

Hrisostom (Sebastian Bogdan) Filipescu

Ieromonah, psiholog, poet și prozator. Studii de teologie, psihologie, filosofie, formare complementară în psihoterapie sistemică de cuplu și familie și cursuri de dezvoltare personală.

Epumen al *Schitului Sfânta Mironosiță Maria Magdalena - Țibucani* și psiholog clinician la *Centrul de Recuperare și Reabilitare a Persoanelor cu Handicap - Păstrăveni*.

Hrisostom Filipescu este unul dintre cei mai citați autori de limbă română din mediul bisericesc datorită modului armonios și unic în care îmbină, în scrierile sale, noțiuni de psihoterapie și teologie. În anul 2014, cartea *Puține cuvinte, multă iubire* s-a aflat în topul celor mai vândute și apreciate cărți din domeniu.

Participă la emisiuni de televiziune, acordă interviuri în presa scrisă și online și desfășoară o bogată activitate publicistică și misionară.

Conferințele sale dinamice și deschise la dialog atrag publicul de toate vârstele iar sălile sunt arhipline.

Părintele Hrisostom a fost atât de frumos numit: „un isihast al iubirii, care oferă mult sprijin și dragoste românilor aflați în lumea largă, cuprinzând în rugăciune și slujire omul de pretutindeni.”

Publicații: *Puține cuvinte, multă iubire* (Editura PIM, 2013), *Puține lacrimi, multă bucurie* (Editura PIM, 2014), *Fotopateric-Chipuri smerite din Mănăstirea Secu* (Editura Lumea Credinței, 2015).

Activitate online:

<https://hrisostomfilipescu.wordpress.com>

www.hrisostomfilipescu.ro

Ieromonah Hrisostom Filipescu

Ascultă, privește, atinge

Tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreașfințitului TEOFAN,
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

editura pim
Iași, 2015

Cuprins

Mulțumiri.....	7
Aprecierile cititorilor.....	9
„Aș vrea să îi fie cald lui Dumnezeu la mine în inimă!”.....	15
Iubirea e sfântă, fără sfârșit!.....	28
„Îți mulțumesc, Doamne, că Te-ai gândit să fiu și eu!”.....	40
„Omul are nevoie să fie atins atât de gingaș cu dragoste!”.....	48
La taifas despre bucurie cu părintele Hrisostom Filipescu.....	61
Inocență.....	77
Ecou.....	78
Lumânare.....	80
Chenoză.....	81
Curcubeu.....	82
Vântul.....	83
Rază.....	84
Ape.....	85
Icoană.....	87
Aș vrea.....	88
Dorul.....	89
Poartă.....	92
Aură.....	93
Diamant.....	95
Baladă.....	96
Plouă.....	101
Dacă.....	102
Voroavă.....	104
Trup și Duh.....	105
Furtul.....	106
Frunze pe bancă.....	108
Doamne.....	109
Poezia apei.....	111
Poezia focului.....	112
Somn.....	114
Paravan.....	116

Vitrină.....	117
Popas prin suflet.....	119
Zăduf.....	121
Timpul mă lasă să fiu timp.....	122
Suflet înverzit.....	123
Mi-am pierdut umbra.....	124
În marea de cuvinte.....	125
1821.....	126
Cititorie.....	129
Lumina de la schit.....	132
Sevă de inspirație.....	133
Cine, unde, de ce?.....	134
Tată.....	135
Fiii Învierii.....	137
Pâine și Apă.....	139
Strajă.....	140
Plouă din mine spre cer.....	141
Copacul.....	142
Până la înălțimea privirii.....	143
Tiptil, suflet de copil.....	147
Tăcerea îmbrățișării.....	149
Picătură de liniște.....	151
Ce a fost, a fost. Ce este, este. Ce va fi, va fi.....	154
Dacă.....	156
Fă Rai din ce ai!.....	159
Să vorbim despre frumos!.....	161
În iubire, „Nu” se transformă în „Da”.....	163
Judecata din oglindă.....	165
Cele mai simple lucruri sunt minuni.....	168
Mângâierea, atingerea sufletului.....	170
Liniște zgomotoasă.....	172
Life is life.....	173
Mai avem timp?.....	175
Traversând râul vieții.....	177
Când obosesc îmi odihnesc obrazul pe infinit.....	178
Durerea, o potecă pe calea Schimbării.....	181
Inimă.....	183
Adevărul care doare sau minciuna care vindecă?.....	185

