

Director editorial: **Răzvan Bucuroiu**

Transcriere: Lilia Țurcanu

Redactor: Valeriu Vațel

Copertă: Arhid. Alin Goga

Tehnoredactor: Valerian Susan

Contact:

razvan.bucuroiu@lumeacredintei.com

Schimonahia Siluana Vlad

Doamne, vindecă-mă de frică!

Cuvinte nerisipite
culese de Anca Revnic

Prefață de
Răzvan Bucuroiu

© Toate drepturile sunt rezervate Editurii Lumea Credinței.
Reproducerea, copierea, preluarea oricărui material fără
acordul scris al autorilor sunt interzise și supuse Legii pentru
drepturile de autor și drepturi conexe.

L U M E A C R E D I N Ț E I

București, 2024

Cuprins

Silvana Vlad, o călugăriță atipică.....	5
Despre isihasm	11
Despre post, moarte și înviere	21
Despre <i>Filocalie</i> , durere, moarte și înviere.....	61

DESPRE ISIHASM

„Viața de rugăciune e cu mine mereu”

Ce reprezintă isihasmul pentru dumneavoastră?

Pentru mine isihasmul este singurul mod de viață care merită să fie dorit. „Cum să dorim ceva ce nu cunoaștem?”, mă întreba cineva. Ascultându-ne dorul cel mai profund. E acolo, în adâncul nostru – sub noianul de dureri, spaime și poftes pe care ne străduim să le astupăm cu zădărnicii sau bestialități –, glasul unui dor pe care orice om îl aude în această viață. Unii mai des, alții mai rar, alții doar o dată în viață... Eu l-am auzit mereu, în tot ce am trăit și făcut. Multă vreme am crezut (ajutată și de cei din jurul meu) că sunt „nebună” de umblu după această himeră. Dar nu aveam de ales. Până la urmă, am acceptat să-mi trăiesc nebunia și durerea, fără nici o nădejde. Atunci, în culmea deznădejdiei, la o slujbă de înmormântare, am auzit Vocea Cuiva Care-l iubește pe om și Care mă cheamă și pe mine la o *odihnă* nemaiauzită. Am recunoscut-o. Era *substanța*

dorului meu. Atunci am aflat Calea, iar părintele care m-a luat de mână pe Cale – părintele Constantin Galeriu – mi-a dat canon să mă rog cu Rugăciunea lui Iisus și să citesc *Filocalia*, volumele VII și VIII. Acolo am trăit din plin, fără să înțeleg tot ce mă învățau Părinții, ceea ce numim *isihasm*. Trăiam viața lor, dar eu o trăiam. De atunci, Rugăciunea e mereu cu mine, deși nu așa *cum o au sau sunt ei înșiși*, Părinții isihaști, ci sărac și risipit de multe ori. Dar viața de rugăciune, sau viața-rugăciune a Părinților isihaști, e cu mine și în mine mereu.

Așadar, pentru mine, isihasmul înseamnă aprinderea și întreținerea flăcării acelu Dor din adânc și împlinirea lui prin cei care au ajuns la *liniștea-odihnă* făgăduită nouă de Domnul pe această cale. Eu sunt mică și netrebnică, dar Domnul a îngăduit să gust, pentru rugăciunile Părinților, și durerea de a fi departe de El, și mila Lui, și bucuria „pe care nu o ia nimeni de la noi”. Știu că nu e Bucuria cea mare, dar Îi sunt recunoscătoare și Îi mulțumesc pentru că cei mici nu sunt excluși de la acest Praznic dacă se lipesc, prin cei mari, de mila Lui!

Cum recomandați să se practice rugăciunea neîncetată, în vremurile solicitante de astăzi?

Nu e de competența mea să fac astfel de recomandări de vreme ce nu am rugăciunea neîncetată. Dar vă pot spune ce pot face cei mici ca mine.

Mai întâi, să luăm aminte la momentele în care simțim că viața pe care o trăim (nu cea pe care o povestim) nu e viață adevărată. Toți oamenii trec prin astfel de momente. Măcar la beție! Acele momente sunt chemări ale Duhului Sfânt, Care, neputându-Se ruga în noi cu suspine din cauza risipirii noastre în cele de aici, suspină în durerea noastră negată, refulată, ascunsă de conștiință.

Apoi să luăm aminte la noi înșine și să ne dăm voie să simțim acea durere lăuntrică, durerea sufletului chinuit de păcate și patimi. Acceptând, trăind această durere, fără să recurgem la analgezicele și drogurile de care suntem dependenți (materiale, emoționale, spirituale), vom conștientiza că ea este viața noastră bolnavă și că avem nevoie de Cineva Care să ne-o vindece. Atunci suntem gata să punem începutul. Și asta se poate întâmpla în orice zi. În orice clipă. Atunci putem începe să rostim cu bun rost Rugăciunea: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul!” Ea ne va conduce Acolo unde ne așteaptă Vindecătorul: la Biserică și în inima noastră. La Biserică pentru a ne vindeca sufletul de egoism, ignoranță și nesimțire. Acolo îl vom întâlni și pe omul lui Dumnezeu care ne va călăuzi pe Cale, părintele duhovnic. Să-L rugăm pe Domnul pentru o bună întâlnire, precizând că dorim să ajungem să trăim Pacea făgăduită

de El, oricare ar fi condițiile exterioare și nu doar împlinirea unor dorințe efemere.

