

Coperta I : Icoană din biserica de pe Dealul Patriarhiei, unde Domnul Iisus Hristos este reprezentat **înviat pe Cruce**.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
**VLAD, SILUANA**  
**Meșteșugul bucuriei: cum dobândim bucuria deplină, ce nimeni n-o va lua de la noi. Conferințe și răspunsuri la întrebările tinerilor / Monahia Siluana Vlad -**  
Făgăraș: Agaton, 2006  
ISBN (10) 973-87424-4-7; ISBN (13) 978-973-87424-4-4

2

© Editura Agaton

Tel. /Fax 0268.211290; 0740.798366; 0761.190267

Grafica: **Alexandru Stănese**

*Monahia Siluana Vlad*

## **MEȘTEȘUGUL BUCURIEI**

*Cum dobândim bucuria deplină,  
ce nimeni n-o va lua de la noi*

- Conferințe și răspunsuri la întrebările tinerilor -

Apărută cu binecuvântarea

Î.P.S. Dr. LAURENȚIU STREZA

Mitropolitul Ardealului

EDITURA  
**AGATON**

*Colectia Ortopraxia - 16*

Făgăraș, 2007

<b>Taina meșteșugului bucuriei</b> .....	5
Cum și unde găsim „o bucurie mare”?	
Cum dobândim „bucuria deplină”, ce nimeni nu o va lua de la noi?	
Slujirea lui Dumnezeu - un mare izvor de bucurie	
Cum să fim martori și înmulțitori ai bucuriei?	
Iubirea idolatră ne fură bucuria	
Să ne iubim părinții, așa cum sunt	
<b>Cuvinte de folos și de bucurie pentru tineri</b> .....	25
<b>Iisus Hristos – păstorul cel bun</b> .....	61
<b>Iubește și fă ce vrei!</b> .....	83
<b>Iubirea vindecă!</b> Boala și vindecarea sufletului în Biserica Răsăriteană .....	113
<b>Știință și Religie în terapia sufletului</b> .....	127
<b>Taina Crucii</b> .....	141
Crucea - inima creației care a scăpat de idolatrie	
Taina persoanei	
<b>Crucea tânărului</b> .....	153
<b>Prin Cruce a venit bucurie la toată lumea!</b> .....	191
<b>Sa nu ne temem de duhul lumii acesteia!</b> .....	216
Înteruperea de sarcină și steriletul = crime	
Păcatul ca virtute și jertfa ca sminteală!	
Să nu luptăm cu lumea, ci cu duhurile ei	
Crucea este suferința acceptată cu bucurie	
Să spunem răului rău, dar să ne rugăm pentru bine.	
Să urâm păcatul, dar să iubim pe păcătos	
Aceasta este taina iubirii! Aceasta este iubirea!	
<b>Sfaturi și îndemnuri într-o lume secularizată</b> .....	236

## TAINE MEȘTEȘUGULUI BUCURIEI

**Cum și unde găsim „o bucurie mare”!?**

*În numele Tatălui și al Fiului și al Sfântului Duh. Amin.*

Ce e bucuria? Toată lumea vorbește despre bucurie. Nimeni nu poate să trăiască fără bucurie. E mai puțin important să știm definiția, să știm ce este bucuria, dar este extrem de important să avem bucuria, să fim bucurie. Ca să înțelegem acest mare dar pe care ni l-a făcut Dumnezeu și care este cu noi în Sfânta noastră Biserică, trebuie să pornim de la noi, fiecare de la sine. Toți avem în noi viața, toți avea în noi o inimă sălbatică după bucurie. Omul este o sălbăciune în privința bucuriei; uneori o caută, făcând chiar rele, de aceea și vrăjmașul profită atât de mult și ne amăgește cu false bucurii. Ați văzut că la televizor se spune într-o reclamă: „Să vă faceți o bucurie în fiecare zi cumpărând nu știu ce”. Încă din rai, vrăjmașul bucuriei omenești l-a învățat pe Adam, a învățat-o pe Eva să dobândească o bucurie repede: luând și gustând. Iată că acest lucru se întâmplă și în zilele noastre. La fiecare pas există posibilități ieftine și ușoare de a ne potoli setea de bucurie, de a ne împlini setea de bucurie, dar descoperim la fel de repede că bucuriile acestea pe care le dobândim ușor și repede, se duc la fel de ușor și la fel de repede. Ce rămâne în noi este o și mai mare sete de bucurie.

