

**ARHIMANDRITUL
SOFRONIE**

**CUVIOSUL
SILUAN ATHONITUL**



*Traducere din limba rusă de
Ierom. Rafail (Noica)
(Ediția a II-a revăzută)*

*Tipărită cu binecuvântarea
Înalt-Preasfințitului*

IRINEU
Arhiepiscopul Alba-Iuliei

**Editura Accent Print
Suceava, 2013**

II

CUVÂNT PENTRU RUGĂCIUNE



ine iubește pe Domnul, totdeauna își va aduce aminte de El, iar aducerea-aminte de Domnul naște rugăciunea. De nu-ți vei aduce aminte de Domnul, nici te vei ruga, iar fără rugăciune sufletul nu petrece în dragostea lui Dumnezeu, căci prin rugăciune vine harul Sfântului Duh. Prin rugăciune se păzește omul de păcat, căci mintea rugătoare se îndeletnicește cu Dumnezeu, și întru smerenia duhului stă înaintea feței Domnului, pe Carele cunoaște sufletul celui ce se roagă.

Dar, firește, începătorul are trebuință de un povătuitor, căci înainte de harul Sfântului Duh sufletul întâmpină o mare luptă cu vrăjmașii și nu este în putere singur a desluși lucrurile atunci când vrăjmașul îi aduce îndulcirea sa. A înțelege aceasta poate numai cel care din cercare a cunoscut harul Sfântului Duh. Cel ce a gustat Sfântul Duh, **după gust** deosebește harul.

Cine voiește fără îndrumător a se îndeletnici cu rugăciunea și, din mândrie, crede că poate a se învăța după cărți, și nu va merge la un duhovnic, acela pe jumătate a și căzut în înșelăciune. Celui smerit însă Domnul îi ajută, și de nu se află un îndrumător iscusit, iar el va merge la un duhovnic, oricare ar fi el, pe acela, pentru smerenie, îl va acoperi Domnul.

Gândește că în duhovnic viețuiește Sfântul Duh, și că el îți va spune ceea ce trebuie. Dar de vei gândi că duhovnicul trăiește negrijuliu, și cum poate viețui în el Duhul Sfânt, pentru un astfel

de gând mult vei suferi, și Domnul te va smeri, iar tu vei cădea negreșit în înșelăciune.

Rugăciunea se dă celui ce se roagă, precum scrie în Scriptură; dar rugăciunea numai din obișnuință, fără zdrobirea inimii pentru păcate nu este plăcută Domnului.

Încetez pentru o vreme cuvântul pentru rugăciune.

Tânjește sufletul meu duple Domnul, și cu dorire caut pre El, și nimic altceva rabdă sufletul meu a gândi.

Tânjește sufletul meu duple Domnul cel Viu, și trage duhul meu către Dânsul, precum spre Tatăl cel Ceresc și firesc. Înruđitu-ne-au Domnul Sieși în Duhul Sfânt. Iubit este inimii Domnul – bucuria și veselia noastră, și cea tare nădejde.

Bunule Doamne, milostiv caută zidirea Ta și Te arată oamenilor în Duhul Sfânt, precum Te arăți robilor Tăi.

Îmbucură, Doamne, cu venirea Duhului Tău cel Sfânt pre tot sufletul cel necăjit. Dă, Doamne, tuturor celor ce Ți se roagă, a cunoaște Duhul Sfânt.

O, oameni ai întregii lumi, să ne smerim pentru Domnul și pentru Împărăția Cerului, să ne smerim, și Domnul ne va da a cunoaște puterea rugăciunii lui Iisus. Să ne smerim, și Însuși Duhul lui Dumnezeu ne va povățui sufletul.

