

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

CLEOPA DE LA SIHĂSTRIA, sfânt

**Adevărata pace a inimii : cuvinte de folos și sfaturi
duhovnicești** / Sfântul Cuvios Cleopa. - București : Bookzone, 2025

ISBN 978-630-305-538-1

2

Fragmente și materiale preluate, cu acordul Editurii Doxologia,
din volumele *Urcuș spre Înviere* și *Viața Părintelui Cleopa*.

Editor: **Alexandru Gulie**
Redactor: **Crenguța Nicolae**
Grafician copertă: **Teodora Savu**
Tehnoredactor: **Anca Marisac**

© Bookzone 2025, pentru prezenta ediție
Toate drepturile rezervate pentru limba română.
Nicio parte a acestei lucrări nu poate fi stocată
sau reprodusă fără acordul editurii.

Editura Bookzone
Șoseaua Berceni nr. 104, sector 4, București
Comenzi și informații:
Telefon: 031-433.50.68
E-mail: office@bookzone.ro
www.bookzone.ro

Sfântul Cuvios CLEOPA

ADEVĂRATA PACE A INIMII

Cuvinte de folos și sfaturi duhovnicești

Bookzone
BUCUREȘTI, 2025

CUPRINS

Prefață LUMINA DIN OCHII PĂRINTELUI CLEOPA – SFINȚENIA ÎNȚELEGERII OMULUI	
de pr. prof. Constantin Necula	9
VIAȚA SFÂNTULUI CUVIOS CLEOPA DE LA SIHĂSTRIA	15
CRONOLOGIE	23
INTRODUCERE	29
PARTEA I Fericit este cel ce se cunoaște pe sine	
DREAPTA SOCOTEALĂ	
<i>Călăuza sufletului</i>	35
SLAVA DEȘARTĂ	
<i>Când faci binele pentru lauda oamenilor</i>	42
IUBIREA DE SINE	
<i>Rădăcina tuturor relelor</i>	55
CUNOAȘTEREA DE SINE	
<i>Ca nici să nu te tulburi, nici să nu fugi</i>	69
FRICA DE DUMNEZEU	
<i>Începutul înțelepciunii</i>	78
CONȘTIINȚA OMULUI	
<i>Glasul ascuns al lui Dumnezeu</i>	87
DE CE PĂCĂTUIM?	
<i>Cele douăsprezece trepte ale păcatului</i>	97
MĂRTURISIREA PĂCATELOR	
<i>Omul care se pocăiește cu adevărat</i>	115

PARTEA a II-a Lupta cea bună

PAZA MINȚII ȘI TREZVIA ATENȚIEI	
<i>Cum păstrăm liniștea lăuntrică</i>	127
DESPRE CASA DUHOVNICEASCĂ A SUFLETULUI	
<i>Păzește-ți inima mai mult decât orice</i>	137
ISPITELE ȘI ROSTUL LOR ÎN VIAȚA OMULUI	
<i>De ce îngăduie Domnul să fim ispitiți</i>	147
RĂZBOIUL NEVĂZUT AL GÂNDURILOR	
<i>Pofta cea dinăuntru și pofta cea din afară</i>	170
CUM FACEM PACE CU SUFLETUL NOSTRU	
<i>În vreme de mare tulburare</i>	180
ROADE, NU VORBE	
<i>Despre primejdia teoriei fără trăire</i>	190
ÎNȚELEGEREA SFINTELOR SCRIPTURI	
<i>Darul credinței noastre</i>	209
PARTEA a III-a Învățăături duhovnicești pentru toată lumea	
VALOAREA SUFLETULUI NOSTRU	
<i>Mai presus de cetele îngerești</i>	223
FERICITA VIRTUTE A SUFLETULUI	
<i>Precum sarea la toată hrana este trebuincioasă</i>	249
DESPRE TĂCERE	
<i>Virtutea cea uitată</i>	262
VALOAREA LACRIMILOR NOASTRE	
<i>Bold de aur al sufletului</i>	267
CUGETAREA SFÂRȘITULUI	
<i>Să întrebăm în taină moartea</i>	278
DESPRE RAI ȘI IAD	
<i>Vezi râul Bunului Dumnezeu cel plin de ape</i>	291