Mulți vrăjmași ai învățaturii creștine, ai Mântuitorului și ai bucuriei creștine, au spus despre credința noastră că este o credință plină de teamă, că Mântuitorul ne cere nouă să ne temem, că ne amenință cu întunericul cel mai din afară și cu scrâșnirea dinților, că ne amenință cu iadul și cu focul cel veșnic. Acesta este un cuvânt pe care-l spun cei care nu s-au apropiat niciodată, nici măcar cu dorința, de bucuria creștină. De ce nu se apropie oamenii de bucuria creștină? Pentru că vrăjmașul L-a transformat pe Dumnezeu în vrăjmașul omului, pentru

Descriere: Conferința și răspunsurile la întrebările adresate de  
VLAD, SILUANA

Metodologia bucuriei: cum dobândim bucuria  
deplină, ce simțim n-o va lua de la noi. Conferința și  
răspunsurile la întrebările adresate de Vlad  
Făgăruș: Agaton, 2007

ISBN 978-974-24-44

Mintopolis Ardealului

© Editura Agaton

Tel./Fax 0268.211290; 0268.21190267

Colectia Ortodoxa - 16  
Grafica: Alexandru, 2007

că vrăjmașul spune că Dumnezeu este vrăjmașul tuturor bucuriilor. Păi, zic unii, dacă te duci la biserică nu mai ai nici o bucurie: nu poți să fumezi, nu poți să te uiți după o fată, nu poți să te duci cu un băiat nu știi unde, nu mai ai nici o bucurie! Aceasta este felul mincinos de a ne despărți pe noi de bucuria cea adevărată.

Care este bucuria cea adevărată? Este aceea despre care ne-a vorbit Mântuitorul. În descoperirea dumnezeiască, în cele patru Evanghelii vedem bucuria cu ochii noștri, o vedem așa cum a adus-o Mântuitorul oamenilor. În Evanghelia de la Sfântul Luca găsim *bucuria cea mare* pe care noi o cântăm în colindele noastre și pe care o trăim în aceste zile. Această bucurie este anunțată mai întâi Fecioarei Maria din Nazaret, Maicii Domnului, căreia îi spune îngerul: „**Bucură-te, ceea ce ești plină de har, Domnul este cu tine**” (Luca 1,28). Deci iată, aflăm că bucuria este posibilă atunci când ești **plin de har** și bucuria este posibilă atunci când **Domnul este cu tine**.

Mai târziu, când Maica Domnului se duce la Elisabeta și îi spune: „**Și s-a bucurat duhul meu de Dumnezeu, Mântuitorul meu**” (Luca 1, 47), descoperim că organul cu care ne bucurăm este **duhul**. Sufletul omului este după chipul lui Dumnezeu care este Treime. Sufletul omului, care este după chipul lui Dumnezeu, are și el trei puteri nedespărțite în unitatea lor și neconfundate între ele. Duhul (duhul omului) este partea, puterea cea mai înaltă, puterea în care noi putem cuprinde bucuria dumnezeiască, putem primi Duhul Sfânt, Duhul dumnezeiesc.

Pentru noi, oamenii de astăzi, ca și pentru cei dintotdeauna, problema este cum să intrăm în această bucurie mare, pentru că, mai departe, când se adresează păstorilor, îngerii spun: „*Nu vă temeți. Căci, iată, vă binevestesc vouă bucurie mare, care va fi pentru tot poporul. Că vi s-a născut azi Mântuitor, care este Hristos Domnul...*” (Luca 2, 10-11). Deci, bucuria aceasta mare este pentru tot poporul, nu numai pentru Maica Domnului, nu numai pentru cei dreپți, nu numai pentru cei sfinți, ci pentru tot poporul. Aceasta îmi dă o mare nădejde.

