

Richard J. Foster

*Sanctuarul*  
SUFLETULUI

Traducere de Dana Sisoiev

 **CASACĂRȚII**  
Oradea, 2024

*Dedicată lui  
William Luther Vaswig,  
om al rugăciunii,  
cel mai bun prieten*

# Cuprins

*Un cuvânt de început* | 9

## **Partea întâi: Stabilirea temeliei**

1. Un Dumnezeu care vorbește, ne învață și acționează | 15

2. Prietenia cu Isus cel credincios | 25

3. Coborârea cu mintea în inimă | 35

Pe tărâmul experienței: *Închinarea de la Quaker Meadow* | 46

## **Partea a doua: Intrarea în rugăciunea meditativă**

4. Să fim prezenți acolo unde ne aflăm | 59

5. Contemplarea Domnului | 69

6. O receptivitate launtrică | 77

Pe tărâmul experienței: *Drumeție la Peștera lui Cuthbert* | 86

## **Partea a treia: Gestionarea dificultăților cotidiene**

7. Minți rătăcitoare | 101

8. Ca un leu care răcnește | 111

9. Un potpuriu de întrebări | 123

Pe tărâmul experienței: *Întâlnire pe plaja Jalama* | 135

*Un cuvânt de încheiere* | 147

*Mulțumiri* | 153

*Lecturi recomandate pentru incursiunea ta* | 155

*Note* | 157

*Ce este Renovaré* | 165



## Un cuvânt de început

*Meditația este limba sufletului  
și limbajul spiritului nostru.<sup>1</sup>*

JEREMY TAYLOR



**I**SUS CRISTOS ESTE VIU ȘI ESTE AICI pentru a-i instrui El Însuși pe cei care fac parte din poporul Său. Vocea Sa nu este greu de auzit; vocabularul Său nu este greu de înțeles. Dar a învăța să asculți bine și să înțelegi corect nu este o sarcină ușoară.

Prima mea experiență conștientă de percepere a vocii lui Isus a avut loc pe când eram student. S-a ivit într-o perioadă de mare frustrare. Din cauza slabei mele pregătiri academice și a unui intelect mai puțin strălucit, îmi părea că trebuie să învăț mai mult decât ceilalți, dacă vreau să reușesc. În plus, aveam două locuri de muncă cu jumătate de normă de care nu mă puteam lipsi, căci trebuia să câștig suficienți bani pentru a pune pâinea pe masă și pentru a-mi cumpăra cărți. Primul meu loc de muncă a fost la o fabrică de conserve, în echipa de curățenie, după schimbul de noapte. Munceam, între orele patru și șase în fiecare

dimineată, la curățarea cu abur a utilajelor și mă întorceam la facultate chiar la timp pentru a spăla vasele adunate din sala de mese, acesta fiind al doilea meu loc de muncă.

Era un program perfect, pentru că puteam face toate acestea înainte de începerea primului curs, la ora opt dimineața. Apoi, la prânz și la cină, spălam din nou vasele, ceea ce îmi permitea să mănânc în sala de mese. În acele zile, mulți studenți se plâneau de meniul oferit la colegiu ... însă nu și eu. Amândoi părinții mei fuseseră bolnavi și muriseră cu ceva timp înainte, așa că eu și cei doi frați ai mei trăiam cum puteam. Pentru mine, mâncarea de la cantina colegiului era un banchet.

Pe lângă muncă și studiu, împreună cu un bun prieten din facultate, am avut o inițiativă de slujire cu un titlu destul de ciudat: „Youth Accent” („Accent pe tineret”). Potrivit celor propuse în această lucrare, ne duceam în fiecare weekend la câteva biserici în care, pe rând, vorbeam de cinci sau șase ori, de vineri seara până duminică la prânz, după care ne urcam în mașină și ne întorceam înapoi în campus. Tot atunci îmi ofeream serviciile unei biserici locale ... Oh, și eram implicat în comitetul studentesc ... Toate acestea constituiau o sarcină grea pentru un tânăr student în al doilea an de facultate. Totuși, credeam că fiecare dintre aceste sarcini era importantă din mai multe motive: pentru a câștiga banii necesari, pentru a-mi perfecționa abilitățile de vorbire și pentru a interacționa cu experiența de viață a unor oameni valoroși. Dar acestea îmi lăsau prea puțin timp pentru activitățile de agrement și sociale, care păreau să reprezinte o parte atât de importantă din viața

celorlalți studenți. Și mă simțeam frustrat de pierderea mea aparentă.

