

LIBRIS

We know
books

© Editura EIKON

București, Calea Giulești 333, Sector 6,
cod poștal 031310, România

Difuzare / distribuție carte: 021 348 14 74
0733 131 145, 0728 084 802
difuzare@edituraeikon.ro

Redacția: 021 348 14 74
0728 084 802, 0733 131 145
contact@edituraeikon.ro
www.librariaeikon.ro

Editura Eikon este acreditată de
Consiliul Național al Cercetării Științifice (CNCS)

ISBN: 978-606-49-1791-1

DTP și copertă: Mihăiță Stroe

Editor: Valentin Ajder

Părintele Proclu

ÎNDRUMAR DE MÂNTUIRE ÎN VREMURI DE TULBURARE

ediție îngrijită de
Pr. Nicolae Nicău

E I K O N

București, 2026

Cuprins

<i>Prolog</i>	7
<i>Introducere: Moștenirea din vatra Mitocului – Pe urmele Părintelui Proclu</i>	11
Cap. I: Testamentul Spiritual: „Nimic sunt, nimic pot, nimic am”	36
Cap. II: Despre mândrie și „părerea de sine” – Rădăcina tuturor relelor	40
Cap. III: Despre Sfânta Tăcere și Paza Limbii	44
Cap. IV: Judecata: Sacul cu bolovani al aproapelui în spatele nostru	48
Cap. V: Taina Acoperirii: Cum să devii „neatins” de veninul lumii	51
Cap. VI: Taina Vindecării: Duhovnicul, Biserica și Focul cel Viu	55
Cap. VII: Pregătirea pentru întâlnirea cu Cerul prin Biserică	59
Cap. VIII: Rugăciunea: Ancora Sufletului	62
Cap. IX: Rugăciunea Inimii și curățarea minții de imaginile deșarte	66
Cap. X: Despre „Iertarea vrăjmașilor și cum să tai rădăcina mâniei din suflet”	70
Cap. XI: Despre mândrie, boala celor „buni”, și păstrarea smereniei în faptele noastre	74

Cap. XII: Despre paza simțurilor într-o lume plină de zgomot.....	78
Cap. XIII: Despre taina suferinței și a bolii.....	82
Cap. XIV: Despre puterea Sfintei Împărășanii și pregătirea inimii.....	86
Cap. XV: Despre duhul deznădejdiei și al tristeții.....	91
Cap. XVI: Despre darul lacrimilor și al pocăinței.....	95
Cap. XVII: Despre paza harului și păstrarea păcii.....	99
Cap. XVIII: Despre taina sfintei nădejdi și ridicarea din cădere.....	103
Cap. XIX: Duhovnicul și prietenul adevărat – Călăuzele, printre prăpăstiile lumii.....	107
Cap. XX: Rugăciunea inimii în mijlocul zgomotului – Cum să găsești pustia în oraș.....	111
Cap. XXI: Despre virtutea răbdării: Cum să stai neclintit când viața te lovește din toate părțile.....	117
Cap. XXII: Despre taina milei: Cum să devii mâna lui Dumnezeu pe pământ.....	121
Cap. XXIII: Despre trezia minții și paza simțurilor: Cum să nu lăsăm lupii să intre în staulul sufletului.....	124
Cap. XXIV: Despre smerenia cea adevărată și cum să recunoști mândria ascunsă sub masca virtuții.....	127
Cap. XXV: Despre duhul blândeții și cum să stingi focul mâniei cu apa tăcerii.....	130
Cap. XXVI: Despre duhul discernământului: Cum să deosebim voia lui Dumnezeu de amăgirile proprii.....	133
Cap. XXVII: Despre taina suferinței: De ce îngăduie Dumnezeu durerea și cum să o transformăm în mântuire.....	136