Cu această bucurie mare ne mai întâlnim la Înălțarea Domnului la cer, la sfârșitul Evangheliei Sfântului Luca: „*Iar ei, închinându-se*

*Lui, (Care se înălța) s-au întors în Ierusalim cu bucurie mare*” (Luca 24, 52), bucuria pe care a adus-o Dumnezeu. Și, o să ziceți dumneavoastră: „Bine, a adus-o Dumnezeu, a avut-o Maica Domnului, au avut-o Apostolii, dar eu ce fac azi, la sfârșitul secolului XX, când răutatea lumii a crescut atât de mult, când mizeria din jurul nostru a crescut atât de mult, când valurile vieții sunt atât de agitate? Eu ce fac? Unde este bucuria mea?” Dar am văzut că bucuria o pot simți cu duhul meu. Așa că trebuie să mă întreb: „Unde-i duhul meu?”. Ca să văd unde-i bucuria mea trebuie să cercetez unde e duhul meu, unde e partea cea mai înaltă a sufletului meu? Și dacă vom face această cercetare, s-ar putea să vedem că duhul este la un băiat din anul III (!), sau în altă parte, mult departe, îndreptat spre bingo! Te gândești „Cât să câștig și cum să câștig?”. Duhul ți-e îndreptat mai degrabă spre grija zilei de mâine pentru că, îți spui: „Dumnezeu îți dă, dar nu-ți pune în traistă!” Așa este! Bunurile de care avem nevoie nu ni le pune Dumnezeu în traistă. Dar, bucuria pe care o simțim cu duhul nostru nu ține de ceea ce avem, ci de ceea ce suntem. Așadar, primul pas spre bucuria cea mare este căutarea duhului, căutarea punctului celui mai înalt din sufletul meu. Acest lucru se poate realiza cu un meșteșug, cu o artă. Sfinții Părinți au vorbit despre asta și ne-au învățat cum să ne găsim inima, cum să ne găsim duhul, ca să putem să aflăm bucuria.

Eu, care sunt botezată, noi, care în Sfânta Biserică am primit „*ungerea cu undelemnul bucuriei*” (așa zicem la Botez) și am primit și „*Duhul cel ceresc*”, avem tot ce ne trebuie ca să fim bucuroși. Toată bucuria este în mine, în inima mea. În inima mea este Mântuitorul, în inima mea este Duhul Sfânt. Noi toți creștinii ortodocși am primit Duhul Sfânt prin Taina Mirungerii și este personal și întreg în noi. Darul este întreg. Pentru noi, totul este desăvârșit, totul este deplin în noi și, totuși, noi nu suntem bucuroși, pentru că noi nu suntem în noi, pentru că noi suntem în afara noastră. Părinții spun că pentru a ne putea bucura de bucuria noastră, trebuie să intrăm în camera lui Dumnezeu care este în noi, să intrăm în camera inimii. Aceasta este arta de a fi bucuroși, drumul, *calea de la mintea mea la inima mea*. Noi toți căutăm, prin rugăciune, să ne unim mintea cu inima, dar pentru aceasta trebuie să lucrăm și

asupra minții. Dacă vom băga o minte atât de împrăștiată în inimă, nu vom face altceva decât să agităm și mai tare apele inimii. De aceea, trebuie întâi o curăție în inimă. Când știm că vine Părintele cu Crăciunul în casa noastră, ne grăbim să terminăm curățenia. De ce? Ca să-l putem primi cu bucurie. Deci, dacă pentru Părintele de la noi din parohie trebuie să facem eforturi ca să-l primim pregătiți, cu atât mai mult pentru Dumnezeu Duhul Sfânt va trebui să facem eforturi de a ne aduna, de a ne curăți, ca să ne întâlnim cu El.

