

Rugăciunea Sfântului Efrem Sirul, tâlcuită de avva Petroniu Tănase



Așa Doamne, Împărate, dăruiește-mi ca să-mi văd greșalele mele și să nu osândesc pe fratele meu, că binecuvântat ești în vecii vecilor.

Legată de vremea Postului Mare, rugăciunea Sfântului Efrem Sirul este o rugăciune scurtă, dar plină de putere și bogăție duhovnicească, cum numai marele părinte Efrem Sirul „alăuta Duhului Sfânt”, putea să o alcătuiască.

Tipicul prevede să fie rostită având ochii trupești și mâinile ridicate în sus, cu ochii minții înălțați către Dumnezeu, cu umilință, cu lacrimi și cu frică de Dumnezeu, însoțită de metanii și închinăciuni, după rânduiala cunoscută.

Rostită astfel, cu înțelegere și simțire, ea preface și înnoiește întreaga viață sufletească. Stăruind asupra cuprinsului ei, vom descoperi o întreagă teologie a pocăinței, încât cu dreptate această rugăciune este numită „Rugăciunea pocăinței”.

Rugăciunea se rostește la toate cele șapte laude: Vecernie, Pavcerniță, Miezonoptică, Utrenie, Ceasuri și Obedniță; în total, de nouă ori în curgerea unei zile și de opt ori când se săvârșește Liturghia Darurilor mai înainte sfințite, întrucât rămâne partea de vecernie la care se rostește de obicei rugăciunea. Numerele opt și nouă, de câte ori se zice rugăciunea, ne duc cu

mintea la cele nouă cete îngerești și la veacul viitor, simbolizat prin numărul opt, vrând parcă să ne spună că numai pocăința ne poate învrednici de viața fericită a vieții veșnice și de traiul împreună cu îngerii.

Rugăciunea are trei părți bine deosebite. În prima parte, ne rugăm lui Dumnezeu: „Doamne și Stăpânul vieții mele! Duhul trândăviei, al grijii de multe, al iubirii de stăpânie și al grăirii în deșert nu mi-l da mie”. În partea a doua: „Iar duhul curăției, al gândului smerit, al răbdării și al dragostei, dăruiește-l mie, slugii Tale”. Și încheiem: „Așa, Doamne, dăruiește-mi să-mi văd păcatele mele și să nu osândesc pe fratele meu, că binecuvântat ești, în vecii vecilor. Amin”. Deci pe de o parte ne rugăm să ne ferească Dumnezeu de patru duhuri rele, de patru patimi, iar pe de alta, cerem să ne dăruiască patru duhuri bune, patru virtuți.

Observăm că Sfântul Efrem, înșirând cele două feluri de patimi și de virtuți, le numește pe toate deopotrivă „duhuri”: duhul trândăviei, duhul curăției... Cum să înțelegem oare aici cuvântul „duh”?

În privința duhurilor rele, lucrul este simplu. Izvorul a toată răutatea este duhul răutății, care „umblă ca un leu, căutând pe cine să înghită” (1 Petru 5, 8) și lupta noastră trebuie să o ducem împotriva „duhurilor răutății din văzduh” (Efes. 6, 12). Patimile care înrobesc pe om nu sunt altceva decât semnul înfrângerii omului în lupta sa cu aceste puteri vrăjmașe. De aceea, Sfinții Părinți obișnuiesc să numească „duh” nu numai pe „duhul răutății”, pe diavolul, ci și lucrarea lui, zicând deopotrivă: „duhul trândăviei”, sau „dracul trândăviei” și „duhul lăcomiei” sau „dracul lăcomiei” etc. Acest fel de a vorbi al Părinților este mai cuprinzător și ne ajută să înțelegem mai deplin cum stau lucrurile. O patimă este mai mult decât o îmbolnăvire a sufletului, estecăderea în robia unei puteri vrăjmașe, care ne stăpânește cu silnicie, ne luptă neîntrerupt, urmărindu-ne moartea veșnică. În dosul fiecărei patimi se ascunde puterea vrăjmașă a diavolului.

„Îngerii stau mai aproape de cei ce se curăță cu postul”

Dar de ce, în prima parte a rugăciunii, rugăm pe Dumnezeu să nu ne dea cele patru duhuri rele? Oare Dumnezeu ne dă trândăvia, mânia, patimile? Firește că nu! Uneltirile drăcești sunt pline de viclenie și puterea lui nespus de mare și nimeni n-ar putea scăpa de ele dacă Dumnezeu nu le-ar îngădi neîngăduindu-i să războiască pe om mai presus de puterile sale. De aceea, când zicem: „duhul trândăviei, al grijii de multe... nu mi-l da mie”, ne rugăm lui Dumnezeu să nu ne lase să cădem în robia patimii trândăviei, să nu lase pe dracul trândăviei să ne stăpânească.