În ochii tăi nu mai e vară, ci toamnă.....	188
Filă de jurnal.....	191
Culorile inimii.....	193
Dacă vreodată voi avea nevoie de tine, pot să te chem?.....	195
Ești bine cu tine?.....	197
Sunt oriunde și pe nicăieri.....	200
Despre animale.....	203
Ai îndoieli?.....	204
În mine sunt plin de tine.....	206
Ascultă, Privește, Atinge!.....	207
Cel mai mare păcat este să stingi soarele ființei!.....	210
Lăsăm toate trăirile noastre în mâinile lui Dumnezeu?.....	212
Confunzi bățalia cu gălăgia?.....	214
Cântecul iubirii Mele.....	217
Cântecul tăcerii mele.....	221
Viața cetății.....	223
Poftă de viață!.....	225
Suntem pe pământ să dăruim și să primim iubire!.....	227
Poți răni cu un cuvânt sau poți vindeca cu un zâmbet.....	229
Fă-mi loc în liniștea ta!.....	230
Cuprins.....	232

DIFUZARE:

S.C. Supergraph S.R.L.

Str. Ion Minulescu nr. 36, sector 3

031216, București

Tel.: 021-320.61.19; fax: 021-319.10.84

e-mail: contact@supergraph.ro

www.librariasophia.ro

www.sophia.ro

Societatea de Difuzare SUPERGRAPH vă oferă
posibilitatea de a primi prin poștă cele mai bune cărți de
spiritualitate, teologie, cultură religioasă, artă, filozofie
apărute la edituri de prestigiu.

Plata se face ramburs la primirea cărților;
taxele poștale sunt suportate de Supergraph.

Vă așteptăm la **LIBRĂRIA SOPHIA**

str. Bibescu Vodă nr. 19,

040151, București, sector 4

(lângă Facultatea de Teologie)

tel. 021-336.10.00; 0722.266.618

www.librariasophia.ro

„Aș vrea să îi fie cald lui Dumnezeu la mine în inimă!”

Interviu realizat de Vlad Diaconu, teolog

V.D. Sunteți egumenul Schitului Țibucani care o are ca ocrotitoare pe Sfânta Mironosiță Maria Magdalena, cea care a fost prima martoră a învierii. Aici, într-un cadru pitoresc, la poalele unei păduri, cerul se unește cu pământul. Cum ați ajuns aici?

H. F.: Viața nu este doar un spital în care fiecare pacient este obsedat de dorința de a schimba patul. Călătoria spre locul inimii este viața însăși. Am început viața monahală la Mănăstirea Secu în anul 2005 și din 2011 sunt în ascultare la Schitul Țibucani, unde gust cu dragoste din bucuria isihiei. Sfânta Maria Magdalena mi-a așezat tainic la inimă un dor și o iubire fără margini... Întâlnirea dintre ea și Hristos a reșezat organic toate celulele din ființa mea și am înțeles logica Domnului, comparativ cu logica omului. Nicolae Steinhardt spune că „dăruind lumina pe care nu o ai, o vei dobândi și tu.”

Revenind la întrebarea dumneavoastră, Schitul Țibucani s-a aflat întotdeauna sub oblăduirea

Mănăstirii Secu, fiind de la începuturi (1774) sub spiritualitatea paisiană. A fost ridicat din dorința unor monahi de a trăi în liniște și așa a rămas până astăzi. Pelerinii care ajung aici se pot bucura de albastrul cerului, de foșnetul pădurii și, nu în ultimul rând, pot rosti rugăciuni la ceas de taină la icoana Maicii Domnului, care se află în biserica veche. Acolo există o lacrimă de mamă...

V.D.: Din câte se poate observa, au fost ceva lucrări de renovare-consolidare în acest loc. Cum împletiți treburile gospodărești-administrative cu scrisul și cu duhovnicia?

H. F.: Da, din darul lui Dumnezeu, începând cu anul 2011 până în anul 2014, au fost mai multe lucrări de șantier, structurate în mai multe etape. Nu sunt niște mofturi personale, ci se impuneau, mărturie fiind fotografiile de dinainte și după reabilitare. S-au desfășurat lucrări de reparație la casa monahală, bucătărie, trapeză (interior și exterior), hidroizolație, acoperiș, beci nou, centrală termică pe lemne, grup sanitar pentru pelerini și alte activități gospodărești. Însă chiar dacă nu aș fi fost eu, nădăjduiesc în bunătatea Domnului că ele tot ar fi fost întreprinse. Nu am niciun merit. Nimeni nu este de neînlocuit și, mai presus de toate, nu sunt bunuri personale. Eu mâine pot să nu mai fiu aici, dar lucrările rămân. Și părinții de dinaintea mea au avut contribuțiile lor, prioritare la

