

CUVÂNT ȘI TĂCERE ÎN DIALOGUL DINTRE OM ȘI DUMNEZEU¹

DAN NEMEȘ

Abstract.

Prayer is man's silent dialogue with God, constituting the space and time for the approach between the earthly plane and the heavenly plane. Man's soul can meet his Creator through the word, but also through a humble silence.

The path of prayer has several stages of internalization: spoken prayer, whispered prayer, thought prayer and the felt, lived prayer. The final stage of prayer, as a state of internalization, represents the descent of the mind into the heart, amidst a state of divine grace, called enlightening, meaning that inner stillness which leads to the peace of Christ. The prayer of the mind lowered into the heart is called the Jesus Prayer, in which the power of the Name of Jesus gives rise in our souls to „countless thoughts as bright as the sun” (St. Isihie of Sinai).

Keywords: *prayer, word, silence, enlightening, divine dialogue, divinity, man.*

1. Aspecte caracteristice cu privire la rugăciune

Întâlnirea de taină a omului cu Dumnezeu se petrece întotdeauna în timpul sacralizat al rugăciunii. Acest dialog ar fi necesar să existe în permanență, prin cuvânt, în momentele de dialog rostit... ori prin tăcerea vorbelor exterioare și prin înmulțirea tainei tăcerii întru marele Cuvânt...

Dialogul cu Dumnezeu, experimentat prin rugăciune, îl apropie pe om de esența sa divină, de suflul de viață pe care l-a primit la întrupare, de încreștinarea sa dobândită la botez. Toate acestea sunt etape de dezvoltare spirituală, de progres duhovnicesc, pe scara drumului său spre mântuire.

¹ Materialul a fost prezentat în cadrul Simpozionului Internațional de Teologie, Istorie, Muzicologie și Artă Sacră cu tema *Rugăciunea - inima Bisericii*, 31 octombrie - 1 noiembrie 2022, Cluj-Napoca.

Rugăciunea este cuvânt întru zidire, este podoabă a virtuților creștine, este lumina sufletului nostru care se întoarce, în taină și smerenie, spre Creator. Lumina Împărăției divine, lumina Duhului Sfânt coboară asupra omului adâncit în rugăciune, când aceasta este realizată în mod sincer, în inimă curată, în duh înveșmântat în aura triadei Adevărului, Binelui și Frumosului. Aceasta este calea de reconciliere dăruită de Bunul Dumnezeu omului, prin calea deschisă de Iisus Hristos. Rugăciunea rămâne cheia care stă la baza tuturor virtuților creștine, precum și a vieții isihaste, dar și a vieții în comunitatea noastră cea de toate zilele.

a) Momentele de rugăciune implică existența diferitelor *aspecte de conținut ale dialogului dintre om și Dumnezeu*. Astfel, există: *rugăciunea de laudă* adusă Domnului Dumnezeuului nostru, apoi *rugăciunea de mulțumire* pentru toate binefacerile pe care ni le acordă și cu care ne binecuvântează zi de zi, pe noi, toți oamenii, buni și răi, milostivi și nemilostivi, harnici și trândavi, cutezători și lași, înduhovniciți și pe cale de înduhovnicire; la acestea se adaugă *rugăciunea de căință sau de pocăință*, prin care ne întoarcem, în smerenie, spre Creatorul și Proniatorul nostru, pe lângă un alt tip de rugăciune, extrem de des întâlnit, și anume *rugăciunea de cerere*, în care ne spunem necazurile și dorințele, încercările și solicitările adresate Sfintei Treimi.