Dacă prin duhurile patimilor înțelegem pe draci, atunci prin duhurile virtuților: al curăției, al smereniei, trebuie să înțelegem pe duhurile cele bune, pe îngeri? Este adevărat că și îngerii neconținut ne ajută la savârșirea binelui, dacă nu-i îndepărtăm cu păcatele, precum auzim la utrenia din *Lunea brânzei*: „îngerii, păzitorii vieții noastre stau mai aproape de cei ce se curăță cu postul”. Totuși, Sfinții Părinți, când este vorba de virtuți, nu vorbesc niciodată ca în cazul patimilor; nu zic adică „îngerul curăției”, „îngerul smereniei” etc, cum zic dincolo: „dracul lăcomiei”, „dracul mândriei”. Deci, cele patru duhuri bune nu sunt îngeri, ci altceva.

Știm că la Sfântul Botez, omul se leapădă de satana și se îmbracă cu Hristos; se face locaș al Duhului Sfânt și primește putere să se facă fiu al lui Dumnezeu (Ioan 1, 12). Are întru sine semințele tuturor virtuților, „darurile Botezului”, ale Mirungerii, și omului nu-i mai rămâne decât să dea lucrarea cea din afară, prin împlinirea poruncilor, ca să crească omul cel nou, născut din Sfântul Botez. De aceea, Sfinții Părinți zic că viața duhovnicească este o desfășurare a acestor puteri, o „actualizare a darurilor Botezului și Mirungerii”. Virtuțile deci, fiind lucrarea Sfântului Duh din om, sunt numite și ele „duhuri”, ca și izvorul din care curg. Așa numește și proorocul Isaia darurile Sfântului Duh zicând: „duhul înțelepciunii, duhul înțelegerii, duhul sfatului...” (Isaia 11, 2-3). Deci, cele patru duhuri bune: duhul curăției, al smereniei și celelalte nu sunt îngeri, ci daruri ale Sfântului Duh și ne rugăm lui Dumnezeu ca ele să nu rămână nelucrătoare în noi.

O simplă privire asupra celor două șiruri de „duhuri” ne ajută să înțelegem un lucru foarte însemnat pentru viața duhovnicească: duhurile răutății se află în afară de noi, deci și răul este în afară. Duhurile virtuților, darurile Sfântului Duh, izvorul binelui se află înăuntrul nostru. Spre rău ne îndeamnă niște puteri străine de noi; spre bine avem puteri proprii, puterea dumnezeiască din noi. Deci, este mai ușor a face binele decât răul. De aici și marea răspundere pe care o are omul înaintea lui Dumnezeu și osânda grea pentru săvârșirea răului.

Cu rost a pus Sfântul Efrem, mai întâi duhurile răutății și în al doilea rând duhurile virtuților; pentru că nu putem lucra virtutea, dacă nu ne-am curățit mai întâi de patimi.

Vorbind despre patimi, Sfinții Părinți ca: Efrem Sirul, Ioan Scărarul, Maxim Mărturisitorul, Ioan Damaschin și mulți alții, arată că numărul lor este foarte mare; că în fruntea lor stă iubirea de sine; că neștiința, uitarea și nepăsarea sunt proptelele tuturor patimilor; că din acestea curg cele șapte patimi capitale din care se răsfiră apele mocirloase și otrăvite ale tuturor celorlalte patimi. Este firesc deci, să ne întrebăm de ce din această mare mulțime, Sfântul Efrem a ales numai patru patimi și de ce anume pe acestea, mai ales că ele nu

se află printre cele mai vătămătoare. Răspunsul la această nedumerire îl vom avea după ce ne vom opri în scurt la fiecare din cele patru duhuri ale răutății.

4 duhuri ale răutății

Duhul trândăviei. Făcut după chipul lui Dumnezeu și menit să ajungă asemenea lui Dumnezeu, omul este rânduit pentru lucrare de la început, când a fost pus în Eden, ca „să-l lucreze și să-l păzească” (Facere 2,15). După izgonirea din rai, lucrarea omului este îndreptată, îndeosebi, spre agonisirea celor trebuitoare vieții: hrană, îmbrăcăminte, locuință. Fără de acestea nu poate trăi; de nevoie trebuie să lucreze că nu poate trăi în lenevire. Deci, nu de această trândăvie se roagă Sfântul Efrem să fie izbăvit, ci de trândăvia mult mai vătămătoare a nelucrării poruncilor lui Dumnezeu; lucrarea acestora, precum am mai spus, fiind condiția creșterii omului celui nou născut din Sfântul Botez, al dobândirii asemănării cu Dumnezeu. Prin pilda talanților, Mântuitorul ne învață că puterile Sfântului Duh, care sălășluiesc în om sunt foarte mari (un talant cântărește peste 40 de kg) și pot duce pe om la cea mai înaltă desăvârșire; și dacă nu toți ajung la aceeași măsură sau nu ajung deloc, se datorează trândăviei omului. Aceasta este direct potrivnică dezvoltării omului duhovnicesc, este refuzul propriei sale creșteri, închircirea în nedesăvârșire. Lumea întotdeauna a osândit pe leneș. Solomon îl trimite să ia pildă de la harnica furnică (Pilde 6, 6), iar Apostolul poruncește că „cine nu muncește, nici să nu mănânce” (2 Tes. 3, 10). De aceea, și Sfântul Efrem pune trândăvia în fruntea celor patru duhuri pătimase, ca una care este piedică a toată fapta bună și potrivnică celei mai înalte chemări a omului.

