

LBRIS | We know
SAVATIE BAȘTOVOI

MĂ ROG, DECI EXIST

Taina rugăciunii pe înțelesul omului lumesc



CATHISHA

CUPRINS

I. De ce ne rugăm? Ce știm despre rugăciune? Legătura dintre rugăciune și cugetarea la Dumnezeu. Despre natura gândurilor din timpul rugăciunii.	9
II. Rugăciunea personală și rugăciunea cu propriile cuvinte. De ce ne place mai mult dumnezeul personal decât Dumnezeul Bisericii?	21
III. Dumnezeu Se află în spatele poruncilor Sale. Rugăciunea sporește pe măsura lucrării virtuților. Fericirile ca dreptar pe calea rugăciunii. Paralela între Fericiri și rugăciunea „Tatăl nostru”	31
IV. Practici de rugăciune. Rînduiala citirii psalmilor după tradiția Evanghelistului Marcu. Rugăciunea în obștile egiptene din secolul IV. Măsura rugăciunii: mult sau puțin?	45
V. Rugăciunea între formă și duh. De ce nu ne putem ruga oricum	57

VI. Ce sînt rugăciunile scrise și de ce le citim? Cum se cade a ne închina la icoane și a sta în biserică.	83
VII. Osteneala trupească și rugăciunea. Postul și somnul. Tămîia, candela și lumînările	73
VIII. Pravila obișnuită a creștinilor. Rugăciunile de dimineață și seară. Rugăciunile de masă. Despre folosul mătaniilor și rugăciunea la icoane	81
IX. De ce ne rugăm la sfinți? Rugăciunea pentru morți. Icoanele și sfintele moaște.	91
X. Rugăciunea inimii	105
Istorisire despre Psalmul 50 al Sfîntului Proroc și împărat David.	113
Învățătură despre rugăciune a Sfîntului Ignatie, Episcopul Caucazului.	149
Duhul rugăciunii începătorului	151
Cuvînt despre pravila de chilie	171
Cuvînt despre rugăciunea din biserică	187
Cuvînt despre rugăciunea cu gura și cu glasul	199
Acatistul Sfîntului Grigorie Dascălul, Mitropolitul Țării Românești	211

CAPITOLUL I

**De ce ne rugăm? Ce știm despre rugăciune?
Legătura dintre rugăciune și cugetarea la Dumnezeu.
Despre natura gândurilor din timpul rugăciunii**

Nu este lucru mai mare și mai primejdios decât a învăța pe cineva cum să se roage, căci prin aceasta tu însuți te faci chezaș al legăturii omului cu Dumnezeu, mărturisind că Dumnezeu aude și ascultă pe cel ce se roagă. Tu, care ai nevoie să fii auzit, oare cum îi vei încredința pe alții că sînt ascultați? De aceea se cuvine a învăța rugăciunea de la sfinți, așa cum ni se descoperă ea în Scripturi, în rugăciunile Bisericii, iar mai apoi în mărturiile marilor rugători ce s-au făcut de-a lungul vremii pînă azi.

Despre rugăciune nu se poate vorbi decît rugîndu-ne. Rugăciunea nu este un subiect de discuții, nici un obiect de studiu. Tot ce știm despre rugăciune poate fi înțeles doar în măsura în care noi înșine ne-am rugat și ne este de folos doar în măsura în care dorim cu tot dinadinsul să înfăptuim. A vorbi în gol despre rugăciune este totuna cu a bîrfi o Persoană fără a ști că ea este de față și aude tot ce vorbești. Urmarea unei astfel de discuții nu poate aduce decît stricarea relației cu acea Persoană.

