

CUPRINS

INTRODUCERE	9
RUGĂCIUNEA	19
1. Rugăciunea vocală	21
2. Meditația	30
3. Contemplația	42
CALEA SPIRITUALĂ	53
4. Primul pas	55
5. Cele Zece Porunci	64
6. Cele trei ispite	74
7. Postul	82
8. Pomana	91
9. Rugăciunea Domnului	99
VICII ȘI VIRTUȚI	111
10. Cele șapte păcate	113
11. Mândrie <i>versus</i> smerenie	122
12. Invidie <i>versus</i> milostivire	132
13. Mânie <i>versus</i> blândețe	143
14. Zgârcenie <i>versus</i> generozitate	152
15. Poftă trupească <i>versus</i> curăție	161
16. Lăcomie <i>versus</i> cumpătare	172
17. Lene <i>versus</i> hărnicie	181
18. Tristețe <i>versus</i> răbdare	190
ÎNAINȚAREA	201
19. Cercetarea inimii	203
20. <i>Lectio divina</i> și Scara lui Iacob	215

21. Lupta rugăciunii	226
22. Noaptea întunecată	235
23. Apa vie	245
<i>Mulțumiri</i>	255
<i>Note</i>	257

INTRODUCERE

Dacă însetează cineva, să vină la mine și să bea.

—Isus din Nazaret (Ioan 7:37)*

Cu mulți ani în urmă, un prieten s-a oferit să-mi dăruiască niște cărți din biblioteca sa teologică. Pe atunci, eram un profesor tânăr cu un doctorat proaspăt și o grămadă de datorii din timpul studenției. E de prisos să mai spun că am acceptat. Nu știam că acel „niște“ cărți voia să spună mult peste o mie. Până la urmă, mi-a trimis vreo cincizeci de lăzi mari, pline cu cărți despre Vechiul Testament și despre creștinismul timpuriu – materii pe care le studiasem în cadrul programului meu de doctorat de la Universitatea Notre Dame.

Totuși, câteva lăzi conțineau cărți de teologie *spirituală* – o materie pe care nu o cunoșteam aproape deloc. Erau lucrări de autori creștini antici precum Ioan Casian și Ioan Scărarul; mistici medievali precum Ecaterina din Siena și Thomas a Kempis; și maeștri spirituali moderni ca Ignațiu de Loyola, Tereza din Ávila și Ioan al Crucii.

Când am început să-i citesc pe clasicii spirituali, nu m-am mai putut opri. Era ca și cum aș fi băut dintr-un izvor după ani petrecuți în pustiu. Am început să aflu pentru prima dată despre meditație, contemplație, despre cele șapte păcate capitale, despre virtuțile opuse acestora și alte subiecte. Însă,

* Traducerea tuturor citatelor din Sfânta Scriptură (Vechiul și Noul Testament) am preluat-o din *Biblia după textul ebraic* (Humanitas, București, 2017, 2019, 2021 și 2022); pentru restul citatelor am efectuat traduceri proprii împreună cu Francisca Băltăceanu (n. tr.).

întrucât cercetarea mea doctorală era în studii biblice, am ales să mă concentrez asupra rădăcinilor scripturare ale spiritualității creștine.

Până în ziua de astăzi acel curs rămâne cea mai puternică experiență de învățare pe care am avut-o vreodată.¹ Studierea fundamentelor scripturare ale vieții spirituale nu doar oferea informații, ci aducea *transformări*. M-a schimbat pe mine și părea să aibă un efect asemănător și asupra studenților mei. De mai multe ori au întrebat: „De ce n-am mai auzit de așa ceva până acum?” Împreună, ne-am dat seama că gustam ceva de mare preț, ceea ce Isus însuși numește „singurul lucru necesar” (Luca 10:42)². Atunci am făcut mai multe descoperiri care în cele din urmă au pus bazele pentru această carte.

TREI FELURI DE RUGĂCIUNE

Cel dintâi lucru pe care l-am aflat a fost că există trei feluri diferite de rugăciune. Crescut în confesiunea catolică, socotisem dintotdeauna că rugăciunea implica pur și simplu rostirea cuvintelor unor anumite rugăciuni învățate pe dinafară, cum ar fi *Tatăl nostru*. Însă, după ce am început să-i citesc pe clasicii spirituali, am descoperit repede că viața spirituală implică mult mai mult. Deși rugăciunea vocală e esențială, există cel puțin trei forme principale de rugăciune:

1. *Rugăciunea vocală*: rugăciunea cu cuvinte, fie ele memorate sau spontane.
2. *Meditația*: rugăciunea mentală, mai ales citind Scriptura, reflectând asupra ei și intrând în dialog cu Dumnezeu.
3. *Contemplația*: rugăciunea cu „ochii” inimii, cu dorința iubitoare de a „vedea” fața lui Dumnezeu.