În completare, se pot adăuga *rugăciunile de intermediere*, prin care ne rugăm pentru binele și mântuirea semenilor noștri, mai mult sau mai puțin apropiați de noi, cunoscuți și necunoscuți, prieteni și vrăjmași, ajungând astfel să ne rugăm pentru lumea întreagă. „*Nicio rugăciune pe care o faci pentru fratele tău, pentru ruda ta, nu se pierde. Dumnezeu îl va ajuta atunci când se va afla într-o situație grea. Rugăciunea nu numai că ajută, dar poate să scoată chiar și un suflet din iad. Atâta putere are rugăciunea.*”²

Acestea toate sunt tipuri de rugăciune pentru oamenii trăitori pe pământ. Există însă și *rugăciuni pentru răposați*, o variantă a rugăciunilor de intermediere, adică acele rugăciuni prin care ne adresăm Sfintei Treimi, Tatăl, Fiul și Sfântul Duh, pentru iertarea păcatelor celor care au plecat dintre noi, precum și pentru ameliorarea stării lor de dincolo de lumea văzută.

b) *Din punctul de vedere al formei de adresare a rugăciunii*, se cunosc *rugăciunile rostite cu voce tare*, individual sau în comuniune cu alți credincioși, *rugăciunile șoptite în taină*, *rugăciunile* adresate divinității *prin limbajul interior*, al gândului și al inimii.

c) *Ca durată a acestor rugăciuni*, se întâlnesc *rugăciuni temporare*, care durează de la câteva minute la câteva ore, desfășurate în diferite momente ale

² IOSIF AGHIORITUL, *Starețul Efrem Katunakiotul*, trad. de Ștefan Nuțescu, Schitul Lacu, Sfântul Munte Athos, Ed. Evanghelismos, București, 2004, fragment text copertă.

zilei ori ale nopții, precum și *rugăciuni permanente*, care constau în adâncirea întregii ființe omenеști în ritmurile rugăciunii lăuntrice, prin care întreaga existență umană este învăluită în aura înălțării spre Dumnezeu, a gândului către divinitate, a trăirii în preajma cerului din noi și de deasupra noastră.

În orice tip de rugăciune și în orice formă o facem, e necesar să fim absolut sinceri, să fim autentici în întreaga noastră ființă, să recunoaștem adevărul, să știm când am săvârșit binele și când am greșit săvârșind răul, să fim conștienți de frumusețea, eleganța, delicatețea, tandrețea și blândețea comportamentului nostru cu semenii sau, dimpotrivă, de inadecvarea acestui comportament la momentele și conjuncturile de viață întâlnite. Să ne rugăm Domnului Dumnezeuului nostru pentru înțelepciunea necesară parcurgerii etapelor de viață în care ne aflăm, noi ori co-familialii noștri, semenii alături de care viețuim zi de zi.

Rugăciunea reprezintă cea mai înaltă formă de iubire, iubirea de Dumnezeu. „*Construcția intimității cu Dumnezeu*”³ constituie un proces laborios, în care este angrenată întreaga noastră ființă, de-a lungul unor mai mult sau mai puțin numeroși ani de transformare interioară, în funcție de vârsta duhovnicească și nu numai; aici pot fi și chiar trebuie să fie luate în considerare și vârsta cronologică, vârsta mentală, vârsta psiho-afectivă, vârsta caracterial-volițională ale persoanei în cauză.

Dacă ne rugăm, dar în afara rugăciunii suntem indiferenți față de semenii noștri și nu-i ocrotim de neazuri pe cei de lângă noi, ce rost mai are rugăciunea? Această întrebare ar fi necesar a fi pusă conștiinței fiecărui om, indiferent de profesiunea pe care o are și indiferent de poziția socială pe care o ocupă la un moment dat.

