

PRACTICA VIETII MONAHALE

Ediție tipărită cu binecuvântarea Preasfințitului Părinte

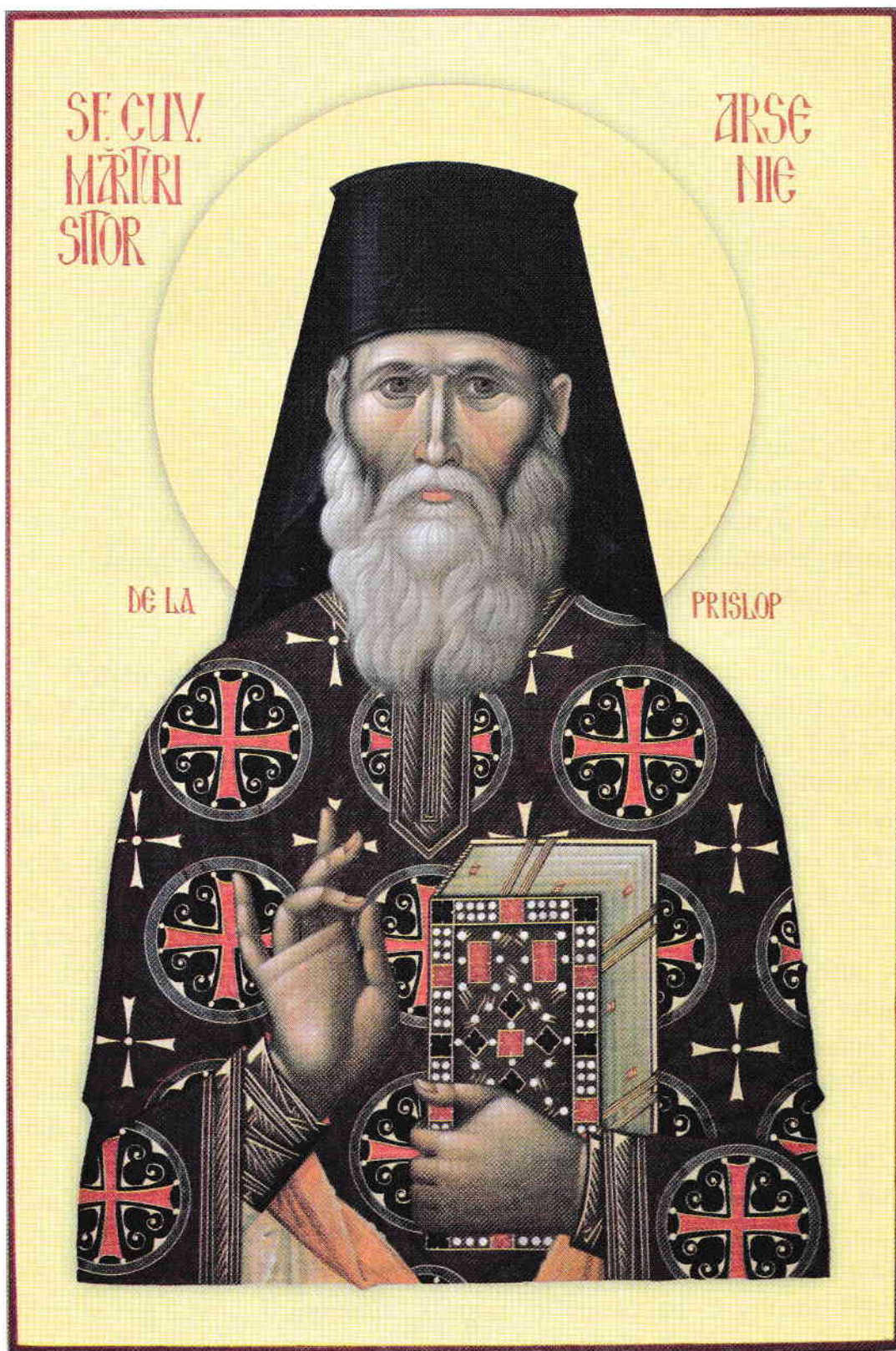
† Nestor

Episcopul Devei și Hunedoarei



Editura Episcopiei Devei și Hunedoarei

2025



Icoana Sfântului Cuvios Mărturisitor
Arsenie de la Prislop

CUPRINS

Cuvânt înainte	7
I. Îndrumări în viața monahală	13
1. Despre lepădarea de lume	15
2. Despre lepădarea de sine.....	15
3. Despre sfaturile evanghelice și voturile monahale	16
4. Despre post și rugăciune	18
5. Războiul nevăzut – sau – despre ispite	19
6. Treptele viețuirii duhovnicești	21
7. Spovedania deasă și despre cercetarea conștiinței.....	22
8. Despre răbdare, mândrie, smerenie, tăierea voci și smerita cugetare ...	23
9. Purtarea monahului față de superiorii săi, față de obște, față de ascultări și față de bunurile mănăstirii	25
10. Purtarea monahului față de rude, prieteni, cunoscuți și față de credincioșii care vin la mănăstire.....	26
11. Purtarea monahului în lume.....	27
12. Tâlcuirea rânduielii intrării în monahism	28
13. Votul ascultării și personalitatea monahului. Poate înceta obligativitatea voturilor monahale?.....	37
14. Chipul cel dinăuntru și cel din afară al monahului	40
15. Rostul și însemnătatea monahismului.....	42
16. I. Despre lepădarea de lume (mai detaliat)	45
17. II. Despre lepădarea de sine (mai detaliat)	49
18. III. Sfaturile evanghelice și voturile monahale (mai detaliat)	54
19. IV. Despre post și rugăciune (mai detaliat)	62
20. V. Războiul nevăzut (mai detaliat)	69
II. Momentul morții și „memento mori”	77
1. Momentul morții și „memento mori”	79
2. Cea de-a doua extremă a stării sufletelor, la ieșirea lor din trup.	84

III. Îndrumări, însemnări, meditații	89
1. Prea Sfințite Stăpâne,.....	91
2. În atenția conducerii – administrative și duhovnicești	94
3. „Gândurile” și viclenia lor	97