PARTEA a IV-a Chipuri de lumină
Din mărturiile Sfântului Cuvios Cleopa
de la Sihăstria

DIN VIAȚA MARELUI DUHOVNIC VICHENIE MĂLĂU	
<i>Mănăstirea Secu</i>	307
DIN VIAȚA SFÂNTULUI CUVIOS PAISIE DE LA SIHĂSTRIA	
<i>Mănăstirea Sihăstria</i>	310
DIN VIAȚA PĂRINTELUI NOSTRU STAREȚ, PROTOSINGHELUL IOANICHIE MOROI	
<i>Mănăstirea Sihăstria</i>	316
DIN VIAȚA UNUI MARE STAREȚ, ARHIMANDRITUL HRISTOSTOM POSTOLACHE	
<i>Schitul Bucium, Iași</i>	325
DIN VIAȚA PĂRINTELUI VENIAMIN IORGA	
<i>Mănăstirea Sihăstria</i>	329
DIN VIAȚA MONAHIEI OLIMPIADA GOROAI	
<i>Mănăstirea Agapia Veche</i>	331
NOTE	333

LBRIS

We know
books

PARTEA I

**Fericit este cel ce se
cunoaște pe sine**



DREAPTA SOCOTEALĂ

Călăuza sufletului

La începutul acestei cărți mi s-a părut de folos a vorbi despre dreapta socoteală, care este podoaba faptelor bune, după cel ce a zis că „pe tot lucrul îl împodobește măsura. Căci cele fără de măsură, chiar dacă se socotesc a fi bune, întru vătămare se mută”¹. Și chiar dacă eu, leneșul și neiscusitul întru toate cele bune, nici cu vârful degetului nu m-am atins prin lucrare de această mare bunătate a dreptei socoteli, totuși m-am gândit că uneori și un orb poate fi de folos atunci când va ține în mână sa o lumină aprinsă pentru cei ce văd. Cu această nădejde mângâindu-mă, am vrut să slujesc celor ce călătoresc pe această cărare spre cer și prin ale căror sfinte rugăciuni nădăjduiesc și eu, nevrednicul, să fiu miluit de Mântuitorul nostru în ziua cea mare a Judecării de apoi. Scopul pentru care am vrut să amintesc monahilor și creștinilor despre dreapta socoteală a fost să le fac cunoscută, de la început, această împărăteasă a faptelor bune, pentru a nu uita de această sare care îndulcește jertfa ostenelilor și care o fac a fi bineprimită și plăcută lui Dumnezeu. Căci fără de această sare duhovnicească, după cum spuneam mai sus, toate cele bune se strică și întru vătămare se mută.

LBDIS

We know

Dumnezeiasca Scriptură și Sfinții Părinți numesc dreapta socoteală „soare”². În alt loc, Sfânta Scriptură o numește cârmă a vieții și sfat, zicând: „Cei ce nu au cârmuire cad ca frunzele; Mântuirea stă întru mult sfat.”³ Sfântul Antonie o arată a fi cea mai mare dintre toate faptele bune și o numește „ochi și luminător al sufletului”⁴. Alții i-au zis „izvorul, rădăcina, capul și legătura tuturor virtuților”. Sfântul Petru Damaschin o numește „lumina care arată celui ce o are”⁵. De asemenea, și unii înțelepți profani, vorbind despre dreapta socoteală, au spus: „Perfecțiunea este măsura în toate”, adică știința rară de a da fiecărui lucru și fiecărui act din viață însemnătatea cuvenită – după măsura valorii lui – și de a nu amesteca lucrurile mărunte cu cele de preț. Tot ei au mai numit-o „știința desăvârșirii”.

