



P ELERINUL RUS



MĂRTURISIREA PLINĂ DE HAR
DESPRE CĂUTAREA ȘI PRACTICA
RUGĂCIUNII INIMII

Traducere din limba rusă:
GHERONTIE CRUCEADA

EDITURA  HERALD
București



Cuprins

NOTĂ INTRODUCȚIVĂ	7
PRIMA POVESTIRE	11
Începutul poveștii ■ Pelerinul își întâlnește duhovnicul ■ Primele învățături despre <i>Rugăciunea inimii</i> ■ Înțelepciunea din <i>Filocalia</i> ■ O vară petrecută în rugăciune ■ Moartea duhovnicului	
A DOUA POVESTIRE	25
Pelerinul își continuă drumul ■ Rugăciunea începe să vibreze în inima pelerinului ■ Povestea tânărului comandant care a fost salvat de învățăturile biblice de la beție ■ Întâlnirea cu pădurarul ■ Duhovnicul i se arată pelerinului în vis ■ Paznic la biserică ■ Tânăra fată învață să se roage ■ Sosirea la Irkuțk	
A TREIA POVESTIRE	57
Povestea pelerinului	

A PATRA POVESTIRE

63

Planuri pentru un pelerinaj la Ierusalim ■ Vizita la o familie de credincioși ■ Un orb de bună credință îl însoțește pe drum ■ Un accident și neașteptatele sale urmări ■ Pregătirea pentru plecarea în Țara Sfântă

A CINCEA POVESTIRE

97

Drumul pelerinului cotește spre Kiev ■ Povestea numelui lui Evreinov ■ Nicio rugăciune nu e trecută cu vederea ■ Tânărul din pădure ■ Spovedania omului lăuntric sau Calea ce duce la smerenie ■ Monahul de la Sfântul Munte Athos ■ Visul soldatului ■ Drumul spre mănăstirea Soloveț și învățăturile Evangheliilor

A ȘASEA POVESTIRE

149

Adunarea fraților de rugăciune ■ Taina mântuirii prin rugăciunea neîncetată ■ Despre puterea rugăciunii și a rostirii Numelui lui Dumnezeu din inimă ■ Despre iubirea de sine

A ȘAPTEA POVESTIRE

189

Lucrarea lautrică a inimii și sprijinul unui povățuitor ■ Munca tăcută a pustnicului în folosul tuturor ■ Folosul rugăciunii frățești unii pentru ceilalți





Notă introductivă

Pelerinul rus. *Mărturisirea plină de har despre căutarea și practica Rugăciunii inimii*, carte cunoscută mai ales sub numele de *Mărturisirea unui pelerin* sau *Pelerinul rus*, a văzut lumina tiparului în Rusia, către anul 1870. O altă ediție, de data aceasta mai îngrijită și conținând adăugirile unei persoane avizate, a fost publicată în 1881 la Kazan. Cartea a fost degrabă reeditată, după care a circulat în ediții modeste pe întregul teritoriu al Imperiului Țarist, până la Revoluția din 1917.

Identitatea autorului acestei *Mărturisiri* este necunoscută, cercetările întreprinse până în prezent rămânând neconcludente. Dacă ar fi să acordăm credit prefeței ediției din anul 1881, textul lucrării a fost copiat de Paisie, starețul mănăstirii Sfântul Arhanghel Mihail, de lângă Kazan, de la un călugăr rus care viețuia la Muntele Athos. Această ipoteză pare destul de verosimilă, dacă avem în vedere minuțiozitatea cu care sunt descrise tehnicile referitoare la rugăciunea inimii, practicate secole de-a rândul la Sfântul Munte. În același timp, nu trebuie uitat că întreaga mișcare de reînnoire isihastă începută în Rusia, odată cu sec. al XVIII-lea, s-a bazat pe metode contemplative de

puternică inspirație athonită, cunoscute în tot spațiul ortodox cu mult înaintea acestei epoci.