4. Fragment dintr-o scrisoare.....	101
5. „Toți sunteți fiii lui Dumnezeu prin credința în Iisus Hristos”.....	102
6. Despre porunca iubirii în călugărie.....	107
7. Lepădarea de sine.....	111
8. Ascultarea și „tăierea vocii”	118
9. „Aproapele”	121
10. Noi suntem ajutoare de muncă... (Împreună-lucrători).....	125
11. Lauda și ocara și smerenia	127
12. Avva Antonie.....	128
13. Avva Apollo.....	131
14. Avva Ishirion	133
15. Gânduri călugărești de Crăciun.....	134
16. Temelii călugărești.....	137
17. Cuvânt.....	142
18. Fragmente	143
IV. Postfață	151
1. Avva Arsenie cel Mare și Părintele Arsenie Boca.....	151
2. Deschizând ușile împărătești ale prezentului.....	153
Cuvânt înainte la ediția 2019	157
V. Facsimile	161



DESPRE LEPĂDAREA DE LUME

Lumea este lucrarea lui Dumnezeu, dar stricăciunea din lume este lucrarea păcatului.

Călugării fug de stricăciunea din lume, pentru că aceasta desface pe oameni de Dumnezeu. Iar pentru că stricăciunea este așa de tare țesută cu lumea, călugării se leapădă de lume.

Aceasta pe scurt.

Mai pe larg fuga de lume se petrece așa:

La vârsta minții se trezește în noi și conștiința de creștini. Conștiința aceasta e un dar al Botezului. De acum doi inși ne cheamă: Dumnezeu și lumea, fiecare în partea sa. Dumnezeu ne cheamă prin conștiință, iar lumea prin trup. Aflându-ne în această cumpănă sufletească avem, prin urmare, libertatea de-a alege modul nostru viitor de viață. Dacă am vrea să trăim în lume o viață creștină vedem primprejur, sau chiar în casa noastră, că obiceiurile și îndeletnicirile din lume ne-ar birui și am sfârși prin a trăi și noi „ca toată lumea.” Dacă însă chemarea conștiinței e mai tare către Dumnezeu, decât chemarea trupului către lume, atunci ne lepădăm de lume, vindem tot ce avem și venim într-o mănăstire să urmăm lui Hristos.

