăratele schimbări în viața mea, am spus minciuni înfricoșătoare și astfel bolile și problemele au crescut. Am săpat, am ascuns, am cârpit haine rupte, care din pricina multor cârpeli nu-mi mai puteau ascunde goliciunea. Minciuna nu rezistă, se prăbușește, întunericul pleacă, nu mai poate da viață, mai devreme sau mai târziu se va arăta adevărul pe care nu l-am rostit sau nu l-am văzut, în sinele și în relațiile noastre.

Așadar, ce trebuie să facem? Să vedem criza cu care ne confruntăm, încercarea prin care trecem, ca binecuvântare a vieții, ca dar al lui Dumnezeu. O catastrofă poate fi ocazia de a găsi iarăși centrul pierdut al vieții noastre. Pentru că, dacă ceva nu moare, cum poate învia? Ce ne spune Hristos? „Cine își va pierde sufletul îl va mântui...”. Deci cine îndrăznește să piardă minciuna va găsi adevărul. Cel ce îndrăznește să-și omoare viața lui zadarnică va învia mâine în lumină, în frumusețea vieții care, credeți-mă, are atâta binecuvântare și bucurie. Dumnezeu ne-a creat minunați, viața este o călătorie încântătoare fără sfârșit. Trăiți-o, nu aruncați darul lui Dumnezeu, nu vă ascundeți de frică. Întrucât, spune **Robin Sharma**, „o zi grea pentru egoul nostru este o zi importantă pentru sufletul nostru”.

Dumnezeu te-a atins prin rana ta. Dumnezeu a îngăduit să atingi iadul pentru a-ți dori cu toată puterea Raiul, fiindcă numai prin atingerea înfricoșătoare a morții te vei îndrăgosti iarăși de viață.

Viața n-o determini, ci o trăiești

Când a venit să mă întâlnească, era disperată. Pierduse o călătorie frumoasă. Nu era ea de vină. Aranjase încă din iarnă să meargă pe acea insulă magică, cu alte două fete. Toate prietene. Lucra de un an pentru ziua aceea în care avea să-și pregătească valizele și să urce pe scara avionului. Călătoria aceasta era visul ei personal. De multe ori nu făcea pauză, lucra peste program și ieșea rareori să petreacă, încât să strângă bani, să facă economii pentru această călătorie. Trăia și aștepta ziua în care avea să plece pe insulă, această insulă pe care o visa și o vizitase de zeci de ori în mintea ei.

Și pe când toate era pregătite și bine organizate, fără niciun avertisment celelalte două fete din anturaj au anunțat-o că nu pot veni în călătorie. Într-un fel calculaseră lucrurile și în alt fel ieșiseră. Probleme profesionale și financiare le obligau să anuleze călătoria.

Tavanul și tot cerul cădeau peste ea, ca să o facă una cu pământul. Și pământul, la rândul lui, se deschidea s-o înghită.

– N-o să mergem? Dar cum? Ce spuneiți? E posibil?

– Din păcate, nu putem merge. Crede-ne, am vrut și noi mult asta, dar nu se poate.

Șoc. Prăbușire. I-au trebuit zile întregi s-o depășească, s-o digere, s-o accepte. Când ne-am întâlnit întâmplător, avea nevoie să vorbească despre această problemă, cu toate că trecuse mult timp.

– Dar înțelegeți, părinte, eu mă pregătisem, toate erau perfect organizate și a trebuit să le anulez. De ce? Încă nu pot trece peste asta.

– Înțeleg durerea pe care o trăiești, i-am spus, și pe bună dreptate te întrebi de ce. Ai avut o dorință și nu ți s-a realizat, te-ai străduit, ai luptat și ai visat mult la asta. E firesc acum să te doară. Însă fii atentă, n-are rost să rămâi la „de ce”. **„De ce” este o corabie care nu călătorește, ci putrezește la țärm. Nu te duce nicăieri. Te întoarce în jurul sinelui tău. Nu te face să evoluezi. În viață trebuie să călătorești. Să te miști. Nu să te blochezi.** Iar tu acum ai rămas cu săptămâni în urmă. Ai rămas la „n-o să mergem”. Însă asta nu naște viață, conține negare. Trebuie să mergi mai departe. Să naști viață. Să spui că e în regulă, că s-a anulat o posibilitate, dar există sute de alte perspective. Nu face greșeala să vrei să determini și să controlezi viața. Trebuie s-o trăiești, nu s-o determini. Tainele nu se determină, ci doar se trăiesc. Nu ești tu pilotul în zborul existenței și vieții, ci avionul. Știi care este greșeala noastră tragică? Faptul că noi credem că suntem piloții. Și că le putem controla pe toate. Dar nu se întâmplă asta. **Deci înainte**

să te consumi în lupta pentru controlul total, e mult mai bine să înțelegi și să conștientizezi că în viață nu poți controla cursul lucrurilor, însă poți controla reacția ta la lucruri. Totul e să înțelegem asta. Markos Avrianos spunea: „Să-ți amintești că ești actorul într-o operă așa cum o vrea scriitorul operei. Dacă vrea să fie scurtă, va fi scurtă. Dacă vrea să dureze mult, o să dureze mult. De tine depinde dacă o joci bine sau nu”.

– Mi se pare că aveți dreptate, părinte. De altfel, e timpul să încep să-mi văd viața ca pe o mare școală plină de lecții. Să-mi însușesc deci lecția de a mă lăsa în curgerea vieții, fără să vreau să le controlez pe toate. Mă gândesc să merg pe acea insulă singură. Nu voi amâna călătoria, doar voi schimba planul. O voi face altfel. O să merg în tovărășia sinelui meu.

– Cred că aceasta este cea mai bună reacție la ceea ce ți se întâmplă, i-am răspuns. De altfel, nu uita că nu poți să controlezi evenimentele, dar poți să controlezi reacția ta la ele. Iar în final avem nevoie de această tovărășie a sinelui nostru. **Pentru că omul care n-a învățat să se bucure de tovărășia sinelui său, nu se va bucura niciodată de tovărășia nimănui altcuiva. Cea mai mare investiție este sinele nostru.** Dacă ai reușit să-l schimbi, ți se va schimba toată viața. Întrucât din această relație izvorăsc toate celelalte. Călătorie frumoasă!

– Vă mulțumesc, părinte. Cred că abia a început cea mai importantă și plăcută călătorie a vieții mele. Va fi lungă, dar și minunată.