

de la o minte întunecată de patimi și păcate la luminarea minții și nepătimire. Aceste lucruri îl vor încredința lăuntric pe credincios că se află pe calea neînșelătoare ce duce către sfințirea omului în întregime, trup și suflet.

Cu toate acestea, nu trebuie să aibă cineva impresia că vindecarea ține exclusiv de capacitățile duhovnicului, idee întâlnită din păcate în psihoterapia laică, ci de lucrarea harului Duhului Sfânt, care nu exclude harisma și experiența personală de povățuitor a duhovnicului. Harul, în calitate de energie necreată a lui Dumnezeu, lucrează vindecarea sufletului printr-o sinergie care mai presupune experiența duhovnicului și participarea liberă a credinciosului.

În încheiere, am dori să subliniem faptul, deloc lipsit de importanță, că întreaga pledoarie din această mică lucrare, ca de altfel în toate scrierile Mitropolitului Hierotheos Vlachos, este susținută pe temeiul textelor Sfinților Părinți ai Bisericii.

Fie ca această profundă și de suflet folositoare carte să aducă în cei ce o vor citi cu luare-aminte rod însutit pentru rugăciunile tuturor Sfinților Părinți, la care, cu multă smerenie, neîncetat trimite autorul cărții.

Traducătorul

Spovedania și vindecarea sufletului

Sunt dator să adresez cele mai profunde mulțumiri mitropolitului de Attica, Dorothei, pentru invitația de a vorbi în această aleasă adunare preotească. Dacă ne gândim la faptul că potrivit sfintelor canoane ale Bisericii Ortodoxe, episcopii sunt „conducătorii” sau „învățătorii”, „supraveghetori ai oilor Mântuitorului”, „economii” Bisericii; de asemenea, dacă ne gândim că, potrivit învățăturii Sfântului Grigorie Teologul, „luminător al trupului este ochiul, iar luminător al Bisericii este episcopul”, și dacă realizăm că în acord cu întreaga Tradiție Ortodoxă, episcopii sunt „ochii Bisericii”, atunci putem înțelege cinstea deosebită de a cuvânta în fața episcopilor și, desigur, în fața adunării preoților, preoți care trebuie să fie îndrumați de către episcopi. Spun aceste lucruri pentru a arăta și vădi cu claritate că simt o mare onoare, dar și ca să mărturisesc marea mea recunoștință pentru această invitație.

Cerând luminarea lui Dumnezeu, rugăciunile Înaltpreasfințitului Mitropolit, dar și rugăciunile voastre, iubiți părinți și frați, voi purcede la analiza temei mele care este, așa cum s-a anunțat, *Spovedanie și Psihoterapie*.

Consider necesar să fac, încă de la început, anumite precizări în legătură cu tema care mi-a fost dată spre dezvoltare.

Termenul *spovedanie* nu se identifică doar cu o formală relatare a unui păcat pe care l-am săvârșit, ci se află în legătură cu viața în întregime ei, înțelegând ca *metanoia* (pocăință), care este premisa absolut necesară a mântuirii. Spun aceasta pentru că unele persoane, vorbind despre Spovedanie, înțeleg doar o acțiune care se face cu câteva zile sau ore înainte de dumnezeiasca Împărtășanie, o acțiune care îi declară vrednici să se împărtășească cu Sfințele Taine, pentru o frumoasă prăznuire a unei mari sărbători bisericești. De obicei, considerăm că trebuie să ne spovedim pentru a ne liniști starea de vinovăție și muștrările de cuget ale conștiinței sau, mai rău, pentru a-L împăca pe Dumnezeu. Desigur, Spovedania este un stadiu al pocăinței, dar dacă ea este despărțită de atmosfera de pocăință în integralitatea ei, atunci nu va aduce rezultate în sufletul omului.

De asemenea, termenul *psihoterapie** nu trebuie să fie perceput cu semnificația pe

* *Psihoterapie* se mai poate traduce, în acest caz, prin „vindecarea sufletului”. Așadar, așa cum autorul va dezvolta în cele ce urmează, *psihoterapia* este un termen ce se regăsește în cadrul textelor Sfinților Părinți și semnifică procesul de vindecare a sufletului potrivit principiilor spiritualității ortodoxe (n. tr.).

care i-o acordă psihologii și psihanaliștii contemporani. În mod obișnuit, psihologii folosesc psihoterapia în încercarea de a localiza cauza care provoacă un anumit dezechilibru sufleteșc în om și, din această perspectivă, ei își propun ca, vindecând această cauză, să conducă omul spre un echilibru psihic, iar ca omul să poată deveni astfel capabil să-și îndeplinească îndatoririle sociale și responsabilitățile generale. Fără să respingem această încercare a științei psihologice, îndreptățită într-un anumit mod întrucât trăim în societăți foarte agitate, aș dori să subliniez că, vorbind despre *psihoterapie*, înțeleg ceva mult mai cuprinzător.