Într-o seară am luat o pauză de la studiul meu și am ieșit afară în noapte. Curând am început să rostesc rugăciuni de plângere ... cam ca în psalmii de jale din Biblie. Nu eram cu adevărat supărat, ci doar frustrat. Erau rugăciuni în care mă lamentam de genul: „săracul de mine”. Așa cum mă plimbam, am ajuns într-o pădure din apropiere și, în timp ce mergeam în lumina lunii, plângerile au început să se rărească și am devenit din ce în ce mai tăcut. În cele din urmă, am căzut într-o tăcere totală. O tăcere liniștită, care ascultă. Acela a fost momentul în care mi-a vorbit Dumnezeu, mi-a vorbit din liniște și S-a adresat frustrării mele.

Cunoașteți felul în care putem distinge vorbitorii umani după timbrul vocii lor, după tonul din voce și, bineînțeles, după conținutul a ceea ce spun? La fel se întâmplă și cu vocea divină. Calitatea vocii lui Dumnezeu este una care atrage și încurajează. Tonul vocii lui Dumnezeu este numai har și îndurare. Iar conținutul a ceea ce se spune este întotdeauna în concordanță cu ceea ce a vorbit Dumnezeu înainte – avem o mărturie biblică uriașă prin care să testăm cele auzite. Acum, nu vorbesc aici de o voce exterioară, care poate fi captată cu un echipament electronic. Fără îndoială că acest lucru este posibil, Biblia ne oferă o mărturie amplă în sensul acesta. Dar aici vorbesc despre o șoaptă interioară, o rostire în adâncul inimii, o cunoaștere lăuntrică.

„Ești frustrat și ți-e milă de tine”, părea să-mi spună Dumnezeu. „Îți pare rău de tine însuși, pentru că nu îți

sunt satisfăcute toate dorințele. Dar, dacă ești *cu Mine*, nu trebuie să ai toate dorințele satisfăcute. *Cu Mine* ai parte de satisfacția supremă și completă. Dacă ești cu adevărat *cu Mine*, ești în cel mai bun loc posibil”.

Aceasta a fost tot. Nicio promisiune de a-mi transforma circumstanțele vieții. Nicio garanție de îmbogățire, prosperitate și împlinire a tuturor dorințelor mele lumești. Nicio promisiune de a schimba ceva. Și, totuși, acele cuvinte mi-au risipit încet frustrarea și mi-au biruit autocompătirea. Am ieșit din pădure cu un pas sprinten și înviorat. Mi se adresase personal, intim. Vocea adevăratului Păstor era mai mult decât suficientă.



În paginile care vor urma vom încerca să explorăm mai în profunzime ce înseamnă să experimentăm noi înșine auzirea șoaptei divine. Cum ne vorbește Dumnezeu? La ce ar trebui să ne așteptăm ... sau chiar să sperăm? Există condiții ale inimii și ale minții care ne deschid la vocea iubitoare – și terifiantă – a lui Dumnezeu? Cum putem cultiva o ascultare lăuntrică, într-un spirit de rugăciune? Vom explora întrebări ca acestea și multe altele.

La încheierea fiecăreia dintre cele trei părți principale ale acestei cărți, vă voi împărtăși o experiență personală mai în detaliu, care sper că va ilustra și va dezvolta ceea ce v-am prezentat. Am numit aceste secțiuni „Pe tărâmul experienței”, deoarece sper că povestea mea vă va încuraja să pășiți pe tărâmul propriilor experiențe de rugăciune meditativă.



