SFÂNTUL
IOAN DIN KRONSTADT

Rugăciunea, bogăția sufletului

Povețe și rugăciuni

În românește de Boris Buzilă

editura Σοφία

București

Rugăciunea – răsuflarea sufletului

Rugăciunea este înălțarea minții și a inimii către Dumnezeu

Rugăciunea este o suflare duhovnicească. În vreme ce ne rugăm, răsuflăm prin Duhul cel Sfânt, „ne rugăm cu Duhul Sfânt" (*Iuda* 1, 20). Drept aceea, toate rugăciunile cele bisericești sunt suflare a Duhului Sfânt, asemenea unui văzduh și a unei lumini duhovnicești, a unui foc duhovnicesc, a unei hrane și îmbrăcăminți duhovnicești.

Rugăciunea este înălțarea minții și a inimii către Dumnezeu. Este limpede, așadar, că nu se poate ruga cel ce are mintea și inima întru totul alipite de cele pământești – de pildă, de bani sau de cinstiri – ori a cărui inimă este robită de patimi, precum ura sau zavistia. Aceasta, din pricină că de cele mai multe ori patimile înlănțuie inima, în vreme ce Dumnezeu o lărgește și-i dăruiește adevărata libertate.

Rugăciunea este răsuflarea sufletului, întocmai cum aerul este respirația cea firească a trupului. Respirăm prin Duhul Sfânt. Fără Duhul Sfânt n-am putea rosti din adâncul inimii nici măcar un cuvânt dintr-o rugăciune. Atunci când te rogi, grăiești cu Domnul „gură către gură". Iar dacă gura inimii tale va fi deschisă prin credință și prin dragoste, ți se va părea că vei cuprinde întru sine prin suflarea Duhului Sfânt darurile cele duhovnicești pe care le-ai cerut de la Dânsul.

Rugăciunea creștinului – cel ce nu este pe pământ decât un pribeag și un străin – este veriga de aur care îl leagă de lumea cea duhovnicească, căreia îi aparține, și mai cu seamă de Dumnezeu, Izvorul vieții. Sufletul – care este de la Dumnezeu – către El trebuie să și tindă pururea prin rugăciune. Rugăciunea aduce mare folos celui ce se roagă, căci îi dăruiește pace sufletului și trupului. Ea nu aduce odihnă numai sufletului celui ce se roagă – „Eu vă voi odihni pe voi" (*Matei* 11, 28) –, ci adesea și sufletelor strămoșilor, părinților și fraților noștri care s-au pristăvit. Iată cât de mare este puterea rugăciunii!

Rugăciunea este apa cea vie cu care sufletul își potolește setea. Când te rogi, închipuie-ți că nu se află nimeni cu tine, afară de Dumnezeu, Cel ce stă înaintea Ta sub chipul celor trei Persoane ale Sfintei Treimi. Închipuie-ți că Dumnezeu stă în lume asemenea sufletului în trup, cu toate că este cu nemărginire mai înalt decât lumea, căci este fără de hotar. Trupul tău este mic și e pătruns pe de-a-ntregul de sufletul tău – de asemenea, mic. Lumea este uriașă, în vreme ce Dumnezeu, Care este nemărginit de mare, umple întreaga făptură: „pretutindenea este și pe toate le plinește" (Rugăciunea către Duhul Sfânt).

Rugăciunea este simțământul nesfârșit al sărăciei și al neputinței noastre duhovnicești; a vedea întru noi înșine, întru toți oamenii și în natură lucrarea, înțelepciunea, bunătatea și atotputernicia lui Dumnezeu. Rugăciunea este o stare sufletească pururea mulțumitoare.

