



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)

PUBLICAȚIE EDITATĂ ȘI DISTRIBUITĂ GRATUIT DE PAROHIA „SF. ARH. MIHAIL ȘI GAVRIIL” - POIENIȚA, COM. VÂNĂTORI, JUD. IASI, PROTOPOPIATUL PAȘCANI

Duminica a 26-a după Rusalii

Despre Postul Nașterii Domnului

Viața duhovnicească

† DANIEL, Patriarhul Bisericii Ortodoxe Române



Claudiu BALAN | www.ortodoxiatinerilor.ro

Un om bogat i-a rodit țarina din belșug, din belșugul harului lui Dumnezeu și din dragostea care dă ploaie și peste cei buni și peste cei răi, și peste cei zgârciți și peste cei milostivi; iar acest bogat se vede pus în fața unei probleme. Avea deja multe roade, hamberele îi erau pline, nu-i lipsea nimic și se-ntreba unde poate să-și adune ce a cules din roadele pământului. Ajunge la concluzia că nu mai are loc unde le pune și hotărăște să strice hamberele și să le facă mai mari. Acesta este **primul gând egoist și rău** al bogatului.

Sfântul Ioan Gură de Aur ne spune frumos că un prim pas în a începe să daruim și să fim milostivi este de a da ceea ce avem în plus, ce nu ne este de neapărată nevoie. Când avem șifonierul plin de haine, frigiderul și camera plină de mâncăruri, dulapurile cu multe perechi de încălțări, și în general când am început să nu mai avem loc în casă e o ocazie să ne-ntrebăm dacă nu cumva am uitat că prisosul celor avuți a fost dat de Dumnezeu pentru a fi dăruit celor săraci și pentru a le câștiga dragostea. Poate am uitat că preaplina casei noastre este tot de la Dumnezeu și-l poate lua de la noi imediat dacă nu știm ce să facem cu el, sau dacă-l folosim egoist.

Un al doilea gând pe care-l are în inimă bogatul este înțelegerea total greșită asupra sufletului. El îi spune sufletului său: „Suflete, ai multe bunătați străne pentru mulți ani, odihnește-te, mănâncă, bea, veselește-te.”

Fiecare zi a vieții noastre este dăruită de Dumnezeu și nu stă-n puterea noastră să trăim mai mult sau mai puțin, ci atât cât ne ține Dumnezeu cu harul Său, atât cât vrea El. Nu pot spune sau gândi că o să mai trăiesc mulți ani de acum în colo pentru că viața pe care o am este un dar de la El pe care-l poate lua oricând. [...]

La toate aceste gânduri rele Domnul stă împotriva bogatului și a răutății lui și-i spune: „Nebune! În această noapte vor cere de la tine sufletul tău”. Nebune **viața nu e a ta, e a Mea**, viața nu e pentru mâncare și băutură ci pentru a-ți face prieteni și pentru a te bucura iubind. Nebune **preaplina mâncărilor tale este pentru cei săraci, pentru cei ce suferă...**

Postul Nașterii Domnului sau Postul Crăciunului a fost instituit în sec. IV-V, deci mai târziu decât Postul Sfințelor Paști. Este un post al pocăinței, dar nu cu aceeași intensitate ca Postul Sfințelor Paști. Nu există în el slujbe speciale cu metanii, nu există un canon de pocăință precum *Canonul Sfântului Andrei Criteanul*, pe care îl citim în Postul Sfințelor Paști. Desigur, orice post ne cheamă la pocăință, însă **Postul Crăciunului îmbină pocăința cu milostenia și fapta bună**, la care ne îndeamnă Evangheliile dinaintea și din timpul acestui post. Este un post de pregătire duhovnicească, de curățire duhovnicească, ca să primim în noi, în peștera trupului nostru și în ieslea sufletului nostru, pe Mântuitorul Iisus Hristos, Care vine în lume și Se face om, pentru ca pe oameni să-i ridice la viața duhovnicească și dumnezeiască. De aceea, în *Catavasii* se spune: „Hristos Se naște, slăviți-L! Hristos din Ceruri, întâmpinați-L! Hristos pe pământ, înălțați-vă!” Programul acestui post este concentrat în cuvintele citate acum, care provin dintr-o predică a Sfântului Grigorie Teologul. Ele au următorul înțeles: Hristos, Care coboară din Ceruri, vrea să coboare în sufletele noastre, să ne lumineze viața noastră și să ne ridice pe noi la viața duhovnicească sau cerească. Astfel, postul acesta este un **post de pregătire spirituală**, ca noi să devenim un templu, un sălaș al prezenței Mântuitorului Iisus Hristos prin Duhul Sfânt, ca El să ne arate astfel iubirea lui Dumnezeu Tatăl. De aceea prima mare sărbătoare din Postul Crăciunului este **Intrarea Maicii Domnului în biserică**, la 21 noiembrie.