Duhul grijii de multe, spun Sfinții Părinți, este însemnul împătimirii de cele materiale, cleiul care ne ține lipiți de cele pământești. El este strâns legat și urmează duhului trândăviei. Într-adevăr, negrijindu-se de lucrarea duhovnicească, omul își caută o mincinoasă împlinire, răspândindu-se în cele din afară, în grija de multe, în grija de cele viitoare, cum să-și agonisească cele plăcute și cum să scape de cele dureroase — căutarea plăcerii și fuga de durere fiind, după Sfântul Maxim Mărturisitorul, grija permanentă a omului împătimit. Pe bogatul din Evanghelie, căruia îi rodise țarina și se grija cum să-și asigure roadele pentru mulți ani, Mântuitorul îl numește „nebun” (Luca. 12,20). „Luați aminte, ne îndeamnă Domnul, să nu se îngreueze inimile voastre cu... grijile lumii” (Luca 21, 54).

Răspândindu-ne în cele din afară, grija de multe este potrivnică vieții duhovnicești și ne îndepărtează de Dumnezeu. Dumnezeu este unime desăvârșită și omul nu se poate întâlni cu El decât dacă își reface unitatea sa sufletească, prin întoarcerea în sine, adică prin pocăința și prin intrarea în camera cea mai dinăuntru, adică prin rugăciune; căci împărăția cerurilor este

înăuntrul nostru (Luca 17, 21). Dimpotrivă, răspândirea în grija de multe ne întâlnește cu diavolul, care este fărâmițare, mulțime, „legiune”.

Părinții duhovnicești neconținut ne îndeamnă să ne agonisim „**fărăde-grijade toate**”, singura grijă îndreptățită să ne stăpânească fiind grija de răspunsul la înfricoșata judecată, grija de mântuire. Dacă trândăvia face nelucrător harul din om, grija de multe face pe om netrebnic acestei lucrări, punându-l pe calea potrivnică mântuirii.

Duhul iubirii de sine, al iubirii de stăpânire, este altceva decât stăpânirea cea rânduită de Dumnezeu, față de care tot omul trebuie să se supună (Rom. 13, 1). Este un duh al răutății, o înțelegere strâmbă a purtării omului față de aproapele, un abuz asupra lui, folosindu-l ca unealtă și mijloc de profit personal. Mântuitorul Iisus Hristos arată că acest duh este al paginilor și cu totul străin de duhul Evangheliei, învățând astfel pe ucenicii săi: „Cine dintre voi vrea să fie mare, să fie slujitorul vostru; și cine dintre voi vrea să fie întâi, să vă fie slugă. Precum și Fiul Omului n-a venit să I se slujească, ci El să slujească și să-și dea sufletul răscumpărare pentru mulți” (Matei 20, 25). Ceea ce a și arătat cu fapta, spălând picioarele ucenicilor și dându-și viața pentru mântuirea noastră. De unde înțelegem că **adevărata stăpânire nu este profitoare, ci slujitoare**; slujire a aproapelui cu dragoste, până la dăruirea vieții pentru mântuirea lui. Omul are o mare valoare, este „chipul lui Dumnezeu” și valorează cât însuși „chipul” pe care îl poartă; este răscumpărat cu scump sângele Mântuitorului Hristos și valorează cât prețul acestui sânge. De aceea, slujirea omului este o mare cinste, pentru că este slujirea lui Dumnezeu însuși. „Ceea ce ați făcut unuia dintre acești frați ai Mei mai mici, Mie Mi-ați făcut”, va zice Domnul la înfricoșata judecată (Matei 25, 40), Slujirea aproapelui este o poruncă evanghelică, faptă de mare cinste, desăvârșită cale de mântuire. Duhul de stăpânire, care înjosește pe om și-l coboară în rândul lucrurilor, ne lipsește dintr-o dată de toate aceste trei. El este strâns legat de duhul grijii de multe. Într-adevăr, când toată grija omului este îndreptată spre cele materiale, este firesc ca și omul să fie transformat în unealtă sau bun material, care nu valorează mai mult decât profitul pe care-l aduce.