Lepădarea de lume este, prin urmare, un act de libertate a conștiinței, o convingere. Nici un alt motiv nu e temeinic ca acesta.

Iată primul pas către Împărăția lui Dumnezeu.

DESPRE LEPĂDAREA DE SINE

„Cine vrea să vie după Mine să se lepede de sine, să-și ia crucea sa, în fiecare zi, și să-mi urmeze Mie”¹.

Lepădarea de lume are două trepte. Întâi ne lepădăm de lumea din afară și de tot ce ne-ar putea ține legați de ea. În al doilea rând ne lepădăm și de toate asemănările noastre lăuntrice cu lumea. Acestea sunt patimile, năravurile și toate slăbiciunile noastre personale. Dacă am rămâne în lume, acestea ne-ar face „una cu lumea.” Dacă însă vrem să urmăm lui

¹ Luca 9,23.

Iisus, atunci trebuie să desăvârșim lepădarea de lume cu lepădarea de sine.

„Sinea” aceasta este eul, – egoismul; este iubirea și încântarea de sine; e suportul plăcerii și al complăcerii în lumea aceasta. Egoismul este rădăcina tuturor patimilor. Iar lepădarea de sine este uscarea acestei rădăcini și prima condiție a urmării lui Hristos.

Dacă ieșim din lume scăpăm de vedere și de auzire. Cu acestea mai slăbesc puțin și patimile noastre. Dar, ca să ne desprindem deplin din puterea lor, trebuie să tăiem odrăslirile și rădăcina, prin nevoința de fiecare zi, a lepădării de sine. Prilejurile de fiecare zi, ale vieții de obște, toate, ne îmbie o lepădare de sine. Aceasta e simțită de firea noastră cea pieritoare ca o cruce, pe care de fapt, moare omul nostru cel vechi. Nu putem urma lui Iisus decât omorând în tot ceasul patimile noastre. Pentru început urmarea lui Iisus chiar rostul acesta îl și are: de a ne desprinde firea de patimi; iar, în locul lor, a deprinde virtuțile.

Lepădarea de sine nu este neputință sau înfrângere. Dimpotrivă, e descătușarea unei foarte mari puteri sufletești. Mărturie la îndemână ne stau înseși prilejurile: dacă le câștigăm, adică ne comportăm prin ele după Duhul lui Dumnezeu simțim în suflet o pace și o creștere sufletească; pe când dacă le pierdem, adică ne comportăm după om, sau după patimă simțim o tulburare, o mustrare de conștiință și o împuținare sufletească.

Lepădarea de sine dovedește credința și dragostea ce o avem către Iisus. Din acestea izvorăște o mare tărie sufletească. Lepădarea de sine trebuie să ne-o facem a doua natură, ca să ne însoțească toată calea călugăriei și prin care se și caracterizează călugăria.

Așa seacă izvorul și rădăcina patimilor.

DESPRE SFATURILE EVANGHELICE ȘI VOTURILE MONAHALE

Iisus a dat porunci și sfaturi și pildă cu viața Sa. În acestea a descoperit toată voia lui Dumnezeu către oameni, ca să se mântuiască. Poruncile asigură mântuirea pentru toată lumea, iar sfaturile evanghelice privesc desăvârșirea.

Sfaturile evanghelice sunt acestea: sărăcia de bună voie, viața fără prihană și ascultarea necondiționată. Pe sfaturile evanghelice se întemeiază călugăria. Cinul monahal urmărește deci trăirea creștinismului

până la măsurile desăvârșirii. Dar, ca să facă firea omenească o cale atât de lungă, trebuie bine înțelese mijloacele, cât mai bine limpezite și întărite convingerile și foarte bine cunoscută calea.

Mai întâi nu putem fi de-a dreptul ucenicii lui Iisus, cum au fost apostolii, dar putem fi niște ucenici mai smeriți ai unui slujitor al lui Iisus, cum este duhovnicul. Călugăria nu se învață atât din cărți, cât din această ucenicie.