Aceasta înseamnă că Maica Domnului intră în templul din Ierusalim pentru a deveni ea însăși templu sau „biserică sfințită și rai cuvânt-tător”, cum o numesc cântările noastre liturgice. Asemenea Maicii Domnului, care prin rugăciune, curăție și căutarea sfințeniei se pregătește să primească în ea taina întrupării lui Dumnezeu, și noi, creștinii, trebuie să ne pregătim, să ne curățim, ca să devenim templu sau biserică, să devenim lăcaș în care poate să locuiască Hristos Domnul.

Postul acesta al Crăciunului este, deci, în primul rând, **o pregătire, o sfințire a gândurilor, a simțirilor, a trupului și sufletului nostru prin pocăință**, prin

Spovedanie și Împărtășanie, prin citirea mai deasă a Sfinței Scripturi și a scrierilor sfinților și printr-o atenție spirituală deosebită ca să devenim „biserică sfințită” în sufletele și în trupurile noastre.

În al doilea rând, vedem că o sărbătoare foarte populară sau foarte cunoscută din timpul Postului Crăciunului este **pomenirea Sfântului Ierarh Nicolae**, care a trăit în secolul al IV-lea și a îmbinat apărarea Ortodoxiei cu grija față de săraci, de orfani, de oamenii necăjiți, însingurați și înfrigurați. Deci, în această perioadă a postului înțelegem că, pe lângă pregătirea noastră duhovnicească interioară, trebuie să facem și milostenie sau să fim milostivi ca Sfântul Nicolae, dăruind altora, ca semn al iubirii noastre frățești, daruri spirituale și daruri materiale, după putință, iar dacă nu avem nici un dar material, măcar să oferim un cuvânt bun, o mână de ajutor, o încurajare unui om sărac, singur și deznădăjduit, întristat sau îndoliat. Această milostenie sau această dăruire către alții este pregătirea noastră pentru a primi pe Cel ce este Marele Dar, pe Mântuitorul nostru Iisus Hristos, dăruit de Dumnezeu Tatăl „pentru noi, oamenii, și pentru a noastră mântuire”.

Prin urmare, Postul Crăciunului, ca abținere de la produse de origine animală, se unește cu **rugăciunea și cu împărtășirea euharistică mai deasă**, pentru sfințirea noastră, dar și cu milostenia, ca semn al prezenței iubirii milostive a lui Hristos în noi. De fapt, când primești un dar material, ți se umple mâna, dar când dăruiești cu bucurie și smerenie, ți se umple inima de prezența lui Dumnezeu Cel milostiv în tine. Astfel, Postul Nașterii Domnului este perioada darurilor care se arată în milostenie și culminează cu darurile de Crăciun, ca simbol al răspunsului nostru la multele daruri duhovnicești pe care Dumnezeu Fiul ni le aduce prin întruparea Sa și prin nașterea Sa ca om în peștera Betleemului.[...]

Să ne ajute Hristos Domnul să înțelegem această perioadă de post nu ca pe o perioadă de opreliști sau de restricții, ci ca timp de sporire în evlavie și dărnicie. Păcatul lăcomiei ne face robi, dar rugăciunea unită cu milostenia ne face liberi. Deci, postul adevărat este prilej de libertate duhovnicească.