## PARTEA ÎNTÂI

### Stabilirea temeliei

Învăță-mă să mă opresc și să ascult,  
Învăță-mă spre Tine să-mi îndrept privirea,  
Învăță-mă care-i menirea liniștii,  
Învăță-mă unde-i izvorul păcii.

Învăță-mă să ascult chemarea Ta,  
Învăță-mă să cercetez al Tău Cuvânt,  
Învăță-mă să ascult în tăcere  
Ce până acum n-am deslușit.

Învăță-mă să fiu netulburat,  
Învăță-mă cum să fiu acordat,  
Învăță-mă să mă las călăuzit,  
Căci liniștea curând se va sfârși.

Apoi, când vine timpul să plec,  
Îngăduie să se reverse-n mine,  
În orice zi și-n orișice moment,  
Pacea dintr-un izvor al liniștii.<sup>1</sup>

KEN MEDEMA

Într-o seară, Isaac ieșise să cugete în taină pe câmp.  
GENEZA 24:63

# 1

## Un Dumnezeu care vorbește, ne învață și acționează

*Un pas cât se poate de elementar pe care îl putem face ... este să învățăm să medităm asupra Scripturii – învățând mai întâi să ascultăm cuvântul lui Dumnezeu, apoi lăsându-l să ne învețe și să prindă rădăcini în noi. Acest lucru poate fi extrem de dificil, pentru că bisericile nu au cursuri despre meditație, în ciuda faptului că este o artă care trebuie deprinsă de la cei care o stăpânesc și în ciuda faptului că sarcina supremă a bisericii este să asculte Cuvântul lui Dumnezeu.<sup>1</sup>*

ELIZABETH O'CONNOR

**A**H, PERMITEȚI-MI SĂ VĂ SPUN CÂT DE MULT dorește Dumnezeu prezența noastră. Cât de mult tânjește El să ne asculte vorbindu-I. Cu câtă bucurie așteaptă Dumnezeu să comunice cu noi. Căci în inima lui Dumnezeu se află o dorință arzătoare de a avea o părtășie plină de dragoste

cu voi ... cu mine. În ce privește latura umană a ecuației, rugăciunea meditativă este cea care ne introduce în această părtășie divino-umană.

## **O TEMELIE SOLIDĂ**

Fundamentul biblic al meditației este descoperit în marea realitate a unui Dumnezeu care vorbește, ne învață și acționează, care este inima mărturiei scripturale. Dumnezeu a adus în ființă universul prin cuvântul poruncii Sale. Dumnezeu a spus: „Să fie lumină!” și atunci s-a produs Big Bangul.

În Grădină, Adam și Eva au vorbit cu Dumnezeu și Dumnezeu a vorbit cu ei – erau într-o comuniune. Apoi a venit Căderea și, într-un mod semnificativ, experiența comuniunii perpetue a fost întreruptă, deoarece Adam și Eva s-au ascuns de Dumnezeu. Dar El a continuat să se apropie de copiii Săi rebeli și, în istorisirile despre Cain și Abel, Noe, Avraam și atâția alții, Îl vedem pe Dumnezeu vorbind și acționând, învățând și călăuzind.

Moise a învățat, deși după multe șovăieli și ocolișuri, cum să perceapă vocea lui Dumnezeu și să asculte de cuvântul Lui. De fapt, Scriptura mărturisește că Dumnezeu i-a vorbit lui Moise „față în față, cum vorbește un om cu prietenul lui” (Exodul 33:11). Exista un sentiment de relație intimă, de comuniune. Însă, ca popor, israeliții nu erau pregătiți pentru o astfel de intimitate. Odată ce au învățat câte ceva despre Dumnezeu, și-au dat seama că a fi în prezența Lui era o treabă periculoasă și i-au spus lui Moise: „Vorbește-ne tu însuși și te vom asculta:

dar să nu ne mai vorbească Dumnezeu, ca să nu murim” (Exodul 20:19).