Voturile, sau făgăduințele monahale, au rostul acesta: de-a desprinde, rând pe rând, patimile, care strică firea noastră și primejduiesc mântuirea. Primejdia cea mai mare a patimilor de căpetenie este aceasta că duc sufletul la necredința în Dumnezeu, prin faptul că prind sufletul și trupul numai de viața aceasta deșartă.

Știind Iisus că patimile opresc sufletul de la calea sa, – întrucât îl lipesc de viața aceasta –, ne-a cerut să ne lepădăm de tot ce avem, să urâm familia, ba să urâm și propria noastră viață, în condițiile lumii acesteia.¹ Călugăria stabilește o altă înrudire între oameni, rudenia cea după Duh. Căsătoria și copiii îi părăsești înainte de a-i avea: n-o iei pe calea aceasta. Aceasta este ura sfântă pe propria ta viață, văzută după modul veacului acesta. Aci își dovedesc sfaturile evanghelice temeiul. Astfel: sărăcia de bună voie ne izbăvește de lăcomie, de iubirea de argint și de lene. Fecioria biruie desfrânarea. Iar ascultarea necondiționată omoară mândria, invidia, mânia, slava deșartă și întristarea.

Dintre cele trei făgăduințe cea mai grea e ascultarea, pentru că are de biruit mai mult patimile minții, care „discută” cu Dumnezeu, în loc să asculte fără discuție. Nici o patimă nu vrea să părăsească firea, fără nevoie, adică silințe ale conștiinței, întărite de voință. Din pricina acestei lupte între convingeri și patimi, călugăria e dătătoare de har și e numărată la Taina Pocăinței.

Ascultarea este pretutindeni o temelie a rânduielii în societatea omenească. Dar, în călugărie, ascultarea mai are ceva fundamental deosebit: e o ascultare din convingerea că, prin conștiința starețului sau duhovnicului, îți grăiește Însuși Hristos. Orice abatere de la acest gen de ascultare atrage o întărire a patimilor și o slăbire a sufletului.

Iată înțelesul călugăriei.

¹ Luca 14,26-27 și 33.

DESPRE POST ȘI RUGĂCIUNE

Postul e vechi, începe odată cu omul. E prima poruncă de stăpânire de sine.

Postul și rugăciunea sunt două mijloace prin care ne curățim firea de patimi.

Toți oamenii care s-au apropiat de Dumnezeu și-au smerit sufletul cu rugăciune și post. Și Iisus a postit 40 de zile, punând postul începătură a vestirii Împărăției lui Dumnezeu, – deși Lui nu-I trebuia, fiind nepătimaș.

Temeiurile mai adânci ale postului și rugăciunii le găsim tot la Botez. Adâncul ființei noastre, prin Botez se îmbracă în Hristos. În acest „adânc al minții”, sau în „altarul inimii” – după expresiile Părinților –, Se sălășluiește Hristos, izgonind afară pe Satana, care se retrage în simțuri. De aci puterile protivnicului, patimile, se silesc să învăluie mintea și să prindă voința din nou în mreșile sale.

Cu trupul însă nu putem trata decât prin post. El nu știe și nu recunoaște convingeri. De aceea el trebuie uscat – încetul și cu socoteală –, fiindcă, în mocirla uscată porcii patimilor nu mai vin să se scalde.

Ca să zădărniciim puterea protivnică, ce lucrează prin simțuri patimile plăcerii, prin post slăbim aceste simțuri și înclinarea lor către plăcere. Un organism topit cu postul nu mai are putere să schimbe convingerile conștiinței.

Dar mai bine de jumătate din numărul patimilor sunt ale minții. Postul lucrează și asupra acestora. „E lucru de mirare, zice Sfântul Ioan Scărarul, că mintea, fiind netrupească, de la trup se spurcă și se întunecă; și că, dimpotrivă, cea nematerialnică, de la țărână se subțiază și se curăță.”¹

Ochii văd lucrurile, mintea vede gândurile. Postul curățește ochiul, rugăciunea curățește mintea. Aci nu vorbim de rugăciuni care cer lucruri materiale, nici de rugăciunea care dă drumul închipuirii, după cum nu vorbim nici de rugăciunea liturgică, ci numai de rugăciunea minții. La intrarea în călugărie, rugăciunea vameșului, completată poate chiar de Iisus, e numită deodată cu metaniile: sabia Duhului Sfânt. Rugăciunea minții este: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul.”

