

ISIHASMUL CA DOCTRINĂ ȘI TRĂIRE ÎN TRADIȚIA BISERICII PÂNĂ ÎN SECOLUL AL XIV-LEA*

Pr.drd. Cristian Gagu

Tradiția de secole a vieții ascetico-mistice a monahismului răsăritean este cunoscută sub numele de isihasm. Acest curent spiritual a fost și continuă să fie subiect de cercetare pentru teologi, istorici sau filologi, cu toții încercând să pătrundă cu lumina înțelegerii în complexitatea acestei mișcări spirituale. Cunoașterea spiritualității isihaste sub toate aspectele sale nu este însă posibilă fără precizarea înțeleșurilor cu care sunt folosiți în literatura ascetico-mistică cei doi termeni care o denumesc: *isihie* și *isihasm*.

Termenul isihia vine din grecescul η ησυχια, ας și înseamnă tăcere, liniște. Istoricul John Meyendorff folosește acest termen într-un sens foarte general, pentru a defini „spiritualitatea monastică prin care omul accede către Dumnezeu”¹. Irinée Hausherr merge și mai departe în precizarea înțeleșurilor cuvântului isihia și face deosebire între isihia exterioară și cea interioară². Pentru Hausherr, isihia exterioară este sinonimă cu anahoreza³ (αναχωρεω, -ω), iar cea interioară cu amerimnia⁴ (αμαρμνεω, -ω).

Prin isihie putem înțelege, într-adevăr, și viața solitară, anahoretică, dar isihia propriu-zisă este o stare de perfectă liniștire interioară și rugăciune continuă, în care trăiesc cei ce se dedică practicării rugăciunii curate. Cu acest înțeles este folosit cel mai adesea în scrierile ascetico-mistice. „Isihia,

* Referat susținut în cadrul pregătirii doctoratului în teologie, întocmit sub îndrumarea dlui prof. dr. Emilian Popescu, care a dat și avizul pentru publicare.

1. John Meyendorff in *The Oxford Dictionary of Bizantium*, vol. II, The Oxford University Press, 1994, p. 924.

2. Irinée Hausherr, *Hesychasm et prière* în rev. O.C.A. nr. 176, Roma, 1966, p. 166.

3. *Ibidem*, p. 167.

4. *Ibidem*, p. 215.

învață Cuviosul Nichita Stithatul, este starea netulburată a minții, seninătatea sufletului liber și bucurat, temelia netulburată a inimii în Dumnezeu, vederea luminii, cunoștința tainelor lui Dumnezeu, cuvânt de înțelepciune din cuget curat, adâncul înțelesurilor lui Dumnezeu, răpirea minții, vorbirea cu Dumnezeu, ochiul neadormit, rugăciunea minții, odihna neostenită în ostenele mari și, în sfârșit, unirea și legătura cu Dumnezeu⁵. Adevărata isihie nu presupune deci și anahoreză, după cum nici anahoreza nu conduce în mod obligatoriu la isihie așa cum este ea înțeleasă de Cuviosul Nichita Stithatul, în schimb, anahoreza sau isihia exterioară este utilă până la un punct isihiei interioare.

Termenul „isihism“ (ἡσυχασμός - a fi liniștit, a păstra liniștea, a trăi în pace) desemnează, potrivit lui Hausherr, într-un sens foarte general, „un sistem de spiritualitate bazat pe isihie“⁶, „un mijloc, poate mijlocul prin excelență, în tot cazul un mijloc excelent pentru a ajunge scopul care este unirea cu Dumnezeu, rugăciunea neîntreruptă⁷. Meyendorff îl consideră, în schimb, un „termen convențional pentru metoda rugăciunii neîncetate și a contemplării menite să realizeze comuniunea cu Dumnezeu prin liniștirea interioară“⁸, deși îl folosește și „pentru a denumi mișcările religioase, politice și sociale din sec. XIV-XV“⁹. Din înțelesurile pe care le capătă termenul „isihism“, în citatele de mai sus, lipsește însă unul care îi este mult mai propriu și anume cel de doctrină sau învățătură de credință profesată de isihasți și sintetizată de Sf. Grigorie Palama.

Putem vorbi deci despre „isihie“: 1) ca spiritualitate monastică și 2) ca stare a rugăciunii neîncetate, a liniștirii interioare și de contemplație a lui Dumnezeu prin unirea negrăită cu El, iar despre isihism: 1. ca sistem spiritual bazat pe isihie, 2. ca sistem doctrinar sintetizat de Sf. Grigorie Palama și susținut de tradiția Bisericii Răsăritene, 3. ca metodă a rugăciunii neîncetate și 4. ca mișcări religioase și social-politice din sec. al XIV-lea.

Învățătura de credință creștin-ortodoxă întemeindu-se întotdeauna pe viață și învățătura Mântuitorului Iisus Hristos și a Sfinților Săi Apostoli, ea și pe Sfânta Tradiție ce decurge din acestea, nu pe speculațiile și rațio-

5. Nichita Stithatul, *Cele 300 de căpete despre făptuire, despre conștiință*, suta a doua, cap. 64 în Filocalia, vol. VI, Ed. I.B.M.O. București, 1977, p. 283-284.

6. Hausherr, *op. cit.*, p. 166.

7. *Ibidem*.

8. John Meyendorff, *op. cit.*, p. 923.

9. *Ibidem*.

namelele minții omenești, este firesc deci ca în favoarea vechimii isihasmului în tradiția Bisericii Ortodoxe a Răsăritului și în același timp și a Ortodoxiei sale să căutăm dovezile în Sfânta Scriptură și în Sfânta Tradiție.

Acesta este, de altfel, și scopul expunerii ce urmează.

Principii generale isihaste în Sfânta Scriptură

Viața și învățătura Mântuitorului Iisus Hristos constituie izvorul din care curge întreaga viață a Bisericii și pe care se întemeiază orice învățătură ortodoxă. Prin urmare, și isihasmul, ca o componentă importantă a vieții Bisericii, își legitimează ortodoxia în persoana Mântuitorului. Aceasta nu înseamnă că Iisus a fost un isihast în înțelesul specific pe care îl are acest termen, acela de creștin ce duce o viață contemplativă pentru a ajunge la unirea mistică și reală cu Dumnezeu. Despre Iisus Hristos este greșit și să afirmăm că a fost mistic. A susține aceste două afirmații înseamnă a nega dumnezeirea Mântuitorului și a cădea în erezie, pentru că „în Iisus avem o unire superioară unirii mistice omenești, întrucât în El, într-o singură persoană se unesc ființa divină și ființa umană”¹⁰, în timp ce creștinul ce intră în comuniune mistică cu Dumnezeu realizează o unire numai între ființa sa și harul divin, și nu cu ființa divină.

În schimb, dacă înțelegem isihia ca retragere în singurătate pentru liniștire, meditație și rugăciune, atunci în Evanghelie găsim suficiente dovezi că Iisus preferă să se retragă în locuri pustii pentru a se liniști și a se ruga: „S-a suit în munte, ca să se roage singur. Și făcându-se seară, era singur acolo” (Matei 14, 23); „Sculându-Se, a ieșit și s-a dus într-un loc pustiu și se ruga acolo” (Marcu 1, 35); „Iar El se retrăgea în locuri pustii și se ruga” (Luca 5, 16). Imperfectul „retrăgea” din ultimul verset indică faptul că acest lucru se întâmpla frecvent, era o obișnuință. În alt loc, Sf. Evanghelist Luca consemnează: „Și pe când se ruga El, chipul feței Sale s-a făcut altul și îmbrăcămintea Lui albă strălucind” (Luca 9,29) și ucenicii „au văzut slava Lui” (Luca 9, 32). Regăsim aici țelul suprem al oricărui isihast - îndumnezeirea firii omenești, transfigurarea ei prin unirea deplină cu harul divin. Dacă însă pentru om îndumnezeirea este un dar primit de la Dumnezeu, schimbarea la față a Mântuitorului nu este urmare a rugăciunii,

10. Nicolae Mladin, *Prelegeri de mistică ortodoxă*, Ed. Ventos, Tg. Mureș, 1996, p. 43.

căci slava Sa a fost asupra Lui întotdeauna și nu l-a părăsit niciodată. În acel moment, Hristos doar a deschis ochii Sfinților Apostoli să vadă slava Sa eternă. Posibilitatea vederii slavei divine manifestate ca lumină divină necreată a fost arătată de Mântuitorul Iisus Hristos încă din momentul începerii activității Sale: „Fericiți cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu“ (Matei 5,8). Căile ce duc la această vedere sunt acestea: păzirea poruncilor - „Cel ce are poruncile Mele și le păzește, acela este care Mă iubește; iar cel ce Mă iubește pe Mine va fi iubit de Tatăl Meu și-l voi iubi și Eu și Mă voi arăta lui (Ioan 14, 21). Trezvia și rugăciunea - „Privegheați și vă rugați“ (Matei 26, 41).

Cei dintâi care au făcut lucrătoare învățătura Mântuitorului au fost Sfinții Apostoli. Dintre toți Sf. Ap. Pavel și Sf. Ap. Ioan au dat dovada celui mai mare zel în a-l urma Domnului lor și a se uni cu El încă din această viață. Epistolele lor sunt mărturia acestei stăruințe și a împlinirii ei: „și nu eu mai trăiesc, ci Hristos trăiește în mine“ (Gal. 2, 20) mărturisește Sf. Ap. Pavel; Sf. Ap. Ioan, în urma unirii mistice cu Dumnezeu, ni-l descoperă ca iubire - „Dumnezeu este iubire“ (I Ioan 4,8) și ca lumină - „Dumnezeu este lumină“ (I Ioan 1,5) și „Cuvântul era Lumină“ (Ioan 1,9). Sfântul Apostol Ioan nu ar fi putut afirma că Dumnezeu este iubire și lumină, dacă nu l-ar fi experiat mai întâi pe Dumnezeu ca iubire și lumină, iar această trăire se dobândește doar prin unirea mistică cu Dumnezeu.

Calea ce duce la unirea mistică cu Hristos este descoperită de Sf. Ap. Pavel ca fiind rugăciunea neîntreruptă cu care mărturisește că s-a ostenit - „Noaptea și ziua ne rugăm cu prisosință“ (I Tes. 3,10) - și pe care o recomandă tuturor: „Rugați-vă neîncetat“ (I Tes. 5,17). Sf. Ap. Pavel adresează tuturor acest îndemn de a stăruii în rugăciunea neîncetată, știind din proprie experiență că „Duhul vine în ajutorul slăbiciunii noastre, căci noi nu știm să ne rugăm cum trebuie, ci însuși Duhul se roagă pentru noi cu suspine negrăite“ (Rom. 8,26).