Rugăciunea este înălțarea minții și a inimii către Dumnezeu. (*Catehismul Ortodox* al Mitropolitului Filaret) Este vederea lui Dumnezeu, vorbirea cutezătoare a

făpturii cu Ziditorul, cucernica înfățișare a sufletului nostru înaintea lui Dumnezeu, ca înaintea unui Împărat – a Celui ce este însăși Viața, Care tuturor dăruiește viață. Ea ne face să uităm înaintea lui Dumnezeu de tot ceea ce ne înconjoară, fiind hrana sufletului, aerul și lumina, căldura sa cea de viață dătătoare, curățirea de păcate, jugul cel bun al lui Hristos și povara Sa cea ușoară. Rugăciunea este simțământul nesfârșit al sărăciei și al neputinței noastre duhovnicești, sfințirea sufletului, gustarea mai dinainte a fericirii ce va să vină – fericire îngerească –, ploaie cerească, răcoritoare, care adapă din belșug țarina sufletului nostru și-i dăruiește roadă, puterea și tăria sufletului și a trupului, care curățește și împrospătează văzduhul cel duhovnicesc, luminarea chipurilor oamenilor și veselia cea duhovnicească. Este legătura de aur dintre făptură și Ziditor, care ne dăruiește bărbăție și vitejie în necazurile și încercările vieții, lumină vieții noastre și izbândă în tot lucrul, ridicându-ne la vrednicia îngerilor și întărindu-ne întru credință, nădejde și dragoste. Rugăciunea ne face părtași îngerilor și sfinților care au bineplăcut lui Dumnezeu de la începutul lumii. Rugăciunea este dreptar al vieții, maica umilinței inimii și a lacrimilor. Ea ne îndeamnă cu tărie către săvârșirea faptelor de milostenie, ne păzește viața, ne risipește frica de moarte, ne face să disprețuim comorile cele pământești și să râvnim după bunătățile cele cerești, să așteptăm Judecata cea de obște și viața veacului ce va să vină. Este sporirea ostenelii pentru a ne izbăvi de chinurile cele veșnice și necontenita căutare a milei Stăpânului. Rugăciunea înseamnă a umbla pururea înaintea ochilor lui Dumnezeu și fericita lepădare de sine înaintea Ziditorului, Făcătorului a toate și Ce-

lui ce pe toate le plinește. Apa cea vie a sufletului celui ce cuprinde în inimă pe toți oamenii prin dragoste, pogorârea cerului în suflet și sălășluirea Sfintei Treimi în inimă, după cum s-a și grăit: „Vom veni la el și vom face locaș la el." (*Ioan* 14, 33)

Dacă ești murdar, trebuie să te speli, iar rugăciunea este curățirea de întinăciunea sufletului, adică de păcate, îndeosebi rugăciunea cu lacrimi.

Rugăciunea este o cerere săvârșită în pofida trupului nostru trufaș, care pe toate le pune pe seama sa. Este o mulțumire adusă lui Dumnezeu, înălțată în pofida trupului nostru celui nesimțitor înaintea nenumăratelor Sale faceri de bine. O preaslăvire săvârșită în pofida omului trupesc, care caută slava doar pentru sine. Rugăciunea este dovada faptului că sunt ființă cugetătoare, zidită după chipul lui Dumnezeu, ca o chezășie a viitoarei mele fericiri și îndumnezeiri. Din nimic am fost zidit și nimic sunt înaintea lui Dumnezeu, căci nimic nu am care să fie al meu. Însă prin mila lui Dumnezeu sunt o ființă înzestrată cu minte, cu inimă și cu voie slobodă, și folosindu-mă de minte și de libertate și îndreptându-mi inima către El, pot spori tot mai mult întru mine nesfârșita-I împărăție, pot înmulți darurile pe care mi le-a dat și pot aduna de la El, ca de la un izvor neîmpuținat și nedeșertat, tot binele cel duhovnicesc și material – îndeosebi pe cel duhovnicesc. Rugăciunea îmi insuflă că sunt chip al lui Dumnezeu, iar printr-o stare de smerenie și de mulțumire a sufletului înaintea lui Dumnezeu, de bunăvoie, îmi pot spori la nesfârșit darurile cele duhovnicești pe care mi le-a dăruit Dumnezeu, precum și desăvârșirea și asemănarea cu

El, fericirea cea cerească care îmi este făgăduită! O, rugăciunea este semnul celei mai înalte vrednicii la care m-a ridicat Ziditorul! Ea îmi aduce aminte totodată de nimicnicia mea – căci sunt zidit din nimic și nimic nu este al meu, fapt pentru care mă și rog lui Dumnezeu pentru toate –, precum și de cinstirea cea mai înaltă: sunt chip al lui Dumnezeu, îndumnezeit, și mă pot numi prieten al lui Dumnezeu, asemenea lui Avraam, părintele celor credincioși, numai de voi crede neclintit în Dumnezeu, în bunătatea și atotputernicia Sa, și mă voi asemăna Lui întru această viață, prin săvârșirea faptelor de dragoste și de milostenie.