vremea aceea. Și cei care vor veni după mine vor face altele sau vor repara sau corecta din ce am înfăptuit. Așa e viața! Este important ca fiecare pe unde trece să facă viața mai frumoasă, oamenii mai buni și să se simtă că a mișcat măcar un pai. Cu un pai de aici, cu unul de acolo se adună. Să nu trecem prin viață ca Vodă prin lobodă sau ca găscă pe apă. Să rămână ceva după noi: un copac, o casă, o fântână, un om, o carte, o amintire frumoasă. Orice, cât de mic. Dacă fiecare își face datoria acolo unde se află, lucrurile se schimbă și toate se așează armonios. Octavian Paler spunea că „*orice așteptare e provizorie, chiar dacă durează toată viața*”.

Referitor la duhovnicie, scris și altele asemenea, aceste activități se împletesc într-o formă sau alta. Întâi fac una și apoi cealaltă. Părintele Sofronie Zaharov ne învață că știința călugăriei începe cu lupta patimilor. În primul rând cu patimile brute ale cărnii, apoi cu iuțimea, iar în cele din urmă cu mândria; această ultimă etapă este, fără îndoială, cea mai dureroasă. Lupta cu mândria este într-adevăr ultima etapă pe drumul care duce la nepătimire... Așa că am mult de lucru în ogorul din inima mea!

„*Când te găsești în fundul prăpastiei să nu disperi, iar dacă ai ajuns în vârful muntelui, să nu amețești*”, spunea Î.P.S. Bartolomeu Anania într-o conferință, cu ani în urmă...

V.D. Aveți în mănăstire un program special de rugăciune, în afară de cele Șapte Laude de peste zi; rugăciunea inimii, votul tăcerii seara etc. Foarte inspirat alcătuit. Este importantă Liturghia în viața credincioșilor?

H.F.: Este o rânduială primită de la Părintele Mitropolit în 2011, pe care, din darul lui Dumnezeu, încercăm să o menținem ca o candelă aprinsă și care ne oferă un anumit ritm interior.

Nu se poate fără Liturghie, fără gustarea lui Hristos Euharistic. Ne împărtășim din cuvânt, din cântarea de la strană, ne împărtășim simbolic cu miridele din Potir, însă comuniunea deplină se face doar cu Hristos în noi. Îmi plac foarte mult Liturghiile misionare unde se slujește cu Sfintele Uși deschise în permanență, pentru a vedea credincioșii ce se întâmplă acolo. Înțeleg că nu e doar un spectacol de cortină și că părintele nu stă pe scaun și mormăie cuvinte potrivite, ci acolo se desfășoară ca o anamneză întreaga viață a lui Hristos, sub ochii lor, culminând cu jertfa pe cruce, cu moartea și Învierea Sa. Rugăciunile care de obicei se rostesc în taină - rostite cu voce tare înainte de ecfonist - sunt și ele o podoabă intimă a Euharistiei, deoarece introduc nu doar clericul, ci și credincioșii în atmosfera aceea tainică în care inima omului se întâlnește cu inima Domnului și își vorbesc altfel.

Să nu existe Liturghie la care preotul sau arhiereul să iasă cu Hristos în mâini, iar Potirul cald să ne invite cu cuvintele: „Cu frică de Dumnezeu, cu credință și cu dragoste apropiați-vă!” și Hristos Domnul să nu-i sărute nimănui buzele la acea Cină. Iar noi să mișcăm doar trupul, nu și sufletul, la nimeni să nu locuiască Hristos în inimă atunci. E sfâșietor de trist!

V.D.: Ce autori citește părintele Hrisostom Filipescu?

H.F.: De obicei citesc tot ce îmi pică în mână, mai ales recomandări de la prieteni sau scriitori. De la beletristică la cărți de specialitate (teologie, psihologie). Mă regăsesc în multe titluri și autori. Uite, am aici pe masa de lucru o carte la care am făcut o însemnare. Scrie Dostoievski în Frații Karamazov: „Uneori te vei simți perplex, îndeosebi văzând păcatele oamenilor, și te vei întreba: Trebuie să recurg la forță sau la umilință și la iubire? Decide întotdeauna pentru umilință și iubire. Dacă vei lua această hotărâre odată pentru totdeauna, vei putea cuceri lumea întreagă. Umlința și iubirea împreunate devin o forță formidabilă, cea mai mare forță din câte există: nu există o alta care să o egaleze. În orice zi, în orice oră, în orice minut, observă-te pe tine însuși și controlează-te, străduiește-te să ai o față frumoasă. Iată, ai trecut pe

