

Gândurile păcătoase și lupta cu ele

Sfaturi din înțelepciunea Sfinților Părinți



Traducere din limba rusă de **Diana Guțu**

**METEOR
PUBLISHING**



CUPRINS

GÂNDURILE / Cuvioșii stareți de la Optina / 5

DIN CARTEA „DOCTORIE DUHOVNICEASCĂ PENTRU
TULBURAREA PRICINUITĂ DE GÂNDURI” /

Sfântul Ierarh Dimitrie al Rostovului / 32

CUGETĂRI ZIDITOARE DE SUFLET

Sfântul Ierarh Dimitrie al Rostovului / 41

DESPRE GÂNDURILE DE HULĂ / Sfântul Paisie Aghioritul / 45

DESPRE GÂNDURI ȘI DESPRE MIȘCĂRILE TRUPEȘTI /

Cuviosul Serafim de Sarov / 55

DESCOPERIREA GÂNDURILOR /

Cuviosul Macarie de la Optina / 58

SĂ FIE GÂNDUL TĂU CURAT / 78

CUVÂNT DESPRE PAZA MINȚII /

Al cuviosului părintelui nostru Teodor,
fostul stareț al mănăstirii Vav / 101

FEREȘTE-TE DE GÂNDURI / 109

DESPRE TREZVIE / Sfântul Filotei Sinaitul / 139

Cuvioșii stareți de la Optina

GÂNDURILE

Gândurile care ne necăjesc și ne tulbură sunt foarte diferite. Astfel, momeala sau atacul cugetului nu are în sine păcat, ci este o încercare a stăpânirii noastre de sine, prin care se vede spre ce este aplecată aceasta din urmă – spre gânduri sau spre lupta cu ele. Atunci însă când are loc consimțirea sau unirea cu gândul pătimăș, apare păcatul care are trebuință de pocăință. Nefiind în stare să ne opunem gândurilor de unii singuri, trebuie să alergăm la Dumnezeu, să ne alungăm neputința și să-I cerem ajutorul, să o rugăm și pe Maica Domnului să ne ajute. Atunci când cineva este biruit de cugete, acesta este un semn că mândria i-a luat-o înainte, motiv pentru care trebuie să se smerească și mai mult. (*Cuviosul Macarie*)

Spui că nu înțelegi ce înseamnă: „a birui și a fi biruiți depinde de noi”? Păi cum altfel? Vine momeala unui cuget necurat și voința ta urmează să îl primească sau să-l respingă; atunci când te unești cu el și consimți, ești deja roaba lui și

devii biruită, iar atunci când respingi momeala, ai biruit...
(Cuviosul Macarie)

Respingeți primul atac al gândului, loviți-i pe pruncii Babilonului, atâta vreme cât sunt încă prunci – prin rugăciune și smerenie –, căci atunci când vor crește, vor deveni niște uriași cărora vă va fi greu să vă împotriviți.
(Cuviosul Macarie)

Iar despre gândurile voastre Dreptul David, în cartea Psalmilor, spune așa: *Domnul cunoaște gândurile omului, că sunt deșarte* (Psalm 93, 11). De aceea nici nu le puneți pe seama păcatului, lucru despre care v-am și spus personal, dar v-ați obișnuit să vă îngrijorați în zadar. (Cuviosul Antonie)

În ceea ce privește convorbirea deasă pe care o aveți cu gândurile, de asemenea nu trebuie să vă smintiți și să cădeți în deznădejde, căci cugete ca acestea, după cum mi se pare, nu sunt mai mult decât o închipuire. Unii oameni delirează numai noaptea, în somn adânc, iar noi, păcătoșii, adesea visăm și aieva... Pentru aceasta exista o singură doctorie: Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătoasa, și cu puterea Crucii Tale îngrădește cugetele mele de la căderea cea păgubitoare de suflet!
(Cuviosul Antonie)

Faptul că gândurile întunecate vă necăjesc adesea să nu vă tulbure, căci gândurile întunecate sunt ca niște nori de toamnă, vin unul după altul și acoperă lumina, dar tot ele

Libris.RO
respect pentru oameni și cărți

trec și cerul rămâne curat și plăcut. Așijderea și gândurile noastre hoinăresc cât hoinăresc prin lumea largă, dar în cele din urmă mintea se așază la locul ei. Atunci în suflet vin liniștea și veselia. Iar mintea noastră se folosește mult din această pribegie scurtă prin repetarea deasă a rugăciunii lui Iisus, pentru care dea Domnul să căpătați deprindere, și atunci zilele senine vor veni și pentru dumneavoastră. *(Cuviosul Antonie)*