Încercările creștinilor de a urma exemplul Mântuitorului Iisus Hristos Care se retrăgea în pustiu pentru a se ruga netulburat și de a se împlini îndemnul Său „Privegheați și vă rugați“, ca și cel al Sf. Ap. Pavel „Rugați-vă neîncetat“ au condus la apariția spiritualității isihaste, a cărei finalitate este unirea mistică cu Dumnezeu.

Isihasmul în scrierile Sfinților Părinți până în secolul al IV-lea
Cercetătorii isihasmului sunt de acord că această mișcare spirituală își

are începutul în mediul monastic din pustiul Egiptului, în sec. IV-V. Cu toate acestea, în unele scrieri creștine din perioada anterioară sec. al IV-lea pot fi identificate elemente isihaste sau care doar anunțau apariția isihasmului.

Îndumnezeirea omului prin „înveșmântarea în lumina Tatălui“ și vederea lui Dumnezeu în această lumină sunt afirmate de Sfântul Irineu de Lyon în scrierea sa *Împotriva ereziilor*. El scrie: „Cuvântul trup S-a făcut... pentru ca tot ceea ce există să poată vedea... pe Împăratul lor; și pentru ca lumina Tatălui să poată umple Trupul Domnului, iar prin trupul Său să vină la noi, pentru ca omul să poată ajunge la nesticăciune, înveșmântat fiind în lumina Tatălui¹¹. Înveșmântarea omului în lumina divină și contemplarea lui Dumnezeu în această lumină nu sunt rezultatul vreunui efort al omului, ci reprezintă un dar al lui Dumnezeu, pentru că „omul însuși nu Îl vede pe Dumnezeu, ci Dumnezeu, întrucât voiește, este văzut de oameni, de cei pe care îi alege, atunci când îi alege așa cum alege“¹².

Un pas mai departe în clarificarea învățaturii despre posibilitatea vederii lui Dumnezeu ca lumină și despre caracterul acestei lumini îl face, încă din sec. al III-lea, Clement Alexandrinul care scrie: „și noi, cei care ne-am botezat cu Duhul cel Sfânt, îndepărtând de pe noi, ca o albeață, păcatele noastre, care ne țineau în întuneric, dobândim liberă, neîmpiedicată și luminoasă privirea duhului și numai prin această privire contemplăm dumnezeirea, pentru că Duhul cel Sfânt, venind din cer, se revarsă în noi. Prin această lucrare rezultă un amestec al luminii noastre în lumina veșnică; iar acest amestec este în stare să vadă lumina cea veșnică...¹³.

Posibilitatea firii umane de a contempla lumina dumnezeiască este explicată de Clement în *Cuvânt de îndemn către elini* unde scrie: „Cuvântul dumnezeiesc este Fiu adevărat al minții, este lumina luminii primare - iar omul adevărat este chip al Cuvântului, mintea care este în om“¹⁴. Cu alte cuvinte, chipul lui Dumnezeu în om este mintea, omul fiind după chipul Fiului care este Lumină, mintea sa este după chipul Luminii, este ea însăși lumină și, prin urmare, este capabilă să contemple lumina divină.

11. Sf. Irineu de Lyon, *Împotriva ereziilor*, IV, 20,2 în Sources chretiennes; Les edition du Cerf. Bus. 1965, p. 831.

12. *Ibidem*.

13. Clement Alexandrinul, *Pedagogul*, I, 28, 1-2, colecția P.S.B., București, 1982, vol. 4, p. 182.

14. Idem, *Cuvânt de îndemn către elini*, X, 98, 4, colecția P.S.B., vol. 4, București, 1982, p. 146.

Învățătura lui Clement despre caracterul necreat¹⁵ al luminii dumnezeiești și despre posibilitatea și modul în care „omul adevărat“ contemplă această lumină se înscrie în tradiția isihastă și se regăsește la marii autori isihăști de mai târziu.

În ceea ce privește rugăciunea putem spune că, încă din vremea lui Clement Alexandrinul, creștinii căutau să împlinească îndemnul „Rugați-vă neîncetat“ al Sf. Ap. Pavel. Gnosticul, cum îl numește Clement pe adevăratul creștin, „se roagă în orice împrejurare și când merge, și când vorbește, și când tace, și când citește, și când săvârșește lucrurile cele făcute cu judecată. Chiar dacă își va face rugăciunea sa numai în gând în cămara sufletului său și va ruga pe Tatăl cu suspine negrăite, Tatăl este aproape, este de față chiar în clipa în care grăiește“¹⁶ și „se roagă cu gândul în fiecare clipă din zi, pentru că e unit prin dragoste cu Dumnezeu. Se roagă... pentru ca, ajungând «curat cu inima» prin cunoașterea dobândită de la Fiul lui Dumnezeu, să fie inițiat «față către față» în vederea cea fericită“¹⁷.

Chiar dacă rugăciunea neîntreruptă gnostică trebuie înțeleasă mai mult ca o atitudine de viață creștină adevărată, în care fiecare faptă, fiecare acțiune trebuie să fie ca o rugăciune și mai puțin ca rugăciune neîntreruptă isihastă, acest gen de rugăciune neîntreruptă, așa cum era înțeleasă și practică de gnostici, premerge și anunță apariția rugăciunii neîntrerupte isihaste.

Cu toate acestea, despre gnosticul lui Clement nu se poate afirma cu certitudine dacă este un filozof sau un mistic. Profesorul Nichifor Crainic crede că gnosticul „este prea mult filozof pentru a fi un model de om duhovnicesc“¹⁸, iar considerațiile lui Clement despre contemplație „nu sunt îndeajuns de limpezi ca să ne lămurim că e vorba despre o contemplație intelectuală în sensul filozofiei eline sau de o contemplație mistică în sens creștin“¹⁹. S-ar părea totuși că este vorba de o contemplație intelectuală în sensul filozofiei eline, de vreme ce gnosticul „are în sufletul său permanenta facultate a contemplației, adică pătrunderea perspicace a omului de știință“²⁰.

15. Caracterul necreat al luminii divine este afirmat de Clement în mod indirect atunci când o numește veșnică pentru că nu poate fi ceva în același timp și veșnic și creat.

16. Idem, *Stromate*, VII, 49,7, colecția P.S.B. vol. 5, București, 1982, p. 507.

17. *Ibidem*, VI, 102, 1-2, p. 443.

18. Nichifor Crainic, *Sfințenia, împlinirea umanului*, Ed. Trinitas, Iași, 1993, p. 36.

19. *Ibidem*.

Despre rugăciunea neîncetată scrie și Origen, elevul lui Clement și urmașul său la conducerea școlii teologice din Alexandria. Ca și Clement, prin rugăciune neîntreruptă, Origen înțelege împletirea „rugăciunii cu fapta bună și fapta bună cu rugăciunea“. Numai așa, afirmă Origen, putem socoti împlinită porunca „Rugați-vă neîncetat“, considerând întreaga viață a creștinului ca o neîntreruptă și mare rugăciune, din care ceea ce noi numim în mod obișnuit „rugăciune“ nu-i decât o părțică²¹.

Afirmația că „rugăciunea neîncetată este principala armă de luptă împotriva celui rău“²² și că „rănește până la istovire și la nimicire duhurile potrivnice lui Dumnezeu care ar vrea să ne arunce în mrejele păcatului“²³ îl apropie foarte mult pe Origen de tradiția isihastă, deosebindu-l în același timp de Clement. Mai mult decât atât, Origen crede că „cuvintele rugăciunilor sfinților sunt pline de tărie mai ales dacă ele se rostesc „cu duhul, dar și cu mintea“ (I Cor. 14,15)²⁴. De aici și până la rugăciunea neîncetată a minții nu mai este decât un pas pe care-l va face, în sec. al IV-lea, Evagrie Ponticul, admirator al lui Origen.

Isihasmul ca doctrină și mod de viață în literatura creștină din secolele IV-VII

Învățătura de credință fundamentală isihastă apărută în sec. al XIV-lea de Sf. Grigorie Palama în fața atacurilor virulente ale varlaamiților, care-i contestau Ortodoxia, este aceea a deosebirii dintre Ființa dumnezeiască și energiile sale necreate, prin care coboară în lume, în întâmpinarea omului ce tinde către Creatorul său.

Această învățătură fundamentală a sistemului doctrinar isihast este afirmată pentru prima dată de Sfântul Vasile cel Mare care îi scria în sec. al IV-lea lui Amfilohiu: „...s-a spus, într-adevăr, că una este ființa lui Dumnezeu și cu totul altceva însușirile... Căci lucrările (energiile) sunt diferite, pe câtă vreme ființa este simplă, iar noi putem afirma că din lucrări Îl cunoaștem pe Dumnezeu, pe când de ființa Lui nu suntem în stare să ne apropiem, pentru că lucrările Lui sunt cele care coboară spre noi, pe când ființa Lui

20. Clement Alexandrinul, *Stromate VII*, 44, 6, p. 503.

21. Origen, *Despre rugăciune*, colecția P.S.B., vol. 7, București, 1982, p. 224.

22. *Ibidem*.

23. *Ibidem*.

24. *Ibidem*.

rămâne inaccesibilă²⁵.

Distincția operată de Sf. Vasile între ousia, „radical transcendentă și inaccesibilă“, și energia sau „lucrările revelatoare accesibile care sunt, într-un anume sens, inerente minții omenești, după harul lui Dumnezeu“²⁶, este preluată și de Sfântul Grigorie de Nyssa care afirmă: „Ce este firea dumnezeiască însăși în sine, după ființă, întrece orice înțelegere cuprinzătoare“²⁷, „căci Cel nevăzut prin fire se face văzut prin lucrări (energii - ενεργειαι), văzându-se în unele din cele din jurul Lui“²⁸.

Din perioada sec. al IV-lea datează și primele mărturii scrise despre spiritualitatea isihastă ale cărei începuturi sunt legate de apariția și dezvoltarea vieții eremitice din pustiuul Egiptului. Stau măturie, în acest sens, scrierile ascetico-mistice din această vreme.

Cele dintâi dovezi ale practicării isihiei în această perioadă le găsim la Evagrie Ponticul, care în tratatul *Despre rugăciune* menționează practica specific isihastă a rugăciunii neîmprăștiată a minții: „Rugăciunea neîmprăștiată este o înțelegere supremă a minții“²⁹.

„Fericită este mintea care, rugându-se neîmprăștiat, câștigă neconținut un tot mai mare dor de Dumnezeu“³⁰.

Pentru Evagrie „rugăciunea este urcușul minții către Dumnezeu!“³¹ și „lucrarea cea mai demnă de vrednicia minții, sau întrebuințarea cea mai bună și mai curată a ei“³².

Sub influența intelectualismului lui Origen și a „conceptului neoplatonic al demnității minții umane“³³, Evagrie consideră rugăciunea, cum am văzut, o lucrare naturală și proprie minții și prin urmare nu face nici o referire la Iisus Hristos Fiul întrupat, răpindu-i rugăciunii orice perspectivă hristologică.