Unii cred că succesul rugăciunii constă în împlinirea cererilor, dar această părere este greșită. Și demonii pot îndeplini dorințe. Însă Dumnezeu îndeplinește doar ceea ce ne este de folos. Rugăciunea nu este doar cerere și dorință, ci este înfăptuirea unei legături vii cu Dumnezeu, legătură mai presus de nevoile și aspirațiile acestei lumi. Am putea spune că rugăciunea începe acolo unde se termină „toată grija cea lumească”¹ și începe preocuparea pentru Împărăția

¹ Cîntarea Heruvicului.

lui Dumnezeu. Acest lucru este limpede arătat în rugăciunea „Tatăl nostru”, unde prima cerere este să vină Împărăția Lui.

Rugăciunea are mai multe trepte și rosturi. Căci, într-un fel se roagă omul deznădăjduit, care are nevoie să atragă privirea lui Dumnezeu asupra sa, și altfel se roagă sfântul care s-a făcut pe sine locaș al lui Dumnezeu. Din unii vorbește Însuși Dumnezeu, iar alții au nevoie să se ajute de cuvintele rugăciunilor scrise de sfinți, asemeni ologilor care se folosesc de cîrje pentru a putea păși. Dar și unii, și alții sînt mădulare ale aceluiași Trup care este Biserica, și în această zbatere sufletească se arată mila și puterea lui Dumnezeu, că pe cei bolnavi îi tămăduiește, iar în cei sfinți Se proslăvește.

Așa cum stările noastre sînt schimbătoare, tot așa și rugăciunea pe care o facem se schimbă odată cu noi. Acest lucru este ilustrat cu prisosință în *Psaltirea* Procului David, care înfățișează toate trăirile omenești, de la deznădejde la luminare și extaz. Astfel, putem

spune cu încredințare că nu există sfânt care să nu fi fost bîntuit de deznădejde și nu este vreun deznădăjduit care să cheme numele lui Dumnezeu, și Dumnezeu să nu-l audă.

Ioan 6, 37

Să ne apropiem cu îndrăznire către Dumnezeu, știind că pe tot cel ce vine la Dînsul nu-l va scoate afară. Dar înainte de a ne deschide sufletele, să privim înăuntrul nostru, astfel încît cuvintele pe care le vom rosti să nu fie spre osîndă, ci spre îndreptare, căci, așa cum citim la Prorocul David, rugăciunea unora se îndreptează ca tămîia înaintea Domnului, iar a altora se preface în păcat.

Psalmul 140, 2

Psalmul 108,6

Așadar, de ce ne rugăm? Ne rugăm pentru că nu putem altfel. Orice stare și orice trăire pot fi prilejuri de rugăciune. Ne rugăm atunci cînd ne simțim neputincioși, ne rugăm atunci cînd am avut o izbîndă, ne rugăm atunci cînd nu știm ce alegere să facem. Toate aceste prilejuri de rugăciune sînt înfățișate în psalmii Prorocului David, și oricine dorește să învețe cuvintele potrivite fiecărei stări, cunoscîndu-se, în acest fel, mai bi-

ne pe sine și plăcînd lui Dumnezeu, să înceapă prin citirea *Psaltirii*.

A privi înăuntru nostru și a aprecia drept starea în care ne aflăm este foarte important atunci cînd ne apropiem să ne rugăm lui Dumnezeu. Evanghelia ne pune înainte două exemple de rugăciune întemeiate pe propria analiză: vameșul, care nu găsea nimic vrednic în sine, și fariseul, care vedea doar faptele sale bune. Nu știm dacă fariseul a făcut și vreo faptă rea pe lângă toate faptele bune pe care le enumeră în rugăciunea sa, la fel cum nu știm dacă vameșul, care vedea în sine doar păcate, a făcut și fapte bune. Este foarte probabil ca vameșul să fi împlinit și el toate faptele bune ale fariseului, căci este logic ca cineva care vine la Templu și are destui bani de pe urma meseriei sale să fi plătit dările cuvenite și să și postească două zile pe săptămînă. Totuși, vameșul rămîne fixat pe greșelile sale, greșeli pe care le presupunea meseria sa de vameș, o categorie de oameni urîță de toată lumea. Din această pricină, vameșul nici nu îndrăznește să in-