Rugăciunile noastre pot fi închinare Sfintei Treimi, adică Tatălui Ceresc, Fiului, Cuvântul lui Dumnezeu Cel Întrupat și Duhului Sfânt, Dătătorului nostru de viață. Rugăciunile noastre se pot îndrepta mereu și către Maica Domnului, care este nedespărțită de Mântuitorul Hristos, fiind aceea care a răspuns aprobator, cu marele „da!” la Vestea cea Bună adusă de Arhanghelul Gavriil care a adus Bunavestire de la Dumnezeu, spunându-i: „... *Nu te teme, Marie, fiindcă ai aflat har la Dumnezeu. Și iată-n pântecele tău vei zămisli și vei naște Fiu și numele Lui îl vei chema Iisus. Acesta mare va fi și Fiul Celui-Preaînalt Se va chema și Domnul Dumnezeu Îi va da tronul lui David, părintele Său, și va împărăți peste casa lui Iacob în veci și împărăția Lui nu va avea sfârșit.*” (Luca 1, 30-33).

De-a lungul întregii Sale vieți, Maica Domnului I-a fost alături, sprijin permanent, cu dragoste și ocrotire de maică. Ea ascultă rugăciunile noastre și, cu voia Domnului, le dă răspuns pe măsura măsurilor dumnezeiești.

³ Teofil Tia, *Preliminarii psiho-afective în „construcția” intimității cu Dumnezeu*. Optica profesorului Giacomo Dacquino (Torino), Cluj-Napoca, 2018.

„*Ne rugăm (și) Îngerului nostru păzitor ca el să ne păzească în toate căile noastre...*”⁴

Creștinii ortodocși se roagă și la Sfinți, cum s-ar ruga la prietenii lor, aflați în ceruri. Acest cult al Sfinților a existat printre creștini, încă din primele momente ale nașterii Bisericii, ei fiind martirii și mucenicii pe mormintele cărora s-au înălțat primele biserici. Sângele lor, vărsat pentru Hristos, sfințește temelia Bisericii, pentru totdeauna.

2. Cuvântul în rugăciune

Cuvintele omenești prind viață și au forță prin zămislirea lor din viața și forța marelui Cuvânt întrupat, Iisus Hristos, Fiul lui Dumnezeu cel Viu. Vorbele omenești sunt vorbe pămâtenene, dar prin atingerea de Cuvântul lui Dumnezeu, ele devin *cuvinte* purtătoare de duh sacralizat, adică de Duh Sfânt. Lumina lor dăinuie, învie și vindecă; iată, de aceea, ele se transformă în *rugăciune*. Cuvântul, prin cuvintele Sale, devine purtătorul de Duh Sfânt în adevărata rugăciune a oamenilor.

Cuvintele cu care ne rugăm pot fi cuprinse în rugăciunile clasice, în cele consacrate de ani de zile sau pot fi propriile noastre cuvinte, prin care ne exprimăm durerile, atitudinea, sfâșierile noastre lăuntrice, suferințele trupesti, sufletești sau duhovnicești, nedumeririle, întrebările, cererile sau doleanțele noastre, tristețea, anxietatea, disperarea sau nădejdea noastră. Prin ele ne confesăm Dumnezeu celui Viu și-i cerem milă, dreptate sau ocrotire. Cu inima curată rostim cuvintele rugăciunilor marilor Sfinți sau cuvintele izvorâte din sângele, carnea și sufletul nostru. Ardoarea lor este flacăra ce luminează calea până la Dumnezeu pe care o parcurg cuvintele rugăciunilor tăiate din ființa noastră.

Rugăciunea Numelui lui Iisus (în forma sa completă: „*Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul*”... sau: „*Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi, păcătoșii*”... ori în diferite variante, prescurtate: „*Doamne, Iisuse Hristoase, miluiește-mă*”... sau „*Doamne, Iisuse*”... sau „*Iisuse, Fiul lui Dumnezeu*”... sau „*Iisuse, Fiul lui Dumnezeu*”...), așa cum era rostirea ca mărturisire a lui Petru, pe drumul spre Cezarea...), care ajunge atât de interiorizată cu vremea, începe prin a fi vorbită, rostită cu buzele și cu voce tare. Cuvintele sunt indispensabile, ele sunt haina gândurilor, forma pe care o iau cugetările noastre, opțiunile noastre, atitudinea noastră și chiar și faptele noastre sub carcasa lor inițială, de intenție, motivație sau imbold.