În ultima scrisoare ți-ai descris gândul amar și mândru la muncile veșnice. Vrajmașul ți-a șoptit că ești mai înțeleaptă și dreaptă ca Dumnezeu Însuși în judecățile dumitale! Vezi până unde te-a ridicat – dincolo de nori! Celor smeriți nu li se întâmplă să aibă asemenea cugete, iar dumneata suferi din pricina înălțării cu gândul și a multei gândiri, căci te-ai obișnuit să vorbești cu tine însăși și ți-ai propus să-ți convingi gândurile, numai că acestea se înfruntă cu rugăciunea lui Iisus și cu tăcerea gândului. Ce să facem, fiecărui om i s-a dat o cruce, pe care trebuie să o poarte fără cârtire, căci și aceste gânduri netrebnice trebuie să slujească, asemenea unei lecții, smeririi noastre, iar nu înfumurării, căci fără Dumnezeu, cu propriile puteri, nu putem face față nici muștelor. *(Cuviosul Antonie)*

Gândurile tulburătoare sunt mai rele ca orice și trebuie să ne ferim întotdeauna de ele. *(Cuviosul Antonie)*

În ceea ce privește faptul că în rugăciunea dumneavoastră de acasă, iar uneori și în cea din biserică, aveți

diferite gânduri și sunteți împrăștiată, așa ceva se întâmplă uneori fără participarea voinței, iar alteori chiar de bună-voie. De exemplu, la Moscova și Sankt-Petersburg aproape neîntrerupt trec pe la geamuri vânzătorii ambulanți cu diferite mărunțișuri și strigă: „Cumpărați, cumpărați! Vând foarte ieftin!” Să nu treacă și să nu strige nu stă în voia noastră, dar să ne oprim și să ne întindem la vorbă cu ei, precum și să ne punem să cercetăm mărunțișurile scoase la vânzare, ține de voința noastră, și adesea suntem în pagubă cumpărând ceva de la ei. Așa trebuie să înțelegem și gândurile. Să nu vină nu ține de voința noastră, dar să stăm de vorbă cu ele depinde de noi. Iar stăm de vorbă atunci când ne îndulcim cu vreo închipuire necurată, de care Domnul să vă păzească. (*Cuviosul Antonie*)

În ceea ce privește gândurile, trebuie să fii mai prudentă și să strigi cu lacrimi – Doamne, înainte de sfârșit, până ce nu pier, mântuiește-mă! (*Cuviosul Iosif*)

A păzi sufletul de cugete este o muncă grea, a cărei însemnătate nici nu le este înțeleasă oamenilor lumești. Unii oameni spun: „De ce să păzesc sufletul de cugete? Ei bine, gândul a venit și a plecat, de ce să mai lupt cu el?” Greșesc mult unii ca aceștia. Gândul nu doar vine și pleacă. Unele gânduri pot să nenorocească sufletul omului. Sau, bunăoară, sunt cugete care îl determină pe om să cotească pe drumul vieții, luând-o într-o cu totul altă direcție decât mersese înainte. Sfinții Părinți spun că gândurile pot fi de la

Dumnezeu, de la tine însuși, adică de la propria fire, și de la draci. Pentru a putea discerne de unde vin gândurile, dacă sunt insuflate de Dumnezeu, de puterea vrăjmașului sau ne vin de la fire, avem nevoie de mare înțelepciune. (*Cuviosul Varsanufie*)

Întrebare: „În aceste zile nu am avut deloc timp să citesc. Gânduri dintre cele mai diverse nu mă lăsau să mă concentrez, iar de la asta chiar mi-a pierit dorința de a citi”.

Răspuns: „Ieși pe terasă, stai puțin, vederea pașnică îți va aduce starea de rugăciune. Ajunge doar să privești spre biserica noastră... A alunga cugetele nu stă în puterea dumitale, dar a nu le primi – stă. Numele lui Iisus le alungă. Uneori gândurilor li se îngăduie cu dinadinsul să ne deranjeze. Trebuie să rabzi cugetele, fără a te învoi, totuși, cu ele...” (*Cuviosul Varsanufie*)

Iar dacă în timpul rugăciunii mintea îți este risipită, nu e ceva neobișnuit – novicii nu pot să nu se împrăștie. În ceea ce privește tulburarea ce ți-o pricinuiesc gândurile, leacul este numai răbdarea și smerenia. (*Cuviosul Anatolie*)

Dacă vă tulbură gândurile, cârteala, descurajarea, acestea sunt rodul obișnuit al traiului greșit și slab. Dar vine ceasul, și acum este, când morții (adică morții cu duhul) vor auzi glasul Fiului lui Dumnezeu și cei ce vor auzi vor învia, adică prin Duhul Sfânt. (*Cuviosul Anatolie*)

Să nu te necăjească gândurile cum că și mâine, și poimâine vei răbda același lucru, căci ele sunt treaba obișnuită a diavolului. Dar se va împlini nu ceea ce prezice diavolul, ci ceea ce poruncește Dumnezeu. Dacă te-ai lăsat biruită de gânduri în biserică – Dumnezeu să te ierte. Dar străduiește-te să îți aduni gândurile. Aceasta este o lucrare monahală. (*Cuviosul Anatolie*)