Cap. XXVIII: Despre taina familiei și a creșterii copiilor: Cum să facem din casă o mică biserică.....	139
Cap. XXIX: Despre mâini la muncă și mintea la Dumnezeu: Cum să sfințim osteneala de zi cu zi.....	143
Cap. XXX: Despre taina tăcerii și cuvântul cu putere multă: Când să vorbim și când să tăcem.....	147
Cap. XXXI: Despre frica de Dumnezeu și frica de lume: Cum să scăpăm de spaimile care ne robesc sufletul.....	150
Cap. XXXII: „Conștiință, spune-mi tu!” – Judecătorul care nu doarme.....	153
Cap. XXXIII: Despre rugăciunea inimii: Cum să faci din respirația ta un imn de slavă.....	158
Cap. XXXIV: Despre Vremurile de pe urmă: „Să nu vă temeți de draci, temeți-vă de păcat!”.....	161
Cap. XXXV: Despre Patima Beției și a Fumatului și despățimirea de aceste vicii.....	167
Cap. XXXVI: Lupta cu împrăștierea.....	171
Cap. XXXVII: Marea Călătorie – Pregătirea pentru Veșnicie.....	176
Cap. XXXVIII: Despre datoria față de cei adormiți: Pomana, rugăciunea și legătura de iubire care nu moare.....	180
Cap. XXXIX: Taina răbdării.....	184
Cap. XXXX: Despre taina măsurii în toate.....	188
<i>Cuvânt de încheiere:</i>	
Rămâneți sub acoperământul smereniei.....	195
<i>Epilog: Când tăcerea devine rugăciune și despățirea devine Rai.....</i>	
	197

Testamentul Spiritual:

„Nimic sunt, nimic pot, nimic am”

I. 1. „Nimic sunt” – Întoarcerea la smerenia firii

Acest capitol este „măduva” întregii lucrări, esența unei vieți care a ars ca o lumânare în tăcerea munților și în pragul chiliei de la Mitocu Bălan. Părintele Proclu nu a scris tratate de teologie, dar a lăsat în urma sa această triadă a smereniei care, dacă este trăită, poate dărâma toate zidurile pe care mândria le ridică între noi și Dumnezeu.

Când Părintele rostea aceste cuvinte, nu o făcea ca un om care recită o poezie, ci ca un supraviețuitor al unui război nevăzut, care a descoperit că singura armă în fața căreia dracul tremură este „nimicul” sfințit.

„Măi, uite cum îi..., noi suntem ca un balon: dacă ne umflăm cu mândrie, zburăm deasupra pământului și credem că suntem mari, dar e de ajuns un ghimpe mic ca să ne spargem și să nu mai rămână nimic din noi. Când zici «Nimic sunt», tu de fapt spui: «Doamne, Tu ești Izvorul vieții mele». Dacă eu mă văd nimic, atunci Dumnezeu poate să pună în mine tot harul Lui. Dar dacă eu sunt plin de «eu», de «numele meu», de «dreptatea mea», atunci unde să mai încapă Duhul Sfânt? Dumnezeu nu toarnă vin nou într-un vas plin cu murdărie. Să ne vedem mai jos decât toți, să fim ca

praful de pe drum pe care calcă toți; praful nu se supără când e călcat, că el știe că e praful.”

Această treaptă taie rădăcina mândriei, acea „boală a minții” care ne face să credem că suntem centrul universului. Părintele spunea că în iad nu sunt oameni răi, ci oameni mândri care n-au putut zice: „Iartă-mă Doamne, sunt un nimic”.

I. 2. „Nimic pot” – Recunoașterea Harului ca singură forță

A doua treaptă se adresează voinței noastre. De multe ori, chiar și când începem să trăim duhovnicește, cădem în ispita de a crede că virtuțile sunt „performanțele” noastre. Părintele Proclu tăia cu asprime această „slavă deșartă” care ne pârjolește sufletul.

„Măi, uite cum îi... dacă ai făcut o faptă bună, dacă ai ținut un post sau ai zis o rugăciune de care ți s-a umezit ochiul, să nu cumva să crezi că ai făcut-o tu! În clipa aia s-a dus tot folosul. Să zici: «Doamne, Tu ai postit în mine, Tu Te-ai rugat în mine, că eu sunt un puturos și un nemernic». Noi suntem ca o sârmă, măi: dacă trece curentul prin ea, becul luminează, dar sârma nu poate zice că ea a făcut lumina. Ea e doar sârmă. Dacă se întreprinde legătura cu Centrala, sârma rămâne rece și moartă. «Nimic pot» înseamnă să fii mereu legat de Dumnezeu prin conștiința că fără El ești o unealtă neputincioasă.”

