

LBRIS

We know  
books

Mitropolitul  
Antonie al Surojului

RUGĂCIUNEA ȘI  
VIAȚA MODERNĂ

*Rugăciuni alese*

Traducere din limba rusă  
Adrian Tănăsescu-Vlas

editura  
*Σοφία*

București



## CUPRINS

Rugăciunea și viața .....	5
Esența rugăciunii .....	9
Întegrarea rugăciunii în viață.....	23
Cuvintele care ne exprimă .....	53

## RUGĂCIUNI

<b>În timpul zilei .....</b>	<b>79</b>
Înainte pravelei de dimineață.....	80
Înainte rugăciunii de seară.....	87
Înainte de a ne ruga cu cuvintele sfinților.....	89
După ce ne-am rugat cu cuvintele sfinților.....	90
Către sfântul alcătuitor al rugăciunii	93
Înainte citirii Evangheliei .....	94
După citirea Evangheliei.....	95
<b>Despre vindecarea trupească și sufletească.....</b>	<b>97</b>
Aș vrea să iert.....	103
Rugăciuni pentru făcătorii de pace ..	109
Rugăciuni de iertare.....	113
Rugăciuni pentru adormiți.....	115



## RUGĂCIUNEA ȘI VIAȚA

Rugăciunea înseamnă pentru mine relație personală. Nu am fost credincios, însă L-am descoperit deodată pe Dumnezeu, și El mi S-a înfățișat îndată ca valoare supremă și întreg sens al vieții, dar totodată și ca persoană. Cred că rugăciunea nu înseamnă nimic pentru cel pentru care nu există obiect al rugăciunii. Nu îl puteți învăța să se roage pe omul care nu are simțirea lui Dumnezeu Celui Viu; îl puteți învăța să se poarte întocmai ca și cum ar crede, însă aceasta nu va fi mișcare vie, așa cum este rugăciunea adevărată.

De aceea, ca introducere la aceste cuvinte despre rugăciune, aș vrea să vă transmit tocmai convingerea mea despre realitatea personală a unui Dumnezeu cu Care poate fi stabilită o relație. După aceea, îl voi ruga pe cititor să Îl privească pe Dumne-

© Editura Sophia, pentru prezenta ediție

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
ANTONIE DE SUROJ, mitropolit

Rugăciunea și viața modernă: rugăciuni alese /  
Mitropolitul Antonie al Surojului; trad. din lb. rusă:  
Adrian Tănăsescu-Vlas – București: Editura Sophia, 2026  
ISBN 978-630-346-066-6

I. Tănăsescu-Vlas, Adrian (trad.)

zeu ca pe o persoană vie, ca pe un vecin, și să exprime această cunoaștere a sa în aceleași categorii în care își exprimă relația cu un frate sau un prieten. Cred că acesta este lucrul cel mai important.

Una dintre cauzele care face rugăciunea – publică sau privată – să pară atât de moartă sau atât de formală este aceea că prea des lipsește actul închinării la Dumnezeu săvârșit în inima care comunică cu El. Fiecare expresie – prin cuvânt sau faptă – poate fi de ajutor, dar toate acestea nu fac decât să exprime principalul, și anume profunda tăcere a comunicării.

Din experiența relațiilor omenești știm cu toții că dragostea și prietenia sunt profunde atunci când putem tăcea împreună – iar dacă pentru a menține contactul avem neapărată nevoie să vorbim, trebuie să recunoaștem, neîndoielnic și cu amărăciune, că relația respectivă rămâne încă una superficială. De aceea, dacă vrem să ne închinăm lui Dumnezeu rugându-ne, trebuie întâi de toate să învățăm să simțim bucurie pe urma faptului de a rămâne cu El în tăcere. Lucrul acesta e mai ușor decât poate părea la

început; pentru aceasta e nevoie de puțin timp, puțină încredere și hotărârea de a începe.

Odată, parohul din Ars<sup>1</sup> l-a întrebat pe un țăran bătrân ce face șezând ore întregi în biserică, aparent nici măcar rugându-se; țăranul i-a răspuns: „Mă uit la El, El Se uită la mine, și ne simțim bine împreună.”

Omul acela învățase să stea de vorbă cu Dumnezeu fără a încălca prin cuvinte liniștea apropierei. Dacă ne pricepem să facem asta, putem folosi orice formă de rugăciune – dar, dacă vrem ca rugăciunea să conștească, ca atare, în cuvintele pe care le folosim, vom obosi de ele în mod inevitabil, căci fără adâncimea rugăciunii cuvintele acestea vor fi superficiale și plicticoase.

Câtă însuflare pot aduce însă cuvintele atunci când în spatele lor stă liniștea, când ele sunt pline de *duh drept!*

*Doamne, buzele mele vei deschide și gura mea va vesti lauda Ta (Ps. 50, 17).*

<sup>1</sup> Preot francez din secolul al XIX-lea, canonizat de către catolici (*n. tr.*).



## ESENȚA RUGĂCIUNII

Evangelia după Matei aproape de la început ne pune față în față cu însăși esența rugăciunii. Magii au văzut steaua multășteptată; au pornit la drum fără întârziere ca să Îl afle pe Împărat; au ajuns la iesle, au căzut în genunchi, s-au închinat și au adus daruri; ei au exprimat rugăciunea în toată desăvârșirea ei, adică în vederea duhovnicească și în închinarea cea cu cutremur.