Cu numele lui Iisus, spus întâi cu gura, apoi cu mintea, pătrundem din afară spre înăuntrul nostru, către Iisus, Care, El, la rugăciunea noastră,

¹ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara*, în *Filocalia*, vol. IX, cap. XIV, 23.

bate război cu protivnicul din gânduri și ne izbăvește de asuprelile patimilor. Rugăciunea minții, sau a inimii are temeiul acesta, descoperit de Însuși Iisus, că „Fără Mine nu puteți face nimic”¹, în privința izbăvirii de patimi, deci în privința mântuirii.

Rugăciunea minții are și stări superioare, când, rărindu-se patimile, se deapănă de la sine, fără cuvinte, într-o nesfârșită dragoste de Dumnezeu, de oameni și de toată făptura.

RĂZBOIUL NEVĂZUT SAU DESPRE ISPITE

Sufletul este mai de preț decât toată materia lumii, pentru că în el e sădită, de la obârșie, posibilitatea desăvârșirii. Pe de altă parte și „firea întregă suspină după arătarea fiilor lui Dumnezeu”², adică după îndumnezeirea omului.

În cale stă însă infirmitatea firii și o putere protivnică, nevăzută, care caută să frâneze sufletul de la un zbor mai înalt decât viața veacului acestuia. Și, fiindcă puterile nu erau egale, Dumnezeu S-a făcut Om și ca Om a biruit pe ispititorul, învățându-ne și pe noi lupta. A întărit firea noastră, sălășluindu-Se întru noi, prin Botez – făptură nouă, ascultătoare de Dumnezeu.

Iar de la noi atâta se cere: să punem în lucru aceste ajutoare.

Tot războiul protivnicului urmărește scoaterea sufletului din ascultarea de Dumnezeu; și toată nevoița călugărului e să sporească această ascultare. Protivnicul are două feluri de ispite: prin plăcere și prin durere. Cu primele umblă să ne amăgească, iar cu celelalte să ne constrângă să socotim plăcerea ca „bine” și durerea ca „rău.” Cu această meșteșugire ar restrânge năzuințele sufletului numai la o „viață comodă” în veacul acesta. Iar călugărul are către primele: nevoițele înfrânării, pentru dragostea de Dumnezeu, iar către celelalte: lepădarea de sine, pentru dragostea de oameni.

Dacă vede vicleanul că nu isprăvește surprare cu ispitele, atunci aruncă în minte hule împotriva lui Dumnezeu. Scrâșnirile acestea, ale

¹ Ioan 15,5.

² Romani 8,19-21.

celui mândru, să nu sperie pe nimeni, căci nu spurcă pe om, și nici să nu le băgăm în seamă.

Dar nici o viață sporită nu e cruțată de bântuiei: fie cu vedenii amăgitoare, trăgând către slava deșartă, fie cu înfricoșări grozave, ducând către ieșirea din minți. În calea celor dintâi avem lepădarea de vedenii, că mai de folos este a ne vedea păcatele decât a vedea îngeri, iar în calea celor de al doilea, lepădarea de sine în grija lui Dumnezeu.

Pe „puțin credincioși” și molateci, vicleanul îi scoate din luptă cu evidența neputinței, cu care îi aruncă în deznădejde, iar către smerenie le închide calea, prezentându-le-o umilire. Pe calea aceasta îi macină sufletește între deznădejde și nemulțumire, de unde dau în mania persecuției. Adună la conflicte, se închid sufletește în prejudecăți; așa alunecă din cale sfântă în cale profană sau chiar clinică. La aceștia lepădarea de sine a fost mereu un lucru de silă, sau fără convingere.