Prin această treaptă, Părintele ne învață să nu ne încredem în forțele proprii, ci să cerem mereu ajutorul, ca niște copii care nu pot face niciun pas fără să fie ținuti de mână de Tatăl lor.

I. 3. „Nimic am” – Libertatea totală de „duhul posesiei”

Ultima treaptă este lepădarea de lăcomie și de alipirea pământească. Părintele Proclu trăia într-o sărăcie atât de luminoasă, încât chilia lui părea mai bogată decât orice palat. El a înțeles că lucrurile ne stăpânesc pe noi, nu noi pe ele.

„Măi, noi venim în lume cu pumnii strânși, parcă am vrea să apucăm tot pământul, dar plecăm cu palmele deschise. Nu luăm cu noi nici casa, nici banii, nici haina cea bună. Luăm doar ce am dat de pomană și ce am plâns în taină. «Nimic am» înseamnă să fii un administrator al lui Dumnezeu. Dacă ai un ban, dă-l celui care n-are, că nu-i al tău, e al lui Dumnezeu pus în buzunarul tău ca să vadă dacă ai milă. Cine zice «asta e a mea», acela și-a făcut închisoare din lucrurile lui. Eu aici la Mitoc sunt ca o pasăre pe ramură: azi stau aici, mâine mă cheamă Domnul și las totul. Cine n-are nimic, acela are totul, că Îl are pe Hristos!”

Această treaptă ne eliberează de frica de a pierde, de stresul acumulării și de invidie. Cine știe că „nimic nu are”, primește orice zi și orice fir de pâine ca pe un dar nesperat, nu ca pe un drept cuvenit.

I. 4. Sinteza de foc: Cum se aplică Testamentul?

Părintele Proclu insista ca aceste trei adevăruri să devină „respirația” noastră. Ele nu sunt pentru momentele de liniște, ci mai ales pentru momentele de ispită.

„Când te laudă cineva, zi în minte: «Nimic sunt!».
Când te crezi grozav că ai reușit ceva, zi în minte: «Nimic pot!».
Când te temi că pierzi ceva sau vrei să aduni prea mult, zi în minte: «Nimic am!».
Dacă faci așa, dracul o să fugă de tine de parcă ar vedea foc, că el nu poate sta unde e smerenie. El e marele «Eu sunt, eu pot, eu am».
Noi să fim micii «nimic», și atunci Dumnezeu ne va face mari în Împărăția Lui.”

Acest testament este poarta spre acea stare de „fericită nesimțire” față de insultele lumii și de „sfântă simțire” față de prezența lui Dumnezeu. Este îndrumarul de viață duhovnicească pe care Părintele Proclu ni l-a lăsat ca să trecem puntea îngustă dintre această viață tulbură și liniștea veșnică a Cerului.

Despre mândrie și „părerea de sine” – Rădăcina tuturor relelor

Părintele Proclu spunea adesea că mândria este „vama” unde se pierd cele mai multe suflete. Nu păcatele mari ne dărâmă, ci credința că suntem „cineva”.

„Măi, uite cum îi... cel mai mare rău e mândria. Dacă omul are părere de sine, gata, s-a terminat! Diavolul nu se teme de post, că el nu mănâncă niciodată. Nu se teme de priveghere, că el nu doarme niciodată. Are mii de ani de experiență în a ne păcăli. Dar se teme de un singur lucru: de smerenie. Smerenia e singura care îl arde, că el n-o are.”

Părintele Proclu ne învață o strategie de luptă simplă, dar zdrobitoare pentru vrăjmaș:

„Dacă vrei să birui, zi așa: «Doamne, eu sunt cel mai păcătos, eu nu-s bun de nimic». Atunci diavolul crapă de ciudă, că n-are de ce să te agațe. Dacă te crezi ceva, dacă crezi că ești mai bun ca vecinul, te-a luat în primire imediat. Cum ai zis «eu sunt», ai pierdut Harul.” Mai spunea Părintele Proclu: „Slava deșartă e ca o gaură în sac: mătăluță pui fapte bune în el, dar prin gaura laudei se scurg toate și rămâi cu sacul gol la judecată. Dacă ai făcut ceva bun, zi: «Doamne, Tu ai făcut prin mine, eu sunt doar o unealtă ruginită». Să fugiți de laudă ca de veninul de viperă!”