Grăirea în deșert, zice Sfântul Ioan Scărarul, este scaunul slavei deșarte, semn al nepriceperii, urmarea îmbuibării și necurăției, pierderea umilinței și întunecarea rugăciunii (Cuv. 11). Este o irosire a celui mai de cinste dar pe care l-a dat Dumnezeu omului, darul cuvântului, și prefacerea lui în prilej de păcătuire și pierzare. Cuvântul omenesc are o mare și tainică putere, aduce cu el ceva din ființa celui pe care îl rostește. Dacă cuvântul lui Dumnezeu este Dumnezeu însuși, și cuvântul omului este omul însuși. „**Dacă vrei să știi ce este în inima omului, zic Sfinții Părinți, ia aminte la cele ce spun buzele lui**”. Vorbăria și pălăvrăgeala arată un lăuntru stricat, care duce la stricarea altora; lipsește cuvântul de tainica lui putere, îl face cuvânt fără de preț De

aceea Mântuitorul ne spune că: „pentru tot cuvântul deșert pe care îl vor grăi oamenii, vor da seama în ziua judecății” (Matei 12, 36). Sfinții Părinți, temându-se de marea răspundere a cuvântului, au iubit și lăudat tăcerea mai mult decât vorbirea. „Pentru că am vorbit, zice Cuviosul Arsenie, adesea m-am căit; iar pentru că am tăcut, niciodată”. Cuviosul Agaton trei ani a purtat o piatră în gură pentru a deprinde tăcerea, iar Sfântul Isaac Sirul zice că „tăcerea este graiul veacului viitor”. **Chiar și vorbirea despre cele duhovnicești este păgubitoare, când este prea multă.** Spune și înțelepciunea poporului: „vorba este de argint, iar tăcerea de aur”.

Dacă luăm acum aminte la cele patru duhuri ale răutății, observăm două lucruri de mare însemnătate. În primul rând, vedem că ele se leagă unele de altele, formează un fel de povârniș pe care alunecă omul stăpânit de ele. Din trândăvie și din negrija de mântuire, omul dă în mincinoasa lucrare a răspândirii în grija de multe; din aceasta, dă în duhul de stăpânire, nesocotind pe aproapele, și coborând în iadul lucrurilor; iar de aici ajunge și la nesocotirea sa proprie prin degradarea cuvântului, în grăirea în deșert.

Dar legătura dintre cele patru duhuri rele este și mai organică, precum vom vedea îndată.

Sfinții Părinți ne arată că **o condiție de bază pentru sporirea duhovnicească este să ne păzim conștiința neprihănită** din patru părți. Față de Dumnezeu, silindu-ne neconținut la împlinirea poruncilor Lui; față de aproapele, ferindu-ne de tot lucrul potrivit dragostei de aproapele; față de sine, folosind bine darurile primite de la Dumnezeu, și față de lucruri, folosindu-le potrivit cu rostul pentru care au fost create, adică numai pentru trebuință și cu înfrânare.

Or, dacă luăm bine seama, cele patru patimi ne vatămă conștiința din toate aceste patru părți. Trândăvia ne vatămă conștiința față de Dumnezeu, ca una care se împotrivesc lucrării harului din noi; grija de multe vatămă conștiința față de lucruri, pe care le întrebuițăm spre pierzarea și nu spre mântuirea noastră; iubirea de stăpânire, care nesocotește pe om vatămă conștiința față de aproapele, iar grăirea în deșert vatămă conștiința față de sine, prin irosirea marelui dar dumnezeiesc al cuvântului. Astfel, cele patru patimi arată o stare de îmbolnăvire generală a sufletului, o strâmbare a purtării omului față de tot ceea ce-l înconjoară; față de Dumnezeu, față de lucruri și față de sine. Omul nepăsător de mântuire, răspândit în grija de multe, asupritor de aproapele și slobod la limbă, este chipul acestei îmbolnăviri sufletești, chipul omului robit de păcat. Deși mântuirea este un lucru personal al fiecăruia, totuși omul nu și-o lucrează de unul singur, ci în strânsă legătură cu Dumnezeu și restul făpturii: aproapele și lucrurile. Mântuirea sau pierzarea sa depinde de felul purtării sale față de ceilalți. Cele patru duhuri rele, strâmbând purtarea omului față de

lumea din afară de el, îi taie orice putință de mântuire. Nu-i greu de înțeles pentru ce Sfântul Efrem s-a oprit numai la aceste patru duhuri.