(Sursa: *Ziarul Lumina*)

Sfaturi duhovnicești



Stareții de la Optina, vorbindu-ne despre spovedanie

www.impantokratoros.gr

A spus starețul Antonie:

Când părintele duhovnic, prin puterea dată lui de Dumnezeu, vă spune: „te iert și te dezleg de toate păcatele tale”, aceste cuvinte trebuie să le luați așa ca și cum prin limba lui le rostește Însuși Iisus Hristos și chiar în acea clipă dezlegarea făcută este confirmată în cer de Dumnezeu Tatăl și de Sfântul Duh. Vedeți cât de milostiv este Dumnezeu față de păcătoșii care se căiesc!... Prin acest cuvânt al părintelui duhovnic **se dezleagă nu numai păcatele spovedite verbal, ci și cele nespovedite din uitare sau din neștiință.** Părintele duhovnic nu poate dezlega numai acele păcate pe care păcătosul cu intenție le tănuiește, de rușine și de frică, păcate pe care nici Dumnezeu Însuși nu le iartă. Însă păcatele dumneavoastră toate sunt iertate și dezlegate și, chiar dacă la vremea sa și moartea ar veni, cu deplină credință și nădejde în mila lui Dumnezeu să fiți împăcat în duhul dumneavoastră, căci păcatele tinereții - ale neștiinței dumneavoastră - nu vor fi pomenite înaintea lui Dumnezeu, lucru de care vă încredințez cu numele Lui cel sfânt. Iar îndoiala ce o aveți cu privire la dezlegarea păcatelor dumneavoastră, este lucrarea duhului potrivnic, foarte primejdioasă, în care nicidecum nu trebuie să vă încredeți. Chiar dacă noi prin păcatele noastre i-am întrece pe toți păcătoșii din veac, nici atunci nu ar trebui să deznădăduim față de mila lui Dumnezeu, căci El pentru aceasta L-a trimis pe Fiul Său Cel Unul-Născut din cer în lume, ca să-i mântuiască pe păcătoși: pe noi, prea mult păcătoșii, după mare mila Sa ne mântuiește și moștenitori ai Împărăției Sale ne face.

A spus starețul Nikon:

Spovedania este judecata duhovnicească. Duhovnicul este judecătorul, iar cel ce-și spovedește păcatele sale este criminalul. Și, ca un criminal căit, se cuvine să aibă nu numai căință sufletească pentru răul săvârșit, ci și trupește

să-și exprime vinovăția, căci sufletul și trupul omului sunt nedespărțite.

A spus starețul Nikon:

Socotesc necesar să vă amintesc că eu întotdeauna am acordat atenție deosebită spovedaniei sincere. Sfinții Părinți și episcopul Ignatie Briancianinov arată că patimile și obiceiurile păcătoase nu se pot vindeca fără spovedanie. Nicio vindecare nu va fi deplină sau suficientă fără spovedanie, dar, cu ajutorul spovedaniei, patimile se dezrădăcinează ușor. De aceea vă rog să **acordați întotdeauna o deosebită atenție spovedaniei, întotdeauna să vă pregătiți cu grijă pentru ea și să spovediți cu sinceritate toate greșelile voastre.** Și eu m-am străduit întotdeauna să spovedesc fără grabă și cu atenție pe fiecare dintre voi și am întregit în amănunt, ca să nu rămână nimic pe conștiință. Iar dacă cineva, din nesăbuintă, nu a spovedit totul cu sinceritate, să spovedească, să-i fie conștiința curată.

De duhovnic nu are rost să ne temem și nici să ne rușinăm de el nu trebuie. Duhovnicul știe tot, toate păcatele le știe, deoarece la el nu numai unul, ci sute de suflete se spovedesc și pe el nu-l uimești cu niciun păcat, oricât de mare ar fi păcatul și oricât de greu. Dimpotrivă, fiecare păcat greu spovedit stârnește în mine o deosebită grijă pentru suflet și eu niciodată nu mi-am schimbat și nu-mi pot schimba atitudinea față de suflet, oricare ar fi greșelile spovedite de el, ci, dimpotrivă, mai mult mă doare pentru el și mă frământ și mă îngrijesc de vindecarea și mântuirea lui. De aceea, **străduiți-vă să nu ascundeți nimic, străduiți-vă să vă spovediți curat.**

A spus același stareț Nikon:

Necesitatea spovedaniei amănunțite este adevărată nu numai de trăirile launtrice ale omului, dar și de însăși rânduiala spovedaniei, expusă în Molitfelnicul bisericesc.