După alte păreri, cartea, alcătuită inițial doar din cinci povestiri, ar fi fost completată de starețul Ambrozie de la mănăstirea Optina cu alte trei povestiri – diferite stilistic, dar însuflețite de aceeași inspirație și fervoare religioasă – pe care un țăran le-ar fi lăsat duhovnicului său de la amintita mănăstire. Sigur este că Teofan Zăvorâțul, una dintre marile figuri ale isihasmului rus, a șlefuit textul primei ediții, dându-i forma din 1881 sub care a cunoscut o largă circulație în Rusia, și nu numai.

*

În privința spiritualității răsăritene sunt de notat două tendințe: mai întâi, accentul pus pe ceea ce Ioan Scărarul (sec. al VII-lea) numea „lucrarea liniștii”, *isihia*, singurătatea și pacea sufletului, detașarea de cele lumești; apoi rugăciunea neîncetată, însuflețită de trezvia inimii. Încă de la începuturile monahismului se va face simțită tendința de a înlătura din rugăciune mulțimea cuvintelor, căci, spun Părinții pustiei, acestea nu fac decât să te împrăștie. Astfel că, odată cu Marcu Ascetul (sec. al IV-lea), asistăm la o mișcare progresivă spre „rugăciunea de un singur cuvânt” (*monologhia*), „rugăciunea lui Iisus”, repetată continuu, prin care se realizează pomenirea neîncetată a lui Dumnezeu. „Intellectualismul” lui Evagrie Ponticul și accentul său platonician – în care intelectul purificat, întors la starea sa originară, devine „locul lui Dumnezeu” – se estompează treptat în fața „prezenței inimii”.

În decursul timpului, isihasmul athonit se va orienta din ce în ce mai hotărât spre rostirea continuă a „rugăciunii lui Iisus”. Această tradiție spirituală care, sub influența marilor contemplativi (Diadoh al Foticeei, Nichifor Singuraticul, Grigorie Sinaitul, Grigorie Palama etc., ca să amintim doar câteva

nume), se constituie, începând cu secolul al V-lea în mănăstirile din Răsărit, va acorda inimii un rol central. Considerată lăcaș al inteligenței și înțelepciunii, inima trebuie înturnată doar către Dumnezeu. De aceea ea va fi hrănită neconținut cu rugăciunea amintită încă din sec. al VI-lea de Sf. Ioan Scărarul: „Doamne Iisuse Hristoase, fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul!” Această importantă schimbare de accent va marca și începutul perioadei de înflorire a monahismului rus din secolul al XIV-lea (vezi Serghei din Radonej, spre exemplu).

Să mai amintim că monahul nu se limitează doar la rostitrea rugăciunii, ci aceasta este întotdeauna asociată cu practica tuturor virtuților și luminată de dragostea pentru Dumnezeu.

*

Tocmai aceasta este experiența pe care încearcă să ne-o transmită pelerinul prin *Mărturisirea* sa. El poartă în traistă, drept hrană bună la toată vremea, două cărți: *Sfânta Scriptură* și *Filocalia*. Prima îl întărește în credință, cealaltă îi este îndrumar spiritual. Acolo află el o sursă inepuizabilă de inspirație evanghelică, puterea de a duce o viață plină de renunțări, de detașare de cele lumești; cărțile acestea îi nutresc dorința fierbinte de unire cu Dumnezeu prin harul lui Iisus Hristos.

El ne spune că viața se cere trăită în respectul poruncilor divine, că învățăturile Sfinților Părinți nu sunt hărăzite unor sterile dispute teologice, ci pentru sporirea fiecăruia în lucrarea cea bună, că faptele pe care le săvârșim trebuie subsumate dorinței de desăvârșire spirituală.

Însă viața sa exemplară rezidă mai ales în aceea că el ajunge să întruchipeze cuvântul Tradiției, și astfel *Mărturisirea* sa nu rămâne doar o simplă scriere în vasta literatură rusă de inspirație religioasă, ci și mărturia vie a unui întreg curent de înnoire spirituală, un manual de „trăire în duh”, o „artă de a trăi”.





PRIMA POVESTIRE

Sunt, din mila Domnului, creștin, prin faptele mele, un mare păcătos, și prin rostul meu în lume, un pribeag fără adăpost și de cea mai joasă origine; rătăcesc dintr-un loc în altul. Tot avutul îmi este o straiță pe spate cu puțină pâine uscată și o Biblie în sân. Și-atât.