...Cazi în deznădejde și te temi atât de tare să-mi descoperi neputințele, încât te-a cuprins groaza și ți s-a strâns inima. Eu însumi sunt om păcătos, dar Îl cred pe Domnul, Care a spus: *N-am venit să chem pe drepti, ci pe păcătoși la pocăință* (Luca 5, 32). Sunt un păcătos și, prin urmare, Domnul mă va mântui. Mai rău este de cei care păcătuiesc și nu se căiesc. Iar noi cu tine, pe cât putem, căutăm să aducem pocăință. De aceea, nu te mâhni. Cugetele îi luptă pe foarte mulți, numai pe cei smeriți nu îndrăznesc să-i atingă. Iar noi nu avem smerenie, de aceea și răbdăm necinstea. Aceste cugete încă nu poți să le respingi, ci aleargă repede la Iisus, adică fă rugăciunea lui Iisus. (*Cuviosul Anatolie*)

În ce chip și în ce ordine ne sunt șoptite gândurile de către vrăjmaș? Mai întâi, vin cele de jignire și supărare, pentru a zdruncina temelia rugăciunii. Apoi, gândurile la slavă pământească și prosperitate, sub chipul virtuții sau chiar a ceva duhovnicesc. La rădăcina lor stă mândria. (*Cuviosul Nikon*)

Consimțirea la orice cuget păcătos este o convorbire cu vrăjmașul. De aici se trage îndepărtarea puterii și ajutorului lui Dumnezeu de la noi. (*Cuviosul Nikon*)

La întrebarea ce fel de gânduri trebuie mărturisite, îți spun că doar cele care chinuie sufletul, iar pentru celelalte nu trebuie să te tulburi, căci din această pricină ele s-ar putea să te necăjească și mai mult. (*Cuviosul Ilarion*)

Scrii că ești trist din cauza despărțirii de mine și că te copleșesc gânduri chinuitoare pentru că degrabă s-ar putea să te lipsești de mine. Nu trebuie să te întristezi și să te gândești la cele viitoare. Mai bine este să ne folosim de cele prezente și să-I mulțumim lui Dumnezeu. (*Cuviosul Ilarion*)

În cazul gândurilor de laudă se cuvine să ne vedem de păcate și să ținem minte că fără ajutorul lui Dumnezeu nu facem nimic bun și folositor. Ale noastre sunt numai neputințele și păcatele. Necazurile ce ți le pricinuiește maica stareță poartă-le fără cârtire și roagă-te pentru cei care te jignesc. Nu-ți va fi greu. (*Cuviosul Ilarion*)

...Ai dobândit o oarecare liniște după venirea la noi, pentru care, vrăjmașul cel perfid urându-te, s-a înarmat împotriva ta și te tulbură cu tot felul de gânduri, ademenindu-te cu pricini aparent binecuvântate, căutând prin acestea să-ți zdruncine temelia pe care, cu ajutorul lui Dumnezeu, ai dorit să zidești virtutea și să duci viață bineplăcută Domnului. Cea de-a doua cauză este aceea

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

că, dorind să-I plăci lui Dumnezeu, vrei să te ridici repede pe culmea virtuților și-ți închipui acest lucru posibil prin propriile puteri, ceea ce vădește în tine mândrie duhovnicească (lucru pe care îl recunoști singură). Negăsind roade lucrătoare ale binelui cu care ai putea să te lauzi, chiar și cea mai rară dorință a binelui îi servește ei (mândriei) drept hrană. Acest lucru îi oferă vrăjmașului prilejul să te atace cu furie, cu îngăduința lui Dumnezeu. Iată deci două cauze ale tulburării și neliniștii care te încearcă... (*Cuviosul Lev*)

...Orice valuri ți-ar răscoli sufletul, aleargă întotdeauna la Mântuitorul Hristos. El vine în ajutor și potolește valurile. Crede că Domnul prin purtarea Sa de grijă ți-a rânduit o asemenea viață spre tămăduire; deci nu o lepăda și nu căuta liniște trupească și pace părelnică, căci înainte se cuvine mult să ne cutremurăm și să răbdăm: dacă îți vei mărturisi cugetele, îți vei ușura mult lupta și vei avea mai multă liniște decât de una singură. (*Cuviosul Lev*)

Părintelui A. i se pot trece cu vederea gândurile de a pleca la locurile de baștină, fiind pricinuite de friguri, însă nu trebuie să cădem de acord cu ele. Dacă el și-ar îndrepta mai des privirea spre lumea cealaltă, ar avea gânduri mai bune. În cazul în care nu se liniștește, trebuie să îl întrebați pe părintele stareț, fără a cărui binecuvântare nu trebuie să faceți și să decideți nimic. (*Cuviosul Moise*)