Crede și nădăjduiește că așa precum lesne îți este a trăi respirând, mâncând și bând, tot așa și chiar mai lesne îți este a primi de la Domnul daruri duhovnicești pentru credința ta. Rugăciunea este o răsuflare a sufletului, hrană și băutură duhovnicească.

Striga-va către Mine și-l voi auzi pe el

Când ne rugăm lui Dumnezeu,
urechile Sale sunt gata a ne asculta

Dumnezeu ar voi ca pururea să ne întoarcem către Dânsul în rugăciune, așa încât să ne aducă la Sine pe noi, fiii Săi, cei ce ne-am sălbăticit din pricina păcatelor și ne-am îndepărtat de Dumnezeu, pentru a ne curăți și a ne cuprinde în îmbrățișarea dragostei Sale, și a ne arăta că pururea voiește binele nostru. În același chip fac și părinții cei buni cu copiii lor cei răi.

Toți cei ce începeți a lucra Domnului prin rugăciune se cade a vă asemăna Lui: să fiți blânzi, smeriți și cu inimă curată. Sufletele să vă fie fără de viclenie, să nu fiți fățarnici și nici trândavi. Străduiți-vă a avea Duhul Lui, căci, „de nu are cineva Duhul lui Hristos, acela nu este al Lui". (*Romani* 8, 9) Iar Domnul dorește să afle întru noi cele ce ne asemuiesc ori ne apropie de El, pe care să poată altoi harul Său. Luați seama că nici un cuvânt de rugăciune nu va fi zadarnic dacă îl veți rosti din inimă, căci Domnul aude și cântărește fiece cuvânt. Uneori ni se pare că nu facem decât să umplem văzduhul de vorbe rostite în zadar, că suntem glasul celui ce strigă în pustie. Dar nu este nicidecum așa! Să fim încredințați de un lucru: că atunci când ne rugăm, Domnul ne înțelege, așa cum înțeleg, să zicem, rugătorii cei desăvârșiți graiurile cele de rugăciune,

căci omul este chip al lui Dumnezeu. Domnul răspunde oricărei doriri a inimii, fie aceasta rostită ori nu.

Dumnezeu este Adevărul, iar rugăciunea mea trebuie să fie, de asemenea, adevărată, ca și viața mea. Dumnezeu este Lumină – și rugăciunea mea trebuie să fie săvârșită în lumina minții și a inimii. Dumnezeu este Foc, iar rugăciunea mea, ca și întreaga mea viață, trebuie să ardă ca văpaia. Dumnezeu este libertate desăvârșită – și rugăciunea mea trebuie să fie, dar, asemenea unei nestăvilite revărsări a inimii. Cât de bogat este sufletul omului! Doar să-și îndrepteze cugetul, din toată inima, către Dumnezeu, și să dorească din toată inima a se uni cu Dânsul, și Dumnezeu va fi de îndată cu el. Și nici zidurile casei, nici zăvoarele temniței, nici vreun munte ori vreo prăpastie nu vor putea sta împotriva acestei uniri. Atunci Dumnezeu va fi cu tine, așijderea îngerii și sfinții. Dimpreună cu Dumnezeu, ei vor sta cu toții înaintea ochilor tăi și a inimii tale, ca cei mai de aproape prieteni și rudenii ale tale! O, cât de bogat este sufletul omului!

Când te rogi, trebuie să-ți închipui întreaga zidire ca și cum n-ar însemna nimic înaintea lui Dumnezeu, iar pe Unul Dumnezeu ca fiind totul, Cel ce pe toate le ține, Care pretutindeni Se află și lucrează, tuturor dăruind viață.

Care este numele Dumnezeului nostru? Dragoste, Bunătate, Iubire de oameni, Milostivire. Atunci când te rogi, caută a vedea cu ochii minții Dragostea și Bunătatea stând înaintea ta și nu uita că Iubitorul de oameni te ascultă.