În duminica a treizeci și patra, după Rusalii, m-am dus la biserică, la slujbă, să mă rog. Se citea din *Epistola I* a Sfântului Apostol Pavel către Tesaloniceni și, între altele, cuvintele următoare: „Rugați-vă neîncetat” (*I. Tes. 5, 17*). Vorbele acestea mi s-au întipărit în minte și am început să cuget: cum e cu putință să se roage cineva neîncetat, când omul e nevoit să-și întrebuinteze timpul cu altele, pentru a-și câștiga existența? Am căutat atunci în Biblie și am citit chiar cu ochii mei cuvintele auzite, care ne arată că trebuie întotdeauna, în orice timp și în orice loc, să ne rugăm cu mâinile ridicate. M-am frământat mult, dar nu m-am simțit convins de nimic. Ce trebuie să fac? M-am gândit eu... Unde aş putea găsi pe cineva să mă lămurească? O să mă duc să cercetez toate bisericile în care sunt predicatori de vază: poate voi auzi ceva care să mă poată lumina. Ceea ce am și făcut. Am ascultat multe cuvântări despre rugăciune, cât de trebuitoare ne este ea și care-i sunt roadele; dar nimeni nu spunea cum poate cineva să se roage neîncetat. Am ascultat o

cuvântare despre rugăciunea continuă și neîncetată, dar nu se arătau și mijloacele de a ajunge la ea. Niciodată nu găseam ceea ce doream și am renunțat să mai iau parte la cuvântările publice. Mi-am pus în gând altceva: să găsesc, cu ajutorul lui Dumnezeu, un om încercat și învățat care să poată să mă învețe personal lucrul spre care sufletul meu se simțea atât de puternic atras.

Am rătăcit multă vreme prin multe locuri, citeam Biblia mea și întrebam pretutindeni dacă nu s-ar găsi prin împrejurimi o călăuză duhovnicească, înțeleaptă și evlavioasă.

Într-o zi, cineva mi-a spus: la țară, la o moșie, locuiește un domn, care de multă vreme râvnește mântuirea sufletului său. Are un paracelis chiar în casă, niciodată nu-și părăsește moșia, se roagă neîncetat și citește cărți sfinte.

Fără zăbavă am alergat într-acolo și l-am găsit pe moșier.

– Ce vrei de la mine? m-a întrebat el.

– Am auzit că sunteți un om încercat, învățat și cu frica lui Dumnezeu, vă rog să-mi lămuriți ce se înțelege prin cuvintele Apostolului: „Rugați-vă neîncetat” și cum se poate ca cineva să se roage neîncetat? Atât de mult aș vrea să știu, dar nu pot să aflu de nicăierea!

Moșierul s-a uitat lung și liniștit la mine, apoi a zis:

– Rugăciunea lăuntrică neîncetată este ca un zbor liber al sufletului omenesc spre Dumnezeu. Pentru a obține un progres cu rugăciunea aceasta izvorâtă de sus, trebuie să-L rugăm pe Dumnezeu să ne lumineze. Roagă-te mereu cu ardoare, rugăciunea însăși îți va arăta cum poate să devină neîncetată. Îți trebuie însă un oarecare timp.

Mi-a dat de mâncare, bani de drum și m-a lăsat [să plec] fără să-mi mai spună ceva. Mergeam și mă gândeam mereu la ce-mi spusese omul acesta, dar nu puteam să pricep nimic. Nu putem să mai închid ochii noaptea, atât de mult mă chinuia arzătorul dor să știu ce-i cu aceste cuvinte. Străbătusem pe puțin

două sute de kilometri când am sosit într-un oraș mare, capitală de provincie, unde era și o mănăstire. Am auzit vorbindu-se la han despre starețul mănăstirii că este un om de o bunătate rară, evlavios și ospitalier. M-am dus să-l văd. M-a primit foarte prietenește, m-a pus la masă și mi-a dat băuturi răcoritoare.

– Nu mi-e sete, cinstite părinte, i-am spus eu, vă rog numai să-mi dați învățătură: cum aș putea să-mi mântui sufletul?

– Cum vine asta: să-mi mântui sufletul? Fă toate rugăciunile, roagă-te lui Dumnezeu și vei fi mântuit.