Fiecare dintre acestea este profund biblică. Isus însuși îi învață pe ucenicii săi o rugăciune vocală atunci când le dă

Rugăciunea Domnească (vezi Matei 6:9-13). La fel, cartea Psalmilor începe prin binecuvântarea celui care „cugetă“ la Scriptură „ziua și noaptea“ (1:1-2). În sfârșit, cartea Exodului dă o descriere clară a contemplației când vorbește despre felul în care se ruga Moise în Cortul sfânt. Acolo „Domnul îi vorbea lui Moise *față către față*“ (33:11). Conform clasicilor spirituali, viața fiecărui ucenic al lui Isus ar trebui să includă toate cele trei feluri de rugăciune.

STADIILE CREȘTERII SPIRITUALE

Al doilea lucru pe care l-am descoperit a fost că viața spirituală are anumite *stadii* de creștere. Când eram mai tânăr, tindeam să mă gândesc la viața mea spirituală ca la un fel de „ușă rotativă“. Pe o parte era „păcatul de moarte“, iar pe cealaltă erau căința și iertarea, sau „starea de har“. Scopul meu principal era să mor de partea cea bună a ușii. Ani de zile am simțit că, spiritual, mă învârteam în cerc. Nu aveam deloc sentimentul că înaintez. Mai degrabă simțeam că alunec mereu îndărăt.

Spre surprinderea mea, am aflat că *nu* așa descriu marii autori spirituali viața creștină. Ci, întocmai cum viața biologică a cuiva trece în mod obișnuit prin anumite stadii – copilărie, adolescență și maturitate –, tot astfel viața spirituală a unui om trece în mod normal prin stadii de creștere. De-a lungul veacurilor, aceste stadii au fost descrise de unii autori spirituali ca trei „căi“:

1. *Calea purificării*: calea copilăriei spirituale, axată pe păzirea poruncilor, pe deznădăcinarea păcatelor capitale (de aici „purificare“) și pe dobândirea deprinderii de a te ruga Tatălui și de a medita.

2. *Calea iluminării*: calea adolescenței spirituale, axată pe o mai profundă înțelegere a misterelor vieții lui Cristos (de aici „iluminare“), pe creșterea în virtuți și pe contemplație.
3. *Calea unitivă*: calea maturității spirituale, axată pe unirea cu Dumnezeu (de aici „unitivă“) prin puterea Duhului Sfânt și prin desăvârșirea credinței, a nădejzii și a iubirii.

Deși această terminologie exactă a avut nevoie de timp ca să se dezvolte, ideea fundamentală privitoare la trei stadii de creștere își are rădăcinile în Biblie. De pildă, apostolul Pavel îi compară pe cei care sunt „copii“ în Cristos cu cei care au ajuns la „măsura vârstei plinătății Lui“ (Efeseni 4:13-14). În mod asemănător, apostolul Ioan distinge trei „vârste“ spirituale în Biserică: „copilașii“ sunt începătorii, „tinerii“ sunt cei care au înaintat spiritual și „părinții“ sunt adulții din punct de vedere spiritual (1 Ioan 2:12-13).³

De-a lungul veacurilor, diferiți autori spirituali au dat tot felul de nume acestor stadii ale vieții lăuntrice. Cu toate acestea, identificarea a trei stadii – începutul, mijlocul și finalul – se poate găsi la autori spirituali antici, medievali și moderni, atât în creștinismul răsăritean, cât și în cel apusean.⁴ Cu toții dau mărturie că viața spirituală *nu* este o ușă rotativă, ci un *proces de creștere*. Acestea fiind spuse, e important de ținut seama că *experiența* fiecăruia cu privire la acest proces va fi unică. Nu avem voie să uităm vreodată că viața spirituală este un mister.⁵

Totodată, în Predica de pe Munte, Isus însuși descrie un *singur* „drum“ sau „cale“ (gr. *hodós*) pe care trebuie să umble *toți* ucenicii săi (Matei 7:14). Această imagine a căii presupune un punct de pornire și înaintarea spre o destinație finală. Ea reflectă și faptul că Isus îi numește pe cei care îl urmează „ucenici“, sau „învățăcei“ (gr. *mathetai*)⁶. Asta înseamnă că El se așteaptă ca ei să-și însușească învățăturile sale și să *umblă împreună* pe calea maestrului și învățătorului lor spiritual –

rabbi (vezi Matei 10:24-25; 23:8-10).⁷ Căci, potrivit lui Isus, calea sa este „drumul“ ce „duce la viața veșnică“ (Matei 7:14; 19:16-17).