⁴ Ilarion ALFEYEV, *Rugăciunea. Întâlnire cu Dumnezeu cel Viu*, trad. de Dragoș Dâscă, Ed. Doxologia, Iași, 2016, p. 128.

Prin cuvinte, omul își exprimă gândurile, simțirea, voința. Iată câteva exemple: „*Omul care-l laudă pe aproapele său și se judecă pe sine, ajunge la măsura sfințeniei.*”⁵ Sau, o altă zicere a aceluiași autor: „*Dacă citiți cărțile Sfinților Părinți veți vedea că mulți s-au sfințit cu ușurință fără să-și facă prea multe griji, și au sfințit sufletele fără să facă osteneți, fără să facă jertfe, fără să ducă lupte ascetice. Dar cum s-au sfințit? Au ales ascultarea.*”⁶

De două feluri este ascultarea: în primii ani de noviciat într-o mănăstire sau în primii ani de întoarcere la Dumnezeu și de pocăință, între mireni, ascultarea trebuie să fie o „ascultare oarbă” față de stareț (în mănăstire) sau față de duhovnicul ales (în lumea laică); după o vreme de profundă înduhovnicire a celui în cauză, omul poate ajunge la „ascultarea cu discernământ”. „*După ce trec zece-cincisprezece ani, atunci vine ascultarea cu discernământ. Aceasta este rodul ascultării fără discernământ, oarbe.*”⁷

Cuvintele care-L aduc pe Dumnezeu în fața ochilor noștri sunt cu atât mai puternice, cu cât, fiind rostite din inimă, ele ne apropie cu adevărat de Creatorul, Proniatorul și Mântuitorul nostru. Numele lui Dumnezeu este *numen praesens, Emanuel*, „Dumnezeu este cu noi”. Prin rostirea permanentă a numelui lui Hristos, El se sălășluiește în ființa noastră, în trăirile noastre, în viața noastră. Inima noastră devine astfel tabernacol al Duhului Sfânt.

3. Taina tăcerii în rugăciune

Dincolo de cuvinte, când întreaga noastră ființă este alipită ideii și sentimentului de Dumnezeu, ca și Creator și Proniator al nostru, atunci când intrăm într-o „tăcere” a comunicării cu divinitatea, într-o zonă în care sufletul nostru, cu auzul său inefabil, prinde în taină sensul cuvintelor parcă transmise de Dumnezeu, dialogul nostru cu Tatăl Ceresc sau cu Iisus Hristos, prin Duhul Sfânt, intră într-o dimensiune rareori accesată, dar atât de dorită, aceea a ascultării vocii divine.

Rugăciunea inimii noastre, rugăciunea invocării numelui lui Iisus, în etapa sa de dezvoltare extremă, când cuvintele se topesc în creuzetul sângelui și întreaga noastră ființă viețuiește prin ritmul repetării acestui nume, repetare fără cuvinte, ci realizată doar de ritmul respirației noastre și al pulsului sângelui nostru, devine un nou mod de existență spirituală, aceea a unirii cu Duhul Divin. „*Între tăcere și credință există o strânsă legătură. Sfera credinței și sfera tăcerii țin una de alta. Tăcerea e baza naturală pe care se împlinește supra-natura credinței.*”⁸

⁵ IOSIF AGHIORITUL, *Starețul Efrem Katunakiotul*, fragment text copertă.

⁶ IOSIF AGHIORITUL, *Starețul Efrem Katunakiotul*, fragment text copertă.

⁷ IOSIF AGHIORITUL, *Starețul Efrem Katunakiotul*, p. 191.

⁸ Max PICARD, *Lumea tăcerii*, trad. de Ioan Milea, notă introductivă de Michael Picard, Ed. Limes, Cluj-Napoca, 2019, p. 212.