lângă un copil și erai iritat, plin de mânie, ai spus un cuvânt urât; tu poate nici nu l-ai observat pe copilul acela, dar el te-a văzut bine și poate a văzut figura ta, urâtă și rea, și a rămas impresionat în inimioara lui lipsită de apărare. Tu nici nu ești conștient, dar poate ai aruncat în el o sămânță rea, care probabil va încolți; și totul pentru că nu ai fost atent, pentru că nu ai cultivat iubirea vigilentă, iubirea activă. Fraților, iubirea este un ghid, dar trebuie să știi să o cucerești, pentru că se cucerește cu greutate, se plătește pe ea preț mare, se cucerește printr-o muncă îndelungată și pe termen lung; trebuie să iubești nu o clipă, întâmplător, ci întotdeauna, până la sfârșit. Extraordinara blândețe a sfinților se întemeiază pe extraordinara lor umilință. Sfinții n-au acordat nicio importanță propriei lor persoane.” Nu e minunat?! Sau cât de profund spune Constantin Noica: „Oamenii mari fericesc pe copii, înțelepții pe nebuni, regii pe cei săraci și fratele fiului risipitor pe fiu. Ce destin ne trimite permanent la celălalt?”...

V.D: Atât? Dezvoltare personală nu?

H.F.: Știți cum e, iarba pare întotdeauna mai verde de partea cealaltă a gardului. Introducerea de noi paradigme de conștiință pentru a descătușa valurile de potențial uman și de a sfida gravitația este o provocare pentru „maestrii spirituali” apăruiți ca ciupercile după ploaie. Ei se vor a fi surse bogate de

înțelepciune, iubire și vindecare. Am studiat fenomenul atât sub aspect psihologic cât și teologic, iar Adevărul este Unul singur. Motivele merită totuși studiate. Unele cărți de dezvoltare personală sunt bune, altele însă sunt doar comerciale. La fel ca și formatorii. Filozofia poate începe de oriunde. O înveți pe drum. Citesc și cărți de dezvoltare personală, când timpul îmi permite, dar filtrez mult și separ nisipul de balast. Așa cum te formezi toată viața ca duhovnic, la fel pot spune și despre psiholog. Preotul este duhovnicul sufletului, psihologul este duhovnicul minții. El intră acolo și apasă pe butoane pentru a debloca programe mentale. Dar să nu târăști în căderea ta pe un altul! Fii tu însuși, omule!

Să nu uităm că în primul rând viața în Hristos este dragoste, nu morală! Pilda fiului risipitor lasă mută orice logică. Și întâlnirea lui Hristos cu Maria Magdalena... Și...

V.D.: Aveți mulți prieteni?

H.F.: Da, am prieteni și îmi place să vorbesc despre prietenie, despre iubire, ca unul care am gustat din ele pe toate fațetele. Există prietenii și prietenii, cunoștințe, întâlniri ocazionale. Prietenii cu greutate cred că sunt puțini în viața fiecăruia. Genul acela de om pe care să-l poți trezi și la 2 noaptea fără să se ciufulească. Cele mai bune lucruri în viață sunt gratis:

familia, amintirile, iubirea, zâmbetul, îmbrățișarea, sărutările, somnul, râsul, prietenii. În sufletul meu fiecare om care a trecut a lăsat câte ceva. De la fiecare om învăț lucruri noi. Se intră ușor în inima mea și se iese greu de acolo. Prietenia este o mare taină. Ne facem prieteni în diferite moduri, din diferite motive. Dar ca să dureze trebuie doar să accepți pe celălalt așa cum este. Uneori prietenii ne găsesc și, oricât am încerca să-i alungăm, ei pătrund în viața noastră, iar până la urmă ne dăm seama câtă nevoie avem de ei. Și când se termină, nu contează ce îți ia cineva când pleacă din viața ta, ci ceea ce ți-a dăruit cât a fost acolo. Iubirea rămâne cu tine, chiar dacă cel iubit pleacă. A ține pe cineva de mână este mai important decât a-i spune toate cuvintele frumoase din lume. Ne căutăm pe noi în cărți, în oameni, în rugăciuni, în dorințe, în pretenții, în cereri. Sunt cel ce întreabă, cel ce cheamă, cel ce caută... Mai bun, mai inteligent, mai puternic. Dumnezeu iubește vasele slabe pentru că acolo își arată mărinimia, minunea, iubirea. Iubirea se retrage și revine în gesturi de mare delicatețe. Să respectăm libertatea celuilalt. Suferim pentru asta, dar, omule, nu cerși ceea ce nu există.

