Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

ISBN 978-606-989-046-2

Pr. Dr. Vasile Gafton

BUCURIA LINIȘTIRII

Incursiuni în lumea spirituală a Sfântului Serafim de Sarov

Apare cu binecuvântarea
ÎPS Dr. LAURENȚIU STREZA,
Arhiepiscopul Sibiului
și Mitropolitul Ardealului

Editura Andreiana
Sibiu – 2018

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Copertă:
Adrian Stoia

Corectura:
Prof. Mariana Oltean
Sorin-Gabriel Pomană
Nicolae-Toma Posa

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
GAFTON, VASILE
Bucuria liniștirii: incursiuni în lumea spirituală a Sfântului Serafim de Sarov / pr. Vasile Gafton; apare cu binecuvântarea ÎPS dr. Laurențiu Streza, Arhiepiscopul Sibiului și Mitropolitul Ardealului. - Sibiu: Editura Andreiana, 2018
ISBN 978-606-989-046-2

2

© Editura Andreiana – 2018
Sibiu, Str. Mitropoliei, nr. 35
Tel.: 0269/217863; 0269/211584, int. 144
Fax: 0269/215521
www.mitropolia-ardealului.ro
editura_andreiana@yahoo.com

Cuprins

Prefață (*† Laurențiu*) 9
Despre cât suntem de aproape sau de departe de adevărata bucurie 14
Semnificații, căi și modalități de dobândire a bucuriei și a liniștii sufletești 29
Întâlniri cu Sfinții. Câteva repere biografice din viața Sfântului Serafim de Sarov 49
Bucuria cea adevărată și așteptarea lucrătoare întru liniștire 67
Despre bucurie ca sens al liniștirii 88
Sfântul Serafim de Sarov – elemente pentru o pedagogie creștină a modului nostru de a fi în lume 101
Modelul unei vieți trăite întru bucuria liniștirii 122
Unitate și umanitate în lumina învățăturilor Sfântului Serafim de Sarov 132

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

Postul Crăciunului, așteptarea mântuitoare care „taie împrejur" toate așteptările omenești 150
Crăciunul, între așteptarea bucuriei și bucuria așteptării 163
Ce ni se poate întâmpla atunci când ne dorim să-L vedem pe Dumnezeu? 171
Cum putem să vedem Lumina Învierii și să ne împărtășim din bucuria liniștirii 186
Despre liniștea așteptării și puterea care ne vine de Sus 203

Scopul vieții creștine este dobândirea Duhului Sfânt. Dobândește pacea lăuntrică și mii de suflete se vor mântui în jurul tău. Totul este subordonat agonisirii acestei păci: alipirea de Biserică, adevărata nădejde, îndepărtarea de patimi, iertarea greșalelor, neosândirea aproapelui și, mai ales, tăcerea lăuntrică.

(Sfântul Serafim de Sarov)

Făcătorul de pace este cel ce dă pace altuia. Însă n-ar împărtăși-o cineva altuia, dacă n-ar avea-o el însuși. Deci mai întâi voiește să fii tu însuți plin de bunătățile păcii, apoi să dai din bine și celor lipsiți de el.

(Sfântul Grigorie de Nyssa)

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Despre cât suntem de aproape sau de departe de adevărata bucurie

Relația dintre om și lume a avut sau a căpătat de-a lungul timpului un caracter mai mult sau mai puțin predominant conflictual. Aceasta, datorită diferențelor tot mai multe și mai pronunțate între cele două realități, umană, respectiv mundană, pe de o parte. Pe de altă parte, conflictul dintre om și lume s-a născut, probabil, din dorința omului de a-și întemeia o stare de fericire chiar aici, în mediul său de viață, care este lumea. Din acest punct de vedere, nu de puține ori, omul, ca factor personal cu vocație de ordonator și stabilizator al realității exterioare lui – de așa manieră încât să își creeze un mediu confortabil, favorabil, dătător de bună dispoziție și de bucurie –, a perceput lumea ca pe un mediu favorabil doar neliniștii, ostil, neprietenos, sălbatic, periculos. În permanentă opoziție cu dorința de bine a omului.

