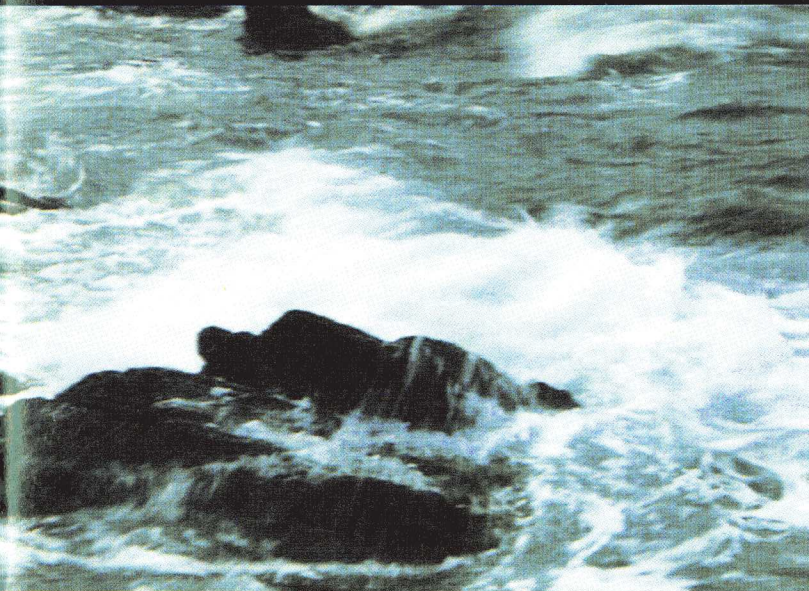


Ieromonah Benedict Aghioritul

Gândurile și înfruntarea lor



"După cum este firesc ca stâncile să fie lovite de valuri, tot astfel și omul negreșit va veni în atingere cu atacurile gândurilor"

Sfântul Efrem Sirul

Editura "EVANGHELISMOS"
București - 2002

Ieromonah Benedict Aghioritul

**GÂNDURILE
ȘI
ÎNFRUNTAREA LOR**



*Traducere din limba greacă
de Ieroschim. Ștefan Nuțescu
SCHITUL LACU – SFÂNTUL MUNTE ATHOS*

Editura «EVANGHELISMOS»

București, 2002



CUPRINS

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
BENEDICT AGHIORITUL, ieromonah

Gândurile și înfruntarea lor / ierom. Benedict
Aghioritul; trad. și ed.: ierom Stefan Nutescu.-
București : Evangelismos, 2006
ISBN 973-7812-12-3

1. Nuțescu, Ștefan (trad.; ed.)
- 2.

© Editura «Evangelismos»
București
Tel: 021-331 10 22

<i>Prolog</i>	5
<i>Nevoința aspră</i>	7
<i>Gândurile și proveniența lor</i>	10
<i>Călătoria spre țara păcatului</i>	12
<i>Stadiile păcatului</i>	15
<i>Patimile – izvorul gândurilor viclene</i>	17
<i>Categoriile de gânduri</i>	19
<i>Începutul războiului gândurilor</i>	20
<i>Viclenia diavolească</i>	20
<i>Gândurile de hulă</i>	21
<i>Șiragul gândurilor</i>	23
<i>Legătura gândurilor</i>	28
<i>Urmările gândurilor</i>	29
<i>Înfruntarea gândurilor</i>	32
a) rugăciunea	36
b) împotrivirea	37
c) disprețuirea (defăimarea)	39
<i>Lucrări ale autorului</i>	43
<i>În loc de postfață</i>	45



PROLOG

Printre problemele cu care se confruntă omul care se roagă este și problema gândurilor.

Cărticica de față nu constituie un studiu amănunțit privitor la subiectul cel atât de important al gândurilor, ci este o predică ce s-a ținut cu câțva timp mai înainte. Aici ea este prezentată într-o formă îmbunătățită, fără însă să-și piardă din forma ei începătoare de omilie. Și deoarece sunt mulți cei care se luptă cu gândurile necurate și mai mulți aceia care nu arareori "se pierd" în vălmășagul războiului cu ele, s-a făcut o încercare prin care creștinul ce se nevoiește să înțeleagă ce

"Dacă înrâurirea vătămătoare a gândului devine mai intensă... să suportăm până atunci când Domnul va căuta spre răbdarea noastră..."

Sfântul Vasile cel Mare

sunt gândurile, de unde provin ele, care sunt urmările lor și cum pot fi ele înfruntate.

Dacă din această lucrare mică se va folosi cineva, să se roage și pentru cei care s-au ostenit întru alcătuirea și editarea ei.

Ierom. Benedict Aghioritul



Nevoința aspră

S-a spus de multe ori că pentru cel ce se roagă rugăciunea este o faptă dinamică, folositoare și plăcută lui Dumnezeu.

Acest fapt adevărat îl irită pe diavol și-l face să lupte împotriva celui ce se roagă. De aceea credinciosul care dorește unirea sa cu Dumnezeu, întâlnește piedici diavolești organizate în sisteme capabile și de o ofensivă înfricoșător de bine programată.

Din pricina acestei ofensive programate rugăciunea devine uneori o faptă obositoare, care pricinuieste o osteneală mai mare decât oricare altă lucrare. De aceea, unul dintre părinții pustiei subliniază: "Nu există osteneală mai mare decât a se ruga cineva lui Dumnezeu. A se ruga cineva până la ultima sa suflare, cere nevoie".

Și nu numai rugăciunea este aceea care obosește, ci mai ales războiul îndârjit al diavolilor este ceea ce face rugăciunea mai obositoare.

Mânia diavolilor împotriva celor ce se roagă este vădită. Războiul viclenilor diavoli împotriva celor ce se roagă este de două feluri: la vedere și nevăzut, pentru începători și pentru cei desăvârșiți.

La începători folosește de multe ori și războiul văzut. Folosește sunete, obiecte, pricinuieste zgomote ca să-i poată distra de la rugăciune.

Totuși și pe începători și pe cei desăvârșiți îi luptă mai ales prin gânduri.

Așadar, cel ce a început lupta împotriva gândurilor, și-a luat asupra sa o nevoință aspră deoarece gândurile constituie piedica cea mai mare pe care o întâmpină omul în curățirea și desăvârșirea sa duhovnicească. Și la această desăvârșire nu se ajunge altfel, decât numai prin chemarea neîncetată a numelui Domnului nostru Iisus Hristos. Iar chemarea

trebuie să fie atât de deasă, încât, așa cum subliniază Sfântul Grigorie Teologul "e mai de preferat să pomenească cineva pe Dumnezeu, decât să respire".

Dar mai există și războiul lăuntric. Nici un război nu este atât de sălbatic, precum acela al unui gând viclean ce se cuibărește în sufletul nostru și ne războiește de acolo. Toate cele ce provin dinlăuntru nostru sunt mai grele decât cele ce ne atacă din afară. Cariul ce se naște în lemn, roade mai mult miezul lemnului. Bolile ce se nasc dinlăuntru nostru sunt viclene și pricinuesc o catastrofă mai mare decât cea pricinuită de cauze exterioare.

Statele de asemeni nu au fost distruse atât de mult de dușmanii exteriori, precum au fost distruse de cei dinlăuntru.

Așadar, sufletul nu poate fi distrus atâta de mașinațiile ce vin din afară, precum de bolile ce se sădesc înlăuntru nostru, adică de gândurile necurate și hulitoare.

2. Gândurile și proveniența lor

Ce sunt gândurile și de unde provin?

Când spunem gânduri, nu înțelegem prin aceasta în mod simplu cugetele, ci chipurile și reprezentările sub care se înfățișează ele de fiecare dată însoțind cugetările corespunzătoare. Deci chipurile împreună cu cugetările se numesc gânduri.

Prima și cele mai de temelie pricină a gândurilor în om este păcatul strămoșesc. Până atunci mintea omului era neîmpărțită la alte lucruri, fiind ațintită numai la Dumnezeu. Însă din clipa săvârșirii păcatului strămoșesc a început să lucreze gândul tăgăduirii și în continuare toate celelalte gânduri.

A doua cauză care pricinuiește gândurile în om sunt organele simțurilor, atunci când acestea nu sunt conduse de mintea cea stăpânitoare. Dar mai ales auzul și vederea. Astăzi, îndeosebi, datorită tehnologiei simțurile primesc mult mai multe iritații decât mai

demult. De aceea și lupta cu gândurile este mai puternică.

Al treilea motiv sunt patimile care există în om. De la acestea diavolii iau pricină să miște împotriva noastră gândurile cele rele.

Al patrulea motiv și cel mai însemnat sunt diavolii. Sfântul Grigorie Sinaitul subliniază în mod explicit și pregnant: "Gândurile sunt cuvintele diavolilor și înainte-mergătoarele patimilor".

Încă și Sfântul Isaac Sirul spune că gândurile stărnesc și "voința naturală" ce există în noi înșine, precum și înclinațiile ce le are sufletul nostru.

În mod deosebit războiul acesta este mai puternic la monahi, care de multe ori ajung la luptă corp la corp cu diavolul în timpul atacului gândurilor viclene. De aceea Sfântul Maxim Mărturisitorul spune că războiul acesta este mult mai greu decât războiul cel simțit.

Gândurile viclene pot apărea de asemenea și din temperamentul trupului, dar și din dieta

zilnică, precum și din mișcările trupului însuși.

Gândurile necurate provin din motivele de mai sus.

3. Călătoria spre țara păcatului

Păcatul se poate vedea la exterior ca un simplu fapt, ca un accident sau ca o oarecare altă întâmplare. Dar pentru punerea în practică a acestui fapt au premers acțiuni repetate. Ca să se săvârșească o ucidere, de pildă, în mintea omenească au premers mii de cugetări și planuri. Până să ajungă la săvârșirea uciderii mintea omenească a devenit un întreg cartier militar.

Așa se întâmplă și cu săvârșirea oricărui alt păcat. În atelierul ce se numește minte omenească, a premers un întreg studiu și nenumărate acțiuni, desigur fără ca cineva să priceapă ceva.

Și începutul a pornit de la un gând simplu.

Dar să mergem mai departe pe drumul către țara păcatului după atacul aceluia gând simplu.

De faptul că prin mintea noastră trece în mod simplu o cugetare simplă sau un chip nu suntem noi răspunzători și nici nu este greu să le stăm împotrivă. Dar din clipa în care vom deschide ușa acestei cugetări și vom începe să discutăm cu ea, să luăm aminte la gândul acesta, atunci el se poate înrădăcina întru noi și atunci poate deveni un gând care tinde să ne stânjenească.

Gândul care este lăsat să se dezvolte și să se înstăpânească astfel devine călăuză spre păcat.

Să urmărim puțin această călătorie care pe plan spiritual este foarte asemănătoare cu ceea ce este mersul și evoluția bolii în trupul omenesc. Și precum pentru a ajunge cineva la spital, după cum am spus mai sus, au premers diferite alte schimbări în organismul uman, așa și pentru a ajunge cineva la săvârșirea păcatului a premers un război

mare, o mulțime de schimbări în acest atelier, care este mintea omenească. Și precum pentru nașterea unui copil a premers o întreagă lucrare, de la zămislire până la purtarea în pânțe timp de nouă luni, tot așa și pentru păcat premerge un mecanism complicat: zămislirea gândurilor, purtarea în pânțe a păcatului și nașterea lui.

Sfântul Nicodim Aghioritul consideră că gândul este începutul, centrul, rădăcina din care răsare tulpina, ramurile și întregul copac al păcatului.

Răul începe de la primul gând și se mărește continuu. Atunci când cineva aruncă o piatră într-o fântână, unduirea pricinuită de căderea ei pricinuieste la început un cerc mic, cercul cel mic în continuare pricinuieste altul mai mare, acesta, altul și mai mare, până când valul ajunge la pereți.

Așa se întâmplă și cu păcatul. Înainte de săvârșirea lui premerge mecanisme și acțiuni succesive.

4. Stadiile (treptele) păcatului

Astfel putem distinge trei stadii în cadrul călătoriei spre țara păcatului:

a) atacul, b) consimțirea și c) robia.

Cum funcționează acest mecanism? Funcționează astfel: Un oarecare gând viclean (al slavei deșarte, al iubirii de argint, al clevetirii etc.) vine în mintea omului. Diavolul lucrează prin imaginație și prezintă chestiunea cât se poate mai atractivă. În felul acesta atacul devine mai atrăgător și mai puternic.

Până în acest punct omul nu este răspunzător. Așadar un atac, un asalt al vrăjmașului sau, mai simplu, o bătaie în ușă constituie **primul stadiu**. Iar starea aceasta este normală. Căci este cu neputință să existe om care să nu primească atacul. Sfântul Efrem Sirul spunea că precum în grădină, în chip firesc, împreună cu plantele bune răsar și buruienile, sau precum insulele sunt lovite de jur împrejur de valuri, așa și omul

neapărat va veni în contact cu atacurile gândurilor.

Stadiul luptei cu păcatul începe de aici încolo. Începutul luptei este atacul. Dacă omul îl îndepărtează din mintea sa fără să conlucreze deloc cu el, atunci se izbăvește și scapă de urmările nenorocite ce urmează. Dar dacă primește convorbirea cu gândul cel viclean care mai înainte în mod simplu i-a bătut în ușă, pricinuieste prietenia și atunci ajunge la consimțirea păcatului, care este **stadiul al doilea** în săvârșirea păcatului.

De acum omul, avându-se pe sine ca actor principal, săvârșește păcatul în adâncurile nepătrunse ale sufletului său. Judecă, hulește, desfrânează, preadesfrânează, săvârșește ucidere și alte nenumărate fapte rele, și face tot ceea ce își poate închipui mintea ome-nească.

După aceasta nu rămâne nimic altceva fără numai **stadiul al treilea** al păcatului, care este săvârșirea activă a lui de către om, a cărui minte mai înainte a devenit roaba gândului,

pe care iată de acum nu-l mai poate stăpâni, ci ea este stăpânită de el.

Astfel gândul care a început cu o simplă bătaie în ușă, cu un atac, a înaintat, prin deschiderea ușii, la consimțire și în cele din urmă neputând fi biruit, a sfârșit prin săvârșirea păcatului.

Aceasta este călătoria spre păcat, care începe printr-un simplu gând.

5. Patimile – izvorul gândurilor viclene

Până la moarte, în tot acest timp în care sufletul se află în trup, nu este cu putință ca omul să nu aibă gânduri și război.

Pricina de bază a gândurilor este războiul diavolului. Cele mai multe dintre gânduri sunt diavolești. Scopul diavolului este să-l arunce pe om în păcat, fie cu cugetarea, fie cu fapta. Sfântul Macarie Egipteanul numește consimțirea cu gândurile viclene, preacurvie duhovnicească. De aceea și spune: "Păzește-ți sufletul tău curat, deoarece este mireasa lui Hristos".

De cele mai multe ori gândurile seamănă cu un "curent de apă" înaintea căruia omul de multe ori intră în panică. De aceea diavolii mai întâi ne luptă cu gândurile și după aceea cu lucrurile. Dacă cedăm în ele atunci încet-încet ne înbrâncesc în păcatul cu fapta.

Sfântul Ioan Damaschin ne spune că gândurile principale ale răutății sunt opt. Să le enumerăm: a) al lăcomiei pântecelui, b) al desfrânării, c) al iubirii de argint, d) al mâniei, e) al mahnirii, f) al plictiselii, g) al slavei deșarte și h) al mândriei.

Altcineva ne va spune că patima cea mai de seamă a omului din care provin toate celelalte patimi este iubirea de sine. Iar iubirea de sine este dragostea și grija nerațională față de noi înșine. Aceasta este patima omului contemporan. Din iubirea de sine izvorăsc trei gânduri principale: al lăcomiei pântecelui, al slavei deșarte și al mândriei. Din aceste trei gânduri provin toate celelalte.

6. Categoriile de gânduri

Cele citate mai sus se referă la gândurile viclene. Însă, în afară de acestea există și gânduri bune și deșarte sau gânduri ome-nești. Gândurile bune vin de la Dumnezeu. Dar cum le vom deosebi de gândurile viclene?

Un oarecare frate a întrebat pe Avva Varsanufie despre subiectul acesta și a primit răspunsul următor: "Atunci când gândul te îndeamnă să faci ceva după voia lui Dumnezeu și ai bucurie în a face aceea și o întristare care i se împotrivesc, află că e de la Dumnezeu. Iar gândurile de la diavoli sunt tulburate și pline de întristare". Deci gândurile ce vin de la Dumnezeu, pricinuiesc în om o pace și bucurie launtrică. Și dimpotrivă, gândurile ce vin de la diavolul sunt pline de tulburare și mahnire.



7. Gândurile – începutul războiului

În general, așa cum am spus și mai sus, gândurile sunt începutul războiului diavolului împotriva noastră. Și războiul începe prin atacul gândului, înaintează la consimțire și sfârșește prin săvârșirea păcatului.

Aceasta este călătoria și evoluția gândurilor care vin mai ales de la diavol și de la om.

8. Viclenia diavolească

Să vedem așadar, cum este atacat omul de gânduri, sau ce mod folosesc diavolii ca să ne atace prin gânduri.

Viclenia diavolilor care vor să semene înăuntrul nostru o mie și unul de gânduri necurate, este de nedescris. Diavolul exploatează și cel mai neînsemnat fapt al vieții noastre, sau cazul cel mai neprobabil, sau iscodește modul cel mai ciudat pentru ca să ne întineze.

Mai întâi de toate, înainte de a ne arunca în păcat, ne aduc gânduri că Dumnezeu este iubitor de oameni.

Iar după păcat ne bombardează cu gândurile că Dumnezeu este aspru și neîndurător, ca să ne arunce în deznădejde.

9. Gândurile de hulă

După aceea diavolii încearcă să ne întineze clipele sfinte, precum sunt rugăciunea, Sfânta Euharistie, sau ne aruncă gânduri de hulă împotriva lui Dumnezeu.

Deci acest preanecurat de multe ori ne aruncă gânduri hulitoare în vremea slujbelor sfinte și mai ales în aceea a Sfintei Liturghii, silindu-ne să hulim pe Domnul și cele sfinte. Adică satana vine în ceasul în care se săvârșește taina Sfintei Liturghii și ne bagă diferite gânduri de hulă: cum că cele sfințite nu sunt Trupul și Sângele lui Hristos, că ceea ce primim nu este nimic. Sau ne aduce gân-

duri și mai necuviincioase și necurate, pe care ne rușinăm să le spunem.

Sfântul Ioan Scărarul ne spune că un monah era luptat de aceste gânduri de 14 ani întregi. Nici un gând nu este atât de greu de spovedit ca gândurile hulei care îl poate duce pe om și la deznădejde.

Acest război îl avea și avva Pamvo și "rugând pe Dumnezeu pentru aceasta a auzit de sus o voce dumnezeiască spunându-i: "Pamvo, Pamvo, nu te mâhni pentru păcate străine, ci îngrijește-te de faptele tale".

Aceste gânduri de hulă și necurate au luptat și pe alți bărbați mari și drepti, precum pe Sfântul Meletie Mărturisitorul. Și lucrul acesta îl adevăresc Sfinții Petru al Alexandriei și Pafnutie Mărturisitorul. Sfântul Petru al Alexandriei povestește că "în vreme ce mărturiseam credința în Hristos și-mi munceau trupul cu diferite chipuri și-l ardeau cu foc, diavolul dinlăuntrul meu îl hulea pe Dumnezeu".

Sfântul Nicodim Aghioritul subliniază că gândurile acestea provin mai ales din judecata aproapelui, din mândrie și din pizma diavolilor. De aceea arma cea mai bună împotriva lor este smerenia și prihănirea de sine.

10. Șiragul gândurilor

În Scara Sfântului Ioan Sinaitul se spune următoarele: "Să băgăm de seamă și vom afla că atunci când sună trâmbița duhovnicească (clopotul de rugăciune) se adună frații în chip văzut și vrăjmașii în chip nevăzut. De aceea stând lângă pat, unii dintre aceștia, după ce ne-am deșteptat ne îndeamnă să ne întindem iarăși în pat zicând: "Mai stai până ce se vor isprăvi cântările începătoare și vei merge la biserică după aceea". Unii apoi, stând noi la rugăciune ne scufundă în somn; alții ne împung în stomac mai mult ca de obicei, alții ne atrag mintea la gânduri urâte; alții ne îndeamnă să ne rezemăm de perete, socotindu-ne slăbiți; ba uneori fac să vină peste noi

multe căscături". Alții ne aduc aminte de conturi și contracte și de dobânzi bancare. Și astfel, în loc să plecăm de la biserică folosiți sufletește, plecăm păgubiți, fără să fi auzit nici măcar lucrurile cele mai elementare. Și în timp ce de multe ori în vremea rugăciunii mintea noastră este plină de gânduri necuviincioase, îndată ce se termină rugăciunea, toate dispar.

Știe diavolul folosul ce vine din rugăciune și de aceea încearcă s-o murdărească.

Iar dacă vom birui pe diavol prin multe nevoițe, atunci ne aduce gânduri de mândrie schimbând tactica și spunându-ne că, am sporit – chipurile – în virtute, deoarece, de pildă, au dispărut toate gândurile de desfrânare.

Gândul acesta, că am biruit pe diavolul seamănă cu un șarpe care este ascuns în murdăria mândriei. În adâncul inimii noastre există gând viclean.

Există diavoli care întinează sufletul nostru imediat cum ne culcăm. Există și alții care ne

întinează prima noastră cugetare, adică atunci când abia ne sculăm din somn. Diavolul nu pierde niciodată ocazia să ne lupte.

Uneori ne aduce gânduri împotriva părintelui nostru duhovnicesc, alteori ne spovedim, și, după spovedanie, ne întinează cu amintirea păcatelor ce le-am spovedit ca să ne ducă la deznădejde. Alteori iarăși ne aruncă în păcat și după aceea ne aduce gânduri să învățăm și pe alții a păcătui.

În linii generale, acestea sunt gândurile pe care le pricinuieste diavolul.

Să vedem acum **gândurile** pricinuite de **omul însuși**.

Mintea omului este ca un câine care pururea dă târcoale măcelăriei. Căci precum câinele se duce la măcelărie să răpească vreo bucată de carne sau precum unui prieten al mâncărurilor îi place să vorbească mereu despre ele, așa este și mintea omului. De

multe ori se hrănește cu înțelegeri necuviincioase și necurate.

Un monah care nu are nimic și nici nu dorește nimic (și prin extensie un creștin), nu este deranjat în rugăciunea sa de cele ce le are. În vremea rugăciunii nu-î vin în mintea sa problemele legate de lucrurile ce le are. În timp ce unul iubitor de agoniseală va avea închipuiri și gânduri ale lucrurilor materiale atunci când se roagă.

Omul necumpătat, adică rob pântecelui are cugetări și gânduri pline de idoli necurați. Sfântul Ioan Scărarul aduce și un exemplu. Așa cum mulțimea bălegarului dă naștere la viermi, așa și mulțimea mâncărilor naște căderi, gânduri necurate și vise necurate. Lăcomia pântecelui este pentru gândurile desfrânării ceea ce este untdelemnul pentru foc.

De aceea Sfântul Ioan Sinaitul, scriind Scara, după cuvântul despre lăcomia pântecelui, în chip înțelept a așezat cuvântul despre des-

frânare "deoarece – spune el – cred că aceasta este maica aceleia".

Adică, de unde provin gândurile viclene? Dacă un om trăiește bine, are toate conforturile și nu se ostenește, nici nu se nevoiește deloc, atunci un om ca acesta e foarte firesc să aibă gânduri de desfrânare, care vor sfârși în fapte. Și iarăși, când omul își are simțurile nestăpânite și vede oarecare persoană, sau atinge cu mâna pe cineva, sau aude ceva necuviincios, atunci este ca și cum ar deschide el însuși ușa gândurilor necurate. Desigur în cazul acesta ajută și firea omului care înclină spre aceste gânduri.

Încă și neascultarea față de făgăduințele date lui Dumnezeu naște "depozit de gânduri", adică mintea omului devine depozitul gândurilor rele. Aceleași gânduri le creează și neascultarea de părintele nostru duhovnicesc.

De multe ori curiozitatea omului de a cerceta tainele lui Dumnezeu creează gânduri de hulă, ba chiar și pe acela că Dumnezeu este

nedrept și părtinitor. Căci unora le dă vedenii și minuni, iar altora nu le-au dat nimic.

11. Legătura gândurilor

Există însă și gânduri care provin și de la om și de la diavol. Acestea sunt gânduri unite (legate, combinate).

Am văzut – spune Sfântul Ioan al Scării – pe unii mâncând cu lăcomie și nefiind luptați îndată. Și pe alții întâlnindu-se și având legături cu femeile și în vremea aceea să nu aibă nici un gând viclean. Dar în vremea în care se credeau în pace și siguranță în chilia lor au suferit vătămare neprevăzută. Firea i-a îmbrâncit să mănânce și să bea cu îndestulare și să privească cu patimă. Satana a exploatat asta și i-a aruncat în păcat.

În linii generale acestea sunt gândurile ce vin de la om și de la diavol.

În tot acest război există o scară: atac, unire, consimțire și robie.

Vrăjmașul îl atacă pe om cu un gând simplu sau cu un chip. Când îl primește, atunci se face consimțirea. Începe împreună-vorbirea cu gândul. Din momentul acesta începe responsabilitatea omului. După aceea omul consimte cu plăcere să înfăptuiască ceea ce-i spune gândul și la sfârșit se robește de patimă.

12. Urmările gândurilor

Când gândul petrece mai mult timp în noi, ne facem robi în străduința noastră și toată strădania ni se îndreaptă spre alipirea de lucrurile zidite și spre dorința de a le dobândi numai pe acestea. Astfel mintea omului se dezleagă de hrana cea veșnică. Și când mintea omului se va depărta cu desăvârșire de Dumnezeu, atunci devine "sau fiară, sau diavol", lucru pe care îl vedem petrecându-se în societatea de astăzi. Gândul omului s-a lipit numai de pământ și nu se gândește deloc la cer, având ca rezultat îndobitocirea omului și

îndumnezeirea tehnicii în orice formă ar fi ea. Când omul nu se luptă împotriva gândului său, atunci se face rob păcatului.

Gândurile ne macină și ne zdrobesc creându-ne probleme și în relațiile noastre personale.

Gândurile intră și ne întinează sufletul, îl intoxică și îl otrăvesc. "Aceasta este lupta celui viclean. Și după aceste săgeți otrăvește tot sufletul" – spune Isihie prezbiterul.

Prin primirea gândurilor diavolul dobândește stăpânirea și îl poate duce pe om chiar și la sinucidere, deoarece omul nu mai poate rezista puterii diavolului.

Gândul spurcat aruncă la pământ sufletul omului.

Cel ce simte supărarea continuă a gândurilor și se arde de poftele cărnii, dovedește că se află departe de mireasma Duhului.

Se pierde îndrăzneala către Dumnezeu. Când mintea intră în discuție cu gândurile necurate, atunci îndrăzneala către Dumnezeu se pierde. Dumnezeu nu poate avea comuni-

unea cu omul a cărui minte se întinează mereu cu gânduri necurate și viclene, exact așa cum ticălos este acela care fiind înaintea unui stăpânitor pământesc își întoarce fața de la el și vorbește cu vrăjmașii aceluia.

Gândurile necurate despart pe Dumnezeu de om. Dumnezeu nu își descoperă tainele Sale omului ce este stăpânit de gânduri necurate.

Fiindcă gândurile despart pe om de Dumnezeu, de aceea, ca urmare creează și alte felurite anomalii trupesti: neliniștea, nesiguranța, precum și alte boli trupesti își au cauza din gânduri. Lucrul acesta l-au conștientizat chiar și medicii, fapt pentru care dau poruncă să nu ne gândim la diferite lucruri și să nu ne supărăm.

Un gând îl poate face pe om să nu doarmă toată noaptea. De aceea spunem că gândurile îl tulbură pe om și chiar îi distrug nervii. Avva Teodor spunea: "Vine gândul și mă tulbură".

Acestea, pe scurt, sunt consecințele gândurilor viclene.

Trebuie însă să vedem și modalitățile de înfruntare a acestor gânduri, care vin mai ales de la diavolul.

13. Înfruntarea gândurilor

Cum se poate elibera cineva de gânduri?

Sfinții Părinți ai Bisericii noastre ne-au arătat diferite moduri de înfruntare a gândurilor.

Sfântul Ioan Gură de Aur ne sfătuiește **să nu le exprimăm**, ci să le înecăm în tăcere. Deoarece și fiarele și târătoarele atunci când cad în vreo groapă, dacă află vreo ieșire înspre sus, urcă și, de obicei, devin mai sălbatice. Dar dacă rămân mereu închise înlăuntru, ușor se pierd și dispar.

La fel se întâmplă și cu gândurile spurcate. Dacă află vreo ieșire cu ajutorul gurii prin mijlocirea cuvintelor, aprind flacăra lăuntrică. Iar dacă sunt închise cu tăcerea, slăbesc, se topesc ca de foame și dispar repede.

a) Primul mod de înfruntare este cugetarea: "Cum să fac acest mare rău și să păcătuiesc înaintea lui Dumnezeu?" (Fac. 39, 9). Atunci când ne tulbură vreun oarecare gând necuviincios, să ne gândim că nu se pot ascunde de Dumnezeu nici cugetele cele mai mici și mai lipsite de importanță.

Cercetarea legii lui Dumnezeu și cugetarea la cele pe care le-a făcut Dumnezeu pentru noi, precum și la bunurile viitoare, micșorează gândurile viclene și le face să nu afle loc înlăuntru nostru.

b) *Spovedirea lor.* Precum șarpele, atunci când iese din culcușul lui, aleargă să se ascundă, așa și gândurile viclene, prin spovedanie, pleacă de la om. Trebuie să știm că nimic nu pricinuieste atâta bucurie diavolilor, ca tăinuirea gândurilor.

c) *Smerirea sufletului și osteneala trupească* în tot timpul, locul și lucrul, ajută pe om ca să nu aibă gânduri necurate.

d) *"Îngrijește-te să te eliberezi de patimi și îndată vei alunga gândurile de la mintea ta",*

subliniază Sfântul Maxim Mărturisitorul. Adică, pentru a se elibera cineva de desfrânare, trebuie să se ostenească trupește și să postească; ca să elibereze de mânie și mahnire, trebuie să disprețuiască slava și necinstea; ca să se elibereze de ținerea de minte a răului, trebuie să se roage pentru cel ce l-a mahnit.

Nu putem împiedica gândurile să nu vină, însă putem să nu le primim. Dacă nu putem împiedica ciorile să zboare pe deasupra noastră, putem însă să le împiedicăm să nu-și facă cuiburi pe capetele noastre.

Dar să ascultăm puțin pe Sfântul Vasile cel Mare ce spune referitor la războiul acesta: "Trebuie ca atacurile acestea să le înfruntăm cu grijă și veghe sporită, precum face atletul care evită loviturile luptătorilor prin precauție atentă și încovoierea trupului și să încredințăm sfârșitul războiului și evitarea loviturilor rugăciunii și ajutorului de sus.

Și chiar dacă vrăjmașul cel viclean ne aduce imaginațiile lui cele viclene în timpul

rugăciunii, sufletul nostru să nu-și întrerupă rugăciunea și să nu creadă că este responsabil de atacurile viclene ale vrăjmașului, precum și de imaginațiile ciudatului făcător de minuni. Dimpotrivă, să se gândească la faptul că gândurile acestea se datorează obrăzniciei descoperitorului răutății, să-și mărească durata de îngenunchieri și să-L roage pe Dumnezeu să distrugă zidul gândurilor necuviincioase, pentru ca astfel, fără de împiedicare să se apropie de Dumnezeu.

Iar dacă influența vătămătoare a gândului devine mai puternică din pricina obrăzniciei vrăjmașului, nu trebuie să ne înfricoșăm, nici să ne lăsăm de nevoie la mijlocul ei, ci să răbdăm până atunci când Dumnezeu, văzând insistența noastră, ne va lumina cu harul Sfântului Duh care pe vrăjmaș îl pune pe fugă iar mintea noastră o umple de lumină, așa încât gândul nostru să slăvească pe Dumnezeu cu pace și bucurie netulburată".

În general Sfinții Părinți au trei moduri de înfruntare a gândurilor necurate:

- a) Rugăciunea,
- b) Împotrivirea și
- c) Disprețuirea (defăimarea).

a) **Rugăciunea.** Este cu neputință ca începătorul să alunge singur gândurile. Lucrul acesta este un semn al celor desăvârșiți.

Rugăciunea minții "Doamne Iisuse Hris-toase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul" este arma cea mai puternică, necesară celui ce vrea să biruiască gândurile. "Cu numele lui Iisus biciuiește pe vrăjmași, căci nu este armă mai puternică în cer și pe pământ" – ne spune Sfântul Ioan Scărarul.

"Cugetarea în adâncul inimii, continuă și cu înțelegere, cu sete și cu credință a numelui Cel preadulce al lui Iisus adoarme toate gândurile cele rele și deșteaptă pe toate cele bune și duhovnicești. Și de acolo, din inimă, de unde mai înainte ieșeau gânduri viclene, ucideri, desfrânări (Mt. 15, 19), precum a

spus Domnul, acum ies gânduri bune și cuvinte de înțelepciune și de har".²

b) **Împotrivirea.** Rugăciunea este pentru începători și neputincioși. Iar cei care se pot lupta să folosească împotrivirea, care obișnuiește să astupe gura diavolilor. În felul acesta Domnul nostru a biruit cele trei mari războaie ce i le-a pus înainte diavolul sus, pe munte. Senzualitatea prin "nu numai cu pâine va trăi omul", slava deșartă prin "să nu ispitești pe Domnul Dumnezeul tău", și iubirea de arginți prin "numai Domnului Dumnezeului tău să te închini și numai Lui Unuia să-I slujești" (Mt. 4, 10).

Sfințitul mucenic Petru Damaschin ne spune referitor la acestea:

"Când diavolii îți aduc vreun gând de mândrie, atunci să-ți aduci aminte de gândurile necuviincioase pe care ți le spuneau și smerește-te. Iar când îți vor aduce gânduri necuviincioase să-ți aduci aminte de acele gânduri de mândrie și să le biruiești în felul

acesta, încât nici să nu deznădăjduiești din pricina gândurilor necuviincioase, nici să te mândrești din pricina celor bune".

Astfel când un oarecare cuvios bătrân era luptat de gânduri de mândrie, își spunea gândului său: "Bătrâne, vezi-ți desfrânările tale", și războiul înceta.

Există cazuri când cineva își mobilizează toate puterile duhovnicești, toate gândurile bune și totuși nu poate alunga un gând rău. Care este pricina? "Deoarece mai întâi am primit să judecăm pe aproapele". Am judecat pe fratele nostru și gândul nostru a pierdut puterea ce-o avea mai înainte.

Uneori suntem fără minte, de aceea ne stăpânesc gândurile.

Însă de cele mai multe ori nu avem puterea să ne luptăm împotriva gândurilor, deoarece cedăm atacurilor lor, primim astfel de răni duhovnicești care nu se vindecă nici chiar cu trecerea unui mare interval de timp.

De aceea e mai bine să scape cineva prin puterea rugăciunii și a lacrimilor, deoarece

a) sufletul nu are întotdeauna aceeași putere, b) diavolul are experiența multor mii de ani, în timp ce a noastră este foarte limitată și, încercând să ne împotrivim, vom fugi biruiți și răniți, căci mintea noastră iarăși se întinează cu imaginația necuviincioasă, și c) alungă mândria și arată smerenie cel ce scapă la Dumnezeu în ceasul războiului gândurilor și se mărturisește pe sine nevrednic, smerit și neputincios în a se lupta, și numai pe Iisus Hristos tare și puternic în război, deoarece El ne-a spus: "Îndrăzniți, Eu am biruit lumea" (In. 16, 33), adică patimile, gândurile și pe diavolul.

c) **Disprețuirea (defăimarea)**. Dacă ne ocupăm cu gândurile ce ni le aduce vrăjmașul, niciodată nu vom putea face vreun bine, căci va fi războit de acela.

Disprețuirea, și faptul de a nu se ocupa cineva cu gândurile vrăjmașului este arma cea mai puternică și ea constituie lovitura cea mai tare dată diavolului.

Trebuie să considerăm gândurile lui ca gâniile, ca lătrăturile căteilor, ca niște țânțari și în cel mai rău caz, ca vuietul avionului, sau ca nimic, deoarece:

a) Credem în puterea marelui nostru Conducător Iisus Hristos și b) credem că după Crucea și moartea Domnului nostru, diavolul nu mai are nici o putere împotriva noastră, ci este slab și neputincios după cele scrise: "Vrăjmașului i-au lipsit săbiile până în sfârșit" (Ps. 9, 6).

Mai mare biruință împotriva diavolilor și rușinare a lor nu există ca disprețuirea, deoarece cel ce a ajuns la punctul acesta este înarmat cu harul lui Dumnezeu și rămâne neatins de gânduri și diavoli.

*

Acestea sunt cele trei moduri de înfruntare a gândurilor ce vin mai ales de la diavolul.

În completare am putea spune că pomenirea morții este un mijloc foarte puternic pentru biruirea gândurilor. Ea ne

pricinuieste dureri de inimă pentru păcatele noastre și ne păzește mintea de gânduri. Cel ce socotește ziua ce-o parcurge ca ultima zi a vieții sale, va limita într-un grad foarte mare gândurile necuviincioase.

Stai la masă și mănânci? Să ai pomenirea morții, ca să nu te ispitească lăcomia pântecelui.

Noi înșine să zugrăvim în mintea noastră imaginea mormintelor ca să ștergem de la noi nesimțirea ce ne stăpânește.

Starețul Siluan, ultimul sfânt oficial al Sfântului Munte, spunea: "Ține-ți mintea în iad și nu deznădăjdui". În modul acesta nici un gând nu se va încuiba înlăuntrul nostru.

Ce mod trebuie să folosim noi ca să scăpăm "de mucenicia cea îndelungată și mult chinuitoare", așa cum caracterizează Sfântul Teodor Studitul lupta cu gândurile?

Să urmărim tactica Sfântului Ioan Colov, care a încercat toate modalitățile.

Acest mare nevoitor al duhului ne sfătuiește următoarele:

"Asemenea sunt unui om care șade sub un copac mare și vede multe fiare și târâtoare venind spre dânsul. Și când nu va putea să stea împotriva lor, aleargă sus în copac și scapă. Așa și eu stau în chilia mea și văd cugetele cele viclene venind împotriva mea. Atunci mă urc în copacul vieții, la Dumnezeu meu, prin rugăciune, și mă izbăvesc de vrăjmașul".



Lucrări ale autorului

1. *Din amvonul Sf. Ioan Gură de Aur – A*, "Credință, nădejde și dragoste", Ed. "Orthodoxos Kipseli", Tesalonic, 1993, 440 p.

2. *Din amvonul Sf. Ioan Gură de Aur – B*, "Smerenia, mândria, slava deșartă, trufia, lăudăroșenia", Ed. "Orthodoxos Kipseli", Tesalonic, 1994, 290 p.

3. *Din amvonul Sf. Ioan Gură de Aur – C*, "Căsătoria, familia și problemele lor", Ediția a 2-a, "Orthodoxos Kipseli", Tesalonic, 1995, 400 p.

4. "Părinții, copilul și educația lui" (Extras din tomul C), ediția a 7-a, Ed. "Obștea Ieromonahului Spiridon", Nea Skiti, Sf. Munte Athos, 1998, 112 p.

5. "Călăuză în opera Sf. Ioan Gură de Aur", sau "Indice ale temelor operei Sf. Ioan Gură de Aur" având ca bază Patrologia lui Migne și Părinții și Scriitorii Bisericii.

Conține 539 subiecte în desăvârșită ordine alfabetică cu mai mult de 8.000 trimiteri, 816 p. Ed. D. Salonikidis, Armenopulos 23, Tesalonic, 1995.

6. "Diavolul și vrăjitoria", 162 p, ediția a 7-a, Ed. "Obștea Ieromonahului Spiridon", Nea Skiti, Sf. Munte Athos, 1999.

7. *Din amvonul Sf. Ioan Gură de Aur* – D. "Milostenia – inima virtuții", 270 p. Ed. Frăția "LIDIA", Tesalonic, 1996.

8. "Călăuză în opera Sf. Vasile cel Mare" sau "Indice pe teme al operei Sf. Vasile cel Mare" având ca bază Patrologia lui Migne și Părinții și Scriitorii Bisericii, 616 p, Ed. "Obștea Ieromonahului Spiridon", Nea Skiti, Sf. Munte Athos, 1999.

9. "Patimile și vindecarea lor", 48 p., Ed. "Obștea Ieromonahului Spiridon", Nea Skiti, Sf. Munte Athos, 1998.

10. *Din amvonul Sf. Ioan Gură de Aur* – E, "Rugăciunea – nervii sufletului", 320 p., Ed. "Obștea Ieromonahului Spiridon", Nea Skiti, Sf. Munte Athos, 1999.

În loc de postfață

"Păzește-ți sufletul tău curat,
deoarece este mireasa lui Hristos"
(Sfântul Macarie cel Mare)

"Din faptele lor îi veți cunoaște" și "din pri-sosul inimii grăiește gura" căci "omul cel bun scoate cele bune din vistieria cea bună a inimii sale, iar omul cel rău scoate cele rele din vistieria sa cea rea" ne-a învățat Mântuitorul nostru Iisus Hristos oferindu-ne adevăratul criteriu în aprecierea faptelor și a vorbelor noastre și ale semenilor noștri, din care să rezulte limpede măsura în care ne-am însușit în mod real vrednicia numelui de creștin. Iar dreptul Simeon binecuvântând pe dumnezeiescul Prunc și pe Maica Lui, a spus: "Iată, Acesta este pus spre căderea și spre ridicarea multora din Israil și ca un semn care va stârni împotriviri. Și prin sufletul tău va trece sabie, ca **să se descopere gândurile din multe inimi**" (Lc. 2, 34-35).

Într-adevăr "cuvântul lui Dumnezeu este viu și lucrător și mai ascuțit decât orice sabie ascuțită de amândouă părțile și străbate până la despărțirea sufletului și a duhului și a mădulelor și a măduvei și **este judecător cugetelor și gândurilor inimii. Și nu este nici o făptură ascunsă înaintea Lui, ci toate sunt goale și descoperite pentru ochii Celui în fața Căruia noi vom da socoteală**" (Evr. 4, 12-13).

Așadar, pe lângă fapte și vorbe, vom fi întrebați și cercetați și pentru gânduri în Ziua cea mare a Dreptei și Înfricoșatei Judecăți și fără o curățire cât mai deplină a inimilor noastre chiar și de cugetele deșarte sau rele nu vom avea acces la împlinirea celei mai mari dintre porunci: "să iubești pe Domnul Dumnezeuul tău **cu toată inima ta și cu tot sufletul tău și cu tot cugetul tău**", și nici la cea de "a doua, asemenea acesteia: să iubești pe aproapele tău ca însuși pe tine" (Mt. 22, 36-38).

Iată cauza pentru care cuvintele pe care ni le adresează Părintele Ieromonah Benedict

prin prezenta predică, "Gândurile și înfruntarea lor" sunt de un neprețuit ajutor și folos pentru toți cei care vor să pună începutul cel bun și să intre într-o nouă fază de luptă, mai avansată, pentru mântuirea și desăvârșirea lor și a celor pe care îi poartă în inimile lor.

Autorul scrierii de față este licențiat în teologie și viețuiește în "Grădina Maicii Domnului" – Sfântul Munte Athos, într-unul dintre cele mai frumoase și mai pustnicești schituri așezate pe malul mării, la Nea Skiti. Iubitorii de literatură ascetică români își amintesc că aici s-a nevoit în ultimii ani ai mult ostenitoare sale vieți Gheron Iosif Isihastul († 1959), marele și sfântul bărbat cunoscut și îndrăgit de noi din minunata lucrare ce i-a închinat-o ucenicul său, Părintele Iosif Vatopedineanul. Desigur, cu rugăciunile lui Gheron Iosif și ale altor vestiți asceți athoniți care au viețuit la Nea Skiti, și răspunzând chemării Mântuitorului Hristos și Prea Curatei Sale Maici prin râvna cea bună a inimii sale, Părintele Duhovnic Benedict, actualul egumen al Schitu-

lui, a lăsat lumea și toate cele ale ei și – cu șaptesprezece ani în urmă – a venit să locuiască în obștea Schitului, sub ascultarea Părintelui Ieromonah Spiridon. În "academia duhovnicească" a aghioriților Părintele Benedict s-a iscusit în toată fapta cea bună, prin smerită pocăință și vitejească răbdare, și neuitându-ne nici pe noi – frații săi cei aflați în călătorie pe marea cea mult învolburată și tulburată a acestei vieți – ne-a dăruit, ca pe niște adevărate bărci de salvare, cuvinte adânci, izvorâte dintr-o experiență și lucrare corectă, puternice să ne ducă și pe noi la mult doritul liman al mântuirii și fericirii celei veșnice.

După ce am citit cu mare atenție Cuvintele adunate pentru noi de Prea Cuvioșia Sa de la cei mai de seamă Sfinți Părinți ai ortodoxiei din toate veacurile, ne putem da seama cu mult mai bine cât de actuale ni se înfățișează înaintea ochilor minților și inimilor noastre Cuvintele rostite acum mai bine de 140 de

ani de marele ierarh al pravoslaviei, Sfântul Ignatie Briancianinov († 1864):

«*Privegheați și vă rugați ca să nu intrați în ispită (Mt. XXV, 41), grăiește Domnul către ucenicii Săi.*

Tuturor zic: Privegheați (Mc. XIII, 37), a vestit El la toată creștinătatea – prin urmare și celei a vremurilor noastre.

Cel ce duce viața împrăștiată se împotrivesc nemijlocit, prin viața sa, poruncii Domnului Iisus Hristos.

Toți sfinții au fugit cu osârdie de împrăștiere. Ei se adunau în sine neîncetat sau cel puțin, cât de des puteau, luând aminte la mișcările inimii și minții și dându-le îndreptare potrivită cu poruncile Evangheliei...

Aflând prin cercare folosul luării aminte și vătămarea adusă de împrăștiere, oarecare dintre Părinții cei mari a spus: "*Fără să priveghem cu deadinsul asupra noastră nu putem spori în nici o faptă bună*" (Avva Aghaton)...

Este un lucru lipsit de judecată să ne petrecem scurta viață pământească, dată nouă spre pregătirea pentru veșnicie, doar în îndeletniciri pământești, în plăceri de nimic, în nenumărate poftes și dorințe neîmplinite, alergând fără seriozitate de la o desfătare a simțurilor la alta, uitând sau amintindu-ne arareori și superficial de veșnicia cea măreață și totodată înfricoșată, de care nu vom putea fugi.

Poruncile lui Hristos nu au fost date numai omului din afară, ci mai vârtos celui lăuntric: ele cuprind toate gândurile și simțămintele omului, până și cele mai subțiri mișcări ale lui. A păzi aceste porunci este cu neputință fără priveghere statornică și adâncă luare aminte. Privegherea și luarea aminte nu sunt cu puțință pentru cel ce duce viață împrăștiată.

Păcatul și cel ce folosește păcatul, diavolul, se furișează pe nesimțite în minte și în inimă. Omul este dator să stea necontentit de strajă împotriva vrăjmașilor săi nevăzuți. Cum va

sta la această strajă, dacă este datat împrăștierii?

Omul împrăștiat se aseamănă unei case fără uși și fără zăvoare: nici o comoară nu poate fi păzită într-o astfel de casă; ea e deschisă pentru hoți, tâlhari și desfrânate...

În îndeletnicirile tale de serviciu, printre oameni, nu îți îngădui să omori vremea cu vorbire în deșert și cu glume proaste; în îndeletnicirile de birou, nu te lăsa furat de închipuire: astfel se va ascuți degrabă conștiința ta și va începe să îți arate orice înclinare către împrăștiere ca pe o încălcare a Legii evanghelice, ca pe o încălcare chiar a bunului simț. Amin".

12 decembrie 2000

La prăznuirea Sfântului Ierarh Spiridon
Arhiepiscopul Trimitundeii,
marele făcător de minuni

EDITORII

Imprimat la **Gutenberg**
Tel.: 021 345 09 26; 345 09 27