– Dar eu aud că trebuie să ne rugăm întruna și nu pot să pricep deloc, cum e cu puțință așa ceva. Vă rog, cinstite părinte, luminați-mă!

– Scumpe frate, n-aș ști să te lămuresc... A! Uite aici o cărtică unde e vorba tocmai despre asta.

Și mi-a întins tocmai cartea Sfântului Dumitru, *Despre învățătura duhovnicească lăuntrică a omului*, zicându-mi:

– Citește la pagina asta. Acolo scrie așa: „Rugați-vă fără încetare”, aceste cuvinte trebuie astfel înțelese: noi trebuie să ne rugăm neîntrerupt în duh.

– Dar spune-mi: cum poate duhul nostru să fie întotdeauna ațintit numai spre Dumnezeu, să nu se dezlipească niciodată de El și să se roage cu statornicie?

– Fără îndoială, e foarte anevoios. Aceasta nu se poate împlini decât cu ajutorul lui Dumnezeu, mi-a spus el.

Am petrecut noaptea aceea la stareț, i-am mulțumit pentru ospăț și am pornit mai departe fără să știu încotro. Mă împovăra lipsa mea de pricepere și, pentru a mă mai liniști, citeam și răsceam *Sfânta Scriptură*. Astfel, am umblat cinci zile fără o țintă. Într-o seară, am întâlnit un bătrân care părea să fie față bisericească. Am intrat în vorbă cu el și mi-a spus că este din singurătatea unei mănăstiri de departe, așezată la zece kilometri de drumul mare. M-a luat cu el, spunându-mi

că acolo pelerinii sunt primiți cu bucurie și că tuturor li se dă adăpost și masă. Nu mă împingea nimic să mă duc într-acolo. I-am spus bătrânului că nu e de ajuns pentru mine să am un pat pe care să pun capul, ci eu caut o învățătură duhovnicească. Și apoi nici n-aveam nevoie de-ale gurii, fiindcă în straiță aveam destulă pâine.

– Și ce învățătură duhovnicească ai vrea tu să capeți? m-a întrebat el. Te îndoiești de ceva? Cu ce-ți petreci timpul? Vino la noi, dragă frate! Noi avem călugări cu multă experiență, care vor putea să-ți împace sufletul și să-l îndrepte pe drumul cel adevărat la lumina cuvântului lui Dumnezeu și al Sfinților Părinți.

Atunci i-am povestit cum auzisem la biserică și citisem în Biblie, că trebuie să ne rugăm neîncetat, totdeauna și oriunde, nu numai când lucrăm sau când veghem, dar chiar și în somn. „Eu dorm, dar inima-mi veghează” (*Cântarea Cântărilor*, V, 2). I-am spus cât de neliniștit sunt că nu pot pricepe în ce fel aș putea ajunge acolo. În același timp, dorul meu e nestăpânit ca și setea de a cunoaște: zi și noapte nu pot uita. Și i-am povestit cum am umblat pe la biserici, cum am ascultat predici, am citit și mi-am frământat mintea, dar n-am putut găsi ceea ce îmi trebuia, rămânând astfel neliniștit și în îndoială.

Bătrânul și-a făcut semnul crucii și a grăit:

– Mulțumesc lui Dumnezeu, frate mult-iubit, că ai putut deștepta în tine acest dor măreț de a cunoaște rugăciunea lăuntrică! Să vezi în asta chemarea lui Dumnezeu! Liniștește-te și crede-mă că râvna ta de până acum nu este altceva decât dovada că voința lui Dumnezeu lucrează prin propria ta voință.

Ți s-a dovedit că lumina cerească a rugăciunii lăuntrice fără odihnă nu poate fi câștigată nici cu înțelepciunea lumii acesteia, nici prin pofta de a ști, ba dimpotrivă, ea se descoperă în sărăcia duhului și în curățenia inimii, cu ajutorul unei neos-toite trude. Iată de ce nu trebuie să te mire că până acum n-ai

putut înțelege nimic din adâncul acestei rugăciuni și nici felul cum ai putea să ajungi la împlinirea ei neconținută. Desigur că s-a predicat, s-a învățat și s-a scris mult despre rugăciune, dar cea mai mare parte dintre socotințele oamenilor se reazemă pe încercările duhului și pe înțelepciunea firii, și nu pe viață.