Totuși, lucrurile s-au mai schimbat. În ultima vreme, se pare că, pe zi ce trece,

injoncțiunile dintre lume și noi, oamenii, sunt tot mai puține. În mod normal, acest tip de afirmație ar trebui să ne bucure, însă situația descrisă nu este deloc îmbucurătoare. De ce? Deoarece lumea sau cel puțin neliniștea lumii ne acaparează tot mai mult sufletele, iar noi capitulăm în fața ei pe zi ce trece câte puțin. Nu ne mai întâlnim cu lumea pentru că noi, oamenii, aproape am încetat să existăm ca ceva distinct față de lume. Este numai lume peste tot, și noi, nicăieri. Și, aceasta, din nou ne neliniștește. Dar, ce ne mai liniștește pe noi sau ce ne mai bucură pe noi, oamenii?

În pofida faptului că, așa cum se afirmă în unele lucrări de popularizare a unei psihologii adresate omului simplu, „lumea se schimbă, dar oamenii rămân la fel”[2], sentimentele și trăirile oamenilor par a se schimba și ele considerabil într-un mediu ca cel pe care îl oferă lumea înconjurătoare. Și, nu în bine. Din acest motiv, s-au întreprins unele cercetări în domeniul psihicului uman pentru a se determina dacă fericirea: 1. este produsul personalității umane sau, 2.

[2] Ramona Constantinescu, Radu F. Constantinescu, „Psihologie pentru oameni obișnuiți”, Ed. Curtea Veche, București, 2017, p. 100.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

dimpotrivă, este un efect al mediului în care trăiește omul. Fiecare din cele două direcții de cercetare a reușit să strângă un număr de adepți, însă niciunul dintre cei care susțineau un punct de vedere nu a reușit să se pună de acord cu cei care susțineau celălalt punct de vedere. Adică, dacă preeminent(ă) în producerea fericirii este personalitatea sau mediul. Așa încât, trebuie să bănuim că atât personalitatea, cât și mediul contribuie, în anumite proporții, la inducerea stării de fericire[3].

O altă perspectivă – definită de rezultatele obținute în urma altei categorii de cercetări în domeniul uman – s-a conturat în legătură cu determinarea genetică a fericirii, dar această nouă perspectivă pare să încline balanța în favoarea ideii că determinant în privința fericirii este, totuși, aspectul ce ține de personalitate. Cu alte cuvinte, „ne naștem cu o capacitate naturală de a fi fericiți, iar unii oameni sunt mai norocoși decât alții. Vestea bună e că putem schimba asta". Posibilitatea schimbării în bine pare să fie dată tocmai

[3] François Lelord, Christophe André, „Cum să ne exprimăm emoțiile și sentimentele", trad. din limba franceză de Mădălina Georgescu, Ed. Trei, București, 2003, p. 120.

de faptul că „nu există un anumit lucru care te poate face fericit". În opinia celor care au întreprins cercetările în cauză, trăirile legate de bunăstare și fericire iau naștere în urma conlucrării dintre mintea, emoțiile, trupul și sufletul nostru, așa încât, „dacă suntem fericiți în ceea ce privește un anumit aspect al vieții noastre, acest lucru se proiectează și luminează și celelalte aspecte ale vieții noastre"[4]. Tot spre această concluzie trimite și o altă lucrare din domeniu, în care se spune că „experiența subiectivă nu este doar o dimensiune a vieții, este viața însăși. Condițiile materiale sunt secundare: ele ne afectează viața indirect, prin mijlocirea experienței subiective. Pe când fluxul optimal și chiar plăcerea contribuie direct la calitatea vieții"[5].

Dar problemele cu privire la rezultatul interacțiunii dintre om și lume sau dintre personalitate și mediul înconjurător nu sunt atât de simple. Bunăoară, nu suntem încă pe deplin lămuriți dacă

[4] Charlotte Style, „Psihologia pozitivă", trad. din limba engleză de Claudia Roxana Olteanu, Ed. All, București, 2015, p. 9; 10.