Să fac o asemenea observație m-a îndem-

nat faptul că unii, rușinându-se de duhovnic, din diferite motive caută mijloace de a nu spune la spovedanie totul în amănunt, vorbind în termeni generali sau așa încât duhovnicul să nu poată înțelege clar ceea ce au făcut sau chiar tănuind întru totul, crezând că-și vor putea liniști conștiința prin diferite păreri pe care și le fac în sufletul lor. Atunci vrăjmașul mântuirii noastre știe să le amintească într-un chip pervertit cuvintele Sfinților Părinți și chiar ale Sfintei Scripturi, ca să nu-l lase pe om, la spovedania cea mântuitoare și necesară dinaintea duhovnicului, să spună păcatele așa cum au fost făcute. Dar, dacă conștiința omului nu s-a pierdut, ea nu îi dă pace până când acesta nu spune la spovedanie totul în amănunt. Nu trebuie să spună amănuntele de prisos, care nu lămuresc esența lucrurilor, ci doar să le schițeze frumos. Descrierea amănunțită a păcatului nu este străină de desfătarea cu amintirea păcatului; mai ales când e vorba de faptele desfrânate, Părinții nu ne sfătuiesc să îngăduim ca inima, care iubește încă păcatul, să zăbovească și să se desfăteze cu el.

A spus starețul Nikon:

Mulți caută, ca pe ceva necesar, un duhovnic cu viață înaltă și, negăsindu-l, se mâhnesc și de aceea cât mai rar, parcă fără chef, merg la spovedanie. Aceasta este o mare greșală. Trebuie să **credem în însăși Taina Spovedaniei, în puterea ei, nu în săvârșitorul tainei.** Trebuie numai ca duhovnicul să fie ortodox și după lege. Nu trebuie să dăm mare importanță calităților personale ale duhovnicului, ci trebuie să credem și să știm că Domnul, Care lucrează în fiecare taină prin harul Său, lucrează în atotputernicia Sa independent de aceste calități.

Soborul Sfinților de la Optina

Este prăznuit pe **11 octombrie**. În luna august a anului 1988, Sinodul Bisericii Ortodoxe Ruse din afara Rusiei, care a avut loc la New York, a hotărât canonizarea Sfinților Stareți de la Optina. Proclamarea solemnă a canonizării a avut loc pe 12 mai 1990 în Catedrala Sfântul Nicolae din Montreal, Canada. Hotărârea acestui Sinod a fost întărită de Patriarhia Moscovei, în anul 1996. Soborul Sfinților Stareți de la Optina este format din: **Leonid** (Nagolkin) † 1841, **Macarie** (Ivanov) † 1860, **Moise** (Putilov) † 1862, **Antonie** (Putilov) † 1865, **Ilarion** (Ponomarev) † 1873, **Ambrozie** (Grenkov) † 1891, **Anatolie „cel Bătrân”** (Zerțalov) † 1894, **Isaachie I** (Antonimonov) † 1894, **Iosif** (Litovkin) † 1911, **Varsanufie** (Plihanokov) † 1913, **Anatolie „cel Tânăr”** (Potapov) † 1922, **Nectarie de la Optina** † 1928, **Nikon** (Belyaev) † 1931, **Isaachie al II-lea** (Bobrakov) † 1937.

Canonizarea Sfinților Stareți de la Optina a atras atenția lumii asupra evenimentelor din trecutul Stareților Ruși. Sfinții Stareți au făcut din Mănăstirea Optina un centru al spiritualității isihaste, începând cu primele decenii ale secolului al XIX-lea, și continuând până la (chiar și în) persecuțiile ateiste ale secolului al XX-lea. Stareții de la Optina sunt cunoscuți în toată lumea prin cuvintele lor duhovnicești și prin înalta lor viețuire.