Acest meșteșug al bucuriei este isihia [liniștire], dar nu e vorba numai de isihismul pe care-l știm de la pustnici, pentru că aceasta ar însemna că toți oamenii din orașe, toți oamenii din tramvaie, din trenuri, din bisericile de mir, să fie excluși de la bucurie. Nu! Există o *isihie în cetate*, există o *liniștire în lume*, în gălăgia vieții din lume, pe care o câștigăm făcând un mic efort în timpul unei zile, făcând un loc pentru liniște. Ați văzut cum fugim de întâlnirea cu bucuria din noi? Când intră pe ușa casei lor, oamenii, în general, dau drumul la radio, la televizor; când se urcă în mașină dau drumul la radio; ne urcăm în autobuz se aude muzică, în magazine muzică, tot timpul avem această gălăgie cu noi și în noi. Acum parcă e programată această luptă împotriva liniștii, împotriva isihiei. Așadar, ca să dau de duhul meu, trebuie ca măcar din când în când, în timpul zilei, să fac un pic de liniște în jurul meu, în capul meu și, apoi, să-mi cercetez duhul.

## Cum dobândim „bucuria deplină”, pe care nimeni nu o va lua de la noi?

În Evanghelia Sfântului Ioan, bucuria apare cu altă denumire: *bucuria deplină*, *bucuria pe care nimeni nu o ia de la voi* (Ioan 16, 22-24). Mântuitorul făgăduiește Sfinților Apostoli bucuria Sa, chiar înainte de a pleca pe Golgota. Stai și te gândești: ce fel de bucurie îmi dă El, care se ducea să moară!? Această bucurie este bucuria care rămâne, bucuria deplină, bucuria pe care nimeni nu o poate lua de la noi: bucuria în care încape crucea. Noi nu ajungem la bucuria deplină pentru că *fugim mereu de cruce*. Vrajmașul ne îndepărtează neîncetat de bucurie, învățându-ne tehnici și metode de a fugi de cruce, de a *fugi de suferință*. Și atunci, eu voi fi tot timpul într-o agitație, cum să fac să nu sufăr, cum să fac să nu simt suferința și, în felul acesta, toată viața mea este zarvă exterioară și *fugă de lăuntricul în care este bucuria!* Numai când nu mă mai interesează suferința, nu mă preocupă suferința în sine, ci mă preocupă bucuria ce mi-o dă Dumnezeu, numai în clipa aceea suferința devine Cruce și devine dătătoare de viață și aducătoare de bucurie. Acest lucru îl putem experimenta oricând. De exemplu: Mi-e frig. Dacă sunt concentrată pe frig și sunt pe drum și n-am cu ce să mă îmbrac, din cauza suferinței pe care o simte trupul meu datorită frigului, eu nu voi vedea nimic în jur și nu voi băga de seamă când cineva îmi zâmbește și nu pot să-i zâmbesc, nu pot trăi nici o bucurie. Nu-mi aduc aminte de Dumnezeu pentru că mi-e frig. Dacă am exercițiul bucuriei, dacă am experiența bucuriei lăuntrice, în timp ce mi-e frig mă gândesc la Dumnezeu și zic: „Doamne, Tu ai zis că bucuria Ta rămâne cu mine, cum să fiu bucuroasă când mi-e frig?”, și El îmi răspunde, făcându-mă să simt bucuria în timp ce-mi este frig. Asta nu înseamnă că nu trebuie să mă îmbrac, asta nu înseamnă că nu trebuie să lupt împotriva durerii, asta nu înseamnă că nu trebuie să mă vindec de boală, dar *principala mea preocupare să fie bucuria din lăuntricul meu și nu suferința din exteriorul meu*, pentru că altminteri se poate întâmpla să am tot ce-mi doresc și să n-am bucurie, dar se poate întâmpla și să n-am nimic și să am bucurie.

Toți oamenii când își fac urări de bine își doresc sănătate. E un lucru bun sănătatea dar nu luată în sine. Eu am văzut foarte mulți oameni sănătoși încrunțați și fără nici o bucurie, dar am văzut și foarte mulți oameni bolnavi plini de bucurie. Am trăit lângă oameni care mureau mărturisind că sunt bucuroși, pentru că se întâlniseră cu Dumnezeu în inima lor, se întâlniseră cu bucuria din inima lor. Toată această vorbire despre bucurie, dacă nu o experimentăm în nici un fel, rămâne și ea exterioară. De aceea, Mântuitorul nu ne-a lăsat singuri, nu ne-a lăsat numai mărturia Sfinților Apostoli și a Sfinților, ci S-a pus pe Sine la dispoziția noastră, aici și acum, ca să ne dea **bucuria deplină**.