[5] Mihaly Csikszentmihalyi, „Flux. Psihologia fericirii", trad. din engleză de Monica Lungu, Ed. Publica, București, 2015, p. 297.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

fericirea și bucuria sunt unul și același lucru sau sunt două lucruri diferite. De-a lungul timpului, atât fericirea, cât și bucuria au fost evocate în permanență, atât separat, cât și împreună sau chiar una în locul celeilalte, fără să se poată stabili dacă ele exprimă stări diferite, echivalente sau care ar fi diferența de grad dintre bucurie și fericire sau invers.

Astfel, filosoful Pierre Hadot arată că, încă din antichitate exista ideea că cei fericiți nu pot fi decât zeii, fericirea lor fiind trăită ca sentiment al veșniciei, al tihnei de a fi deasupra trecerii ce caracterizează lumea și omul. Însă, prin intermediul ritualurilor și sărbătorilor religioase, omul antic avea posibilitatea de a se împărtăși de fericirea zeilor; pentru el a fi fericit ținea de faptul că, în momentele de bucurie pe care i le ofereau sărbătorile, putea trăi cu o intensitate cu totul aparte prezența zeului. Tot la fel, în tradiția socratică, participarea la fericirea zeilor își avea temeiul în concepția potrivit căreia, prin iubirea binelui și cultivarea lui, Zeul se sălășluia în sufletul omului, iar, pentru Platon, Aristotel și Plotin, a fi preocupat de cultivarea unei vieți spirituale orientate spre bine are ca rezultat trăirea unui sentiment de

satisfacție și bucurie spirituale. Altfel spus, „pentru suflet, fericirea supremă va fi, așadar, o experiență pe care am putea-o califica drept mistică și care se caracterizează, între altele, printr-o imensă bucurie”[6].

Există tot felul de bucurii în spațiul existenței umane de zi cu zi și, de asemenea, există multiple moduri de a te bucura. Pentru filosoful Andrei Pleșu – care a încercat o radiografiere cât mai exactă a modului/modurilor de a se bucura al românilor în perioada comunistă – există bucurii minimale, bucurii negative, bucurii interzise, bucurii comune sau comunitare, bucurii expansive sau, dimpotrivă, bucurii ale contracției etc. În cele din urmă, după enumerarea caracteristicilor tuturor acestor moduri de a se ajunge la o oarecare bucurie, Andrei Pleșu are ideea inspirată de a cita o variantă balzaciană a bucuriei. Chiar dacă pentru noi, oamenii prezentului, motivul care poate genera bucuria pentru Balzac ar fi mai degrabă frustrant decât rezonabil, definiția pe care ne-o oferă pare, totuși, cea mai bună concluzie, și

[6] Pierre Hadot, „Studii de filosofie antică”, trad. din limba franceză de pr. dr. Constantin Jinga, Ed. Sfântul Nectarie, Arad, 2016, p. 327-332.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

anume, aceea că, „fericirea altora poate fi o sursă de bucurie pentru cei care nu pot fi fericiți”[7].

Astfel, bucuria poate fi echivalată cu fericirea, deși ea este prezentată ca o soluție de criză, ca un surogat, ca o proteză care are menirea de a înlocui varianta autentică, reală. Surprinzătoare ca origine, bucuria balzaciană, a celor ce nu pot fi fericiți, nu are un caracter negativ, privativ, frustrant, ci, dimpotrivă, are o dimensiune personală, relațională, altruistă, comunitară, trimițând, dintr-o perspectivă răsturnată, la bucuria despre care vorbește Sfântul Serafim de Sarov. Așa cum vom avea ocazia să vedem pe parcursul acestui volum, Serafim de Sarov ne recomandă să cultivăm bucuria liniștirii, o bucurie care nu se rezumă la noi, ci are efecte benefice și asupra celor din jurul nostru. Cultivând bucuria liniștirii, dobândindu-ne pacea lăuntrică, cei din jur, cei care intră în relație cu noi, se pot bucura de accesul la un spațiu relațional propice propriei lor mântuiri (și, deci, de a fi la rândul lor bucuroși). Balzac se referă la cei care,

[7] Andrei Pleșu, „Despre bucurie în Est și în Vest și alte eseuri”, Ed. Humanitas, București, 2012, p. 9-29.

observând fericirea altora, participă la ea, această participare provocându-le lor înșiși bucurie. Deci, are o abordare oarecum echivalentă celei a Sfântului Serafim.