Se cercetează lucrurile pe dinafară, nu în adâncul lor. Se vorbește despre trebuința rugăciunii, despre puterea, despre binefacerea ei și despre tot ce trebuie s-o întovărășească: zel, ardoare, căldura inimii, curățenia gândurilor, împăcarea cu dușmanii, umilința, pocăința și multe altele. Dar ce este rugăciunea și cum trebuie să învățăm a ne ruga? La aceste întrebări care, după mine, sunt cele dintâi și cele mai de seamă, rareori se găsește un răspuns care să le dea tot înțelesul, căci aici este nevoie de o știință tainică, nu numai de învățătura omenească. Și, ceea ce este mai de plâns, e că deșarta înțelepciune a lumii se silește să măsoare lucrurile lui Dumnezeu cu măsura omenească. Mulți își închipuie că faptele bune și toate mijloacele pregătitoare sunt cele care ne fac demni de rugăciunea contemplativă. Lucrurile stau cu totul dimpotrivă, căci rugăciunea launtrică este aceea care dă naștere faptelor bune și virtuților. Roadele și urmările rugăciunii sunt socotite mijloace și cărări spre rugăciune și astfel s-au micșorat puterea și scopul rugăciunii. Sfântul Apostol Pavel zice: „Vă îndemn așadar, înainte de toate, să faceți cereri, rugăciuni, mijlociri, mulțumiri, pentru toți oamenii” (*I. Tim. 2, 1*).

Creștinul trebuie să facă multe fapte bune, însă ceea ce trebuie să îplinească mai înainte de orice este să se roage, căci fără rugăciune, orice s-ar zice, el nu poate face nimic bun. Fără rugăciune nu poate găsi calea către Domnul, nu poate să priceapă adevărul, nu poate să-și răstignească trupul, nu poate – cu tot focul și simțirea lui – să vadă aprinzându-se în inimă lumina lui Hristos; el nu poate ajunge fericit și unit cu

Dumnezeu. Nimic din toate acestea nu se poate împlini fără rugăciunea continuă și în așteptare. Desăvârșirea rugăciunii nu stă în puterea noastră, căci după cuvântul Sfântului Apostol Pavel: „Să ne rugăm cum trebuie, nu știm” (*Rom. 8, 26*).

Să ne rugăm adesea, să ne rugăm zi și noapte: iată ce ni s-a propus ca mijloc de a dobândi curățenia rugăciunii, care este mama tuturor bunurilor duhovnicești! „Câștigă pe mamă și ea îți va da copiii!”, zice Sfântul Isaac Sirul. Dobândește în primul rând rugăciunea și vei culege toate celelalte virtuți. Dar cei ce nu au experiență proprie și nu cunosc deloc învățătura Sfinților Părinți știu și vorbesc puțin despre aceasta.

În timp ce discutam astfel, am ajuns pe nesimțite la mănăstire. Pentru a nu-l pierde din vedere pe bătrânul înțelept și pentru a-mi vedea împlinită dorința cât mai curând, m-am grăbit să-i spun:

– Fie-vă milă, cinstite părinte, și învățați-mă ce este rugăciunea neîncetată și cum se află? Văd că dumneavoastră cunoașteți aceasta!

Bătrânul a primit cu bunăvoință ruga mea și m-am dus cu el, în chilia lui. Ajunși acolo, mi-a zis:

– Rugăciunea lăuntrică neîntreruptă către Iisus este o chemare cu buzele, statornică și fără odihnă, a dumnezeiescului Nume al lui Iisus Hristos, în duh și în inimă; este încredințarea neclintitei Sale prezențe și cererea cu umilință a harului în timpul oricărei lucrări, în toată vremea, în tot locul, până și în somn. Chemarea este formată din următoarele cuvinte: *Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă!* Acela care se obișnuiește cu această chemare încearcă o așa mare liniște și o astfel de trebuință de a repeta neîncetat această rugăciune, că nu mai poate trăi fără ea și aceasta răsună în el, așa zicând, de la sine. Acum pricepi ce înseamnă rugăciunea neconținută?