Sfântul Maxim Mărturisitorul ne spune că „dreapta socoteală naște nepătimirea”⁶. Același sfânt zice că „minte deprimată cu făptuirea înainteză în dreapta socoteală”⁷. Avva Serapion spune că „darul deosebirii (dreptei socoteli) îl câștigă omul atunci când nu va crede părerii sale, ci va urma în toate învățăturii Părinților celor iscusii”⁸. Avva Moise spune aproape același lucru ca Avva Serapion: „Dreapta socoteală nu se câștigă decât prin smerenie, care ne face să arătăm Părinților nu numai faptele, ci și gândurile noastre și să nu ne încredem în părerea noastră nicidecum; ci în toate să urmăm povățuirile bătrânilor și să credem că este bun ceea ce vor socoti ei ca atare. Aceasta nu numai că face pe monah să rămână neabătut de la calea cea dreaptă, prin discernământul adevărat,

ci îl și păzește nevătămat de toate cursele diavolului.”⁹ La fel cu Avva Moise, dumnezeiescul Părinte Ioan Scărarul spune că „din ascultare se naște smerenia; iar din smerenie, dreapta socoteală”¹⁰.



CUM NE FOLOSIM DE DREAPTA SOCOTEALĂ

Frați creștini, până aici am adunat câteva mărturii din Sfânta Scriptură și de la Sfinții Părinți despre numirile dreptei socoteli, precum și despre virtuțile din care se naște această minunată și cuprinzătoare faptă bună. În continuare vom arăta câte ceva despre felul cum trebuie să se folosească cineva de dreapta judecată, în lucrarea tuturor faptelor bune.

Pentru a înțelege mai limpede cele ce se vor arăta, trebuie să cunoaștem că sufletul are trei părți: partea rațională, partea mândioasă și partea poftitoare. De asemenea, trebuie să avem grijă și de cele necesare trupului nostru. Felul în care trebuie să chivernisim, cu dreaptă socoteală, cele trei părți ale sufletului și trupului nostru ni-l arată dumnezeiescul Părinte Maxim Mărturisitorul, zicând: „De vrei să fii drept, dă fiecărei părți din tine, adică sufletului și trupului, cele de care sunt vrednice. Părții raționale a sufletului dă-i citiri, vederi duhovnicești și rugăciuni; iuțimii dă-i dragoste duhovnicească ce se opune urii; părții poftitoare dă-i cumpătare și înfrânare; iar

L'RDIS

We know

trupului, hrană și îmbrăcăminte, atât cât îi sunt de trebuință.”¹¹

De mare grijă avem nevoie pentru a întrebuița în orice loc și timp dreapta socoteală în vorbire, deoarece, după mărturia Sfintei Scripturi, moartea și viața sunt în puterea limbii, iar cei ce își stăpânesc limba vor mânca roadele ei¹². Dumnezeiasca Scriptură, arătând marele folos pe care-l dobândește omul din paza cuvintelor sale, zice: „Cel ce își păzește gura sa își păzește sufletul.”¹³ Iar Dumnezeiescul Apostol Iacov, arătând cât de mare este valoarea dreptei socoteli în cuvânt, zice: „De nu greșește cineva în cuvânt, acela este bărbat desăvârșit, puternic a-și înfrâna și tot trupul.”¹⁴ Sfântul Ioan Scărarul, arătând că de multe ori slava deșartă îndeamnă pe om la vorbă multă, zice: „Multa vorbire este scaun al slavei deșarte”¹⁵, iar Sfântul Talasie zice: „Când vorbești, alege din cele cinci feluri de vorbire numai trei, de al patrulea nu te folosi des, iar de al cincilea fugi.”¹⁶ Clement Vlemide arată cele cinci feluri de vorbire: **numire**, când numim pe cineva; **întrebare**, când întrebăm pe cineva; **rugare**, cu care ne rugăm de cineva; **hotărâtor**, când hotărâm și vorbim în mod sigur și **poruncitor**, când poruncim în mod autoritar. El zice: „Folosește în vorbirea ta numai primele trei, iar modul hotărâtor și poruncitor nu le folosi.”¹⁷