La „*omul tainic al inimii*” (I Petru 3, 4), rugăciunea curge odată cu sângele ca puls al inimii ori odată cu neîntrerupta respirație, hrănind cu duh întreaga ființă trupească, sufletească și duhovnicească a omului. Se clădește astfel o tainică relație între *rugăciune* și *tăcere*. Această stare de liniște interioară este cunoscută, în ortodoxie, ca fiind starea denumită *isihia*, în care curgerea haotică a gândurilor, dezordinea entropică interioară, cotidiană, a naturii umane, este reorientată spre un tărâm de calm, de răbdare, de trezvie, de atenție concentrată pe o idee religioasă, pe un punct de sprijin ceresc.

Mintea omului, coborâtă în inima omului, aduce pacea despre care ne vorbește Iisus Hristos: „*Pacea Mea o dau vouă!*” (Ioan 14, 27), și care este preluată pe „calea ortodoxă”⁹ a Rugăciunii Numelui lui Iisus. „*Ora et labora*”, spuneau antecesorii noștri, „*roagă-te și muncește!*”

„*Mâinile și picioarele la lucru, iar gândul la Dumnezeu*” sau „*Cu trupul vei lucra, cu sufletul te vei ruga*”, așa după cum recomandau creștinii din vremurile de început ale Bisericii. În acest fel, întreaga activitate a omului devine o ofrandă, o jertfă adusă divinității, o adevărată rugăciune *sui-generis*. Această stare de grație duhovnicească ne face *hristofori*, purtători de Hristos, de Duh Sfânt, noile *graaluri* ale contemporaneității.

În tăcerea noastră înduhovnicită, „*Hristos ia chip în noi*” (Efeseni 4, 13). Lumina Sa devine lumina noastră, Duhul Său se reflectă în apele sufletului nostru, inima Sa se atinge de inima noastră, îndumnezeindu-ne ca fii ai lui Dumnezeu, prin har. Aceasta este „*metanoia*”¹⁰, transformarea noastră interioară într-o nouă ființă, printr-o nouă naștere, din apă și din Duh, înnoindu-ne cu chipul nostru de la Botez, aducându-ni-l aproape, sublimându-ne trăirile până la inefabil și transcendență.

„*Se poate trăi un dialog și fără cuvinte. Se poate chiar renunța la Rugăciunea lui Iisus. Nu trebuie reținut decât conținutul. Să ne adresăm lui Dumnezeu și să aducem, prin ființa noastră, laudă lui Dumnezeu, să ne minunăm înaintea Lui și să simțim recunoștința și smerenia. Este vorba atunci de o exprimare dincolo de cuvinte. Aceasta este rugăciunea curată, rugăciunea întregii ființe care manifestă ieșirea simțitoare dincolo de toate lucrurile, de toate gândurile și de sine însuși, în întâlnirea cu Dumnezeu. Această stare îl făcea, poate, pe Sfântul Efrem să spună: Tăcerea este limbajul veacului viitor.*”¹¹

⁹ Kallistos WARE, *Rugăciune și tăcere în spiritualitatea ortodoxă*, trad. de Gabriela Moldoveanu și Monahia Siluana Vlad, cuvânt înainte de Constantin Galeriu, postfață de Maxime Egger, Ed. Sophia/ Christiana, București, 2019, p. 6.

¹⁰ Aimé MICHEL, *Metanoia. Fenomene fizice ale misticismului*, ediția a doua, trad. de Radu I. Petrescu, Ed. Nemira, București, 2006.

¹¹ Guy FONTAINE, *Cinci lecții despre Ortodoxie*, prefață de Boris Bobrinskoy, trad. de Nicolae Turcan, Ed. Renașterea, Cluj-Napoca, 2017, p. 100.