În literatura mai mult sau mai puțin populară, despre rugăciune se spune adesea că ea este o călătorie pasionantă. De multe ori poți auzi: „Învățați să vă rugați! Să te rogi este atât de interesant, atât de pasionant, este descoperire a unei noi lumi; vă veți întâlni cu Dumnezeu, veți găsi calea spre viața duhovnicească.” Într-un anumit sens, este, bineînțeles, adevărat, dar totodată este dat uitării un lucru

mult mai serios: că rugăciunea este o călătorie primejdioasă și că nu putem porni în ea fără nici un risc. Apostolul Pavel spune că *înfricoșat lucru este a cădea în mâinile lui Dumnezeu celui viu* (Evr. 10, 31).

De aceea, a merge cu bună știință la întâlnirea cu Dumnezeu Cel Viu înseamnă a porni într-o călătorie înfricoșătoare: într-un anume sens, fiecare întâlnire cu Dumnezeu e o Înfricoșată Judecată. De fiecare dată când suntem în prezența lui Dumnezeu – ori în Taină, ori la rugăciune – săvârșim ceva foarte primejdios, căci, după cuvântul Scripturii, Dumnezeu foc este. Și dacă nu suntem gata să ne încredințăm fără preget văpăii dumnezeiești și să devenim rugul aprins din pustiie, care ardea și nu se mistuia, văpaia aceasta ne va arde, fiindcă experiența rugăciunii poate fi cunoscută doar dinăuntru și cu ea nu este de glumit.

Apropierea de Dumnezeu este întotdeauna descoperire și a frumuseții lui Dumnezeu, și a depărtării dintre El și noi. „Depărtare” nu este un cuvânt exact, fiindcă ea nu e determinată de faptul că Dumnezeu este sfânt, iar noi – păcătoși. Depărtarea aceas-

ta este determinată de atitudinea păcătosului față de Dumnezeu. Ne putem apropia de Dumnezeu doar dacă facem asta cu conștiința faptului că mergem la judecată. Dacă venim osândindu-ne pe noi înșine, dacă venim pentru că Îl iubim (cu toată lipsa noastră de credință față de El), dacă venim la El iubindu-L mai mult decât iubim bunăstarea în care El nu este, atunci noi Îi suntem deschiși și El ne este deschis, și nu e depărtare între noi; Domnul vine aproape de tot, în dragoste și compasiune.

Dacă stăm însă înaintea lui Dumnezeu în armura trufiei noastre, a încrederii noastre în sine, dacă stăm înaintea Lui ca și cum avem dreptul să facem asta, dacă stăm și pretindem de la El răspuns, atunci depărtarea care desparte făptura de Făcător devine fără de sfârșit.

Scriitorul englez C.S. Lewis spune că în acest sens depărtarea e relativă: când Lucifer a stat înaintea lui Dumnezeu întrebându-L, în clipa în care I-a pus întrebarea sa nu pentru a pricepe cu smerenie, ci pentru a-L sili pe Dumnezeu să îi răspundă, s-a trezit la o nesfârșită depărtare de Dumnezeu.

Dumnezeu nu S-a mișcat, nu s-a mișcat nici satana, dar și fără vreo mișcare ei au ajuns nesfârșit de departe unul de celălalt.

Când ne apropiem de Dumnezeu, contrastul dintre ceea ce este El și ceea ce suntem noi devine cumplit de limpede. Putem să nu ne dăm seama de acest lucru în tot răstimpul când trăim departe, cumva, de Dumnezeu, în tot răstimpul când prezența Lui și chipul Lui rămân tulburi în gândurile noastre și în percepția noastră, însă, cu cât ne apropiem mai mult de El, cu atât mai puternic este contrastul. Nu gândul neîncetat la propriile păcate, ci vederea sfințeniei lui Dumnezeu îi face pe sfinți să își cunoască păcătoșenia. Când ne privim pe noi înșine în lipsa fondului înmiresmat al prezenței lui Dumnezeu, păcatele și virtuțile ne par ceva mărunț și, într-un anume sens, deloc esențial; numai pe fondul prezenței Lui ele se reliefează și își dobândesc toată profunzimea și tragismul.

De fiecare dată când ne apropiem de Dumnezeu suntem ori înaintea vieții, ori înaintea morții. Această întâlnire este viață dacă ne apropiem

de El în duhul convenit și suntem înnoți de către El; este pierzare dacă ne apropiem de El fără duh evlavios și fără inimă înfrântă, dacă aducem prinos de trufie sau nădăjduire în sine.

De aceea, înainte de a purcede în așa-numita „pasionantă călătorie a rugăciunii” nu trebuie să dăm uitării nici măcar o clipă că nu poate avea loc nimic mai însemnat, nimic mai cutremurător decât întâlnirea cu Dumnezeu. Trebuie să ne dăm seama că în acest proces ne pierdem viața: Adam cel vechi trebuie să moară în noi. Noi ne ținem strâns de omul cel vechi, ne temem pentru el, și e atât de greu – nu doar la începutul căii, ci și după ani de zile – să simțim că suntem cu totul de partea lui Hristos, împotriva lui Adam celui vechi!

Rugăciunea este călătorie care aduce nu trăiri emoționante, ci o nouă răspundere. Atâta timp cât ne aflăm în necunoștință nu ni se cere nici o socoteală, dar, îndată ce am aflat ceva, răspundem pentru felul cum folosim cunoașterea aceasta. Chiar dacă ea ne este dată în dar, suntem răspunzători pentru fiecare părticică de adevăr pe care am aflat-o, și îndată ce ea devi-