tre în biserică, ci, stînd la ușa, se lovește în piept și se roagă: „Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosului!”² Fariseul însă, plin de laurii condiției sale și ai faimei între oameni, stă mîndru în fața lui Dumnezeu și nu Îi cere nimic decît Îi mulțumește că îl ajută să dea toate prinoasele la templu și că nu este ca alți oameni, păcătos, și nici ca acest vameș. Iată că, pe lîngă mîndria deșartă cu faptele sale bune, fariseul săvîrșește și păcatul judecății aproapelui, știut fiind că aceste două păcate sînt nedespărțite. Drept urmare, Hristos ne spune că vameșul, cel ce se considera pe sine păcătos și nevrednic de a intra în templu, a plecat mai îndreptat decît fariseul care păzise legea, dar nu a știut să se roage cu smerenie. Ba tocmai rugăciunea pe care a făcut-o a fost pricina osîndirii sale.

Pînă aici e clar, ne rugăm potrivit stării pe care o avem. Dar ce facem cînd nu avem stare de rugăciune? Cu toții cunoaștem acea stare din care nu poți face nimic și, cu atît mai mult, nu te poți ruga. Dacă starea

² Pilda vameșului și fariseului se regăsește în Evanghelia după Luca 18, 1-14.

noastră e atât de proastă, încît nu ne mai putem ruga, trebuie să facem orice altă lucrare a minții care să ne scoată din mlaștina sufletească. Putem citi sau cugeta la sensurile vieții, hrănind mintea cu gânduri aducătoare-aminte de moarte și judecată. Iar dacă nu sîntem în stare nici de asta, putem alunga duhul deznădejdiei prin metanii și închinăciuni făcute la icoane. De multe ori, văzînd strădania noastră trupească, Dumnezeu dezleagă sufletul de legăturile împietririi și reaprinde în noi dorul duhovnicesc.

Mîntea omenească are însușirea de a nu sta nemișcată, mestecînd gânduri neîncetat. Sfîntul Efrem Sirul aseamănă mintea cu o moară care macină mereu ceea ce torni în ea. De aceea, spune, ce gânduri vom scoate din inimă, pe acelea le va măcina mintea. Și pentru că noi înșine nu sîntem izvor nesecat de înțelepciune și gânduri bune, ba mai degrabă sîntem plini de gânduri rele, se cuvine să ne hrănim cît mai mult cu cuvintele Scripturii și ale Sfinților Părinți. Această îndeletnicire o avea și Prorocul David, cugetînd ziua și noap-

Psalmul 1, 2

tea la cuvintele Domnului. Prorocul compară cuvintele sfinte cu o hrană adevărată sau cu o băutură sfântă, dar și cu averea de mare preț: „Dorite sînt judecățile

Psalmul 18, 11

Domnului, mai mult decît aurul și topazul”. El aleargă la Dumnezeu ca cerbul la izvoarele apelor și exclamă fericit: „Cît sînt de dulci cuvintele Tale gîtleju-

Psalmul 41, 1

lui meu, mai dulci decît mierea în gura mea!”. Iată că citirea Sfintelor Scripturi trece neobservat în rugăciune, împletindu-se în chip firesc, încît este cu anevoie a despărți rugăciunea de cugetarea la Dumnezeu. Ru-

Psalmul 118, 103

găciunea bineplăcută este rodul cugetărilor la poruncile Domnului: „Și vor bineplăcea cuvintele gurii mele și cugetul inimii mele înaintea Ta pururea”.