Arta rugăciunii cuprinde tăcerea ca o piatră de încercare a unei autentice apropieri de Dumnezeu. Când te rogi, „*tu însuși să taci; acum vorbește rugăciunea*”.¹² În acest caz, se adevăresc spusele Sfântului Apostol Pavel: „*Nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine*” (Galateni 2, 20).

În tăcere e o sublimare a *cuvântului*, care devine *taină*. La unii oameni rugători, duhul propriu sălășluiește în ritmul tăcerii împrumutate de la Dumnezeu. Acești oameni sunt „*sarea pământului*” și „*lumina lumii*” (Matei 5, 13-16), pentru că ei rămân tăcuți în rugăciunea prin care Dumnezeu lucrează. Și pentru ei, pentru acești mistici, anahoreți sau oameni din lume, necunoscuți cu adevărat de semenii care nu le pot pătrunde tainele sufletului, a fi mereu sau, respectiv, a fi din când în când singuri, e cel mai mare dar al existenței. Atunci se pot dăruia în totalitate dulceții rugăciunii din apropierea sau proximitatea lui Dumnezeu, pe care o trăiesc în uitarea de sine, cuprinzând în ei lumea întreagă.

Ortodoxia, așa după cum se rânduiesc lucrurile, implică o apropiere de Dumnezeu, care este revelație și mister, dezvăluire și ascundere, *cale catafatică* și *cale apofatică*. Rugăciunea este în ortodoxie o cale de îndumnezeire a omului, văzută și mai mult nevăzută, exterioară (prin cuvânt) și interiorizată (prin tăcerea înduhovnicită).

Rugăciunea se zămislește din *credință*, din *nădejde* și din *iubire*.

„... *Și acum rămân: credința, nădejdea, iubirea, acestea trei; dar cea mai mare din ele este iubirea.*” (Sf. Apostol Pavel, Epistola 1 Corinteni 13, 13).

Prin neprihănirea pe care ne-o aduce, putem trăi încă de pe pământ în Raiul pe care starea de rugăciune îl coboară în sufletele noastre.

Bibliografie

Alfeyev, Ilarion, Mitropolit de Volokolamsk, *Rugăciunea. Întâlnire cu Dumnezeul cel Viu*, traducere de Dragoș Dâscă, Doxologia, Iași, 2016.

Colliander, Tito, (2022), *Calea asceților*, Cuvânt înainte de Episcopul Macarie, Europa de Nord, Traducere din limba suedeză și note de Părintele Dan Bădulescu, București, Editura Predania,

Fontaine, Guy, (2017), *Conci lecții despre Ortodoxie*, prefată de Boris Bobrinskoy, traducere de Nicolae Turcan, Editura Renașterea, Cluj-Napoca, 2017.

Iosif Aghioritul, Ierom., *Starețul Efrem Katunakiotul*, traducere de Ștefan Nuțescu, Schitul Lacu, Sfântul Munte Athos, Editura Evanghelismos, București, 2004.

¹² Tito COLLIANDER, *Calea asceților*, cuvânt înainte de Episcop Macarie, Europa de Nord, trad. și note de Dan Bădulescu, Ed. Predania, București, 2022, p. 121.

Michel, Aimé, *Metanoia. Fenomene fizice ale misticismului*, ediția a doua, traducere de Radu I. Petrescu, Editura Nemira, București, 2006.

Picard, Max, *Lumea tăcerii*, traducere de Ioan Milea, notă introductivă de Michael Picard, Limes, Cluj, 2019.

Tia, Teofil, *Preliminarii psiho-afective în „construcția” intimității cu Dumnezeu. Optica profesorului Giacomo Dacquino (Torino)*, Cluj-Napoca, 2018.

Ware, Kallistos, Mitr., *Rugăciune și tăcere în spiritualitatea ortodoxă*, traducere de Gabriela Moldoveanu și Monahia Siluana Vlad, cuvânt înainte de Constantin Galeriu, postfață de Maxime Egger, Editura Sophia/ Editura Christiana, București, 2019.