Dar, ca să fim sinceri, niciuna dintre formulele sau din modurile de a trăi fericirea/bucuria enumerate anterior nu este scutită, sau nu este scutit, de o anume preocupare, neliniște, poate chiar teamă. Din acest motiv, ne punem întrebarea: Este atât de ușor să fie confundată bucuria cu opusul ei? Cercetători din domeniul psihologiei au constatat faptul că investigațiile psihologice efectuate de-a lungul timpului au vizat în mai mare măsură tristețea, frica, furia, gelozia sau alte emoții negative decât bucuria și emoțiile pozitive[8]. Totuși, în urma unor investigații mai elaborate, ei au reușit să identifice câteva emoții pozitive care pot fi definite drept bucurie sau cel puțin ca adjuvante ale bucuriei. Astfel, putem vorbi despre o bucurie a victoriei, o bucurie trăită prin contemplarea naturii, o bucurie-interes sau curiozitate și altele. Formele de exprimare ale acestor tipuri de bucurii acoperă o paletă destul de largă de manifestări, de

[8] François Lelord, Christophe André, „Cum să ne exprimăm emoțiile...”, *op. cit.*, p. 91.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

la surâs, fredonatul unei melodii, lacrimile de bucurie[9].

O formă interesantă și mai des întâlnită de bucurie este buna dispoziție. Despre buna dispoziție se spune că este ca o muzică de fond, care nu este neapărat remarcată, însă are efecte benefice asupra stării noastre lăuntrice. Mai mult decât atât, s-a observat că buna dispoziție este determinantă pentru modul nostru de acțiune sau de gândire. Cu toate acestea, buna dispoziție este fragilă, ea putând fi influențată până și de efortul de a constata dacă suntem sau nu suntem bine dispuși[10].

Ce rezultă din aceste enumerări de stări sufletești care se apropie de ceea ce s-ar putea numi bucurie sau sunt efecte ale bucuriei? În primul rând, faptul că a fi bucuros nu presupune că ești și liniștit. Cel puțin nu din perspectiva analizelor și a cercetărilor psihologice despre care am vorbit. Și aceasta, deoarece noi, oamenii, avem tendința de a fi în permanență neliniștiți. Astfel încât, începem să devenim neliniștiți chiar și atunci când vrem să ne liniștim cu orice preț și realizăm că nu este posibil. Ajungem astfel într-o stare

[9] *Ibidem*, p. 92-100.
[10] *Ibidem*, p. 101.

de lucruri despre care vom mai vorbi pe parcursul capitolelor următoare, stare care ne situează pe marginea prăpastiei sau la limita existenței. Ori, atunci când te afli pe marginea „prăpastiei" (indiferent ce poate să însemne această prăpastie din punct de vedere al unei trăiri la limită) ar fi recomandat să fii liniștit, nicidecum agitat sau neliniștit, pentru că, în situația cu pricina, dacă ești agitat sau neliniștit s-ar putea să cazi. Și totuși, lumea pare să ofere în mod exclusiv doar posibilitatea de a te împărtăși din bucurii care duce, invariabil, la limita periculoasă a existenței[11].

De aceea, avem nevoie de o bucurie care să ne aducă în suflet liniște, siguranță, iar acea bucurie nu pare să se găsească printre variantele de bucurie pe care ni le pune la dispoziție lumea. Bucuria despre care vorbim noi este acea bucurie care ne poate aduce mai aproape de Dumnezeu. Cercetătorii care au coroborat datele numeroaselor investigații care

[11] Să ne gândim, în legătură cu aceasta, doar la „bucuriile" generate de excesele de orice fel, în principal la cele pe care ni le induce excesul de adrenalină generat de sporturile extreme sau de stările rezultate în urma consumului de substanțe interzise.