Dimpotrivă, care sânt trăsăturile sufletului sănătos, o vedem în partea a doua a rugăciunii Sfântului Efrem, în care cerem de la Dumnezeu să ne dăruiască duhul curăției, al gândului smerit, al răbdării și al dragostei, asupra cărora ne oprim acum.

„Duhul curăției, al răbdării și al dragostei”

Duhul curăției nu trebuie luat ca simplă curăție trupească de păcatele desfrânării. **Curăția este prima treaptă a nepătimirii**, starea sufletului curățit de patimi, gata pentru lucrarea virtuților. „Cum să cântăm cântarea Domnului în pământ străin?” ziceau evreii în robia babilonică, pe care tâlcuindu-o Părinții, ne învață că nu putem aduce nici un rod de faptă bună câtă vreme ne aflăm în robia patimilor. De aceea și pune Sfântul Efrem curăția în fruntea tuturor celorlalte virtuți, ca una ce stă la începutul vieții virtuose.

Duhul gândului smerit este prima sămânță răsărită pe ogorul curăției. Este o așezare în starea firească a existenței noastre pământești în fața lui Dumnezeu. Pe de o parte, fapte slabe și neputincioase, „ca iarba și ca floarea ierbii” (Ps. 102); „statul meu ca o nimica înaintea Ta”, zice David (Ps. 38); pe de altă parte, pe toate — și însăși existența noastră — avându-le primite în dar de la Dumnezeu. „Ce ai, să nu fi primit?” ne întrebă Apostolul (1 Cor. 4, 7), pentru a încheia: „Cu harul lui Dumnezeu sunt ceea ce sunt” (1 Cor. 15, 10). De aceea, Sfinții Părinții ziceau că smerenia este a se socoti omul pe sine mai prejos decât toți oamenii și chiar decât cele necuvântătoare, și a pune pe seama lui Dumnezeu toate faptele sale cele bune.

Duhul răbdării este a doua sămânță care crește pe ogorul curăției. Căci dacă omul se smerește și-și recunoaște păcatele, își dă seama că este vrednic de nenumărate pedepse din partea lui Dumnezeu. Și nu numai de pedepse pământești, ci și de muncile veșnice, ca o slugă leneșă care nesocotește poruncile Domnului său și rabdă cu bucurie toate necazurile, suferințele și încercările, fiind încredințat de cuvântul Domnului că „în lume necazuri veți avea” (Ioan 16, 33) și că „cu multe scârbe trebuie să intrăm întru împărăția lui Dumnezeu” (Fapte 1, 22); și numai „cine va răbda până în sfârșit acela se va mântui” (Matei 24,13). Sfinții Părinți, îndemnându-ne cu cuvântul apostolesc că „pătimirile de acum nu sunt vrednice de slava pe care a gătit-o Domnul celor ce-L iubesc pe Dânsul”, ne îmbărbătează cu făgăduința că „puțină este osteneala și veșnică odihna” (Cuv. Moise). Răbdarea curăță, preface și înnoiește sufletul, precum zice un părinte din Pateric: „ceara de nu se va înfierbânta în foc ca să se înmoaie, nu se va putea întipări pecetea ce se pune pe ea, tot așa și omul. De nu va fi muiat de fierbințeala focului scîrbelor, a

ostenelilor, a bolilor, a suferințelor și a ispitelor, nu se poate întipări într-însul pecetea Sfântului Duh”.

Duhul dragostei este desăvârșirea și încununarea tuturor celorlalte. Cine s-a împodobit cu curăția, cu smerenia și cu răbdarea, acela este iubitor de Dumnezeu și de aproapele; a ajuns la dragostea are este plinătatea tuturor virtuților, care nu cade niciodată, care este izvor a tot binele. Căci **în cine sălășluiește dragostea, însuși Dumnezeu petrece**, Care este dragoste (1 Ioan 4, 8). De aceea Sfântul Efrem o așază în urma celorlalte, precum și Sfântul Ioan Scărarul, pe cea din urmă treaptă a scării raiului, ca una care este mai mare decât toate virtuțile, carele cuprinde pe toate și va dura și în veacul ce va să vie.

Dacă cele patru patimi formau un povârniș de la trândăvie tot mai jos, apoi cele patru virtuți sunt trepteuitoare de la curăție până la Dumnezeu. Totodată, ele sunt potrivnice celor patru duhuri rele și ne arată cum ne putem tămădui sufletul îmbolnăvit de ele. Curăția vindecă sufletul îmbolnăvit de grăirea în deșert, smerenia însănătoșește legăturile cu aproapele, răbdarea ne scapă de împătımirea față de lucruri, iar dragostea vindecă nepăsarea de mântuire, prin recunoștință și iubirea față de Dumnezeu. Pentru că la cel curat toate sunt curate, deci și limba; cel smerit sokoate pe aproapele mai bun decât pe sine; cel răbdător nu-și pune nădejdea în lucruri, iar iubitorul de Dumnezeu se străduiește neconținut să îplinească poruncile Lui.