CHEMAREA UNIVERSALĂ LA SFINȚENIE

În al treilea rând și, poate, lucrul cel mai important, am descoperit cu surprindere că toți creștinii – inclusiv eu – suntem chemați să fim sfinți. E drept că nu-mi amintesc să fi spus cineva că sfințenia e de neatins pentru un laic ca mine. Totuși, cumva îmi intrase în cap ideea că, în vreme ce monahii, călugărițele, preoții, episcopii și papii ar fi chemați la contemplație și la unirea cu Dumnezeu, eu puteam ajunge cel mult la mediocritate spirituală și la evitarea iadului. Totuși, cu cât îi studiam mai mult pe clasicii spirituali, cu atât îmi dădeam seama că *fecare om* – bătrân sau tânăr, bărbat sau femeie, necăsătorit sau căsătorit – e chemat la sfințenie adevărată.⁸

Ei, lucrul acesta nu ar fi trebuit să fie o surpriză. La urma urmelor, în Predica de pe Munte, Isus spune: „Fiți așadar *desăvârșiți* precum Tatăl vostru ceresc este desăvârșit“ (Matei 5:48). Cu aceste cuvinte Isus face aluzie la chemarea lui Dumnezeu adresată poporului lui Israel: „*Fiți sfinți*, căci Eu, Domnul, Dumnezeu vostru, sunt sfânt“ (Levitic 19:2). Și apostolul Pavel spune că cei din Corint – care cu toții fuseseră păgâni și erau laici – sunt toți „chemați să fie *sfinți*“ (1 Corinteni 1:2). În sfârșit, epistola către Evrei îi cheamă pe destinatarii la „*sfințenia* fără de care nimeni nu-l va vedea pe Domnul“ (Evrei 12:14). Poate că cel mai frumos exemplu pentru invitația universală la sfințenie se află în întâlnirea lui Isus cu femeia din Samaria la fântână:

A venit o femeie din Samaria să scoată apă. Isus i-a zis: „Dă-mi să beau“. [...] I-a spus femeia samariteancă: „Cum tu, iudeu fiind, ceri să bei de la mine, femeie samariteancă?“ Pentru că iudeii nu au

amestec cu samaritenii. A răspuns Isus și i-a zis: „*Dacă ai ști darul lui Dumnezeu și cine este cel care-ți spune: «Dă-mi să beau», tu însăși i-ai fi cerut și ți-ar fi dat apă vie.*“ Femeia i-a spus: „Domnule, nu ai nici măcar cu ce scoate și fântâna e adâncă; atunci de unde ai apa cea vie?“ [...] Isus a răspuns: „Oricine bea din apa aceasta va înseta din nou; dar cine va bea din apa pe care i-o voi da Eu nu va mai înseta în veci, căci apa pe care i-o voi da Eu se va face în el izvor de apă sălțătoare spre viața veșnică.“ I-a zis femeia: „Domnule, dă-mi această apă ca să nu mai însetez, nici să nu mai vin aici să scot apă.“ (Ioan 4:7-11.13-15)

Vom avea mai multe de spus despre imaginea „apei vii“ mai târziu.⁹ Pentru moment, lucrul cel mai important este că Isus nu se referă la apa obișnuită. El vorbește despre potolirea setei *spirituale* a femeii oferindu-i darul Duhului Sfânt. După cum spune Isus în altă parte în Evanghelia după Ioan:

Dacă însetează cineva, să vină la mine și să bea, cel care crede în mine. Precum spune Scriptura, „râuri de apă vie vor izvorî din sânul lui“. Iar aceasta a zis-o despre Duhul pe care aveau să-l primească cei care credeau în El. (Ioan 7:37-39)

La prima vedere, femeia din Samaria poate părea o candidată improbabilă pentru darul Duhului Sfânt. În primul rând, nu este evreică. Samaritenii descindeau din păgâni ce invadaseră Țara Sfântă cu secole înainte (vezi 2 Regi/4 Regi 17:24-41). Deși îl acceptau pe Dumnezeul lui Israel, samaritenii respingeau Templul de la Ierusalim (vezi Ioan 4:19-24). În al doilea rând, samariteanca se află în păcat grav. Nu numai că a fost măritată de cinci ori, dar acum trăiește cu un bărbat care nu este soțul ei (vezi Ioan 4:17-18). În contextul iudaic din antichitate, acest lucru o plasa într-o stare publică și permanentă de curvie.