O, omule, învață-te smerenia lui Hristos, și va da ție Domnul a gusta îndulcirea rugăciunii. Iară dacă voiești curat a te ruga, fii tu smerit, înfrânat, curat te spovedește, și te va iubi rugăciunea. Fii ascultător, din cuget bun supune-te stăpânirilor, și fii mulțămît cu toate, și atunci mintea ți se va curăți de cugete deșarte. Amin-tește-ți că Domnul te vede, și teme-te, nu cândva să mähnești întru ceva pe fratele; nu-l osândi și nu-l întrista, fie și prin înfățșarea-ți, și Duhul Sfânt te va iubi, și Însuși întru toate îți va ajuta.

Duhul Sfânt foarte mult se aseamănă unei maici iubite, *adevăr*ate. Maica își iubește pruncul și-i este milă de el; tot așa și Duhului Sfânt îi este milă de noi, iartă, tămăduiește, înțelepțește și îmbucură, și se cunoaște Duhul Sfânt în smerita rugăciune.

Cine își iubește vrăjmașii degrab va cunoaște pe Domnul în

Duhul Sfânt, dar cine nu îl iubește, despre acela nici nu vreau să scriu. Dar mă doare pentru dânsul, căci se chinuie pe sine însuși și pe ceilalți, și pe Domnul nu va cunoaște.

Sufletul ce iubește pe Domnul nu poate a nu se ruga, căci este tras către Dânsul de harul pe care l-a cunoscut în rugăciune.

Pentru rugăciune ne sânt date bisericile; în biserici slujba se săvârșește după cărți; dar nici biserica o iei cu tine, nici cartea o ai totdeauna, însă rugăciunea lăuntrică pururea și pretutindenea este cu tine. În sfintele lăcașuri se săvârșesc dumnezeieștile slujbe și viază Duhul Sfânt, dar sufletul este cea mai bună biserică a lui Dumnezeu, și pentru cel ce se roagă în suflet întreaga lume s'a prefăcut în lăcaș sfânt; dar aceasta nu este pentru toți.

Mulți se roagă cu gura și iubesc a se ruga după cărți, și este bine, și Domnul primește rugăciunea și miluiește. Dar de se roagă cineva Domnului și se gândește la altele, o astfel de rugăciune Domnul nu ascultă.

Cine se roagă din obișnuință nu cunoaște schimbări în rugăciune, dar cine cu osârdie se roagă, acela cunoaște multe schimbări în rugăciune: fie lupta cu vrăjmașul, sau lupta cu sine însuși, cu patimile, lupta cu oamenii – și în toate acestea este nevoie de bărbăție.

Cere sfatul celor cercați, de-i vei afla, și smerit cere Domnului și, pentru smerenie, Domnul îți va da înțelegere.

De este rugăciunea noastră plăcută Domnului, Duhul lui Dumnezeu va purta în suflet mărturie; El este bun și lin; dar înainte nu știam dacă primea Domnul rugăciunea sau nu, și în ce chip ai putea să cunoști aceasta.

Durerea și primejdiile pe mulți au învățat să se roage.

A venit la mine la magazie un soldat; se îndrepta spre Salonic. Sufletul meu l-a îndrăgit și i-am zis:

«Roagă-te Domnului, ca să fie mai puține necazuri»

Iar el zice: «Știu să mă rog. Am învățat în război, când eram în bătălii. Cu putere mă rugam Domnului să mă lase printre cei vii. Gloanțele plouau, obuzele explodau, și puțini au rămas în viață, iar eu m'am aflat de multe ori în bătălii, și Domnul m'au păzit». Zicând aceasta, mi-a arătat cum se ruga, și după mișcarea trupului mi-era vădit că era cu totul adâncit în Dumnezeu.

Multora le place a citi cărți bune, și este un lucru bun, dar cel mai bine este a te ruga; însă cel care citește cărți proaste și ziare se pedepsește cu foamete sufletească: sufletul lui înfometează, căci hrana sufletului și îndulcirea lui sânt în Dumnezeu. În Dumnezeu este și viața lui, și bucuria, și veselia, și Domnul negrăit ne iubește, iar dragostea aceasta este cunoscută în Duhul Sfânt.