Astfel, omul stăpân pe limbă, smerit, răbdător și iubitor de Dumnezeu ne înfățișează icoana curățită de patimi a omului duhovnicesc. Dacă privim rugăciunea Sfântului Efrem Sirul cu lumina învățaturii duhovnicești a Sfântului Maxim Mărturisitorul, vom găsi un temei psihologic sufletesc și mai adânc al ei.

Păcatul îmbolnăvește pofta și iuțimea, cele două puteri sufletești ale omului, scoțându-le din ascultarea față de minte și punându-le în slujba simțurilor. Pofta, din dor aprins către Dumnezeu, devine poftă de trup, de lucruri și de slavă deșartă; iar iuțimea, din tonic întăritor al poftei, devine mânia, furie împotriva aproapelui.

Cele patru patimi din rugăciunea Sfântului Efrem arată tocmai această îmbolnăvire a poftei și iuțimii și cădere a lor în slujba simțurilor. Grija de multe este semnul împătimirii de lucruri, iubirea de stăpânire arată boala mândriei, grăirea în deșert este semnul necurăției, iar trândăvia, nepăsarea, este propteaua care le sprijină pe celelalte. Însănătoșirea stă în procesul invers; adică scoaterea mâniei și poftei din simțire și punerea lor în slujba minții. Curăția vindecă pofta de trup, smerenia scapă de mândrie, răbdarea izgonește iubirea de avuții, iar dragostea întoarce iuțimea la starea ei firească.

Încă o dată înțelegem cât de adâncă și de temeinică este învățătura duhovnicească a Sfântului Efrem, arătată prin alegerea celor două șiruri de „duhuri” din rugăciunea sa. Ele ne pun în față două icoane; aceea a omului stricat de patimi și a omului înnoit prin virtute; starea păcătoasă în care ne aflăm noi și de care ne rugăm lui Dumnezeu să ne scape și starea duhovnicească spre care tindem, rugând pe Dumnezeu să ne-o dăruiască.

„Sfințita doime”

Partea a treia a rugăciunii Sfântului Efrem: „Așa, Doamne, dăruiește-mi să-mi văd greșalele mele și să nu osândesc pe fratele meu...”, este o recapitulare într-o formă mai concisă a celor cerute în partea a doua.

Într-adevăr, vederea păcatelor proprii este un semn al smereniei; căci cel smerit nu se îngrijește decât de păcatele sale, și cine se îngrijește de mântuire are destul de lucru pe ogorul sufletului său. „E o nebunie, zic Părinții, să-și lase cineva mortul său și să meargă să-l plângă pe al altuia”. Tot așa, neosândirea aproapelui este un semn al dragostei, care „îndelung rabdă și este binevoitoare, nu se poartă cu necuviință și nu gândește răul” (1 Cor. 13). Pentru că **niciodată nu putem cunoaște adevăratele pricini ale greșelilor altuia**: slăbiciunea trupească, războiul diavolului, îngăduința lui Dumnezeu, și nici nu știm pocăința celui ce greșește. Sfinții Părinți ne îndeamnă să ne ferim de osândirea altuia și să lăsăm toată judecata în seama lui Dumnezeu, Care cunoaște cele ascunse.

Cele două mari virtuți se întregesc și se împlinesc reciproc, de aceea Sfântul Ioan Scărarul le numește o sfințită doime. „Sfințită doime, zice el, este dragostea și smerenia; cea dintâi înalță, iar cea de pe urmă pe cei înălțați îi sprijinește și nu-i lasă să cadă” (Cuv. 25, 37). Spre a arăta că această „sfințită doime” este nedespărțită, Părinții duhovnicești le-au unit într-o singură denumire: „smerenia dragostei”, care este o laudă și o podoabă a vieții duhovnicești, ca una care este plinătatea vieții desăvârșite. Căci prin dragoste și smerenie, omul a ajuns la asemănarea cu Însuși Hristos, Care ne-a iubit cu o dragoste peste măsură și S-a smerit pentru noi până la moarte.

După rostirea rugăciunii cu cele trei metanii, câte una după fiecare parte, se fac 12 închinăciuni, până la pământ, la fiecare rugăciune zicând în taină unul din următoarele patru stihuri, care se repetă de trei ori:

1. Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosul!
2. Dumnezeule, curățește-mă pe mine, păcătosul!
3. Cel ce m-ai zidit, Dumnezeule, mântuiește-mă!