Veți vedea și știți din experiență, când începi să cercetezi duhul, primul lucru pe care-l întâlnești este păcatul. Cum să mă bucur dacă am făcut așa și așa... ? Și zic: „Bine, dar m-am spovedit și, totuși, deși m-am spovedit eu nu am bucuria. De ce?”. Părinții spun că nu avem bucuria pentru că nu am primit iertarea. Darul pe care ni-l dă Dumnezeu este iertarea tuturor păcatelor noastre. Nu există păcat care să nu fie iertat de Dumnezeu, cu o singură condiție: să ne lepădăm de el și să i-l dăm Lui. Noi ne ducem de foarte multe ori la Dumnezeu, Îi spunem păcatele și plecăm cu ele acasă! Nu i le dăm. Mântuitorul, Mielul lui Dumnezeu, a venit să *ridice păcatul lumii*. A ridicat păcatul lumii, dar eu, acum, trebuie să i-l dau pe al meu cel de acum. Vă spuneam că Împărăția este întreagă în mine, dar eu, pentru păcatele mele, merit să intru în iad. Și dacă nu vreau să intru în iad, trebuie să mă lepăd de păcatele mele.

Dacă eu am păcatul mâniei, când mă gândesc să mă lepăd de acest păcat, îmi zic: „De acum nu mă voi mai mânia”. Dar este fals, pentru că nu asta-i lepădarea de păcatul mâniei; aceasta este hotărâre să nu mai păcătuiesc. Poate fi bună, dar poate fi doar o umflare a egoului meu care zice: „Eu pot să nu mă mai mâni”. Mântuitorul îmi cere să mă lepăd de păcat, să mă pocăiesc, să-mi schimb cu totul mintea – metanoia - să-mi răsucesc sistemul de gândire, direcția. Așadar, dacă eu gândesc: „De-acum încolo n-am să mai fac”, nu mi-am răsturnat gândirea, ci eu hotărâsc să fac ce cred eu că e bine. Răsturnându-mi gândirea zic: „*Doamne, ia de la mine păcatul ăsta că fără Tine nu*

*pot să mă vindec de el. Ți-l dau Ție, Ridică-l de la mine!*”. Când îl spun părintelui sub patrafir un păcat, îl las acolo, la picioarele crucii care ne-a adus iertarea, dacă mă îndur să-l dau. Acest lucru aduce vindecarea. Din motivul aceasta mulți se spovedesc, dar puțin ies plini de bucurie de la această minunată Taină.

„Păi, cum să-i dau Lui un păcat așa îngrozitor!?” „Dar Domnul pentru **asta** a venit...”. O dată, la un centru de recuperare a copiilor numiți ai străzii, cineva m-a întrebat: „Chiar îl ia?” Eu am zis: „Chiar îl ia!” Atunci a zis: „Ia, Doamne! Ia, Doamne, păcatul meu!” și a făcut un gest cu mâna; nu putea să se lase de scuipat. Când m-am dus data următoare a zis: „Măicuță, n-am mai scuipat, mi l-a luat!”. Să reținem, a făcut gestul fizic să-l dea. Noi suntem „oameni mari”, nu-l putem imita, dar dacă vreți să vedeți că-i adevărat faceți acest gest înăuntrul dumneavoastră: „*Doamne, uite păcatul acesta, Ți-l dau Ție, și Tu vino cu harul Tău în locul păcatului meu*”. Altfel nu vom dobândi decât o părelnică liniștire a conștiinței. Nu vom fi liberi.