Cuvântul *psihoterapie* (ψυχοθεραπεία) este compus din două cuvinte, din ψυχή (suflet, psihic) și θεραπεία (terapie, vindecare). Sufletul despre care vorbim aici nu este unul abstract, nici autonom, ci acea realitate care este denumită drept element spiritual al existenței omului și care a fost creat de Dumnezeu. Din acest motiv și terapia sufletului (*psihoterapia*) este, în realitate, dobândirea și, în același timp, rodul Sfântului Duh.

Potrivit învățăturii Sfinților Părinți ai Bisericii, tot așa cum trupul, atunci când este lipsit de suflet, moare, la fel și sufletul, când este lipsit de Duhul Sfânt, este

mort. Desigur, sufletul există, însă, fără Du-
hul Sfânt Care este viața sufletului, nu
viază după Dumnezeu. În acest sens, pu-
tem afirma că *psihoterapia* reprezintă pro-
cesul terapeutic prin care omul ajunge la
comuniunea și unirea cu Dumnezeu. Nu se
poate susține că termenul acesta, întrucât
provine din psihologia contemporană, nu
poate fi folosit de creștini și în mod spe-
cial de către clerici pentru că toată Tra-
diția liturgică a Bisericii, toate scrierile
Sfinților Părinți vorbesc despre terapia su-
fletului. Însă, tema mea nu este aceasta și nu
voi zăbovi mai mult asupra acestui punct.
Cert este faptul că prin spovedanie și în
special prin *metanoia* (pocăință), se vindecă
sufletul omului.

În continuare, voi dezvolta patru puncte
centrale, subliniind totodată că, pe de o
parte, nu va fi epuizată această temă vastă,
iar pe de alta, ideile de bază ce vor fi
expuse aici le-am analizat mai amplu în
cărțile despre această temă care au fost
tipărite deja și la care fac multe referiri în
prezenta expunere. Aceste patru puncte sunt
următoarele: primul, *păcatul și metanoia*;
al doilea, *spovedania și iertarea păcatelor*; al
treilea, *părintele duhovnic*; al patrulea, *mo-
duri de terapie*.

a. Păcatul și metanoia*

Este absolut necesar să începem de la
a-lămuri ce înțelegem atunci când spunem
„păcat” și *metanoia*, pentru că de la acest
punct vom putea înainta spre esența temei
de care ne preocupăm; iar acest lucru este
necesar pentru că astăzi domnesc multe idei
ciudate și neortodoxe despre tema păca-
tului și a metanoiei.

Potrivit concepțiilor filosofice, păcatul
este eșecul omului de a se pune în legă-
tură cu arhetipurile, cu Ideile lui Platon.
În gândirea filosofică, destinația omului
este pe de-o parte, hedonismul, iar pe de
alta, fericirea. În conformitate cu ideile he-
donismului, plăcerile sunt inevitabile și au
scopul de a-l scăpa pe om de insistentele
nevoi de ordin inferior. Potrivit eudemonis-
mului, plăcerea este o stare amăgitoare care
îl satisface doar aparent pe om, pentru că
toate cele materiale sunt schimbătoare.
Din acest motiv, în filosofia eudemonismu-
lui, eliberarea omului constă în orientarea

* Cuvântul grecesc *μετάνοια* (*metanoia*) - expri-
mă atât starea de pocăință a omului, cât și o stare
mai complexă care presupune o schimbare de fond
a minții, a existenței umane în integralitatea ei. Din
acest motiv, pentru a păstra semnificația deplină a
cuvântului din limba greacă, am optat pentru
termenul *metanoia*, fără însă a elimina cu totul ter-
menul *pocăință*, care are un sens clar și bine deter-
minat în literatura ascetică în limba română (n. tr.).

acestuiă către cele neschimbătoare, care sunt arhetipurile. În acest sens, căderea de la arhetipuri este păcat și, prin urmare, îndepărtarea omului de timp și de materie, precum și cunoașterea arhetipurilor, dar și *apatheia* (nepătimirea) și nemișcarea ce vine prin dobândirea lucrurilor celor neschimbătoare, eprezintă lucrarea prin care se realizează eliberarea, iar aceasta poate fi izbutită prin *metanoia*¹.

În acord cu concepția legalistă, păcatul este doar încălcarea unei porunci a lui Dumnezeu și, în consecință, *metanoia* este iertarea acestei încălcări. Desigur, potrivit relatării biblice din Cartea Facerii odată cu păcatul se produce încălcarea unei porunci, dar această încălcare este explicată de Sfinții Părinți ai Bisericii diferit față de perspectiva legalistă. În acest sens, potrivit Sfântului Maxim Mărturisitorul, legea lui Dumnezeu posedă în lăuntrul ei harul dumnezeiesc. În cazul de față, atunci când vorbim despre concepția legalistă a păcatului, înțelegem în principal acea opinie conform căreia, relația noastră cu Dumnezeu este percepută în mod juridic. Așadar, conștientizăm faptul că Dumnezeu este mânios și furios din cauza încălcării poruncii Lui și din acest motiv este nevoie de

¹ Vezi Pr. Ioannis Romanidis, *Păcatul strămoșesc*, Ed. Pournaras, Tesalonic, 1970, pp. 36-37.