25. Sf. Vasile cel Mare, *Epistola 234*, colecția P.S.B., vol. 12, București, 1992, p. 483.

26. P. Evdochimov, *Cunoașterea lui Dumnezeu*, trad. pr. dr. Vasile Răducă, Ed. Christiana, București, 1995, p. 51.

27. Sf. Grigorie de Nyssa, *Omilia la Fericirea a VI-a*, Colecția P.S.B., vol. 29, București, 1982, p. 380.

28. *Idem*, p. 381.

29. Evagrie Ponticul, *Cuvânt despre rugăciune*, în *Filocalia*, vol. I, ed. a II-a, Ed. Harisma, București, 1992, nr. 35, p. 96.

30. *Idem*, nr. 118, p. 108.

31. *Idem*, nr. 36, p. 96.

32. *Idem*, nr. 84, p. 103.

33. J. Meyendorff, *Sfântul Grigorie Palama și mistica ortodoxă*, trad. Angela Pagu, Ed. Enciclopedică, București, 1995, p. 19.

În tratatul „Despre rugăciune“ Evagrie precizează care sunt căile prin care mintea dobândește rugăciunea curată: „Luptă-te să-ți ții mintea în vremea rugăciunii, surdă și mută, și te vei putea ruga“³⁴. „Să ai în timpul rugăciunii ochii neîmprăștiți și, lepădându-te de trupul și sufletul tău, să trăiești prin minte“³⁵. „În vremea unor astfel de ispite, folosește-te de rugăciunea scurtă și stăruitoare“³⁶.

Sunt aceleași sfaturi pe care le regăsim în scrierile tuturor autorilor isihăști. Din păcate, Evagrie nu ne-a lăsat textul rugăciunii scurte și stăruitoare și nici nu precizează dacă este doar una sau sunt mai multe astfel de rugăciuni.

De asemenea, în scrierile sale, Evagrie pomenește și de isihie, de liniștire, pe care o înțelege atât sub aspectul său exterior, ca înstrăinare - „Toate să le faci, toate să le împlinești, ca să te poți liniști“³⁷, iar „dacă nu te poți liniști ușor în părțile tale, grăbește spre înstrăinarea cu voie..., iubește înstrăinarea, căci te izbăvește de împrejurările ținutului tău și te lasă să te bucuri numai de folosul isihiei (liniștii)“³⁸, și ca rămânere în chilie - „stai cu așezământ în chilia ta“³⁹, cât și sub aspectul său interior, așa cum va fi înțeleasă în sec. al XIV-lea. „Așa l-am cunoscut și pe cel ce se îndeletnicea cu lucrul isihiei într-o groapă, pe Ioan cel mic, mai bine-zis marele monah“⁴⁰.

Dacă Evagrie nu pomenește nici o astfel de rugăciune scurtă și stăruitoare, în schimb, o face părintele Isaac în convorbirea duhovnicească avută cu Sfântul Ioan Casian pe care acesta a consemnat-o. Textul acestei rugăciuni - „Doamne, vino în ajutorul meu!; Grăbește-te, Doamne, să mă ajuți!“⁴¹ - era cunoscut de „puțini dintre Sfinții Părinți de altădată“, iar cei ce dețin „această învățătură“ o transmit mai departe „numai celor ce o doresc cu înfocare“⁴². Rugăciunea neîncetată era deci un secret bine păstrat de acei puțini oameni duhovnicești, care nu descopereau taina practicării ei decât acelor ucenici

34. Evagrie Ponticul, *op.cit.*, nr. 11, p. 93.

35. *Idem*, nr. 110, p. 107.

36. *Idem*, nr. 98, p. 105.

37. *Idem*, *Schiță monahicească*, 5 în Filocalia, vol. 1, *ed.cit.*, p. 56-57.

38. *Idem*, 6, p. 57.

39. *Ibidem*.

40. *Idem*, *Cuvânt...*, nr. 107, p. 106.

41. Sf. Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești* (a X-a - a doua convorbire cu părintele Isaac), cap. X, 2, colecția PSB, vol. 57, București, 1990, p. 483.

42. *Ibidem*.

care doreau cu sinceritate să ducă o viață duhovnicească înaltă. Acesta este, poate, motivul pentru care mărturiile despre rugăciunile scurte și neîncetate sunt foarte rare. Chiar și părintele Isaac a expus „fără ocol cele tănuite în convorbirea anterioară despre desăvârșirea rugăciunii“, numai după ce a simțit sinceritatea căutărilor celor doi și s-a asigurat că nu „va fi acuzat de indiscreții și ușurătate“⁴³, după cum însuși mărturisește: „Astfel, rugăciunea cu acest verset trebuie rostită neîncetat“, după cum îi învață părintele Isaac pe cei doi, îndemnându-i ca „în orice lucrare, la slujbă, pe drum, să nu încetezi a-l căuta. La el să meditezi și când dormi, și când mănânci, și în cele mai mărunte trebuințe ale tale... Să te fure somnul meditând la acest verset și, format în exercițiul lui neîntrerupt, chiar și în somn să te obișnuiești a-l căuta“⁴⁴. Stăruința în această rugăciune „conduce pe o treaptă și mai înaltă, la acea rugăciune de foc, cunoscută și practică de foarte puțini“⁴⁵, rugăciune pe care părintele Isaac o mai numește și „rugăciune arzătoare“ sau „curată“⁴⁶. În această stare, cel ce se ruga contempla lumina divină necreată, după cum arată același părinte Isaac, care-l dă ca exemplu pe fericitul Antonie care, „rugându-se adesea cu aceeași înălțare a minții până ce soarele începea a inunda totul cu razele sale“, striga: „De ce mă împiedici, soare, tu, care de aceea răsari, ca să mă smulgi din strălucirea acestei lumini adevărate?“⁴⁷.

Cele două convorbiri ale părintelui Isaac cu Sfântul Ioan Casian și Gherman având ca temă rugăciunea sunt dovada clară că, la sfârșitul secolului al IV-lea, spiritualitatea isihastă era bine dezvoltată și se legitima încă de atunci prin tradiția Bisericii fiind moștenită de la „Sfinții Părinți de altădată“.

Misticii intelectualiste susținute de Evagrie i-a fost contrapusă, încă de la sfârșitul sec. al IV-lea, mistica inimii promovată de Omiliile duhovnicești pe care tradiția ortodoxă le-a atribuit multă vreme Sfântului Macarie Egipteanul. Cele mai noi cercetări demonstrează că adevăratul autor al Omiliilor nu este Sfântul Macarie Egipteanul, ci un monah sirian al cărui nume ar fi, potrivit colecțiilor de Omilii păstrate până astăzi, Simeon sau Simeon Ascetul⁴⁸. Atribuirea Omiliilor duhovnicești Sfântului Macarie este explicată de cercetători prin asemănarea, care uneori merge până la

43. *Ibidem*, cap. IX, 3, p. 482.

44. *Ibidem*, cap. X, 14, p. 486.

45. *Idem*, *Convorbirea a IX-a*, cap. XXV, p. 468.

46. *Ibidem*, cap. XXVI, p. 468.

47. *Ibidem*, cap. XXXI, p. 471.

un paralelism aproape verbal⁴⁹, a unor fraze a Omiliilor cu Asceticomul mesalian, motiv pentru care autorul lor a rămas anonim, după moartea sa fiind numit „ο μακαριος”⁵⁰.

Valoarea acestor Omilii care, dincolo de paralelismul verbal, sunt ortodoxe în ce privește învățătura a făcut ca ele să se păstreze sub numele Sfântului Macarie Egipteanul constituind „un clasic al spiritualității răsăritene creștine”⁵¹ și fiind recomandate de generații întregi de conducători duhovnicești ucenicilor lor.

Prin trecerea de la mistica intelectualistă a lui Evagrie la mistica inimii, Pseudo-Macarie reface unitatea spirituală a omului sfâșiată în mod artificial de concepția platonizantă a Ponticului care consideră omul un nous (νοῦς - intelect) închis în materia de care trebuie să se elibereze, răpind astfel trupului locul firesc din viața duhovnicească. Pseudo-Macarie învață că omul în întregul său, trup și suflet, este chemat să participe la viața duhovnicească. În concepția lui Pseudo-Macarie, „inima stăpânește și domnește peste tot trupul. Când harul ia în stăpânire inima, devine stăpân peste toate mădularele și (peste toate) cugetele. Pentru că acolo (în inimă) este mintea și toate cugetele sufletului și încrederea lui. De aceea străbate harul prin toate mădularele trupului”⁵².

Când harul pune stăpânire pe inimă și lucrează în ea⁵³, se împărtășește de această lucrare și mintea care sălășluiește, cum am văzut, în inimă. Mintea este „căpitanul inimii”⁵⁴, este ochiul sufletului⁵⁵, este omul cel lăuntric care privește și conduce către Dumnezeu⁵⁶ și prin care este văzută slava lui Hristos⁵⁷.

Trebuie să înțelegem că prin „inimă” autorul nostru, și întreaga spiritualitate ortodoxă de altfel, nu înțelege organul anatomic care este principiul vieții biologice a trupului, ci „centrul” minții⁵⁸ spre care acesta trebuie să-și întoarcă lucrarea și să-o statornicească acolo. De asemenea, prin minte se

48. Prof. dr. N. Chițescu, *Introducere la Sf. Macarie Egipteanul, Omilii duhovnicești*, colecția P.S.B., vol. 34, București, 1992, p. 14.

49. *Ibidem*, p. 21.

50. *Ibidem*, p. 14.

51. *Ibidem*, p. 20.

52. Sf. Macarie Egipteanul, *op. cit.*, p. 159.

53. *Ibidem*.

54. *Ibidem*, p. 164.

55. *Ibidem*, p. 184.

56. *Ibidem*, p. 192.

57. *Ibidem*, p. 179.

înțelege nu ființa minții, ci lucrarea ei revărsată către lumea sensibilă⁵⁹. Această lucrare trebuie adusă din revărsarea și împrăștierea în afară, în „inimă“. Astfel înțeleasă, inima este în spiritualitatea ortodoxă punctul de contact între om și Dumnezeu⁶⁰ și principiu al unității omului⁶¹.

Dacă Evagrie lipsește rugăciunea de orice perspectivă hristologică, Pseudo-Macarie recomandă, în schimb, celor ce vor să se apropie de Dumnezeu „să se silească spre rugăciune“⁶², să invoce mereu numele Domnului⁶³, pentru ca astfel să dobândească „rugăciunea cea adevărată a lui Hristos“⁶⁴. Având mintea ațintită către Dumnezeu și fiind întru totul atașat de Hristos, primește în dar, ca răsplată pentru stăruința sa, „rugăciunea cea adevărată,... curată, duhovnicească vrednică de Dumnezeu“⁶⁵.