În rezumat, ispitele acestea fac: aleg trebnicii de netrebnici. Întrunii ispitele desăvârșesc ascultarea și dragostea de Dumnezeu în suflet; iar în ceilalți le șterg pe acestea și pun în loc ascultarea și dragostea de sine. Ispitele descopăr ceea ce este în inima omului. „Drepte sunt căile Domnului și cei drepti merg pe ele, dar îndărătnicii, pe aceleași căi, se poticnesc și cad.”¹

Pentru calea călugăriei trebuie, prin urmare, sănătate deplină și maturitate de minte. Viața duhovnicească nu se deschide decât în sufletul care are curajul umilinței. „Înjosirea în fața lui Dumnezeu, disprețul de sine și lepădarea voinței proprii, iată cele trei arme ale sufletului.”²

De aceea, în calea lui Dumnezeu să fii neclintit-neabătut: nici de plăcere, nici de durere. Dar „să știi că a rămâne în picioare nu e treaba ta, nici a virtuții tale, ci a harului Aceluia care te ține în brațele Sale, ca să nu cazi în întristare.”³

Deplin izbăvit de lupte nu este om pământean; nici nu trebuie să fie. Altfel n-ar mai fi luptă, nici ucenicie, nici sporire. N-ar mai trebui nici harul neîncetat de la Dumnezeu. Omul nu și-ar mai cunoaște slăbiciunea și nici de smerenie n-ar mai avea trebuință. E mai de preț lupta ca biruința. În luptă vezi ajutorul lui Dumnezeu și te smerești și te umpli de dragoste, pe când biruința pe mulți i-a păgubit.

¹ Oseia 14,10.

² *Patericul egiptean*, Avva Pimen, 36.

³ Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre nevoințe*, în *Filocalia*, vol. X, cap. XLIX.

Pe această cale nu poți călători fără primejdie, decât condus de mâna nevăzută a lui Dumnezeu, prin conștiința unei călăuze.

TREPTELE VIETȚURII DUHOVNICEȘTI

Este o singură viață duhovnicească, pentru că este un singur Duh. Deprinderea și trăirea ei însă este treptată, pe măsură ce ne curățim de patimi. Iar acesta este numai începutul.

Perioada de timp, caracterizată prin lupta cu patimile, se numește **asceză**, luptătorul **ascet**, iar totalitatea învățămintelor se numește **ascetică**. (Cuvântul asceză e grecesc și însemna la început exercițiu fizic. Apoi a căpătat înțelesul de exercițiu moral, cu care l-au luat mânăstirile, desăvârșindu-i înțelesul de totalitate a nevoițelor prin care se izbăvește firea de patimi.)

Asceza, prin urmare, este perioada de vreme, în care, preocuparea de căpetenie a monahului este curățirea de patimi. Chiar termenul de curățire are și el două vârste și s-a încetățenit sub numele latin de **purificare**. Perioada ascetică cuprinde: **purificarea activă**, în care intră toate nevoițele din partea omului, și: **purificarea pasivă**, adică o curățire a firii de patimi, dincolo de puterile omului, pe care o face Dumnezeu Însuși. El își face „loc” curat în cei ce-L caută cu dragostea, dar, puterile lor nemai-ajungând pentru aceasta, ei trebuie să sufere curățiri mai presus de fire, ca să poată locui în ei, cu slavă, Cel mai presus de fire.

Faza de culminație a ascezei și de adâncire a trăirii duhovnicești se numește **iluminare**. În faza aceasta darurile Duhului Sfânt, primite la Botez, se dezvoltă în toată deplinățata lor și întăresc sufletul pentru și mai grele încercări. În faza aceasta pot apărea amăgiri și daruri extraordinare. Cine le are e sfătuit să nu-și lipească inima de ele, pentru că, nu numai că nu mai înaintează, dar poate pierde și tot ce-a agonisit. Iar calea e din ce în ce mai subțire și tot mai mult trebuie să te lepezi de toate.

Asceza are și un caracter hristologic: în nevoițe nu e numai omul, e și Hristos prezent. În sforțările noastre e prezentă și forța din firea omenească a lui Hristos. Trupul și Sângele Lui din Sfânta Împărtășanie se luptă cu trupul și sângele nostru, împotriva patimilor, sfințind trupul și arzând patimile.