împăcarea dreptății dumnezeiești. Aceasta nu este în nici un caz o atitudine ortodoxă. Desigur, trebuie să observăm că există locuri în Sfânta Scriptură în care se vorbește despre mânia lui Dumnezeu, dar și aceasta trebuie s-o vedem din interiorul erminiei și perspectivei patristice asupra Scripturii. Astfel, potrivit concepției legaliste, păcatul este încălcarea unei porunci, iar pocăința este iertarea și împăcarea dreptății dumnezeiești și a mâniei lui Dumnezeu.

În concordanță cu concepția etică, și așa putea adăuga chiar religioasă, păcatul înseamnă anumite acțiuni de suprafață, referitoare doar la manifestări „grosiere” exterioare, care se produc fie într-un plan etic, în sensul restrâns al cuvântului, fie într-un plan interpersonal. Astfel se explică cum, de cele mai multe ori, simțim păcatul doar atunci când cădem într-o greșeală trupească exterioară, însă nu-l simțim atunci când se produce în planul interior*. Iar această situație se reflectă și în concepția etică a *metanoiei*. În acord cu această concepție, *metanoia* este doar purificarea trupului și din acest motiv, atunci când nu

* Cu siguranță, la multe păcate pe care le facem cu gândul, dar pentru care nu avem o simțire clară a faptului că reprezintă un păcat. Însă, faptul că aceste gânduri nu sunt întrupate în fapte, nu le face mai puțin grave pentru starea sufletească a celui ce le cultivă (n. tr.).

avem păcate trupești nu simțim nevoia pocăinței.

În acord cu concepția socială și politică, păcatul este perturbarea relațiilor sociale ale omului care trăiește într-o comunitate mai mică sau mai mare. În conformitate cu această perspectivă, încălcarea unor legi ale vieții sociale, reacția altor oameni față de lucrarea noastră, creează o vinovăție care ne conduce spre disperare. Iar potrivit acestei concepții, pocăința este redresarea relațiilor noastre cu oamenii și regăsirea comuniunii inițiale cu ei. În acest fel, o bună relație interpersonală cu oamenii de lângă noi este aceea pe care o instituie *metanoia* (pocăința), așa cum este ea înțeleasă în concepția socială.

În acord cu concepția psihologică, păcatul este o vinovăție personală, care se află în legătură cu tulburarea echilibrului nostru psihologic și, în mod firesc, în restaurarea acestei vinovății, pocăința joacă un rol important. Nu putem nega, desigur, rezultatele vinovăției psihologice, dar trebuie să conștientizăm că această vinovăție psihologică, atunci când rămâne doar ca vinovăție negativă, sau când încercăm s-o depășim doar prin mijloace omenești, creează multe anomalii*. Căderea omului are și consecințe

* În acest caz, anomaliile sufletești apar datorită faptului că sentimentul de vinovăție nu este urmat imediat de pocăință. Centrarea exclusivă pe sentimentul de vinovăție poate duce la moarte, așa cum s-a întâmplat în cazul lui Iuda (n. tr.).

psihologice, adică ea s-a reflectat și în universul psihic al omului, însă vindecarea de această vinovăție trebuie integrată în cadrul întregului proces terapeutic al Bisericii. Dacă vinovăția nu este integrată în cadrul procesului terapeutic al Bisericii, atunci aceasta nu poate fi abordată dintr-o perspectivă ortodoxă.

După ce am văzut concepția filosofică, legalistă, etică, sociologică și psihologică despre păcat, trebuie să urmărim, în continuare și concepția teologică despre păcat și, prin extensie, despre *metanoia*. Mă voi limita în principal la învățăturile Sfântului Simeon Noul Teolog și ale Sfântului Grigorie Palama.

Dintru început, trebuie să relatez un pasaj clasic din scrierile Sfântului Vasile cel Mare, care caracterizează păcatul ca alienare (ἀλλοτρίωσιν) a omului. Diferiți sociologi reformatori au folosit termenul de alienare cu semnificații sociologice. Însă, Sfântul Vasile cel Mare (330-379) a vorbit primul despre alienarea (înstrăinarea) omului*. Vorbind despre păcat el îl caracterizează ca fiind „scădere a celor bune, înstrăinare

* Nu doar că Sfântul Vasile cel Mare a vorbit primul despre păcat ca înstrăinare (alienare), ci a înțeles primul termenul în cauză ca înstrăinare de Dumnezeu, Cel ce este izvorul vieții celei veșnice și adevărate, iar nu o înstrăinare față de un anumit mediu sau de o anumită stare, așa cum înțelege psihologia și sociologia modernă (n. tr.).