De vreme ce Pseudo-Macarie învață că se cuvine ca „mintea noastră să invoce pe Domnul“, cred că, începând cu el, se poate vorbi despre existența rugăciunii lui Iisus, deși autorul nostru nu o afirmă foarte clar și nici nu ne lasă textul acestei „rugăciuni adevărate a lui Hristos“.

John Meyendorff crede că „forma primară a rugăciunii lui Iisus pare să fie «Kyrie eleison», a cărei repetare constantă în liturgiile orientale datează din vremea Părinților Pustiei“⁶⁶. El își justifică afirmația citând una din apoftegmele Sfântului Macarie Egipteanul, cel căruia tradiția ortodoxă îi atribuie, cum am mai arătat, cele 50 de Omilii duhovnicești al căror autor, rămas necunoscut încă, l-am numit în această lucrare Pseudo-Macarie. Cuviosul Macarie Egipteanul îi învață pe ucenicii săi că „nu este trebuință a vorbi multe, ci a întinde adeseori mâinile și a zice: „Doamne, precum vrei și precum știi, miluiește!“ . Iar, de îți stă război asupra, zi: Doamne, ajută-mi! El știe ce e de folos și face cu noi milă“⁶⁷. De aceeași părere cu John Meyendorff este și Irinée Hausherr care se întreabă însă „dacă ru-

58. Pr. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol. II, Ed. Deisis, Alba Iulia, 1993, p. 76.

59. *Ibidem*.

60. Tomas Spidlik, *Spiritualitatea Răsăritului creștin*, Ed. Deisis, Sibiu, 1997, p. 140.

61. *Ibidem*, p. 141.

62. Sf. Macarie Egipteanul, *op. cit.*, p. 290.

63. *Ibidem*, p. 92.

64. *Ibidem*, p. 290.

65. *Ibidem*, p. 240.

66. J. Meyendorff, *op. cit.*, p. 20.

găciunea diaconală pentru penitenți - la care aceștia răspundeau „Kyrie eleison“ - a influențat practica monahală sau dacă dimpotrivă, monahii au influențat Liturghia“, așa cum s-a întâmplat, de altfel, în ritul latin care a preluat rugăciunea de origine monastică „Deus in adiutorium meum intende, Domine ad adjuvandum me festina“ - consemnat de Sfântul Ioan Casian⁶⁸.

În secolul al V-lea, rugăciunea minții a lui Evagrie devine „o rugăciune personală, adresată în mod explicit Cuvântului întrupat“⁶⁹. Scrierile episcopului Diadoh al Foticeei din Epir certifică existența, în această perioadă, a rugăciunii lui Iisus, pe care presupunem că o cunoștea și Pseudo-Macarie ca „rugăciunea adevărată a lui Hristos“⁷⁰.

La Diadoh al Foticeei caracterul individual al rugăciunii neîncetate se împletește cu viața sacramentală. Atunci când creștinul a luat hotărârea de a se „întoarce cu totul spre Domnul“, harul primit la botez devine lucrător și-și face simțită prezența în inimă. „Căci la început, precum am spus și mai înainte, harul își ascunde prezența sa în cei botezați, așteptând hotărârea sufletului, ca, atunci când omul se întoarce cu totul spre Dumnezeu, să-și arate, printr-o negrăită simțire, prezența în inimă... Deci, dacă omul va începe de aici înainte să sporească în păzirea poruncilor și să cheme neîncetat pe Domnul Iisus, focul sfântului har se va revărsa și peste simțurile mai de dinafară ale inimii“⁷¹.

Episcopul Diadoh dă mărturie aici despre aceeași transfigurare a trupului prin lucrarea harului și deplină împărtășire de harul divin prin toate simțurile transfigurate, pe care o va descrie atât de clar și Sfântul Simeon Noul Teolog. Este stadiul în care „harul însuși cugetă împreună cu sufletul și strigă împreună cu el, Doamne Iisuse Hristoase!“⁷².

Pentru a atinge acest stadiu al rugăciunii curate, în care „harul însuși cugetă“, este nevoie, pe lângă păzirea poruncilor, și de paza minții, înțelegând prin aceasta renunțarea la împrăștierea în lume prin ieșirile afară de sine și, în același timp, întoarcerea „spre inimă“, spre centrul său. Dar, „dacă

67. *Patericul*, Ed. Episcopiei Ortodoxe Alba Iuliei, 1990, p. 129.

68. I. Hausherr, *Noms du Crist et voies d'oraison* în rev. O.C.A., nr. 157, Roma, 1960, p. 222.

69. J. Meyendorff, *op. cit.*, p. 27.

70. Vezi nota 64.

71. Diadoh al Foticeii, *Cuvânt ascetic în 100 de capete*, cap. 85 în Filocalia, vol. I, *ed.cit.*, p. 460.

72. *Ibidem*, cap. 61, p. 440.

mintea poate renunța la imagini și concepte, nu poate renunța, în general, la o lucrare și la o simțire oarecare“, după cum spune părintele Stăniloae⁷³, de aceea trebuie să i se dea ca lucrare „acel conținut unic în care vrem să se adune“⁷⁴, numele lui Iisus. Acest lucru îl recomandă Diadoh atunci când spune: „Când îi închidem minții toate ieșirile cu pomenirea lui Dumnezeu, ea cere o ocupație care să dea de lucru hărniciei ei. Trebuie să-i dai deci pe: „Doamne Iisuse, prin care își poate atinge deplin scopul“⁷⁵.

Pentru marea majoritate a cercetătorilor spiritualității isihaste, scrierile episcopului Diadoh al Foticeii sunt cea mai elocventă dovadă a existenței în sec. al V-lea a rugăciunii lui Iisus, a cărei primă formă se reduce la „Doamne Iisuse“ și „Doamne Iisuse Hristoase“.

Opinie separată face Irinée Hausherr care susține contrariul: „Diadoh nu dă nicăieri, nici chiar într-o formă aproximativă, formula clasică a rugăciunii lui Iisus. El nici măcar nu o cunoaște“⁷⁶. Hausherr își justifică afirmația încercând să demonstreze că episcopul Foticeii vorbește doar despre „meditația neîntreruptă la Domnul Iisus“⁷⁷, nu și despre invocarea numelui lui Iisus în rugăciune.

Demonstrația lui Hausherr este invalidată de chiar textele în discuție, în care Diadoh îndeamnă în mod clar să se dea minții spre lucrare rugăciunea „Doamne Iisuse“⁷⁸, ca să fie găsită „ținând în pomenire fierbinte Sfântul nume al Domnului Iisus“⁷⁹ și „să cheme neîncetat pe Domnul Iisus“⁸⁰ ajutați fiind de „harul însuși care cugetă împreună cu sufletul și strigă împreună cu el, Doamne Iisuse Hristoase!“⁸¹.

Dacă din secolul al V-lea avem certitudinea existenței rugăciunii lui Iisus în cele mai simple forme ale sale - „Doamne Iisuse“ și „Doamne Iisuse Hristoase“- începând cu secolul al VI-lea, se poate vorbi despre existența unei metode primare de rostire a acestei rugăciuni. Această formă incipientă a metodei este bazată pe rostirea rugăciunii lui Iisus în ritmul respirației și, probabil, din ea s-au dezvoltat, în timp, toate celelalte metode.

73. Pr. D. Stăniloae, *op. cit.*, p. 76.

74. *Ibidem*.

75. Diadoh al Foticeii, *op. cit.*, cap. 59, p. 414.

76. I. Hausherr, *op. cit.*, p. 208.

77. *Ibidem*.

78. Diadoh al Foticeii, *op. cit.*, cap. 59, p. 414.

79. *Ibidem*, cap. 31, p. 402.

80. *Ibidem*, cap. 85, p. 435.

81. *Ibidem*, cap. 61. p. 416.

Cel dintâi autor ascetic care probează existența acestei practici este Sfântul Ioan Scărarul care învață ca invocarea numelui lui Iisus să se facă în ritmul respirației: „Pomenirea lui Iisus să se unească cu răsuflarea ta și atunci vei cunoaște folosul liniștirii”⁸².

Invocarea numelui lui Iisus în ritmul respirației se pare că era o practică foarte răspândită între viețuitorii mănăstirii de pe Muntele Sinai în secolul al VII-lea, de vreme ce Isihie Sinaitul, ucenicul Sfântului Ioan Scărarul, îi adresa lui Teodul același îndemn: „Drept aceea, dacă vrei să acoperi cu rușine gândurile și să te liniștești cu dulceață și să păstrezi cu ușurință trezvia din inimă, să se lipească rugăciunea lui Iisus de răsuflarea ta și vei vedea cum se împlinește aceasta în puține zile”⁸³.

Se pare că originile isihismului bizantin, așa cum s-a manifestat în secolele XIII-XIV, trebuie căutate în climatul spiritual al Sinaiului. Viețuitorii de aici au preluat spiritualitatea isihastă de până la ei și au transmis-o mai departe îmbogățind-o cu experiența proprie a rostirii rugăciunii lui Iisus în ritmul respirației.

Paza minții și rostirea neîncetată a rugăciunii lui Iisus conduc către acea unire tainică și reală, de negrăit, a celui ales de Dumnezeu, cu lumina dumnezeiască în care este contemplat Dumnezeu Însuși. Posibilitatea acestei supreme cunoașteri a Celui Incognoscibil este explicată de Sfinții Părinți prin afirmarea transcendenței esențiale a lui Dumnezeu și a deosebirii dintre Ființa divină și lucrările Sale.

Dionisie Pseudo-Areopagitul, considerat „întemeietorul doctrinei mistice”⁸⁴ și „cel dintâi între misticii creștini”⁸⁵, a explicat și rezolvat încă din secolul al V-lea, când este cel mai probabil să-i fi apărut scrierile, problema emanării energiilor divine din Dumnezeu, fără ca prin aceasta Unitatea să sufere vreo alterare, așa cum vor susține în secolul al XIV-lea adversarii lui Palama acuzându-l de doteism și politeism.

Dionisie învață „...că distincția dumnezeiască cuprinde procesiunile bune ale obârșiei dumnezeiești. Căci, dăruindu-se tuturor celor ce sunt și

82. Sf. Ioan Scărarul, *Scara*, cuvântul XXVIII, în *Filocalia*, vol. IX, Ed. I.B.M.O., București, 1980, p. 394.

83. Isihie Sinaitul, *Către Teodul*, suta a doua, cap. 80, în *Filocalia*, ed. a II-a, Ed. Harisma, București, 1994, p. 104.

84. Nichifor Crainic, *op. cit.*, p. 48.

85. P. Evdochimov, *op. cit.*, p. 62.

având în mod superior participările tuturor bunurilor, se distinge în mod unitar, se înmulțește în chip unic, se multiplică fără să iasă din starea de Unul. Și deoarece Dumnezeu este Cel ce este în mod mai presus de ființă, dar dăruiește existența celor ce sunt și produce toate ființele, se zice că se înmulțește acel unic. Este prin producerea din El a multelor existențe, rămânând nu mai puțin și Unul în înmulțire, și unit în procesiune, și deplin în distincție, continuând în chip supraființial să fie ridicat peste toate cele ce sunt și în aducerea unitară a tuturor la existență și în revărsarea nemicșorată a nemicșoratelor lui dăruiri.