Ține minte că în vremea rugăciunii Domnul intră în legătură desăvârșită cu noi, ca Cela ce este Chipul

nostru cel dintâi, răspunzând fiecărui cuvânt și fiecărei mișcări a inimii noastre.

„Nu crezi tu că Eu sunt întru Tatăl și Tatăl este întru Mine?" (*Ioan* 14, 10) Nu știi oare că atunci când te rogi Tatăl, Fiul și Duhul Sfânt se află întru tine și tu întru Ei?

Să fii încredințat că Dumnezeu îți este atât de aproape atunci când te rogi, încât Îl simți nu numai cu mintea și cu inima, ci și cu buzele și cu limba. „Aproape este de tine cuvântul, în gura ta și în inima ta." (*Romani* 10, 8) Cuvântul, adică Dumnezeu.

Când te rogi lui Dumnezeu, nu este cu putință a-ți închipui în alt chip apropierea de Dânsul, fără numai că prin El respiri în fiece clipă, prin El te miști, te luminezi și dobândești mângâiere și tărie – într-un cuvânt, trăiești prin El, după cum grăiește Scriptura: „În El trăim și ne mișcăm și suntem... El dând viață tuturor și suflare și toate." (*Faptele Apostolilor* 17, 28 și 25) „Aproape este de tine cuvântul, în gura ta și în inima ta... Că de vei mărturisi cu gura ta că Iisus este Domnul și vei crede în inima ta (...), te vei mântui." (*Romani* 10, 8-9)

Atunci când mă rog, cred cu tărie că Unul Dumnezeu este Cel ce este și pe toate le plinește și, prin urmare, șade chiar de-a dreapta mea. Eu sunt chip al Său, iar El este noian de bunătăți și izvorul a toată facerea de bine, Cel ce Însuși îmi dăruiește puterea de a mă ruga Lui. Și după cum pietrele, sau bucățile de lemn, sau alte lucruri aruncate în sus cad negreșit pe pământ sau în apă, potrivit cu locul de unde au fost aruncate, așijderea și cuvintele

rugăciunii ajung negreșit la Dumnezeu dacă sunt rostite din inimă. Atunci când sunt grăite cu fățărnicie cad peste șerpii întunericului, în noianul minciunii – diavolul, cel ce însuși este începătorul minciunii.

Dacă Biserica a alcătuit și a predanisit spre folosința cea de obște rugăciunile și cântările cele închinate lui Dumnezeu celui în trei ipostasuri și sfinților Săi, înseamnă că Dumnezeu ne aude rugăciunile și pururea Se află alături de cei ce se roagă. Dar cei mai mulți oameni se roagă ca și cum Dumnezeu n-ar fi cu ei ori nu i-ar asculta. Să-I dăruim Domnului măcar acea puțină luare-aminte pe care părinții cei buni o dau copiilor lor atunci când aceștia îi roagă ceva, măcar acea dragoste purtătoare de grijă pe care o arată părinții cei buni copiilor lor. Însuși Domnul ne învață așa: „Dacă voi, răi fiind, știți să dați daruri bune fiilor voștri, cu cât mai mult Tatăl vostru Cel din ceruri va da cele bune celor care cer de la El." (*Matei* 7, 11) Așadar, și cererile noastre vor fi împlinite dacă ne vom ruga din toată inima. Cu adevărat, așa este! Cunosc aceasta din cercarea cea de fiece zi.

Dumnezeu și sfinții ne ascultă în vremea rugăciunii întocmai așa cum oamenii care vorbesc între ei se ascultă unul pe altul, sau precum credincioșii care ascultă o predică în biserică, sau ostașii care ascultă glasul comandantului lor. Ne ascultă chiar neasemuit mai bine decât într-o discuție obișnuită, căci ascultând cuvintele cuiva, nu știm ce se află în inima și în cugetul aceluia și se poate întâmpla ca acela să grăiască una și să aibă în inima sa cu totul altceva. Cu Dumnezeu și cu sfinții nu se petrece însă așa. Ei văd tot ceea ce se află în cugetul și în inima