Deși vede că ne pare rău de păcatele noastre, Dumnezeu ne lasă cu ele, cu păcatele și cu slăbiciunea pentru ele și din cauza lor, până în clipa în care ne vom lepăda de ele. Prima bucurie pe care o trăiește omul este *bucuria păcătosului care se pocăiește*, păcătosul care se leapădă de păcat. Când plecăm de la Spovedanie și am trăit această bucurie, parcă plutim, parcă zburăm. În general, bucuria ne face să plutim. Dacă ne doare capul sau piciorul și primim un telefon că ni s-a realizat o problemă, că ni s-a împlinit un lucru care ne bucură, nu mai simțim nici o durere. Deci, în bucurie este o putere care vindecă durerea de cap, care ușurează greutatea trupului. Un om trist de-abia merge, un om bucuros, merge de zece ori mai mult decât un om necăjit. De ce? Pentru că bucuria este puterea Duhului Sfânt care lucrează în noi, este Mărturia prezenței Duhului Sfânt în noi. Și atunci, dacă sunt trist zic așa: „*Am un duh rău în mine! Doamne, scoate duhul rău și vino cu Duhul Tău*”, și se întâmplă această minune. Această bucurie pe care o trăim după spovedanie este lucrarea lui Dumnezeu. Mai scade, pentru că iar am făcut un lucru rău. Noi trebuie să știm că nu există om fără de păcat și omul până moare greșește; nu mai facem

păcatele acelea îngrozitoare și de moarte, dar noi greșim tot timpul. Până nu vom fi sfinți, vom fi în greșală, până nu vom avea lumina permanentă a Duhului Sfânt, suntem orbi. Și când e „orb” omul, și creștinul, ce zice: „Doamne luminează!”. Noi tot timpul vom zice: „Doamne luminează-mă, Doamne ajută-mă, Doamne miluiește-mă, Doamne ridică asta de pe mine...”.

Și iarăși și iarăși să mă spovedesc? Da, pentru că cea care m-am spovedit săptămâna trecută, nu sunt eu. Între timp eu sunt altă persoană. Altfel greșesc astăzi, și mă duc din nou să mă spovedesc, nu pentru că nu m-am spovedit bine, ci pentru că eu, cea de astăzi, nu m-am spovedit încă. Chiar dacă voi spune păcate pe care le-am făcut acum 20 de ani, tot ale mele - cea de astăzi - sunt, pentru că, cu înțelegerea mea de azi, păcatul e altul. Atunci puteam să consider că nu-i nimic, acum pot să consider că este ceva rău. Deci, astăzi îl dau lui Dumnezeu, pentru că astăzi l-am simțit cu simțirea mea duhovnicească că e păcatul meu.

## Slujirea lui Dumnezeu - un mare izvor de bucurie

**A**poi, mai avem un mare loc unde învățăm meșteșugul bucuriei: în slujbele bisericești și, mai ales, la Sfânta Liturghie. Numai ce intri pe ușă într-o biserică și auzi că acolo cineva se roagă și simți o bucurie, dacă ai exercițiul bucuriei duhovnicești. De ce? Pentru că este lucrarea efectivă a Duhului Sfânt, acolo Duhul Sfânt lucrează. Ce e Biserica? Este această realitate minunată alcătuită din două dimensiuni. Este Trupul lui Hristos, în care noi, fiecare, suntem mădulare unul altuia, și împreună suntem un singur Om. Și atunci, bucuria pe care eu o simt, o simțiți și dumneavoastră în adâncul dumneavoastră. Noi avem aici marea mângâiere că în același Trup sunt și sfinții, suntem și noi și avem mare nădejde. Dar, în același timp, Sfânta Biserică este și templu al Duhului Sfânt, în care fiecare dintre noi primește Duhul Sfânt, care este în Biserică. El este lucrător numai în slujbă, nu stă așa ca o flacără în biserică goală. Dar este și în biserică goală pentru că acolo slujesc Sfinții, sunt de față și slujesc, sunt în rugăciune permanentă. Slujirea lui

Dumnezeu este **un mare izvor de bucurie** pentru că activează lucrarea Duhului Sfânt, care este permanentă în Biserică.