Dar, fiind unic, dăruiește în același timp din Sine ca Unul, fiecărei părți și întregului; unului și mulțimii; este, de asemenea, Unul în mod mai presus de ființă, nefiind nici parte a mulțimii, nici un întreg din părți. Și așa nu e nici unul, nici nu participă la Unul, nici nu posedă unitatea. Este Unul, dincolo de acestea, mai presus de unul, de unul în cele ce sunt și este și mulțime neîmpărțită, supraplinătate neîmplinită, aducând la existență, desăvârșind și susținând toată unitatea și mulțimea. Și iarăși, prin îndumnezeirea din El, făcându-se mulți dumnezei, asemenea lui Dumnezeu, după puterea fiecăruia, se socotește că este și se numește o distincție și o înmulțire a Dumnezeului cel Unul, dar este nu mai puțin Dumnezeu începător și Supradumnezeul sau Unicul Dumnezeu, neîmpărțit în minți împărțite, ci unul în Sine și neamestecat și neînmulțit în mulți⁸⁶.

Acest fragment reprezintă sinteza gândirii patristice de până la Dionisie privitoare la Dumnezeu cel Unul în ființa Sa și energiile divine ce emană din Sine.

În și prin aceste energii este cunoscut Dumnezeu de cei ce dobândesc contemplația mistică. Atingerea acestei stări presupune păzirea poruncilor, iubire, rugăciune, fără de care Dionisie „nu încearcă să înțeleagă lucrurile divine⁸⁷ și paza minții: „simțurile și activitatea minții și toate cele sensibile și inteligente și toate cele ce sunt și nu sunt⁸⁸ trebuie lepădate. Astfel, „sufletul divinizat se precipită printr-o iuțeală oarbă și prin misterul unei uniri de neconceput în strălucirile luminii inaccesibile⁸⁹.

Linia oarecum abstractă, intelectualistă, inițiată de Dionisie în teologia mistică și-a găsit împlinirea prin simțirea sfântă, negrăită, a prezenței lui

86. Sf. Dionisie Areopagitul, *Numirile dumnezeiești*, cap. II, în vol. *Opere complete*, trad., introducere și note pr. D. Stăniloae, Ed. Paideia, București, 1996, p. 143.

87. Nichifor Crainic, *op. cit.*, p. 52.

88. Sf. Dionisie Areopagitul, *Teologia mistică*, în vol. cit, cap. I, 1, p. 247.

Dumnezeu la Sfântul Maxim Mărturisitorul și într-o măsură și mai mare, la Sfântul Simeon Noul Teolog.

Chiar și în privința cunoașterii lui Dumnezeu, Sfântul Maxim este mai puțin abstract decât Dionisie, este mai direct în exprimare: „Într-o anumită privință, spune el, Dumnezeu și cele dumnezeiești pot fi cunoscute, în altă privință nu pot fi cunoscute. Poate fi cunoscut în cele din jurul Lui; dar nu poate fi cunoscut în ceea ce este El Însuși”⁹⁰. În altă parte, Sfântul Maxim arată și ce putem cunoaște despre Dumnezeu: „ridicându-se mintea în Dumnezeu, caută mai întâi arzând de dor rațiunile privitoare la ființa Lui, dar nu află ceea ce este El Însuși, căci acesta este un lucru cu neputință și oprit întregii firi create, deopotrivă, ci se mângâie cu cele dimprejurul Lui, adică cu cele privitoare la veșnicia, la nesfârșirea și la nehotărnicia Lui, la bunătatea, la înțelepciunea și la puterea creatoare, providențiatoare și judecătoare a celor ce sunt. Numai aceasta se poate cuprinde din cele ale Lui: nesfârșirea. Iar a nu cunoaște din El nimic înseamnă a cunoaște că este mai presus de minte, cum au spus cuvântătorii de Dumnezeu Grigorie și Dionisie”⁹¹.

Înscriindu-se pe linia „Cuvântătorilor de Dumnezeu“, Sfântul Maxim merge mai departe și afirmă direct, explicit, că harul îndumnezeitor este energia divină necreată, harul dumnezeiesc și necreat, care există pururea mai presus de toată firea și tot trupul, din pururea existentul Dumnezeu⁹².

În mod indirect a afirmat acest lucru și Clement, atunci când vorbea despre „lumina veșnică“. În sufletul care acceptă lucrarea harului se arată singur lucrător Dumnezeu care „Se întrepătrunde cu bunătate întreg cu cei vrednici întregi”⁹³, îndumnezeindu-i, pentru că, spune Sfântul Maxim, „numai harului divin îi este proprie facultatea de a împărtăși îndumnezeirea sufletelor, în mod analog; atunci natura strălucește cu o lumină supranaturală și se află transportată dincolo de propriile sale limite de un prinos de slavă”⁹⁴.

Transfigurarea trupului și depășirea condiției de creatură prin conlucrarea cu harul divin sunt datorate celor ce se ostenesc cu „isihia unită cu

89. Idem, *Numirile...*, cap. IV, 11, p. 150.

90. Sf. Maxim Mărturisitorul, *Capete despre dragoste*, suta a patra, cap. 7, în Filocalia, vol. 2, ed. a II-a, Ed. Harisma, București, 1993, p. 125.

91. *Ibidem*, suta întâia, cap. 100, p. 78.

92. Idem, *Ambigua*, colecția P.S.B., vol. 80, Ed. I.B.M.O., București, 1983, p. 141.

93. *Ibidem*, p. 77.

rugăciunea stăruitoare⁹⁵ strigând „Doamne Iisuse în Duhul Sfânt“⁹⁶. Lumina dumnezeiască și nemărginită care răpește mintea ce se îndeletnicește cu rugăciunea curată⁹⁷ trece apoi în întregul trup, îndumnezeindu-l și predându-l lui Dumnezeu așa cum a fost creat, ca un întreg psihosomatic unitar, nedivizat de nici o patimă rea.

Regăsim la Sfântul Maxim Mărturisitorul rugăciunea lui Iisus în aceeași formă în care a fost menționată pentru prima dată de episcopul Diadoh al Foticeei.

Sub forma „Doamne Iisuse“ era generalizată rugăciunea lui Iisus în secolele VII-VIII⁹⁸ și în rândul monahilor din pustiuul Egiptului, fapt dovedit de mulțimea inscripțiilor epigrafice descoperite în ruinele chiliilor din pustiuul Skete și la Baouat⁹⁹, în urma săpăturilor arheologice inițiate în 1964. Cea mai importantă dintre aceste inscripții epigrafice atât prin mărimea textului, cât și prin conținut, atestă nu numai săvârșirea rugăciunii lui Iisus, ci pune în lumină și prima obiecție ce i se aducea. Prezentată ca sugestie a diavolilor, obiecția sugera că prin rugăciunea neîncetată adresată lui Iisus sunt neglijate celelalte persoane ale Sfintei Treimi, Tatăl și Sfântul Duh:

„Un () a zis:

Dacă

demonii aruncă în noi sămânța

spunând: Dacă strigi neîncetat „Doamne Iisuse!“, tu nu te rogi Tatălui, nici Duhului Sfânt“¹⁰⁰.

În finalul textului este dat și răspunsul ortodox de către cei ce practicau rugăciunea lui Iisus:

„Dar noi, noi știm că, dacă ne

rugăm lui Iisus, ne rugăm Ta-

tălui laolaltă cu El și Duhului

Sfânt al Tatălui, Însuși împreună cu El.

94. Idem, *Către Thalasius*, colecția P.S.B., vol. 81, Ed. I.B.M.O., București, 1990, p. 59.

95. Idem, *Capete...*, suta a doua, cap. 19, p. 83.

96. *Ibidem*, suta a patra, cap. 39, p. 131.

97. *Ibidem*, suta întâi, cap. 10, p. 62 și suta a doua, cap. 6, p. 79.

98. Antoine Guillaumont, *Originile vieții monahale*, trad. Constantin Jinga, Ed. Anastasia, 1998, p. 244.

99. *Ibidem*, p. 244 și nota 491, p. 245.

100. *Ibidem*, p. 325.

Să nu ni se întâmple, dar, să despărțim
Treimea dumnezeiască și Sfântă!
Ci se cuvine să ne rugăm (astfel): dacă
spunem „Hristoase Iisuse“, spunem
„Fiul lui Dumnezeu Tatăl“ (și)
spunem „Tatăl Hristosului Iisus“
Și, săvârșind toată rugăciunea cu El,
spunem: „prin singurul Tău Fiu, Domnul nostru Iisus Hristos“¹⁰¹.

Spiritualitatea isihastă în secolele X-XII

Teologia mistică ortodoxă a cunoscut în secolul al XI-lea o nouă etapă datorată Sfântului Simeon Noul Teolog care aduce un suflu nou, prin descrierea propriilor experiențe mistice, lucru nemaiîntâlnit până la el. Dacă Dionisie, pe care Sfântul Simeon îl aprecia foarte mult, ascultându-l¹⁰² și imitându-l, afirmă cu precădere deosebirea esențială între Ființa divină suprafințială și puterile ce emană din ea¹⁰³ și prin care se manifestă în lume, în virtutea cărora Îl cunoaștem și-I atribuim nume¹⁰⁴, Sfântul Simeon accentuează cunoașterea acestor puteri ca lumină, „lumină identică cu iubirea“¹⁰⁵.

Sfântul Simeon Noul Teolog susține posibilitatea vederii luminii dumnezeiești ca urmare a unirii cu ea, pentru toți creștinii. Această posibilitate este dată de harul primit de fiecare creștin în Taina Botezului, har ce trebuie făcut lucrător, și apoi de unirea reală cu Hristos în Taina Sfintei Euharistii. Punctul de început îl constituie deci Sfintele Taine prin care primim harul la care trebuie să se adauge și efortul creștinului de a conlucra cu harul primit. Vederea luminii dumnezeiești și unirea cu Hristos în această lumină nu sunt însă efectul străduințelor omului, pentru că Dumnezeu se revelează într-un act liber al voii Sale cui voiește: „Dar când Cel văzut de mine, care e neîncăput de toate

și cu adevărat neapropiat, voiește să miluiască,

101. *Ibidem*.

102. Nichita Stăniloae, *Despre cartea Imnelor dumnezeiești a părintelui nostru Cuviosul Simeon* la pr. D. Stăniloae, *Studii de teologie dogmatică ortodoxă*, Ed. Mitropoliei Olteniei, Craiova, 1991, p. 323.

103. *Ibidem*, p. 326.