Ca și în vorbire, și în tăcere ne trebuie dreaptă socoteală. Cu toate că această faptă bună este de mare folos celui ce se nevoiește pentru mântuirea sufletului său, uneori însă, de nu o vom face

cu dreaptă socoteală și bună-cuviință, ne poate aduce pagubă și păcat. Dumnezeiescul Părinte Isaac Sirul zice că „tăcerea este ajutătoare în lucrurile cele bune, mai înaltă decât toate lucrurile monahale”¹⁸; „tăcerea este taină a veacului viitor”¹⁹. De aceea, fiecare să-și cerceteze gândurile care îi vin în inimă, căci multora dintre ele nu este bine a le da drumul să iasă din gură. Sfântul Isaac Sirul, arătând că nu se cade celui nesporit în lucrare să vorbească, zice: „Dacă nu ai lucruri, nu vorbi despre fapta bună.”²⁰ De asemenea, Sfântul Nicodim Aghioritul zice: „Desprinde-te a tăcea, chiar acolo unde nu e rău să vorbești; numai să nu fie tăcerea ta pricină de vătămare duhovnicească, ție și celorlalți.”²¹ O cumpănă foarte folositoare între vorbire și tăcerea cea cu dreaptă socoteală ne-o arată dumnezeiescul Părinte Pimen cel Mare, Egipteanul, zicând: „Cel ce vorbește pentru Dumnezeu bine face; iar cel ce tace pentru Dumnezeu, asemenea.”²²

Să însemnăm puține cuvinte și despre înfrânare, căci și ea, de nu va fi condusă de dreapta socoteală, ne va aduce mai mare pagubă decât folos pentru mântuirea sufletului nostru. Zic Sfântul Vasile și alți Sfinți Părinți: „Câtă deosebire are arama de fier și fierul de vreascuri, atâta deosebire se află în alcătuirea unui trup și a altuia.”²³ Atunci oricine poate înțelege că nu se potrivește înfrânarea de la mâncare, băutură și somn la toți, deopotrivă; ci după starea și puterea fiecăruia. Acest lucru îl arată tot Sfântul Vasile cel Mare: „Înfrânarea trebuie să se măsoare pentru fiecare, potrivit cu puterile trupului său.”²⁴ Apoi adaugă: „Fiecăruia

L'RDIS

We know

monah și credincios să-ți hotărască duhovnicul lui măsura la hrană, la băutură și la somn și numai duhovnicul poate dezlega să mănânce sau să doarmă mai mult sau mai puțin.”²⁵



MĂSURA CEA BUNĂ DIN VIAȚA NOASTRĂ

Noi trebuie să avem dreaptă socoteală nu numai în gândire, vorbire, tăcere, mâncare, băutură și somn, ci și în toate ostenele trupești. De aceea, dumnezeieștii Părinți ne sfătuiesc a ne sili în toate să câștigăm dreapta socoteală, zicând: „Suntem datori deci să dobândim, cu toată puterea și cu toată sârguința, darul deosebirii, care ne va păzi nevătămați de întinderea peste măsură spre amândouă părțile. Căci despre amândouă zic Părinții că sunt la fel de vătămatoare, atât întinderea peste măsură a postului, cât și săturarea pântecelui; atât privegherea peste măsură, cât și săturarea de somn și, la fel, toate trecerile peste măsură. Am cunoscut pe unii care n-au fost biruiți de îmbuibarea pântecelui, dar au fost doborâți de postul peste măsură și s-au rostogolit spre aceeași patimă a îmbuibării pântecelui, din slăbirea ce le-a venit în urma postirii fără măsură. Îmi aduc aminte că și eu am pătit una ca aceasta. Așa de mult mă înfrânam, încât uitam de trebuința hranei până și două-trei zile și nicidecum n-aș fi dorit hrană, de nu m-ar fi îndemnat alții să mănânc. Și

larăși, din uneltirea diavolului, așa fugise somnul de la mine încât, foarte multe nopți de-a rândul, rămâneam nedormit și rugam pe Dumnezeu să-mi facă parte și mie de puțin somn. Mai greu m-am primejduit din pricina nemâncării și a privegherii peste măsură decât din pricina îmbuibării pântecelui și a somnului mult.”²⁶