noastră – Însuși Dumnezeu, ca Cel ce este atoateștiutor, iar sfinții prin harul Duhului Sfânt, întru Care pururea se odihnesc. Dacă cuvintele noastre sunt întocmai gândurilor pe care le avem în inimă, iar inima este, la rândul său, credincioasă, înfrântă și smerită, arzând de dragoste și de râvnă – „cu umilință la Tine cădem" –, cu dorirea de a dobândi ceea ce am cerut, ei vor răspunde cu dragoste rugăciunii noastre și ne vor dărui cele cerute. Dumnezeu și sfinții voiesc ca atunci când ne rugăm să ni-i închipuim ca fiind vii, stând lângă noi, și să-i vedem cu ochii inimii. Viu este Dumnezeu: „Dumnezeu nu este Dumnezeul morților, ci al viilor, căci toți trăiesc în El." (*Luca* 20, 38)

Când ne rugăm lui Dumnezeu, urechile Sale sunt gata a ne asculta. Și atunci, ca întotdeauna, de altfel, El se află aproape de noi, asemenea icoanei înaintea căreia ne rugăm – mult mai aproape, căci este chiar în inima noastră. Faptul că Se află lângă noi este tot atât de adevărat, precum adevărată este icoana Sa, care nu este decât o înfățișare văzută a chipului în care Domnul ne stă aproape, ne vede și ne aude. Și sfinții lui Dumnezeu ne stau aproape întru Duhul Sfânt, întocmai ca Duhul Sfânt, Care pretutindeni este și pe toate le plinește – „casa Lui (a lui Hristos) suntem noi" (*Evrei* 3, 6; *I Corinteni* 3, 16; 6, 19). Iar ei ne văd și ne aud întocmai cum îi vedem și îi auzim pe cei cu care stăm de vorbă, căci până și vederea, și auzul ne sunt mijlocite de Duhul Sfânt.

Dumnezeu ascultă degrab rugăciunea săvârșită de doi sau trei oameni care se roagă împreună din toată inima. Însuși Domnul grăiește: „Unde sunt doi sau trei, adunați în numele Meu, acolo sunt și Eu în mijlocul lor." (*Matei* 18, 20)

„Strig-va către Mine și-l voi auzi pe el.” (*Psalmul* 90, 15) O, voi, cuvinte preapline de dragoste! O, voi, cuvinte care insuflați celui ce se roagă cea mai vie nădejde!

Stă scris despre templu: „Și vor fi ochii și inima Mea acolo în toate zilele.” (*III Regi* 9, 3) *Acolo*, adică îndreptați îndeosebi asupra inimilor celor ce petrec și se roagă întru el, căci Cel de Sus nu Se sălășluiește în lăcașuri zidite de mână omenească. Câtă bucurie ne pricinuiesc aceste cuvinte ale înțeleptului Solomon! În locașul lui Dumnezeu, ochii Stăpânului sunt îndreptați asupra fiecăruia dintre noi, iar inima Lui așijderea! Putea-vom noi oare a cere o și mai mare apropiere? Însăși inima Stăpânului este îndreptată asupra mea. Uneori stai față către față cu cineva, vorbind cu el, dar inima lui nu este îndreptată către tine, căci se îndeletnicește cu altceva. Inima lui Dumnezeu însă este îndreptată către tine, iar toată dragostea, bunătatea și mărinimia Sa sunt gata să se reverse asupra ta, pe măsura credinței tale.

Atât de mare este milostivirea Domnului, încât niciodată nu Se scârbește de rugăciunea noastră, ci o primește cu milosârdie, îndreptându-i El Însuși nedesăvârșirile, dacă ne vom îndrepta către Dânsul în chip nefățarnic și nu-L vom uita cu desăvârșire.

Când stăm de vorbă cu cineva, suntem încredințați că ne aude, oricare ar fi distanța ce ne desparte de cel cu care grăim, care poate fi uneori destul de însemnată. Suntem încredințați de aceasta, pentru că primim răspunsuri pe potrivă de la el, iar cuvintele noastre nasc în conștiința celui cu care vorbim aceleași închipuiri și stări sufletești ca și întru noi înșine. Sau, grăind înaintea unei