104. Sf. Dionisie Areopagitul, *Numirile...*, cap. I, p. 136 și cap. II, 4, p. 140.

105. Pr. D. Stăniloae, *Despre viața Sfântului Simeon Noul Teolog*, în vol. *Studii de teologie...*, p. 319.

amărâțul și smeritul meu suflet,
mi se face deodată văzut și strălucește înaintea
feței mele,
Se arată strălucind în mine întreg
și mă umple în trup de întreaga bucurie și dulceață dumnezeiască,
dar și de toată dorința, pe mine smeritul¹⁰⁶.
și cât voiește: „Cât va voi să fie cunoscut sau să Se arate,
lumina orbilor sau chiar celor ce văd¹⁰⁷.”

Prin Sfântul Simeon, mistica întunericului divin se transformă în mistica luminii. Lumina care se naște „ca foc în mijlocul inimii¹⁰⁸ se revarsă și iradiază corpul întreg în toate mădularele, transformându-le și făcându-le purtătoare de lumină astfel, încât ea este percepută de omul întreg, și nu doar de una din facultățile sale:

„Cugetând eu, El Se află înlăuntrul meu,
strălucind înlăuntrul ticăloasei mele inimi,
învăluindu-mă din toate părțile de o strălucire nemuritoare
și luminând toate mădularele mele cu razele Lui
Pătrunzându-mă întreg, mă îmbrățișează întreg,
și Se dă pe Sine întreg mie, nevrednicului,
și sunt umplut de iubire și frumusețea Lui
și mă umple de dulceața dumnezeirii.
Mă împărtășesc de lumină, particip la slavă
și-mi luminează fața, ca și Celui iubit al meu¹⁰⁹.
Și toate mădularele mele se fac purtătoare de lumină“

Simțirea lui Dumnezeu în harul Său de care sfinții se împărtășesc încă din viața trupească se face prin lucrarea Mântuitorului care „dă și o altă simțire mai presus de simțire prin Duhul Său, ca să simțim în chip mai presus de fire darurile și harismele Lui mai presus de simțire, prin toate simțurile, în chip clar și curat¹¹⁰. Astfel este posibilă vederea, cu ochii trupești spălați de lacrimi, a Celui mai presus de minte, pe Care nimeni nu L-a văzut vreodată¹¹¹.”

106. Sf. Simeon Noul Teolog, *Imnele dragostei dumnezeiești*, imn VII la pr. D. Stăniloae, *Studii de teologie...*, p. 355.

107. *Ibidem*, II, p. 342.

108. *Ibidem*, XI, p. 362.

109. *Ibidem*, XVI, p. 389-340.

Despre îndumnezeirea omului s-a scris cu mult înainte de Sfântul Simeon, dar el este primul care relatează experiența propriei îndumnezeiri încă din timpul vieții. Unirea omului cu Dumnezeu nu este ființială, ci prin participarea și conlucrarea cu harul divin, energie divină necreată în care este prezent Dumnezeu întreg - „și Se dă pe Sine întreg mie“. Este o unire și o cunoaștere „după har“:

„Ci toți îngerii și toată ființa creată
Îl văd și înțeleg după har,
necuprinzându-L, ci înțelegându-L
cât va voi să fie cunoscut sau să Se arate“¹¹².

Deși scrierile Sfântului Simeon Noul Teolog trădează apartenența autorului lor la tradiția spiritualității isihaste, nu regăsim în ele nici o dovadă clară, directă, a faptului că Sfântul Simeon ar fi practicat rugăciunea lui Iisus sau ar fi cunoscut metoda psihosomatică asociată acestei rugăciuni. O singură dată face referire autorul nostru la „amintirea lui Hristos“¹¹³, care în contextul respectiv nu poate fi înțeleasă decât ca o rugăciune de invocare a numelui mântuitor al lui Iisus Hristos.

Nici Nichita Stithatul, ucenicul Sfântului Simeon Noul Teolog, nu face nici o referire explicită la rugăciunea lui Iisus. În schimb, arată că rugăciunea neîncetată „se face cunoscută celor ce știu să înțeleagă, în meditația cugetării, în lucrarea minții și în pomenirea lui Dumnezeu cu umilință stăruitoare“¹¹⁴. Pomenirea lui Dumnezeu, pe care Nichita Stithatul o deosebește de meditația cugetării, nu poate fi înțeleasă decât ca rugăciune. Putem presupune că, de vreme ce părintele său spiritual învăța că „amintirea lui Hristos luminează mintea și alungă dracii“¹¹⁵, și Nichita prin „pomenirea lui Dumnezeu“ înțelegea rugăciunea stăruitoare adresată Mântuitorului Hristos prin invocarea numelui său.

Petru Damaschin, un alt autor ascetic din secolul al XI-lea - a scris la 1096-1097¹¹⁶ - ce aparține spiritualității isihaste, consideră că cel ce „s-a învrednicit să se facă monah este dator“¹¹⁷ cu „pomenirea lui Dumnezeu în

110. Idem, *25 de alte capete (gnostice și teologice)*, cap. 3, în Filocalia, vol. 6, Ed. I.B.M.O., București, 1977, p. 51.

111. Idem, *Una sută capete (practice și teologice)*, cap. 101, în Filocalia, vol. 6, p. 49.

112. Idem, *Imnele...* II, p. 342.

113. Idem, *Una sută capete (practice și teologice)*, cap. 2, p. 17.

114. Nichita Stithatul, *Cele 300 de capete despre făptuire, despre fire și despre cunoștință*, suta a doua, cap. 74., în Filocalia vol. 6, p. 288.

115. Vezi nota 113.

toată vremea, locul și lucrul¹¹⁸. Prin neîncetata pomenire a lui Dumnezeu, Petru Damaschin nu înțelege rostirea neîncetată a vreunei rugăciuni scurte, ci cugetarea neîntreruptă la Dumnezeu¹¹⁹ împletită cu rugăciuni de mulțumire, de laudă și de slavă și cu amintirea faptului că toate cele pe care le folosim și care sunt de trebuință sunt create de Dumnezeu¹²⁰. Astfel învață Petru Damaschin să fie împlinit cuvântul „Rugați-vă neîncetat!”¹²¹ (I Tes. 5, 17).

Stăruința în pomenirea lui Dumnezeu unită cu împlinirea celor șapte fapte trupești¹²² și cu păzirea poruncilor ce se cuprind în Fericiri¹²³ curățesc mintea de patimi împăcând-o cu Dumnezeu¹²⁴. Astfel curățită, mintea „se răstignește cu Hristos duhovnicește, prin făptuirea morală”¹²⁵, „se învrednicește să se înmormânteze cu Hristos și în chip duhovnicesc față de lucrurile lumii”¹²⁶, ca apoi „să învie cu Hristos duhovnicește”¹²⁷ și să se înalțe cu El „prin contemplarea fapturilor inteligibile”¹²⁸. Pe ultima treaptă a acestui urcuș duhovnicesc, mintea „ajunge la cealaltă rugăciune, cea curată, ce se cuvine văzătorului (contemplativului)”¹²⁹. Această rugăciune curată o numește Petru Damaschin „rugăciunea a doua și curată”¹³⁰ când „mintea e răpită de dorul lui Dumnezeu”¹³¹ și „uită de toate și de sine însăși”¹³², este rugăciunea proprie contemplativului. Petru Damaschin deosebește între rugăciunea curată contemplativă și rugăciunea curată duhovnicească¹³³ cea dinaintea răpirii minții în Dumnezeu. Părintele Stăniloae afirmă că distincția între două rugăciuni curate este unul din elementele originale ale lui Petru Damaschin¹³⁴, pentru că până la el „rămânea impresia că rugăciunea curată

116. Pr. D. Stăniloae, *Introducere la Petru Damaschinul în Filocalia*, vol. 5, ed. a II-a, Ed. Harisma, București, 1995, p. 17.

117. Petru Damaschin, *Învățăături duhovnicești*, în Filocalia, vol. 5, p. 70, p. 150.

118. *Ibidem*, p. 150.

119. *Ibidem*, p. 70, 71.

120. *Ibidem*, p. 150.

121. *Ibidem*.

122. *Ibidem*, p. 50-54.

123. *Ibidem*, p. 54-60.

124. *Ibidem*, p. 61.

125. *Ibidem*.

126. *Ibidem*.

127. *Ibidem*, p. 62.

128. *Ibidem*.

129. *Ibidem*, p. 63.

130. *Ibidem*, p. 114.

131. *Ibidem*.

132. *Ibidem*.

e numai cea dinaintea răpirii minții în Dumnezeu¹³⁵.

Un alt element important al lui Petru Damaschin este participarea trupului la rugăciunea curată duhovnicească¹³⁶, deși nu precizează în ce constă această participare. Nu se poate spune dacă este vorba de o anumită poziție a trupului în timpul rugăciunii sau de o metodă mai complexă, așa cum vor fi cele din următoarea perioadă.

Deși nici unul din autorii duhovnicești din sec. al XI-lea nu amintește în scrierile sale în mod direct că ar fi cunoscut sau practicat rugăciunea lui Iisus, Sfântul Simeon Noul Teolog menționând o singură dată „amintirea lui Hristos“, iar Nichita Stithatul și Petru Damaschin „pomenirea lui Dumnezeu“, putem totuși presupune că această formă de rugăciune le era cunoscută. Cert este că prima menționare a rugăciunii lui Iisus în forma ei tradițională - „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul!“ - o găsim în codicele Vat. gr. 658 care „potrivit experților, nu poate fi extins - ca dată a scrierii - după prima jumătate a sec. al XII-lea și aparține poate sfârșitului de secol XI¹³⁷.

În codicele Vat. gr. 658, rugăciunea apare sub numele Sfântului Ioan Hrisostom dar Irinée Hausherr, comparând textul codicelui existent și în P.G. 60,753, cu scrierea autentică despre rugăciune a Sfântului Ioan Gură de Aur, din P.G. 54, 645, dovedește că scrierea din codice este apocrifă și, în consecință, el numește pe autorul ei Pseudo-Ioan Hrisostom. Hausherr încheie afirmând că prin „scrisoarea pseudohrisostomiană către monahi, această rugăciune scurtă ia un sens care exclude toate celelalte formule în favoarea uneia singure¹³⁸.

Confuze și controversate sunt lucrurile și în privința autorului primei metode psihosomatice asociate rugăciunii lui Iisus. Am arătat că putem identifica o formă primară a unei astfel de metode în scrierile Sfinților Ioan Scărarul și Isihie Sinaitul. De atunci însă, nu mai există dovezi ale folosirii unei astfel de metode până la sfârșitul sec. al XI-lea și prima jumătate a

133. *Ibidem*, p. 51.

134. Pr. D. Stăniloae, *Introducere...*, p. 27.

135. *Ibidem*.