Viața îți poate lua totul, dar nu îți poate lua Speranța. Nimănui să nu-i dai voie să îți spună că nu poți. Poți totul! Privește Sus. Doamne privește ca un Tată spre tine. Privirea Domnului este cea care

contează în viață. Contemplă o icoană și vei găsi răspunsul tău, Acolo, în acea privire. Și în tine.

Era un bătrânel care odată a întrebat un tânăr:

- Tu știi ce înseamnă prietenia?

- Depinde de situație.

- Vezi domnul acela care stă la masă? El este prietenul meu cel mai bun. Ne-am născut în 1939 și am crescut împreună. Am cumpărat amândoi o bucată de pământ și în fiecare zi venea în acest bar, beam o bere și citeam ziarul. De fapt, el îmi citea ziarul pentru că eu nu știu să citesc. Eram mereu împreună. În 1988 ne-am certat, ne-am bătut. De atunci nu am mai vorbit, nici măcar nu ne-am mai salutat. Dar, în ciuda faptelor întâmplare, în fiecare zi venim amândoi aici, la aceeași oră. Ne vedem în fiecare zi, nu ne salutăm și ne așezăm la mese diferite. Amândoi luăm o bere. În fiecare zi ia ziarul și citește știrile cu voce tare. Lumea crede că e nebun, dar o face pentru mine... din 1988!

Așadar, Doamne, fă cu mine ceea ce fac eu cu alții!

V.D.: Ce ne poți spune despre iertare?

H.F.: Viața fiecăruia este o rugăciune. Primul loc de întâlnire cu Dumnezeu este altarul din inimă. Fiecare avem felul nostru de a ucide. Când te uiți urât și celălalt nu mai mișcă sau nu mai respiră, este paralizat cu veninul tău: prima formă de ucidere

organică. Iertarea este un act intim și tainic între mine și Dumnezeu, unde rațiunea nu are loc între noi. Cu Doamne mă întâlnesc acolo unde inima mea vorbește cu inima Domnului, fără cuvinte. Este nevoie să renunțăm la nevoia de a pedepsi pe cei care te-au rănit sau umilit. Dorința de răzbunare este o nevoie întunecată care ne ține legați de trecut, un cimitir psihic și sufletesc unde sunt doar oase goale, fără viață. Acolo sunt morminte văruite ce ne ademenesc să ne rănim. Abandonăm atașamentele față de cum ar fi trebui să-mi vorbești, să mă privești, să mă atingi, să ... și procesul de vindecare începe când alegem să ne ridicăm de la podea și să spunem „gata cu suferința, vreau să mă bucur de viață și să trăiesc în prezent”! Acum cad liber în brațele lui Doamne și mă dăruiesc. Definitiv! Doamne, fie voia Ta! Este catalizatorul care ne armonizează.

Am iubit astăzi, am iertat astăzi? Drumul dragostei nu are capăt.

V.D.: Ce ați schimba în România?

H.F.: M-aș schimba pe mine în primul rând. Aș logodi mintea cu inima. Mentalitatea balcanică are nevoie de schimbare. România e o țară frumoasă, plină de valori, de cultură. Motivul pentru care celor mai mulți oameni le este greu să fie fericiți, este credința socială că trecutul a fost mai bun decât a fost în realitate, că prezentul este mai rău decât este cu

adevărat, iar viitorul le va rezolva pe toate. Cine ne ține la podea: ura, neiertarea, îndoiala, frica, nedreptatea? Cine strigă mai tare, cine tace mai mult? Oamenii nu sunt făcuți după șabloane. Oamenii râd în față, dar plâng pe la spate. Avem nevoie să atingem inimile. Dacă tu nu te poți înțelege și accepta, nici ceilalți nu o vor face. Există un „acolo” unde nu poți să umbli? Pădure de vorbe... Apropo de asta: Se spune că un pădurar tăia din greu lemne în pădure. Un prieten îl vede și îl întreabă:

- Merge greu?

Iritat, pădurarul îi răspunde:

- Păi nu vezi? De câteva ore tai în continuu!

Prietenul îi răspunde:

- De ce nu încerci să îți ascuți puțin fierăstrăul?

Sunt sigur că îți va merge mai rapid!

La care pădurarul îi răspunde grăbit:

- Nu am timp. Trebuie să tai lemnele!

V.D.: Ați fi dorit să plecați din România, dacă nu alegeați monahismul?

H.F.: Creierul uman e fascinant: uităm un miros până îl simțim iar, ștergem o voce din memorie până o auzim din nou și chiar emoțiile care păreau pierdute pentru totdeauna pot fi trezite când revenim în același loc. Amintirile pot umple prezentul. Așadar, plecăm ca să avem unde ne întoarce? Nu, nu aș fi plecat