Acest fapt a marcat începutul marelui șir de profeți și judecători, Moise fiind primul dintre ei. Dar a însemnat o îndepărtare față de simțământul realității lui Dumnezeu, de perceperea prezenței norului ziua și al stâlpului de foc noaptea.

Apoi, sub Samuel, poporul a cerut cu insistență un împărat. Acest lucru l-a tulburat foarte mult pe Samuel, dar Dumnezeu i-a spus să nu se descurajeze, explicându-i: „căci nu pe tine te leapădă, ci pe Mine mă leapădă, ca să nu mai domnesc peste ei” (1 Samuel 8:7). Sub Moise, ei au respins realitatea/prezența/apropierea lui Dumnezeu; sub Samuel, au respins stăpânirea directă a lui Dumnezeu. „Dă-ne un profet, dă-ne un împărat, dă-ne un intermediar, ca să nu trebuiască să venim noi înșine în prezența lui Dumnezeu”, au spus ei. Așa este și astăzi. Nu e nevoie să cercetăm prea profund religia de pe scena contemporană ca să vedem că este saturată de dogma mediatorului. „Dă-ne un păstor, dă-ne un preot, dă-ne pe cineva care să o facă pentru noi, astfel încât să putem evita noi înșine intimitatea cu Dumnezeu și totuși să continuăm să-i culegem roadele”, spunem noi.

Cu toate acestea, la împlinirea vremii, Isus a venit și ne-a învățat realitatea prezentă a Împărăției lui Dumnezeu și ne-a demonstrat cum ar putea arăta viața în această Împărăție. Isus ne-a descoperit dorința arzătoare a lui Dumnezeu de a aduna o comunitate atotcuprinzătoare de persoane pline de iubire, cu Dumnezeu Însuși în centrul

ei, ca principalul Susținător și cel mai glorios Locuitor al ei. Isus a întemeiat o comunitate vie, care să Îl recunoască pe El ca Răscumpărător și Rege, ascultându-L în toate lucrurile și supunându-i-se în orice moment.

Isus, în relația Sa intimă cu Tatăl, a modelat pentru noi realitatea acestei vieți de ascultare și de supunere permanentă. „Fiul nu poate face nimic de la Sine; El nu face decât ce vede pe Tatăl făcând; și tot ce face Tatăl face și Fiul întocmai” (Ioan 5:19). „Eu nu pot face nimic de la Mine Însuși: judec după cum aud” (Ioan 5:30). „Cuvintele pe care vi le spun Eu, nu le spun de la Mine; ci Tatăl, care locuiește în Mine, El face aceste lucrări ale Lui” (Ioan 14:10). Când Isus le-a spus ucenicilor Săi să rămână în El, aceștia puteau înțelege ce intenționa să le comunice, pentru că El rămânea în Tatăl. Isus ne-a declarat (și continuă să ne declare și astăzi) că El este Păstorul cel bun și că oile Lui Îi cunosc glasul (Ioan 10:4). El a precizat că mai apoi va veni Mângâietorul, Duhul adevărului, care va călăuzi poporul Său în tot adevărul (Ioan 16:13).

În cea de-a doua scriere a sa, Luca lasă să se înțeleagă clar că, după înviere și înălțare, Isus continuă „să facă și să învețe”, chiar dacă oamenii nu-L mai pot vedea cu ochiul liber (Fapte 1:1). Atât Petru, cât și Ștefan Îl prezintă pe Isus ca fiind împlinirea profeției din Deuteronom 18:15, potrivit căreia va veni un profet ca Moise, care va vorbi și pe care poporul Îl va asculta și-L va urma (Fapte 3:22; 7:37).<sup>\*</sup> În cartea Faptele apostolilor, Îl vedem pe Cristos înviat și

---

<sup>\*</sup> Vezi, de asemenea: Deuteronom 18:15–18; Matei 17:5; Ioan 1:21; 4:19–25; 6:14; 7:37–40; Evrei 1:1–13; 3:7–8; 12:25.