136. Petru Damaschin, *op. cit.*, p.118.

137. M. Jugie, *Les origines de la méthode d'oraison des hesychastes*, în rev. E.O., t.XXX, 1931, p. 183.

138. I. Hausherr, *Noms du...*, p. 202.

sec. al XII-lea când am văzut că este datat codicele Vat. gr. 658, primul document în care găsim recomandată o astfel de metodă. Scrierea, intitulată în codice *Metodul sfintei rugăciuni și atențiuni*, este atribuită Sfântului Simeon Noul Teolog.

Paternitatea acestei metode a provocat dispute aprinse între cei ce au studiat isihasmul. Irinée Hausherr și Jean Guillard neagă paternitatea Sfântului Simeon asupra acestei metode și-l numesc pe autorul ei Pseudo-Simeon¹³⁹. Hausherr crede că sunt două motive care au dus la „falsa atribuire“ a acestei metode Sfântului Simeon: „mai întâi confuzia între numeroșii purtători ai numelui Simeon, cu toate calificativele diverse prin care se încearcă distingerea lor“. Al doilea motiv care explică această falsă atribuire este că, dacă Noul Teolog n-a inventat metoda, el este totuși, în parte cel puțin, responsabil de difuzarea ei¹⁴⁰ „prin teoria sa despre posibilitatea oricărui creștin de a duce o viață mistică“¹⁴¹. Fără a mai insista asupra argumentelor aduse de autorul citat mai sus în sprijinul ipotezei sale, trebuie arătat doar că, în același articol, se contrazice în mod grav în repetate rânduri¹⁴².

Ipoteza susținută de Hausherr este combătută de Martin Jugie, un alt cercetător al isihasmului, care crede că „până la informații mai ample este prudent să nu respingem foarte categoric autenticitatea“ afirmației din codicele Vat. gr. 658¹⁴³.

În favoarea atribuirii primei metode psihosomatice Sfântului Simeon Noul Teolog se pot aduce câteva argumente foarte importante:

1) autenticitatea și vechimea codicelui Vat. gr. 658 datat ca aparținând sfârșitului sec. al XI-lea și cel târziu primei jumătăți a secolului al XII-lea, deci nu foarte mult timp după moartea Sfântului Simeon († 1022);

2) rolul deosebit de important pe care-l are inima înțeleasă ca organ anatomic, în mistica luminii, așa cum reiese din *Imnele dragostei dumnezeiești*¹⁴⁴, cunoscând, de asemenea, și rolul important pe care-l are inima în metoda sfintei rugăciuni și atențiuni¹⁴⁵;

3) scrierea Sfântului Grigorie Palama care l-a amintit pe Sfântul Simeon ca autor al unei metode doar cât timp Varlaam i-a numit pe călugări

139. Idem, *La methode d'oraison hesychaste*, în rev. O.C.A., Roma, 1927, p. 117.

140. *Ibidem*, p. 118-119.

141. *Ibidem*, p. 129.

142. *Ibidem*, p. 117-133.

143. M. Jugie, *op. cit.*, p. 183.

omphalopsihiți, știut fiind faptul că practica privirii buricului, pe care o atacă Varlaam, apare doar în metoda Sfântului Simeon. Când Varlaam nu a mai adus această injurie monahilor și s-a rezumat la a combate metoda lui Nichifor Monahul, Palama nu l-a mai amintit pe Sfântul Simeon Noul Teolog, dar a continuat să-l apere pe Nichifor¹⁴⁶.

Este deci destul de probabil ca autorul metodei să fie chiar Sfântul Simeon Noul Teolog.

Metoda propriu-zisă este precedată de prezentarea celor trei feluri de rugăciune: cea a începătorilor, însoțită de lucrarea imaginației și cea în care se psalmodiază, însoțită de lupta minții de a se întoarce în sine și a se liniști, care sunt amăgiitoare. Al treilea fel de rugăciune este a bărbatului duhovnicesc, care-și păzește mintea în adâncul inimii și de acolo se roagă lui Dumnezeu. La această rugăciune ajung cei ce s-au purificat de patimi și de gânduri. Pentru a-și aduna mintea în inimă, cel ce a atins această stare de nepătimire și împăcare cu Dumnezeu se poate folosi și de următorul ajutor: „Șezând într-o chilie liniștită, singur într-un colț, fă ce-ți spun: închide ușa și ridică-ți mintea de la tot ce-i deșert și trecător. Apoi sprijină-ți bărbia în piept și îndreaptă-ți ochii sensibili cu toată mintea spre tine însuși. Și ține puțin și inspirarea aerului ca să îți mintea și să afli locul inimii, unde obișnuiesc să se afle toate puterile sufletești. Mai întâi vei afla un întuneric gros, de nestrăbătut. Dar stăruind și făcând acest lucru noaptea și ziua vei afla o minune, o fericire negrăită. Căci, îndată ce află mintea locul inimii, vede ceea ce n-a crezut niciodată: vede aerul din întunericul inimii și pe sine întregă, plină de putere și de discernământ și din acel moment, îndată ce se arată un gând, îl alungă și nimicește mai înainte de a se închea și a lua formă, prin chemarea lui Iisus Hristos”¹⁴⁷.

Părintele Stăniloae remarcă faptul că doar două elemente sunt proprii metodei: îndreptarea privirii spre piept, pentru ca în paralel mintea să caute și să găsească inima și comprimarea respirației, element pentru care nu mai dă nici o explicație în plus. Părintele Stăniloae crede că această metodă,

144. Sf. Simeon Noul Teolog, *Imnele...*, VII, p. 350, XI, p. 362, I, p. 330, XVI, p. 389.

145. I. Hausherr, *La méthode...*, p. 164 și pr. D. Stăniloae, *Viața și învățătura Sfântului Grigorie Palama*, Ed. Scripta, București, 1993, p. 36.

146. Sf. Grigorie Palama, *Tratatul al doilea din triada a doua*, în *Filocalia*, vol. 7, Ed. I.B.M.O., București, 1977, p. 257.

deși este cea mai veche dintre cele cunoscute, nu este prima și că este în fapt una din variantele acestei practici, fiind fixată în scris incidental pentru uzul propriu și al celor din jur¹⁴⁸.

În perioada de renaștere spirituală isihastă din sec. XIII-XIV, metoda care se bucura de cea mai mare autoritate în rândul isihaiștilor era cea recomandată de Nichifor Monahul. Acesta recomandă celor ce doresc să se dedice isihiei ca mai întâi să caute un părinte duhovnicesc: „trebuie căutat un povățuitor neînșelător, ca din învățătura și pilda aceluia să învățăm“¹⁴⁹. Celor ce nu găsesc un astfel de povățuitor le recomandă Nichifor metoda sa, în care singurul element fiziologic prezent este cel al respirației.

În prima parte a metodei sale, Nichifor recomandă coborârea minții în inimă deodată cu respirația și rostirea în inimă a rugăciunii lui Iisus. În partea a doua îi sfătuiește pe începătorii care nu găsesc „părțile inimii“ să dea puterii cugetătoare ca lucrare rugăciunea „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă!“¹⁵⁰.

Comentând metoda lui Nichifor, părintele Stăniloae arată că partea a doua a metodei „nu se deosebește de cea atribuită Sfântului Ioan Gură de Aur, ca dovadă că nu se socoteau numaidecât necesare procedeele fiziologice“¹⁵¹. Despre prima parte crede că, neamintind de o anumită poziție a corpului sau de orientarea privirii către piept, ci doar de rolul respirației și folosul lipirii minții de aerul inspirat pentru a ajunge la inimă, sau este „numai o explicare a unei recomandări rămase neexplicate cu metoda lui Simeon Noul Teolog sau că presupunea cunoscută o practică existentă“¹⁵².

Episcopul Teolept al Filadelfiei, ucenic al lui Nichifor Monahul, pe care Meyendorff îl consideră precursorul renașterii teologice și sacramentale aduse de Palama și de Nicolae Cabasila¹⁵³, a adăugat o nouă dimensiune spiritualității isihaste. Teolept „are meritul de a fi integrat tradiția spirituală a oamenilor duhovnicești ai răsăritului creștin într-o structură ecleziologică și hristocentrică“¹⁵⁴. Fiind un isihast trăitor în lume, Teolept are o nouă viziune a isihiei și arată că ea poate fi practică nu numai în schituri retrase, de doi, trei monahi, ci și în comunități mai mari sau chiar de mireni. Sfaturile

147. Pr. D. Stăniloae, *Ascetica...*, p. 83-84.

148. *Ibidem*, p. 84-85.

149. Nichifor Monahul, *Cuvânt despre rugăciune*, în *Filocalia*, vol. 7, p. 25.

150. *Ibidem*, p. 25-32.

151. Pr. D. Stăniloae, *Spiritualitatea ortodoxă*, Ed. I.B.M.O., București, 1992, p. 222.

152. *Ibidem*.

sale nu erau adresate unor sihaștri, ci călugărilor trăitori în comunități mai mari: „Când împlinești o ascultare cu frații, mâinile să lucreze, dar buzele să tacă, iar mintea să pomenească pe Dumnezeu“¹⁵⁵.

Teolept se adresează în special începătorilor în trăirea isihastă, celor care nu au primit încă darul rugăciunii neîntrerupte, dar care se ostenesc pentru a-l dobândi. Acestora el le recomandă următoarele:

„Iar când te vezi slăbind în rugăciune, folosește o carte și luând aminte la citit, primește cunoștințe. Nu trece peste cuvinte grăbit. Descoase-le cu cugetarea și adună-le în vistieria minții... Ia în inimă cuvintele evanghelice și povețele fericiților părinți, cercetează viețile lor, ca să poți cugeta la ele în timpul nopții“¹⁵⁶.

Supravegherea minții și cugetarea la cele rostite sunt cerute și atunci când rugăciunea este alternată cu psalmodia: „Psalmodiază cu gura; dar cu glas liniștit și cu supravegherea minții, nerăbdând să lași ceva necugetat din cele spuse“¹⁵⁷.

Pentru Teolept, psalmodia și cititul cărților sfinte reprezintă o altă formă de rugăciune, pentru că presupun aceeași luare-aminte și cugetare adâncă la cuvinte, ca și rugăciunea neîncetată și sunt în același timp un exercițiu prin care se deprind păzirea minții și cugetarea la cuvintele rostite.

Ca ajutor în lupta împotriva gândurilor păcătoase care constituiau cel mai mare pericol pentru isihăști, mai ales pentru începători, Teolept sfătuiește mărturisirea lor duhovnicului, „drept aceea trebuie să le țintuim la stâlp prin mărturisire“¹⁵⁸.

Acest sfat, care pare a fi o noutate în literatura ascetică de până la el, relevă atitudinea eclesiologică a lui Teolept care s-a străduit să integreze viața ascetică în viața sacramentală a Bisericii.

Un alt sfat care apare doar la Teolept este acela al „plecării genunchilor“, căruia mitropolitul îi dă o interpretare și o importanță deosebită pentru viața monahului, pentru că „plecarea genunchilor închipuie căderea păcatului

153. J. Meyendorff, *Introduction à l'étude de Gregoire Palamas*, Edition du Seuil, Paris, 1959, p. 33.

154. *Ibidem*.