La noi, în ortodoxie, niciodată nu slujește preotul singur. De ce? Pentru că slujirea trebuie să fie în doi sau trei. Dar slujire este și rugăciunea mea lăuntrică. Prin ea Îi aduc o slujire lui Dumnezeu: liturghia permanentă care este în inima mea. Lucrarea Sfintei Biserici prin slujbe este și comunitară și lăuntrică. Când mă duc la Sfânta Liturghie merg să mă deschid Lui Dumnezeu și să înaintez spre El. Mă duc la el și spre el cu toate ale mele. Când înaintez cu rugăciunile Sfintei Liturghii până în punctul când zicem: „*Toată grija cea lumească să o lepădăm*”, la heruvic, mă încredințez Lui, mă lepăd de mine și de ale mele. Mulți spun că atunci când te duci la biserică să-ți lași grijile acasă sau la ușă. Da! de unde! Ce, Dumnezeu vrea acolo găleți goale? Nu! El ne așteaptă, zicând: „Veniți la Mine toți cei osteniți și împovărați și Eu vă voi odihni pe voi”. El ne așteaptă cu toate necazurile noastre, cu toate grijile noastre. Nici un necaz nu-i mic. Toate necazurile noastre sunt primite la Dumnezeu, și de-abia la heruvic, când se pregătește Părintele să iasă cu Cinstitele Daruri, atunci zicem: „*Toată grija cea lumească să o lepădăm*”. Unde o lepădăm? Părintele a scos din prescură, câte o firmitură pentru fiecare persoană din pomelnic, pentru mine și toți cei dragi ai mei, și le-a pus acolo în jurul Agnețului și vine cu ele (cu toată biserica adunată în jurul Mântuitorului, care va deveni Trupul Mântuitorului) și ne adună grijile și necazurile (unii părinți chiar ne ating pe creștet). Acolo să le lepădăm, Lui să i le dăm. Pentru că părintele ia aceste părțicele mici și le pune în Sfântul Potir, unde este Sângele Mântuitorului, și zice: „*Curăță, Doamne, cu Sângele Tău, păcatele robilor tăi*”. Acolo sunt toate păcatele și toate grijile noastre. Noi trebuie să participăm la aceasta. Dacă tot stau în Biserică, de ce să nu mă gândesc: „Doamne, am pus pe pomelnic pe mama mea bătrână și bolnavă, pe Gheorghe care e bolnav, pe Emil care are examen, pe cutare care minte. Doamne toate acestea și le dau Ție, Tu vindecă-le!”. Și când vine părintele și Îi cere lui Dumnezeu să ne pomenească pe fiecare, sunt acolo cu El, sunt acolo cu Cinstitele Daruri, sunt prezentă mai adânc. Dacă nu trăiesc asta în Sfânta Biserică, sigur că

de-abia mă mut de pe un picior pe altul și abia aștept să plec acasă.

Adâncul nostru simte bucuria. Sufletul nostru e mai adânc decât percepem noi cu mintea, dar de ce să nu lăsăm și biata minte să se bucure? S-o băgăm și pe ea acolo, la bucurie. Cum? Punând-o să se gândească la ce face! Ce facem noi acum? Ne uităm la Mântuitorul care vine, Îi dau grijile mele și apoi L-am lăsat să plece cu ele pe Cruce. Se reactualizează jertfa și eu atunci primesc Duhul cel Ceresc, primesc bucuria. Mă duc să mă împărtășesc dacă m-am pregătit. Dacă nu m-am pregătit, de ce nu m-am pregătit? Cine mă alungă de acolo? Și dacă singur m-am alungat, să mă împărtășesc măcar cu vederea, să mă împărtășesc cu dorul și atunci voi fi și eu părtaș bucuriei!