Dacă mintea ta voiește să se roage în inimă și nu poate, rostește rugăciunea cu buzele și ține-ți mintea în cuvintele rugăciunii, precum zice *Scara*. Cu vremea, Domnul îți va da rugăciunea inimii fără gânduri și te vei ruga ușor. Unii și-au vătămat inima, căci s'au silit să săvârșească rugăciunea cu mintea în inimă și au ajuns până acolo că nici cu gura nu o mai puteau rosti. Dar tu să știi rânduiala vieții duhovnicești: darurile se dau sufletului simplu, smerit, ascultător. Celui ascultător și întru toate înfrânat – în mâncare, în cuvânt, în mișcări – Însuși Domnul îi dă rugăciunea, iar ea ușor se săvârșește în inimă.

Neîntrerupta rugăciune vine din dragoste, dar se pierde prin oșândire, prin grăire în deșert și prin neînfrânare. Cel ce iubește pe Dumnezeu poate cugeta la El zi și noapte, că **nici o lucrare nu împiedică a iubi pe Dumnezeu**. Apostolii iubeau pe Domnul, iar lumea nu-i împiedeca, măcar că ei pomeneau lumea și se rugau pentru ea și propovăduiau. Dar iată că Marelui Arsenie i s'a spus: «Fugi de oameni»; însă Duhul lui Dumnezeu și în pustie ne învață a ne ruga pentru oameni și pentru întreaga lume.

În această lume fiecare își are ascultarea: unul este împărat, altul patriarh, altul bucătar sau fierar sau învățător, dar Domnul pe toți iubește, și mai mare răsplată va fi aceluia care mai mult iu-

bește pe Dumnezeu. Domnul ne-au dat porunca de a iubi pe Dumnezeu din toată inima, din toată mintea, din tot sufletul. Dar fără rugăciune cum poți iubi? De aceea mintea și inima omului trebuie să fie totdeauna slobode pentru rugăciune.

Pe carele iubești, la acela vrei să te gândești, despre el vrei să vorbești, cu el vrei să fii. Dară pe Domnul iubește sufletul ca pe Tatăl și Ziditorul său, și stă înaintea Lui cu teamă și cu dragoste: cu teamă, căci este Domnul; cu dragoste, căci sufletul Îl cunoaște ca Tată; El este milostiv foarte, și harul Său mai dulce decât toate cele.

Și eu am cunoscut că a te ruga este ușor, căci ajută harul lui Dumnezeu. Domnul milostiv ne iubește, și ne dă în rugăciune a vorbi cu Dânsul, și a ne căi, și a ne ruga.

Nu am putere să înfățișez cât de mult ne iubește Domnul; în Duhul Sfânt se cunoaște această iubire, iar sufletul celui ce se roagă cunoaște pe Duhul Sfânt.

Unii zic că de la rugăciune vine înșelarea. Aceasta este greșit. Înșelarea vine de la călăuzirea de sine, iar nu din rugăciune. Toți Sfinții mult s'au rugat, și cheamă și pe alții la rugăciune. Rugăciunea este cea mai bună lucrare pentru suflet. Prin rugăciune ajungi la Dumnezeu; prin rugăciune se cere smerenia, răbdarea și tot lucrul bun. Cel ce vorbește împotriva rugăciunii, vădit niciodată nu a gustat cât de bun este Domnul și cât de mult ne iubește El. De la Dumnezeu, răul nu poate veni. Toți sfinții neîncetat se rugau; nici o clipă nu rămâneau fără rugăciune.

Sufletul, pierzând smerenia, pierde totodată harul și dragostea către Dumnezeu, iar atunci se stinge rugăciunea fierbinte; dar când sufletul se liniștește de patimi și dobândește smerenia, Domnul îi dă harul Său, și atunci el se roagă pentru vrăjmași ca însuși pentru sine, și pentru întreaga lume se roagă cu lacrimi fierbinți.