4. Fără de număr am greșit, Doamne, iartă-mă!

Primul stih nu este altceva decât rugăciunea vameșului, care „stând departe... își bătea pieptul zicând: „Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosul!” (Luca 18, 13) Este o rugăciune plină de căință care a înălțat pe vameșul cel smerit mai mult decât pe fariseul cel mândru. L-a înălțat pentru că și-a recunoscut păcatele, smerindu-se și neîndrăznind să ceară de la Dumnezeu milă; iar cel ce se smerește, după cursantul Domnului, se va înălța (Luca 18, 14).

În stihul al doilea cunoaștem rugăciunea leprosului, care „văzând pe Iisus, a căzut cu fața la pământ și s-a rugat zicând Doamne, dacă vrei, poți să mă curățești” (Luca 5,12). Păcatul nu este numai o călcare de poruncă, ci și o necurăție, pentru că diavolul, începătorul și unealta păcatului, este numit „necuratul”, o lepră care cuprindă în întregime pe om. La cine să alerge omul, dacă nu la Doctorul și Tămăduitorul a toată neputința: „Doamne, numai tu poți să mă curățești, dacă voiești, pe mine, păcătosul!” Iar Domnul răspunde: „Da, voiesc, curățește-te!” (Luca 5, 13).

Stihul al treilea ne aduce aminte de rugăciunea psalmistului: „mâinile Tale m-au făcut și m-au zidit... al Tău sunt eu, mântuiește-mă” (Ps. 118). „E adevărat, recunosc că sunt păcătos, căzut, cuprins de lepra păcatului, însă nu întind mâinile la Dumnezeu străin, nu uit că sunt făptura lui Dumnezeu și alerg la Cel ce m-a zidit și Cel ce mă mântuiește: „Tu ești Dumnezeu nostru și noi suntem poporul Tău; afară de Tine pe altul nu știm”; „Al tău sunt eu, mântuiește-mă! Cel ce m-ai zidit, Dumnezeule, mântuiește-mă!”.

Stihul cel din urmă merge mai departe: nu numai am păcătuit dar greșelile mele sunt fără de număr. „Nimeni din cei vii nu-i drept înaintea Ta” (Ps. 142), zice psalmistul, și chiar dacă ar trăi omul numai un ceas, zic părinții, și tot greșește. Întreaga noastră viață este un neîntrecut șir de păcate, de nesocotire a dumnezeieștilor porunci. De aceea Mântuitorul, între cele absolut necesare, ne-a învățat și cererea de iertare: „și ne iartă nouă greșelile noastre”. Să ne cerem iertare păcatelor, așa cum ne cerem pâinea cea de toate zilele, căci avem nevoie de ea, cum avem nevoie de pâine. La fel și Părinții pustiei ne învață ca la tot cuvântul să zicem: „Iartă!” Să cerem iertare, dar cu iertarea aproapelului și cu căința fiului risipitor. „Am greșit Doamne, la cer și înaintea Ta; fără de număr am greșit, dar îmi pare rău că Te-am mâhnit. Mă căiesc și mă rog de iertare; fără de număr am greșit, Doamne, iartă-mă”!

Observăm că cele patru stihuri sunt străbătute de două simțăminte: pe de o parte apăsarea conștiinței pentru păcatele săvârșite: sunt păcătos, întinat, am greșit fără număr; iar pe de alta, încrederea în milostivirea și iubirea de oameni a lui Dumnezeu: miluiește-mă, curățește-mă, iartă-mă! Sunt cele două stări sufletești: teama și nădejdea despre care spun Sfinții Părinți că

neconținut trebuie să însoțească pe om pe calea mântuirii; fără să se lase prins de teamă, sau lipsit de nădejde, ci îmbinând mereu teama cu nădejdea (Cuviosul Petru Damaschin). Aceste simțiri au înălțat pe vameșul, au adus pe fiul risipitor la casa părintească, au deschis tâlharului ușile raiului.

Stihurile se repetă de trei ori. De trei ori, pentru că ne adresăm lui Dumnezeu ca Treime: Tatălui, Care ne-a zidit; Fiului, Care ne-a adus iertarea prin moartea Sa, și Duhului, Care ne curățește de toate spurcăciunea. De trei ori, în semn de stăruință și de angajare hotărâtă cu toate cele trei puteri sufletești: minte, poftă și iuțime pe calea pocăinței.

Ele se rostesc în tăcere, fiecare le zice pentru sine, fiindcă și căința și îndreptarea sunt lucruri personale, individuale, care se lucrează tainic în inima fiecăruia. După cele 12 închinăciuni, preotul, ca o pecetluire, rostește încă o dată rugăciunea fără întrerupere și se încheie cu o metanie.