Apoi putem porni pe calea inimii rostind cu atenție și dor de Dumnezeu Rugăciunea. Să nu ne lăsăm biruiți de gândul că nu avem acest dor. E vocea egoului care, cu adevărat, nu simte acest dor. E nevoie aici de credință și de silirea voinței de a nu ne lăsa iarăși „la mintea noastră”, care este bolnavă.

Mai departe, ne va conduce și ne va învăța însăși Rugăciunea.

„Învățătura Sfinților Părinți ne este indispensabilă”

Se poate practica Rugăciunea inimii de către mireni?

Da! Inima omului botezat e însetată de Prezența Domnului, iar chemarea Sfântului lui Nume o poate face oricine trăiește în Biserică și e „conectat” la Duhul Sfânt după sfânta ei rânduială. Dar, cu adevărat, e mai greu pentru cel ce trăiește în lume pentru că grijile lui sunt mai multe și, de multe ori, copleșitoare.

Dar mireanul se poate ruga cu Rugăciunea lui Iisus care îl va ajuta să-și biruiască patimile și să afle pacea inimii la măsura lui. Și nu mică e această măsură. Doar să-și trezească omul dorirea acestui dar.

După învățătura părintelui Sofronie, Rugăciunea lui Iisus cunoaște mai multe trepte:

1. *Rugăciunea buzelor* – cu concentrarea atenției la Nume și cuvinte.
2. *Rugăciunea minții* – rostirea Rugăciunii în minte, fără mișcarea buzelor.
3. *Rugăciunea minții și a inimii* – când atenția se află înlăuntrul inimii și Rugăciunea se rostește acolo.
4. *Rugăciunea mișcătoare de sine* – Rugăciunea se rostește înlăuntrul inimii, fără efort, de la sine și ține atenția minții acolo.
5. *Rugăciunea de binecuvântare* – inima se desfată de perceperea iubirii lui Dumnezeu și mintea se încântă de contemplarea Luminii Lui.

Pentru începători, părintele insistă să se înceapă cu rugăciunea buzelor până când aceasta „este în-sușită de trupul nostru prin limbă, inimă și creier”.

Să punem acest început bun.

Cum se poate omul despătimi?

Numai cu ajutorul harului dobândit prin Sfintele Taine și întrupat, metabolizat prin rugăciune. Prin Sfintele Taine primim puterea lui Dumnezeu, cu Care suntem chemați să conlucrăm pentru a transforma puterile bolnave ale sufletului, patimile, în puteri însănătoșite și sfințite, virtuțile. Avem nevoie să ne cunoaștem și să ne recunoaștem patimile ca să le putem oferi Domnului spre vindecare clipă de

clipă, dacă e posibil. Aici învățătura Sfinților Părinți, mai ales cei filocalici, ne este indispensabilă.

Ce reprezintă iluminarea din punct de vedere creștin?

Iluminarea înseamnă vederea Luminei necreate și gustarea bunătăților „celor cerești”! Înseamnă vindecarea minții omenești zidită de Creatorul pentru a se uni cu Dumnezeu prin har, prin Lumina necreată. Înseamnă pragul pe care îl trece omul ca să intre în această Unire.

Care ar fi câteva elemente-cheie, din punctul de vedere al maicii Siluana, pentru îndumnezeirea omului?

Crucea, moartea, iadul și învierea! Trăirea lor în și cu Hristos Domnul în Sfânta Lui Biserică și în noi înșine!

Se poate omul odihni în Dumnezeu și în același timp să participe la toate lucrurile lumești? Ce recomandați pentru asta?

Nu! Dacă participă „la toate lucrurile lumești”, omul nu se poate odihni în Dumnezeu. Viața în planul lumesc este „paralelă” cu viața în Hristos, în Dumnezeu. Între ele e un hău de netrecut fără Dumnezeu. E hăul dintre creat și Necreat.

Ce recomand? Cine vrea să se odihnească în Dumnezeu să părăsească „această lume”, să se lepede de ea. Dar să luăm aminte ce înseamnă

„această lume”. Ea este lumea păcatului, lumea care trăiește și se comportă după sugestiile demonice, lumea care e centrată pe consum, plăcere, dorința de putere și avere. Lepădarea presupune renunțarea la mentalitatea „acestei lumi” și desprinderea din fascinația ei. Aici pocăința, asceza și rugăciunea ne ajută foarte mult. Altfel nu reușim.

Dar să nu deznădăjduiască cei ce doresc să pună început bun. Să înceapă prin a face din toate cele „lumești” din viața lor loc de întâlnire cu Dumnezeu, cu mila Lui, cu voia Lui. Tot ce trăiește omul robit de „această lume” poate deveni „materialul” din care face Dumnezeu sfinți, cum spunea părintele Nicolae de la Rohia: „Dumnezeu face sfinți cu materialul clientului!” Chemarea lui Dumnezeu în toate ale noastre e începutul pe care îl recomand.

„Calea e strâmtă, dar ea fiind chiar Domnul, e și odihnitoare, și mângâietoare”

În ce mod te pot ajuta Tainele Bisericii (Sfântul Botez, Sfânta Spovedanie, Sfânta Împărtășanie etc.)?

Sfintele Taine ale Bisericii sunt – cum spune Sfântul Nicolae Cabasila – calea prin care „omul se face dumnezeu”. Calea prin care energiile necreate ale lui Dumnezeu se coboară și se întrupează în