Iubiți credincioși, după cum vedem din mărturiile de mai sus, ale Sfintei Scripturi și ale Sfinților Părinți, mare nevoie avem de a afla calea de mijloc care duce pe om la mântuirea sufletului său. Să ne rugăm Preabunului și Preaînduratului nostru Mântuitor și Preasfintei Sale Maici să ne ajute și nouă, celor neputincioși și nevrednici, să dobândim – măcar cât de puțin – darul deosebirii (dreptei socoteli), spre a nu ne abate nici spre dreapta, nici spre stânga, în toate faptele noastre trupești și sufletești. De aceea, în toată vremea ne trebuie mare grijă și atenție. Acest lucru îl adevărește dumnezeiescul Părinte Isaac Sirul, zicând: „La tot pasul pe care-l faci, cercetează-te de umbli în calea cea dreaptă sau te-ai abătut pe vreo cărare greșită.”²⁷

SLAVA DEȘARTĂ

*Când faci binele pentru lauda
oamenilor*

Iubiți credincioși, în dumnezeiasca Evanghelie se găsesc o mulțime de învățături despre smerenie și slava deșartă. Oare v-ați întrebat vreodată pentru care pricină Mântuitorul nostru Iisus Hristos, după ce făcea unele minuni preaslăvite, voia să se ascundă și să se facă neștiut?

Odată, Mântuitorul, după ce a vindecat doi orbi, le-a poruncit cu asprime, zicând: „Vedeți, nimeni să nu știe.”²⁸ Altădată, vindecând un lepros, i-a spus: „Vezi, nu spune nimănui.”²⁹ Iar altă dată, după ce a făcut preaslăvita minune a înmulțirii pâinilor, hrănind cu cinci pâini și doi pești aproape cinci mii de bărbați, afară de femei și copii, a fugit de la locul unde a făcut aceasta, ducându-se cu corabia pe celălalt mal al Galileii³⁰. A vindecat apoi un surdo-mut, poruncindu-i: „Să nu spui nimănui” și un slăbănog la Vitezda, ascunzându-se după aceasta printre oameni³¹. A vindecat pe fiica cananeencei și toată lucrarea minunii a pus-o pe seama credinței ei³². Ba, mai mult, i-a certat chiar și pe diavoli când aceia îi arătau că El este Fiul lui Dumnezeu³³.

Mântuitorul nostru a făcut toate acestea ca să ne învețe să fugim de prăpastia slavei deșarte,

în toată viața pământească, Domnul nostru Iisus Hristos rămânând pildă de urmat pentru toate veacurile.



CE ESTE SLAVA DEȘARTĂ?

Sfântul Ioan Scărarul spune astfel: „Slava deșartă, după chipul ei, este schimbarea firii, răvrătirea năravurilor. Iar după calitatea sa, este risipirea ostnelilor, pierderea sudorilor, răpirea comorilor sufletești, fiica necredinței, înaintemergătoare a trufiei, scufundarea la liman, o furnică în arie care, deși pare mică, răpește toată osteneala și tot rodul. Furnica așteaptă să fie adunat grâul, iar slava deșartă, să fie adunată bogăția faptelor bune. Aceasta se bucură că va avea ce fura, iar aceea că va avea ce irosi. Orice om căruia îi place să se arate este stăpânit de slava deșartă. Postul celui cu slavă deșartă rămâne fără plată și rugăciunea lui fără rod. Căci și una, și alta le face pentru a-l lăuda oamenii.”³⁴