Aruncând acum o privire asupra întregii rânduieli de rugăciune a Sfântului Efrem, ce observăm? Mai întâi, ne uităm la chipul omului stricat de cele patru patimi și ne rugăm lui Dumnezeu să ne izbăvească de ele; privim apoi icoana omului înnoit prin cele patru virtuți și cerem să ni le dăruiască și nouă și să sporim pe această cale. După aceea, stăruim în rugăciune tăcută, smerindu-ne pentru neputințele și păcatele noastre și cu mare nădejde în puterea și ajutorul lui Dumnezeu. Și toate aceste simțiri le însoțim de metanii și închinăciuni. Ce însemnează oare toată această rânduială de rugăciune?

Metania trupească, plecarea cu capul până la pământ, este semnul văzut al pocăinței: prin plecare mărturisim căderea noastră în păcate, starea în care ne aflăm; iar prin ridicare arătăm năzuința noastră spre izbăvirea de păcate, spre înnoire. Dar cuvântul „metanie” în înțelesul său de origine (metanoia) tocmai aceasta înseamnă: prefacere, schimbare, înnoirea minții, lucrare de prefacere a omului de păcat, în omul cel nou, înduhovnicit, care se săvârșește prin pocăință.

Iată ce lucru minunat se cuprinde în această practică a rugăciunii Sfântului Efrem, însoțită de metanii: ceea ce spunem cu gura în rugăciune o arătăm totodată și cu trupul, ne recunoaștem păcătoșenia în care ne aflăm și cădem cu smerenie la pământ, dar ne ridicăm îndată, arătând dorința noastră hotărâtă de grabnică îndreptare.

E aici mai mult decât rugăciune, este însăși lucrarea pocăinței, care prefacă și înnoiește pe om. E o prefacere reală, care ne duce cu mintea la prefacerea euharistică de pe Sfântul Prestol, Euharistia de pocăință a omului. Căci așa precum la Sfânta Liturghie, prin chemarea de către preot a Sfântului Duh, pâine și vinul aduse înainte se prefacă în Trupul și Sângele Domnului, tot așa și

aici, prin rugăciunea preotului care cere darurile Sfântului Duh - cele patru duhuri din rugăciune -, omul de păcat se preschimbă în om duhovnicesc, rugăciunea Sfântului Efrem fiind epicleza acestei Liturghii de pocăință. Și precum epicleza euharistică este rugăciunea pe care Dumnezeu o împlinește imediat, prefăcând darurile aduse, tot așa și epicleza pocăinței, implorarea lui Dumnezeu cu smerenie, căință și credință, este ascultată și împlinită imediat. Ne-o adeverește Sfânta Evanghelie. Vameșul a suspinat: „milostiv fii mie, păcătosul” și degrabă s-a îndreptat; tâlharul pe cruce a strigat: „pomenește-mă Doamne” și îndată a auzit: „Astăzi vei fi cu Mine în rai!”.

Iată dar, că nevoințele Sfântului și Marelui Post sunt rugăciunea de pocăință la care aducem jertfă însăși ființa noastră, pe care Dumnezeu primind-o, o tămăduiește, o înduhovnicește. Dar pentru că înnoirea omului, prefacerea lui nu se poate săvârși dintr-o dată, ci treptat, puțin câte puțin, și liturghia de pocăință se repetă de multe ori pe zi, fiecare din ele însă este un pas spre plinătate, o treaptă de desăvârșire.

Dacă Liturghia euharistică este liturghia iubirii de oameni a lui Dumnezeu, liturghia pocăinței este răspunsul omului la această dragoste, prin dăruirea sa totală în mâinile lui Dumnezeu, cu încredere deplină și smerenie. Nu este aici o simplă asemănare. Existența și realitatea liturghiei de pocăință o mărturisește și însăși tradiția liturgică a Bisericii. Se știe că după rânduiala Bisericii Ortodoxe, pe același altar nu se pot săvârși două Liturghii într-o zi. Or, noi vedem că în toate zilele Sfântului Post, când se săvârșește Liturghia pocăinței, Liturghia euharistică nu se săvârșește; Liturghia Darurilor mai înainte sfințite nefiind liturghie deplină, ci rânduiala pentru primirea Sfintelor Taine.

Încheierea rugăciunii Sfântului Efrem, cu cererea celei mai înalte desăvârșiri duhovnicești, smerenia dragostei, ne mai spune ceva — că omul dacă s-a curățit de păcat și s-a înnoit prin pocăință, nu stă pe loc, ci sporește din putere în putere, *până la măsura bărbatului desăvârșit în Iisus Hristos*. Pocăința ne deschide calea cea nesfârșită a îndumnezeirii.

(Părintele Petroniu Tănase, „Doamne și Stăpânul vieții mele. Rugăciunea pocăinței”, în **Convorbiri duhovnicești**, Episcopia Romanului și Hușilor, 1984, pp. 570-581)