Dar ce mă fac? De la biserică mă duc acasă și iar mă așteaptă soacra mea, care „îmi zice și-mi face”, bărbatu-meu care „îmi zice și-mi face”... Da, dar eu nu plec cu mâna goală, iau și *anafura*, dar mai iau încă ceva de acolo. Ce zice părintele? „*Cu pace să ieșim*”. Eu iau pacea Mântuitorului și mă duc și-o duc acasă. Duc acasă această pace care este în inima mea, care îmi dă răbdare sau pricepere, îmi dă o anumită putere prin care Îl mărturisesc pe Mântuitorul în casa mea: Îl mărturisesc prin pacea mea, prin răbdarea mea, prin dragostea mea, prin rugăciunea ascunsă. De obicei abia ne târâm de la o Liturghie la alta, până duminica următoare suntem din nou bolnavi, din nou necăjiți, din nou plini de toate și ne ducem, ne ducem și iar ne întoarcem. Pe măsură ce conștientizăm marea comoară pe care o avem în noi, ne va fi din ce în ce mai ușor. O să zburăm către biserică, o să zburăm spre casă ca să le ducem celorlalți bucuria.

### Cum să fim martori și înmulțitori ai bucuriei?

**E**xistă și aici o „artă” a vrăjmașului de a ne strica bucuria. De obicei, când avem mai multă bucurie în noi, realitatea se ridică împotriva noastră și ne lovește. Când tu pleci de la Sfânta Liturghie bucuros, acasă cineva te necăjește (sau o vecină, sau altcineva) ca să-ți strice toată bucuria. Și atunci zicem în noi înșine: „Trebuie s-o duc și

pe ea la biserică”. Te cerți cu ea și îi spui că e rea pentru că nu merge la biserică. Ea o să-ți zică peste gard: „Și tu? Degeaba te duci la biserică pentru că ești tot rea ca mine”. Și iată cum încetăm să mai fim martorii bucuriei noastre.

Și atunci, ce să fac, Doamne? Pot să fac ceva, pot să-l iau părtaș pe omul cel ascuns din aproapele meu. Noi niciodată nu vom fi desăvârșiți sau, dacă devenim, nu vom fi conștienți că suntem desăvârșiți. Cu ajutorul lui Dumnezeu vom vedea întotdeauna partea mai rea din noi și realitatea stârnește în noi partea aceasta rea. Dar eu trebuie să învăț arta de a-mi păstra bucuria. Cum? *Întorcându-mă tot timpul spre cei răi cu partea mea bună*. Dacă eu mă întorc spre cel rău cu partea mea rea, este ca și când aș îndrepta ruptura din umbrelă spre ploaie. Așa că, eu trebuie să fac întotdeauna o mișcare lăuntrică prin care să mă întorc cu partea mea bună spre aproapele meu.

Eu știu că acesta, de exemplu, nu mă ascultă niciodată, că întotdeauna face invers decât mine. Ce voi face? Voi înceta să-l cert și voi încerca să-l rabd așa cum este rugându-mă: Tu, Doamne, să ai milă de el cum știi tu și de mine ca să fiu martorul bucuriei mele în viața lui. Așa, încet-încet, Dumnezeu va lucra în persoana respectivă mult mai mult decât lucrăm noi cu vorbele noastre, pentru că noi în clipa în care îi atragem atenția că face ceva rău suntem iritați și n-o facem cu iubire, ci îl judecăm. Judecându-l am pierdut harul. Așa e porunca: „*Nu judecați, ca să nu fiți judecați*” (Matei 7,1). Iertați și vi se va ierta vouă. Dar cum să iert, pentru că într-adevăr mi-a greșit?! Tocmai pentru că mi-a greșit eu va trebui să-l iert pe aproapele meu! Dar eu **nu pot să iert**. Ce voi face? Voi zice cu gura mea: „Doamne, eu vreau să iert, vino Tu în mine și lucrează iertarea mai departe, dă-mi puterea să iert!”. Așa vom vedea minuni. Eu nu pot să fac minuni cu puterea mea. Cel care face minuni e Dumnezeu. De ce oare nu face Dumnezeu minuni la tot pasul? Pentru că nu află la tot pasul oameni care să-L primească. El lucrează numai prin oameni, dar mai nimeni nu-L primește, pentru că noi toți luăm hotărârea să facem noi singuri minunile.

Să ne întoarcem la izvorul bucuriei: Sfânta Liturghie. Sfânta Liturghie lucrează așa cum lucrează inima în organismul nostru: adună