– Da, bunule părinte! În numele lui Dumnezeu, învață-mă cum aş putea să mă obișnuiesc cu aceasta! am strigat plin de bucurie.

– Citește cartea aceasta, mi-a spus el. Se cheamă *Filocalia* și cuprinde o descrie deplină și amănunțită a ce înseamnă rugăciunea fără întrerupere, este scrisă de douăzeci și cinci de Sfinți Părinți. Este pătrunsă de o înaltă înțelepciune și sfințenie, încât este socotită ca fiind cea dintâi și cea mai bună carte a vieții contemplative și duhovnicești.

– Este deci mai sublimă și mai sfântă decât Biblia? am întrebat eu.

– Asta nu, numai că ea cuprinde explicații ușoare asupra a tot ceea ce *Sfânta Scriptură* are tainic și de neînțeles pentru sufletul nostru orb. Soarele este mai strălucitor decât orice, dar nu-l poți privi cu ochiul liber, trebuie să te folosești de o bucată de sticlă artificială, care este de multe milioane de ori mai mică și mai întunecată decât Soarele, însă prin această bucățică de sticlă poți contempla și admira astrul minunat și poți suporta razele lui scăpărătoare.

Sfânta Scriptură este asemenea Soarelui strălucitor, iar această carte, *Filocalia*, este bucățica de sticlă de care ne servim pentru a contempla mărețul astru. Ascultă aici! Vreau să-ți citesc puțin din ea.

A deschis cartea, a găsit cuvântul Sfântului Simeon Noul Teolog și a început să citească:

– „Stai singur și liniștit, pleacă-ți capul, închide ochii, răsuflă ușor și închipuie-ți că privești în propria-ți inimă. Adună în inimă toate gândurile din sufletul tău. Răsuflă și zi: *Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă!* Fă rugăciunea mișcând ușor buzele sau rostește-o în minte. Încearcă să alungi de la tine toate celelalte gânduri. Fii liniștit, fii răbdător și repet-o cât poți de des”.

Bătrânul mi-a lămurit încă o dată tot, în felul lui, și mi-a dovedit cu propriu-i exemplu.

Am citit încă mult din Sfântul Grigorie Sinaitul, din Sfântul Calist, din Sfântul Ignatie și alții. Ascultam cu bucurie nespusă și fixam fiecare vorbă în minte, pentru ca să nu-mi scape niciun amănunt.

Astfel, am stat treji toată noaptea și ne-am dus la utrenie fără să fi pus geană pe geană.

Bătrânul m-a binecuvântat și mi-a spus că e foarte de trebuință să vin totdeauna pe la el, să-i povestesc tot, spovedindu-mă din toată inima, căci: „lucrarea lăuntrică n-ar putea să-și ajungă scopul, fără îndreptările unuia mai vârstnic”. La biserică simțeam o căldură fierbinte și nu voiam decât un singur lucru: să învăț cât mai repede cu putință și cu cel mai mare zel rugăciunea neîncetată. Îl rugam pe Dumnezeu să-mi vină în ajutor. Apoi mă frământam: „Cum aş face să-l văd pe bătrânul meu, să mă mărturisesc lui, să-i cer sfaturi; dacă este interzis să rămân mai mult de două zile în mănăstire și nu-mi este în niciun fel cu putință să găsesc locuință în vecinătatea locului?”

Am aflat, în sfârșit, că se găsește un sat la patru kilometri depărtare de mănăstire. M-am dus acolo și, spre marea mea fericire, Dumnezeu mi-a îngăduit să găsesc ceea ce aveam nevoie: un țăran m-a primit pentru o vară ca păzitor la grădină și m-a lăsat să locuiesc într-o baracă de paie.

Timp de o săptămână, singur în grădină, m-am pus să învăț cu mult sârg rugăciunea neconținută după sfaturile bătrânului. La început îmi părea că merge bine, dar, încetul cu încetul, am început să simt o mare greutate. M-au cuprins oboseala și somnul și un nor gros de gânduri străine m-a învăluit. Înspăimântat, am dat fuga la bătrân și i-am descris starea mea suflească. M-a primit prietenos și mi-a zis: