



„Să vă iubiți unul pe altul! Precum Eu v-am iubit pe voi, așa și voi să vă iubiți unul pe altul!” (Ioan 13, 34)

Nr. 11 (338)  
Anul IX  
18 martie 2018



ANUL 2018  
CENTENARIUL  
MĂRII UNIRI

# VIAȚA CREȘTINĂ

Publicație săptămânală pentru întărire sufletească

## DUMINICA SFÂNTULUI IOAN SCĂRARUL

**D**uminica a patra din Post este numită și *Duminica Sfântului Ioan Scărarul* pentru că, în această zi, se face o pomenire deosebită Sfântului Ioan Scărarul, deși el este prăznuit, de obicei, pe 30 martie. Pomenirea Sfântului Ioan Scărarul nu se face pentru că ar fi ziua trecerii lui la viața veșnică, ci el este pomenit în această duminică ca dascăl al pocăinței.

Se numește *Scărarul* pentru că a scris o carte deosebită, pe care a intitulat-o *Scara virtuților* sau *Scara paradisiului*, prin care ne arată cum, prin lepădarea de patimi și prin dobândirea virtuților, oamenii urcă duhovnicește, în sufletul lor, spre învierea sufletului și spre întâlnirea cu Hristos cel răstignit și înviat, adică, prin comuniunea cu El, ei dobândesc Raiul sau Paradisul.

Sfântul Ioan Scărarul a trăit spre sfârșitul secolului al VI-lea și începutul secolului al VII-lea, a murit în anul 649 și a fost prețuit totdeauna de Biserica în calitatea sa de înțelept duhovnic, vin-

decător de suflete, dascăl al pocăinței.

Cartea sa, numită *Scara*, a fost multă vreme un manual de formare duhovnicească a călugărilor, fiind citită secole de-a rândul cu multă atenție și cu multă dragoste în toate mănăstirile. Ceea ce reținem în mod deosebit din această lucrare este faptul că adevărata pocăință este izvor de bucurie. El vorbește despre lacrimile pocăinței cele de bucurie aducătoare. Bucuria pe care lacrimile pocăinței o aduc este bucuria Duhului Sfânt, pe care Dumnezeu o dăruiește celor ce își plâng păcatele și primesc iertare.

În lucrarea sa *Scara*, se vede că Sfântul Ioan a scris cum a trăit și a trăit cum a scris. Fiind iconă a înfrânării și a ascezei, Sfântul Ioan Scărarul este numit în Triodul al virtuților (nevoinei) și făptuitorul prin excelență. Cu alte cuvinte, Sfântul Ioan Scărarul este o făclie și o bună călăuză duhovnicească a postitorilor în urcușul lor spre înviere, spre Lumina Sfințelor Paști.



## Sfântul Teofan Zăvorâtul - Viețuirea acasă în timpul Postului Mare



„În zilele Postului Mare, bine ar fi să nu cunoști alt drum în afară de mersul la biserică și acasă.”

Domnul. Îndată după biserică, aleargă în cămara ta și fă destule **metanii**, cerând cu evlavie de la Dumnezeu să te ajute, ca să valorifici timpul șederii acasă într-un chip folositor pentru sufletul tău. Apoi șezi și **te odihnește puțin**. Alungând orice gând, repetă cu mintea **rugăciunea**: „Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă! Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă!”. După ce te-ai odihnit, să te îndeletnicești cu ceva, fie cu **rugăciunea**, fie cu **lucrul de mână**.

Nu are prea mare importanță ce lucru de mână faci, tu știi deja ce îți place. Este, după cum vezi, imposibil să te ocupi tot timpul cu lucrurile duhovnicești; este nevoie să ai și un lucru de mână plăcut. Cu lucrul de mână te ocupi când sufletul îți este obosit, când nu ai puterea de a citi sau de a te ruga. Dacă, desigur, îndeletnicirile tale duhovnicești merg bine, nu este necesar lucrul de mână, care nu face decât să valorifice timpul care altfel s-ar risipi în trândăvie. Și trândăvia este totdeauna dezastruoasă, mai cu seamă în timpul postului.

Cum trebuie să se roage cineva acasă? Bine te-ai gândit că în timpul Postului Mare suntem datori să **adăugăm ceva la canonul obișnuit de rugăciune**. Cred, totuși, că în loc să citești mai multe rugăciuni din cartea de

rugăciuni, este mai bine să mărești durata comunicării tale directe cu Domnul. În fiecare zi, înainte de a începe și după ce termeni slujba de dimineață și cea de seară, **să te adresezi cu propriile tale cuvinte Domnului, Preasfintei Născătoare de Dumnezeu și îngerului tău păzitor, mulțumindu-le pentru ocrotirea lor și rugându-i să te ajute în împlinirea nevoilor tale duhovnicești**. Cere-le să te ajute, așa încât, înainte de toate să te cunoști pe tine însăși, să dobândești cunoaștere de sine și, dobândind-o, să îți dăruiești răvnă și putere, ca să-ți tămăduiești rănile sufletului. Cere-le încă să umple inima ta cu simțământul smereniei și al zdrobirii de inimă. Smerenia este jertfa cea mai plăcută lui Dumnezeu. Așa să te rogi! **Nu îți impune însă un canon de rugăciune lung și greu**, un canon care va depăși măsurile puterilor tale sufletești și trupești și te va slăbi. Mai bine este să te rogi mai des și scurt pe durata zilei, iar când te ocupi cu orice altă lucrare să ai mintea la Dumnezeu.

După rugăciune, **citește puțin** cu concentrare de sine. Studiul duhovnicesc nu urmărește încărcarea minții cu diferite informații și cunoștințe, ci este spre folosul și zidirea ta sufletească.

(continuare în pagina 2)

**A**junghi, așadar, acasă. Ce faci acasă? Te lupți cu toată puterea ta să păstrezi atenția minții și a inimii către

# Sfântul Teofan Zăvorâtul - Viețuirea acasă în timpul Postului Mare

(continuare din pagina 1)

De aceea, nu este nevoie să citești multe. Citește însă cu mare atenție și cu participare a inimii.

„Ce să citești?”, mă vei întreba. Doar **cărți duhovnicești**, desigur. Lectura atentă a unor asemenea cărți insuflă sufletul mai mult decât orice altceva. Dacă, totuși, pe durata studiului se naște dorul de rugăciune, să lași cartea și să te rogi.

Vei citi, așadar, apoi te vei ruga, vei face metanii. Dar, prin toate aceste lucrări, totuși, nu vei putea să îți ții mintea și inima în stare de luptă continuă și intensă. Este inevitabil că vei obosi. Atunci, așa cum ți-am spus, te vei ocupa cu o lucrare practică.

Te gândești, de asemenea, după cum îmi scrii, să micșorezi cantitatea mâncării zilnice. Corectă și folositoare este intenția ta; corectă, pentru că trupul, care prin abaterile lui te obligă să te pocăiești, este dator să înțeleagă pe durata Postului Mare care sunt ostenețile care i se cuvin; și folositoare, pentru că prin post trupul se supune, mintea se curăță, inima se înmoaie, patimile se omoară. Numai să nu întreci măsura cu nemâncarea. Deja mănânci atât de puțin.

Trebuie să ai putere să stai în biserică și să te nevoiești acasă. Caută să mănânci atât cât ai nevoie, ca să nu te vlăgăuești.

Bine ar fi, de asemenea, să micșorezi puțin timpul somnului și al odihnei tale. Este o jertfă pentru tine, dar orice fel de jertfă se potrivește

în acest răstimp.

Și cu vorbirea cu ceilalți ce va fi? În timpul Postului Mare cel puțin, discuțiile cu ceilalți să se limiteze la teme duhovnicești.

Încă mai bune decât citirile personale sunt citirile duhovnicești de obște, care oferă prilejuri pentru schimbul de gânduri ziditoare și pentru exprimarea concluziilor de folos sufletesc. Potrivite pentru acest scop sunt mai cu seamă Viețile Sfinților.

Destul am scris. Voi adăuga ce mai trebuie altădată.

**Cuviosul Teofan Zăvorâtul**

*Drumul vieții. Scrisori către un suflet,*  
Editura Sfintei Mănăstiri Paraklitou,  
Oropós Attiki, 2000.



## AXIONUL, imnul Preasfintei Născătoare de Dumnezeu

Autor: Marian Dumitru  
Sursa: doxologia.ro

„Vrednică ești cu adevărat să te ferim, Născătoare de Dumnezeu, cea pură fericită și preanevinovată și Maica Dumnezeului nostru. Ceea ce ești mai cinstită decât Heruvimii și mai mărită fără de asemănare decât Serafimii, care fără stricăciune pe Dumnezeu Cuvântul ai născut, pe tine, cea cu adevărat Născătoare de Dumnezeu, te mărim!”

**C**ântarea liturgică numită *axion duminical* – **Cuvine-se cu adevărat** (cunoscută și sub alte traduceri: Vrednică ești, sau Cade-se cu adevărat) – reprezintă **imnul de laudă ce se cântă în timpul Sfintei Liturghii în cinstea Preasfintei Născătoare de Dumnezeu**. În cadrul Liturghiilor ortodoxe la praznicele împărătești se cântă și alte axioane, denumite anti-axioane sau axioane praznicale și care au texte diferite referitoare la persoana Mântuitorului Iisus Hristos și a Maicii Domnului. De asemenea, la Liturghia Sfântului Vasile cel Mare se cântă axioane speciale: *De Tine se bucură, Din ospățul Stăpânului și Nu te tângui pentru mine, Măică*. Aceste axioane praznicale sunt cunoscute în literatura muzicală psaltică prin efortul și priceperea marelui traducător și compozitor Macarie Ieromonahul, care rămâne o personalitate reprezentativă a renașterii culturii noastre de la începutul secolului al XIX-lea.

Imnul Axionului reprezintă unul dintre cele mai importante creații ale iconografiei bizantine din cadrul Sfintei Liturghii, alături de Trisaghion și Herovic.

**Originea Axionului** se află în diferitele imne care însoțeau încă din vechime pomenirea no-

minală a Sfintei Fecioare în cursul rugăciunii de mijlocire, mai ales după epoca ereziei lui Nestorie, ca o manifestare spontană a sentimentelor de venerare față de Preasfânta Născătoare de Dumnezeu. Etimologic, cuvântul „axion” provine din limba greacă și înseamnă „vrednică ești”. **Tema axionului** este de o însemnătate deosebită, amintind de faptul că Răscumpărătorul sufletelor noastre, Mântuitorul Iisus s-a întrupat din Preasfânta Fecioară și ne-a trecut de la moarte la viață, înnoind firea noastră umană perversită de păcatul adamic.

Să o cinstim, așadar, pe Preasfânta Fecioară, care s-a făcut sălaș dumnezeirii, deoarece ea ne ascultă neîncetat rugăciunile, ne umple inimile de nemăsurată dragoste și mijlocește în ceruri mântuirea noastră.

Poziționarea Axionului imediat după Epicleză are următoarea însemnătate: Născătoarea de Dumnezeu este cea mai apropiată persoană umană de inima Mântuitorului Hristos, iar datorită ei noi am primit pe Hristos Dumnezeu făcut Om. Ea a dăruit prin întrupare trupul și sângele ei pentru a plămădi în Duhul Sfânt Trupul și Sângele lui Dumnezeu, iar acum acest Trup și acest Sânge, se dăruiește prin rugăciunile ei și ale întregii Biserici oamenilor spre nemurire.



*Sfântul zilei*

## Sfântul Chiril Arhiepiscopul Ierusalimului

**S**fântul Chiril s-a născut la Ierusalim, în anul 315 după Hristos, în timpul domniei împăratului Constantin cel Mare. Sfântul Chiril a fost hirotonit diacon de către Macarie al Ierusalimului, iar preot de episcopul Maxim II. După numirea sa pe scaunul episcopal al Ierusalimului a izbucnit un conflict deschis pentru supremație între Acaciu și Chiril, acesta din urma pretinzând primatul deoarece scaunul de la Ierusalim era apostolic. Cearta a dus la exilarea de trei ori a lui Chiril. Exilurile lui Chiril determină Sinodul de la Antiohia din 379 să-l trimită pe Sfântul Grigorie de Nyssa să cerceteze această situație. Sfântul Grigorie mărturisește că Biserica de la Ierusalim are parte de o credință sănătoasă.

Sfântul Chiril participă la Sinodul II ecumenic de la Constantinopol (381), unde își mărturisește ortodoxia creștină.

Sfântul Chiril a avut de dus două lupte grele în viața lui: una împotriva ereticilor arieni, care deveniseră foarte puternici în timpul domniei lui Constantin, fiul Marelui Constantin, iar cealaltă împotriva evreilor care, în timpul lui Iulian Apostatul, nepotul aceluiași împărat, aveau mari privilegii și puteri.

Sfântul Chiril a trecut la cele veșnice în anul 386, în timpul domniei împăratului Teodosie cel Mare.