Sfântul Ioan Gură de Aur spune la rândul său: „Cumplit lucru este pofta slavei deșarte, cumplit lucru și plin de răutate. Se spune că această fiară neîmblânzită este cu anevioie de smuls și are multe capete care se întrarmează împotriva celor ce o hrănesc pe ea. Precum viermele care se numește cariu roade lemnul din care se naște, și precum rugina mănâncă fierul din care se face, tot astfel și slava deșartă pierde sufletul celui ce

o hrănește. Pentru aceea avem nevoie de multă râvnă ca să stingem patima.”³⁵ Sfântul Ioan Scărarul arată că deosebirea dintre slava deșartă și mândrie este precum cea dintre copil și bărbat, sau dintre grâu și pâine.

Noi știm că dacă s-a născut un copil, parte bărbătească, și dacă trăiește și crește, va ajunge bărbat desăvârșit. La fel, grâul se numește pâine chiar înainte de a fi pâine, căci dacă strângem grâul de pe câmp, îl treierăm, îl măcinăm, facem făină din el, îl plămădim și facem aluat pe care îl coacem în cuptor, el va ajunge pâine. Tot astfel se întâmplă și cu slava deșartă. Dacă o hrănim în sufletul nostru, ea ajunge mândrie, care este cel mai greu păcat, păcat ce a adus îngerilor căderea în iad și strămoșilor noștri căderea din Raiul lui Dumnezeu. Acest lucru îl adevărește și Sfântul Ioan Scărarul care zice: „Slava deșartă este începutul, iar mândria este sfârșitul.”³⁶

Mântuitorul a înarmat pe Sfinții Săi Ucenici și Apostoli, precum și pe toți cei ce credeau în El, împotriva acestei blestemate patimi, zicând: „Iar tu când postești, unge-ți capul tău și fața ta o spală, ca să nu te arăți oamenilor că postești, ci Tatălui tău Cel ce este întru ascuns. Și Tatăl tău Cel ce vede întru ascuns îți va răsplăti ție la arătare.”³⁷ Tot la fel le spune despre rugăciune: „Tu însă, când te rogi, intră în camera ta și încuie ușa ta, roagă-te Tatălui tău Care vede întru ascuns și îți va răsplăti ție.”³⁸ Asemănător le spune și despre milostenie: „Tu însă, când faci milostenie, să nu știe stânga ce face dreapta. Nu trâmbița înaintea

ta precum fac fățarnicii în sinagogi și pe ulițe, ca să fie slăviți de oameni. Adevăr grăiesc vouă că își iau plata lor.”³⁹

Din cele arătate până aici vedem foarte clar că Mântuitorul nostru Iisus Hristos ne învață adevărat nu numai cu pilda vieții Sale, ci și cu cuvântul să fugim de lauda oamenilor și de prăpastia cea mare a slavei deșarte. Citind Sfânta Scriptură, se vede că în toată vremea El căuta să ascundă minunile și facerile Sale de bine către oameni, ca să ne dea pildă, pentru a nu pierde osteneala faptei bune și răsplata noastră din veacul viitor.

Frații mei, mare întemeiere a minții ne trebuie și de mare pază a inimii avem nevoie când vom lucra faptele bune în văzul oamenilor, deoarece vrăjmașul nostru, diavolul, foarte ușor ne poate fura folosul faptei bune prin iubirea de arătate.

Trebuie să fim cu luare-aminte pentru a nu fi jefuiți, deoarece blestemata iubire de slavă deșartă este mai grea chiar decât iubirea de argint, după mărturia Sfântului Ioan Gură de Aur care zice: „Cel ce vrea poate lesne a defăima banii, dar pentru a scăpa de slava deșartă este nevoie de multă osteneală.”⁴⁰

Sfinții Părinți arată că omul care lucrează fapta bună, de nu o va ascunde sau de nu o va face numai cu scopul de a plăcea lui Dumnezeu, este asemenea celui ce seamănă sămânța deasupra pământului și, neacoperind-o cu grijă, vin păsările cerului și o mănâncă. Atunci toată osteneala rămâne în zadar.