II. 1. Lupta cu gândurile: „Nu le da mână!”

L-am văzut pe Părintele Proclu tăcând minute în șir înaintea să răspundă la o întrebare. Era atent la „vântul” gândurilor. El ne învăța că mintea este ca un câmp de luptă unde nu trebuie să intrăm nepregătiți.

„Dacă vine un gând rău, să nu te apuci să te certzi cu el. Nu-i răspunde! Că dacă-i răspunzi, ești ca unul care vrea să stingă focul cu paie. Mai tare se aprinde. Cu dracul nu se stă la discuții, că el e mai deștept ca noi la minte, dar e prost la inimă.”

Soluția lui era „fuga” spre Numele lui Iisus:

„Tu caută să taci. Gura să tacă și mintea să strige: «Doamne Iisuse, nu mă lăsa! Doamne Iisuse, miluiește-mă!», «Măicuța Domnului, ajută-mă!». Dacă mintea e ocupată cu Dumnezeu, gândul vine, dă roată și pleacă, că n-are unde să stea. E ca pasărea care zboară pe deasupra casei; dacă nu-i deschizi geamul, nu intră înăuntru. Dar dacă mătăluță îi deschizi, își face cuib și greu o mai scoti.”

II. 2. Despre Tăcere și Paza limbii – Cârma mântuirii

Părintele Proclu nu vorbea despre tăcere din cărți, ci din zecile de ani petrecuți în singurătatea codrilor, unde singurul care îi vorbea era Dumnezeu în adierea vântului. El știa că limba este cârma corabiei: dacă nu știi să o ții, te izbești de stânci și te scufunzi în marea deșertăciunii.

„Vrei liniște? Atunci închide gura. Cine vorbește mult, se golește de Dubul Sfânt. Harul e ca apa într-un vas:

dacă vasul e crăpat la gură, apa se scurge toată. Când vorbești prea mult, spui și ce trebuie, și ce nu trebuie, și fără să vrei începi să judeci. Și când ai judecat, gata, ai dat Duhul Sfânt pe un pumn de paie.”

Unul dintre cele mai grele sfaturi pe care ni le dădea era cel legat de ocări:

„Dacă te ocărăște cineva, tu să taci. Să te uiți la el ca la un binefăcător. Să zici în mintea ta: «Dumnezeu l-a trimis să mă curețe de mândrie». Ocara e săpunul sufletului. Dacă taci, ai pus pe fugă o armată de draci. Dacă răspunzi, i-ai adus pe toți în inima ta și i-ai pus la masă.”

II. 3. Puterea tăcerii văzută prin ochii ucenicilor

Ca nepot, l-am privit de multe ori cum stătea pe prispa chiliei. Nu era o tăcere goală, ci una plină de prezență. Când îi veneau oameni cu mii de cuvinte și plângeri, el îi asculta cu o răbdare de munte.

Uneori, după ore întregi de plâns ale pelerinilor, Părintele spunea doar atât: *„Măi, să avem un pic de smerenie...”*. Și în clipa aceea, tot zbuciumul omului se stinge.

În această sinteză a învățăturilor sale, am vrut să scot în evidență forța acestui *„cuvânt purtător de putere”*. Părintele Proclu ne-a lăsat o moștenire care nu stă în filosofii, ci în practică: *Taci cu gura, strigă cu mintea, iubeste cu inima*. Aceasta este singura cale pe care el o vedea sigură pentru a trece vămile văzduhului fără a fi opriți.

„Măi, să nu uităm: la Judecată nu ne întreabă cât de deștepți am fost, ci cât de mici ne-am văzut în fața Lui.”

Aceste cuvinte reprezintă esența „metodei” Părintelui Proclu de a păzi inima, o metodă care cere o vigilență constantă asupra limbii și o smerenie care să nu lase loc „părerii de sine”.