155. *Ibidem*.

156. Teolept al Filadelfiei, *Despre ostenele vieții călugărești*, în *Filocalia*, vol. 7, p. 62.

157. *Ibidem*.

158. *Ibidem*, p. 65.

de la noi și prilejuiește mărturisirea lui; iar ridicarea înseamnă pocăința, închipuind făgăduința unei vieți întru virtute¹⁵⁹. Dacă Sfântul Ioan Scărarul cerea monahilor ca pomenirea numelui lui Iisus să fie lipită de respirație, mitropolitul Teolept îi sfătuiește pe aceștia că „fiecare îngenunchere să se săvârșească cu chemarea înțeleghătoare a lui Hristos¹⁶⁰”.

Transmițând ucenicilor săi propria experiență, aceea a unui isihast trăitor în lume, unde liniștea desăvârșită se câștigă mai greu și pentru o durată mai scurtă decât în schiturile retase, Teolept îi îndeamnă pe aceștia să nu abandoneze nici un moment rugăciunea curată și orice lucrare ar împlini - citirea cărților sfinte, psalmodierea, plecarea genunchilor, lucrul mâinilor - să o transforme în rugăciune prin paza minții și cugetarea la numele lui Iisus sau la cele citite sau psalmodiate. Cu alte cuvinte, însăși viața monahului trebuie să devină o rugăciune continuă.

Din punct de vedere doctrinar, Teolept afirmă, în mod indirect ce-i drept, caracterul divin și necreat al luminii pe care o contemplă mintea în timpul rugăciunii lui Iisus. El învață că „pomenirea lui Dumnezeu este vederea lui Dumnezeu care atrage privirea și dorința minții spre El și o învăluie în lumina din jurul Lui¹⁶¹”. Această lumină nu poate fi decât dumnezeiască, veșnică și necreată, pentru că nu poate Cel veșnic să Se înconjoare de ceva creat.

Un rol mult mai important decât mitropolitul Filadelfiei, Teolept, în răspândirea spiritualității isihaste l-a avut Sfântul Grigorie Sinaitul care, potrivit biografului său, „pe cât era cu puțință voia și dorea cu iubire de Dumnezeu ca pe toți să-i aducă înlăuntrul razei și strălucirii Bunului și Preasfântului Duh,... să semene binele isihiei cu îmbeșugare și strălucire¹⁶²”.

Ucenicii care s-au adunat în jurul său, mai întâi în Athos și mai apoi la Panonia, în munții Bulgariei, au împlinit cu prisosință dorința Sfântului Grigorie Sinaitul făcând cunoscut modul de viață isihast în întregul Imperiu Bizantin și chiar în țările ortodoxe din jur: Serbia, Bulgaria, Țările Române, Rusia. Isidor, unul dintre ucenicii din Athos, a fost trimis special de Sfântul Grigorie Sinaitul să facă misiune în rândul credincioșilor mireni din Tesalonic și acesta a reușit să creeze un cerc de călugări și mireni pe care i-a introdus în practica rugăciunii inimii¹⁶³.

159. *Ibidem*, p. 63.

160. *Ibidem*.

161. *Ibidem*, p. 52.

162. Calist, patriarhul Constantinopolului, *Viața Sfântului Grigorie Sinaitul în Viețile Sfinților*, vol. XI, Ed. Episcopiei Romanului și Hușilor, 1993, p. 536.

Preocuparea pentru cât mai largă răspândire a spiritualității isihaste s-a materializat în ultimii ani ai vieții Sfântului Grigorie Sinaitul în scrierile sale, din care aflăm noi date despre practicarea rugăciunii lui Iisus. Metoda sa prezintă câteva elemente noi față de celelalte metode cunoscute. Mai întâi recomandă șederea pe un scaun îngust de-o palmă și apoi aplecarea cu încordare pentru a fi simțită durere în piept, umeri și grumaz¹⁶⁴ și din această poziție roștiți rugăciunea. Sfântul Grigorie Sinaitul nu explică în ce constă această „aplecarea cu încordare“, aplecarea bărbiei în piept sau, din poziția șezând, încovoierea întregului trunchi până ce corpul să atingă genunchii, așa cum se ruga Sfântul Ilie Tesviteanul. Acest procedeu incomod și dureros, specific metodei sale, avea probabil scopul de a-l ajuta pe isihastul începător să-și adune mintea din împrăștiere concentrând-o în prima fază asupra durerii înseși, pentru ca mai apoi s-o concentreze asupra propriei lucrări, adică asupra cuvintelor rugăciunii.

Spre deosebire de Nichifor, care explică în metoda sa cum poate fi introdusă mintea în inimă lipind-o de respirație, Sfântul Grigorie Sinaitul nu dă această explicație, în schimb recomandă rărirea respirației - „înfrâneză-ți și mișcarea plămânilor“¹⁶⁵ - în sensul prelungirii cât mai mult a celor două acte ale respirației - inspirație și expirație. Ideea urmărită este ca respirația să se facă în liniște, pentru că zgomotele produse de o respirație accelerată împiedică mintea să se concentreze asupra rugăciunii.

O altă practică ce apare doar în metoda Sfântului Grigorie Sinaitul este aceea a rostirii rugăciunii lui Iisus în două etape: mai întâi „Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă!“ și apoi „Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă!“¹⁶⁶. Părintele Stăniloae arată că motivul acestei împărțiri a rugăciunii în două etape este că „dacă rugăciunea s-ar spune întregă de fiecare dată, ar sili atenția să treacă pe la prea multe cuvinte și mintea nu s-ar putea concentra“¹⁶⁷.

Toate elementele specifice acestei metode și metoda în sine nu reprezintă pentru Sfântul Grigorie Sinaitul, ca de altfel pentru toți isihaziștii, decât elemente ce ajută mintea să se adune în sine și să atingă rugăciunea curată sau „slujba sfântă cea de taină a minții“¹⁶⁸, țelul oricărui isihast.

163. Pr. D. Stăniloae, *Spiritualitatea ortodoxă*, p. 227.

164. Sf. Grigorie Sinaitul, *Cum trebuie făcută rugăciunea?*, în *Filocalia*, vol. 7, p. 172.

165. *Ibidem*.

166. *Ibidem*.

Concluzii

Concluzia acestei incursiuni în istoria spiritualității isihaste este că isihismul reprezintă filonul central al spiritualității ortodoxe.

Isihia înțeleasă ca trăire în comuniune cu Dumnezeu și contemplare a Lui și a rațiunilor din jurul Lui era firescul din Paradis, pentru că Dumnezeu l-a creat pe Adam pentru dobândirea îndumnezeirii și a nemuririi prin comuniunea cu Sine. Experiența unirii cu Dumnezeu în lumina divină a fost trăită și de profeții Vechiului Testament, cu deosebirea fundamentală că harul era și rămânea exterior naturii umane. Autorii isihști au făcut întotdeauna referire în scrierile lor la cunoașterea mistică a lui Dumnezeu de către Moise prin intrarea în întunericul divin de pe Muntele Sinai, precum și la rugăciunea Sfântului Ilie Tesviteanul¹⁶⁹.

Începutul spiritualității isihaste înțelese sub aspectul ei cel mai comun și mai cunoscut, cel hristocentric, este Cincizecimea, evenimentul Pogorării Sfântului Duh, pentru că de atunci, prin baia Botezului săvârșit de preot în numele Sfintei Treimi, harul Sfântului Duh devine interior naturii umane sălășluindu-l mistic și real pe Hristos cel înviat în inima creștinului. Începutul spiritualității isihaste corespunde deci cu întemeierea Bisericii văzute. Ce a urmat din acel moment nu sunt decât etape firești în dezvoltarea unei spiritualități care cu timpul a devenit proprie monahismului, fără a fi ruptă însă de ansamblul vieții spirituale a Bisericii.

Prima etapă în dezvoltarea misticii rugăciunii isihaste este marcată de mistica intelectualistă a lui Evagrie, asimilată apoi de mistica inimii a lui Macarie. Acestei etape, desfășurate în secolul al IV-lea, i-a urmat în secolul al V-lea trecerea la rugăciunea lui Iisus, a cărei existență în această perioadă este atestată de scrierile episcopului Diadoh al Foticeii din Epir.

Secolul al VI-lea marchează începutul unei noi etape, aceea a apariției primelor elemente ale unei metode psihosomatice primare, menționate de Sfântul Ioan Scărarul și Isihie Sinaitul. Până în secolul al XI-lea, două elemente importante ale misticii isihaste - metoda psiho-somatică și rugăci-

167. Pr. D. Stăniloae, *Spiritualitatea...*, p. 228.

168. Sf. Grigorie Sinaitul, *Capete foarte folositoare în acrostih*, în Filocalia, vol. 7, p. 127, p. 148.

169. Sf. Grigorie Palama, *Tratatul al doilea din triada întâi*, la pr. D. Stăniloae, *Viața și...*, p. 171-172.

unea lui Iisus în formă completă - se vor fi definitivat, ele fiind atribuite, cum am văzut, Sfântului Simeon Noul Teolog. Cristalizarea rugăciunii lui Iisus în forma actuală s-a realizat cel mai probabil după cel de-al VII-lea Sinod ecumenic pentru că, în forma ei completă, rugăciunea reprezintă o sinteză a învățaturii Bisericii despre persoana Mântuitorului Hristos și respinge toate ereziile hristologice. «Doamne» arată natura divină a lui Hristos și respinge erezia celor ce zic că El este numai Om, și nu și Dumnezeu. «Iisuse», dimpotrivă, arată natura umană a lui Hristos și respinge erezia celor ce zic că El este numai Dumnezeu, nu și om, și că El numai părea om imaginației. «Hristoase» arată cele două naturi, dumnezeirea și umanitatea, într-o singură persoană și un singur ipostas și respinge erezia celor ce zic că Hristos are două ipostase separate unul de celălalt. «Fiul lui Dumnezeu» arată că în Hristos natura dumnezeiască este neamestecată și natura umană, de asemenea, este la fel de neamestecată și respinge erezia celor ce zic că dumnezeirea și natura umană au suferit în Hristos o confuzie și o amestecare una cu cealaltă¹⁷⁰.

Secolul al XI-lea constituie începutul unei noi etape deosebit de importante în istoria spiritualității și a rugăciunii lui Iisus îndeosebi care, din disciplină arcană cum fusese până atunci, fiind cunoscută de foarte puțini monahi și transmisă doar pe linia filiației duhovnicești de la părintele spiritual la ucenic, devine aproape o regulă de viață în schituri și mănăstiri, încât în secolul al XIV-lea a ajuns să fie cunoscută și practică chiar și de mireni.

170. Anonim în *Filocalia greacă*, p. 1163-1167, la I. Hausherr, *Noms du...*, p. 279.