Psalmul 18, 15

Acest sfat ni-l oferă și Sfîntul Nicolae Cabasila în cartea sa *Despre viața în Hristos*. În această carte de mare însemnătate pentru înțelegerea vieții în Biserică, Sfîntul Nicolae tratează felul în care Sfintele Taine lucrează în trupurile noastre pentru a ne schimba mintea după asemănarea minții lui Hristos. Pe lîngă lucrarea tainică a Sfintei Împărtășanii sau a harului Sfintei

Mirungeri, o importanță aparte o acordă sfântul citirii Sfintelor Scripturi și a Sfinților Părinți. Harul nu este ceva static și care, odată primit, rămîne în noi în chip obligatoriu. Avem capacitatea de a atrage și a spori harul, dar și căderea de a-l împuțina și a-l pierde. Vinovatul principal pentru atragerea sau pierderea harului sînt gîndurile. De aceea, o condiție pentru ca inima să nască mereu gînduri bune este aceea de a o hrăni cu învățături înalte la care să cugetăm. Cugetarea la cele sfinte păstrează și înmulțește harul primit prin Sfintele Taine. În primele veacuri ale creștinismului exista chiar practica învățării Scripturii pe de rost. Avem dovezi că monahii din Pustia Egiptului aveau canon să învețe psalmii și Noul Testament înainte de tundere, iar despre Sfîntul Ioan Gură de Aur se știe că a petrecut mai mulți ani într-o peșteră unde a învățat toată Scriptura pe de rost. Aceste informații nu sînt legende, edițiile critice ale operelor Sfîntului Ioan arată că tîlcurile pe care le făcea, verset cu verset, la Scriptură erau orale și, foarte rar, se regăsesc citate care, deși exacte, sînt atribuite altei cărți (în cazul epistole-

lor pauline), ceea ce ne confirmă că Ioan Gură de Aur comenta de la amvon fără a avea Scriptura în față.

Toate aceste amănunte despre rolul lecturilor și al meditațiilor la cele sfinte în procesul deprinderii rugăciunii nu sînt zadarnice. Cunoaștem strădania multora de a avea o „rugăciune curată”, adică „fără gînduri”, preocupare care, de regulă, naște o nervozitate în timpul rugăciunii prilejuită chiar de faptul că gîndurile vin și vin. Practica budistă de a dobîndi o minte fără gînduri nu trebuie să ne preocupe și pe noi, creștinii. O minte curată de gînduri este doar o minte oprită, dar ea rămîne o minte omenească. Diavolul, care poate însufla gînduri, poate să și oprească gîndurile dacă asta îl face pe rugător să se mîndrească. Acest soi de ispită este numită de Sfinții Părinți „ispită de-a dreapta”, adică duhovnicească, din zona mîndriei, care este diferită de ispitele „de-a stînga”, trupești. Iată de ce a rîvni să nu avem deloc gînduri la rugăciune nu este o cale bună dacă nu Îl vom atrage pe Dumnezeu în mintea noastră cea fără gînduri. Rugăciunea curată,

despre care vorbesc Sfinții Părinți, nu este o rugăciune fără gânduri în sens budist. Luați rugăciunea „Tatăl nostru” sau oricare dintre psalmi și veți vedea că orice adresare sau cerere este, mai întâi de toate, un gând.

Sfântul Teofan Zăvorîtul face această lămurire, atât de necesară, despre natura gândurilor în timpul rugăciunii. Nu orice gând alungă sau întinează rugăciunea, ci doar cele tulburătoare și deșarte, cum ar fi nălucirile diferitelor păcate sau persistența grijilor de peste zi. Unora diavolul le aduce în minte la rugăciune glume prostești care le provoacă râsul, ispită pe care Sfântul Ioan Scărarul o socotea culmea necuviinței și o pune pe seama duhului hulitor. Însă aducerile-aminte care ne mișcă spre umilință sau dragoste de semeni, cum ar fi aducerea-aminte de bolnavi sau de cei aflați în necazuri, sînt lucrări ale îngerilor care, pe calea gândurilor, ne cer să ne rugăm pentru ei. Și Prorocul David prefăcea aducerile-aminte în rugăciune: „Adusu-mi-am aminte de zilele cele de demult, cugetat-am la lucrurile Tale, la faptele mîinilor Tale m-am gândit, tins-am