Totuși nimic din toate acestea nu-l oprește pe Isus de la a-i oferi darul Duhului Sfânt. Vădit lucru, *păcatul ei nu constituie o barieră pentru chemarea pe care i-o adresează Isus*. Desigur, de îndată ce ea îi cere să-i dea această apă, primul

lucru pe care va trebui să-l faci va fi să rezolve problema păcatului din viața ei. De aceea Isus spune: „Mergi și cheamă-l pe bărbatul tău și vino aici“ (Ioan 4:16). Totuși, Isus este acela care o așteaptă lângă fântână. *El* îi cere primul să-i dea să bea. Motivul e simplu: invitația lui Isus la sfințenie – oferirea de către El a darului Duhului Sfânt – este universală. Nu e doar pentru câțiva, ci pentru toți. Cu alte cuvinte, indiferent cine ești sau ce ai făcut, dacă ești însetat din punct de vedere spiritual, Isus *te* cheamă să vii la El și să bei.

ISUS ȘI RĂDĂCINILE EVREIEȘTI ALE SPIRITUALITĂȚII

Ajung astfel la cel de-al patrulea și ultimul lucru pe care l-am descoperit. Cu cât citeam, cu atât mai mult pricepeam că cei mai mari autori spirituali nu-și inventau învățăturile, ci le extrăgeau din Biblie – mai ales din Evangheliile. Uitați-vă la primele rânduri din lucrarea clasică a lui Thomas a Kempis, *Imitațiunea lui Cristos*:

Dacă dorim cu adevărat să propășim întru lumină [...], prima noastră străduință se cuvine să fie aceea de a chibzui și cugeta adânc la viața lui Isus Cristos. Învățătura primită de la Cristos depășește cu mult toate învățăturile sfinților.¹⁰

Cu alte cuvinte, în cele din urmă *Isus însuși este Învățătorul suprem al vieții spirituale*. El este maestrul și modelul întregii spiritualități creștine. După cum spune Isus, „Unul este învățătorul vostru, Cristos“ (Matei 23:10).¹¹

Dar sunt câteva probleme. Mai întâi, învățăturile spirituale ale lui Isus nu sunt întotdeauna ușor de înțeles. Să luăm un singur exemplu: ce vrea să spună Isus când îndeamnă: „Fiți desăvârșiți precum Tatăl vostru ceresc este desăvârșit“ (Matei 5:48)? Este oare cu putință? Apoi, când Isus și-a dat prima dată învățăturile, el vorbea unui public evreu, folosind

cuvinte și imagini adânc înrădăcinate în Scriptura ebraică. Însă mulți creștini astăzi pur și simplu nu cunosc Vechiul Testament atât de bine pe cât ar dori. Ca să înțelegem cu adevărat cuvintele și faptele lui Isus, trebuie să le situăm în contextul lor – al iudaismului antic. Vom face aceasta în cartea de față. Vom explora tema *Isus și rădăcinile evreiești ale vieții spirituale*.

Înainte de a începe, vreau să subliniez că tot ce voi spune în paginile care urmează se inspiră direct din clasicii spirituali creștini antici, medievali și moderni. Cititorii interesați de aprofundarea acestor lucrări sunt îndemnați să studieze notele de la final. Textul propriu-zis se va axa însă pe fundamentele biblice ale principalelor teme din spiritualitatea creștină, ce includ:

- rugăciunea vocală, meditația și contemplația
- trei ispite principale și trei remedii
- practici spirituale: Rugăciunea Domnească, postul și pomena
- cele șapte păcate capitale și cele șapte virtuți opuse
- *lectio divina*: cum se meditează Scriptura
- Noaptea întunecată a sufletului.¹²

Aș mai sublinia și faptul că acesta nu e un studiu ce cuprinde întreaga cale spirituală, ci o *introducere* la primul stadiu al creșterii spirituale – cunoscut îndeobște drept calea purificatoare. Fiecare capitol va începe cu o privire rapidă asupra a ceea ce spun clasicii spirituali despre fiecare temă, după care vom cerceta ce are de spus Isus însuși despre aceasta și vom încheia cu câteva remarci de natură practică, luate din înțelepciunea clasicilor spirituali. Puteți considera această carte un fel de „hartă rutieră a vieții spirituale“, avându-l pe Isus drept călăuză de căpătâi. Scopul ultim este de a releva cei dintâi pași pe „calea“ spirituală indicată de Isus însuși (vezi Matei 7:14).