

Exercitiul spiritual al crestinului (al-2-lea)

5/9/2021

Exercitiul spiritual care constituie viata ascetica este un element esential in viata unui crestin, asa cum se subliniaza atat in Biblie, cat si in Sfanta Traditie a Bisericii. Cei care s-au consacrat de bunăvoie la exercitiul spiritual de-a lungul vieții lor au atins culmile sfințeniei. Calugarii si maicile care se refugiază in manastiri sau in schituri, iar in chilii practica neobositi rugaciunea. Multi din randurile monahilor – datorita sirguintei lor in acord cu vointa Domnului au devenit Sfinti.

Exercitiul spiritual, cu toate acestea, nu este numai ocupația monahilor, dar si a fiecarui creștin credincios, chiar dacă ar putea diferi în forma sa exterioara. Deoarece condițiile în care trăiește monahul sunt foarte diferite de condițiile în care se afla angajatii se gaseste si el ca membru al societății cu alte obligații și provocări. Mai mult decât atât, ar fi greșit – de exemplu : capul unei familii să imite – din cauza admirației profunde – practica strictă a călugărilor și să-și neglijeze îndatoririle în cadrul familiei sale ca soț și tată.

Spiritul și scopul exercitiului spiritual sunt aceleași pentru toată lumea. Sfintii Parinti ai Bisericii noastre au jertfit mult timp si energie pentru a reusi in viata ascetica, in lupta impotriva patimilor, in dobandirea virtutilor si in lupta duhovniceasca a credinciosului, pentru a ajunge la sfințenie si indumnezeire. Multe lucrări minunate ale Părinților au fost publicate fie sub formă de cărți, cum ar fi "SCARA" a Sfântului Ioan din Sinai, fie sub formă de predici si citate. Acestea sunt foarte utile pentru a fi citite și familiariza cu ele.

Vom limita expunerea exercitiului spiritual datorită enormității subiectului la investigarea puterilor sufletului, pe care ar trebui să le activăm corect pentru ca exercitiul nostru spiritual să aibă succes și să-și îndeplinească scopul.

În prima și cea mai mare poruncă a lui Dumnezeu, pe care Domnul a inclus-o în legea iudaică, el îndeamna: " Să iubești pe Domnul Dumnezeul tău din toată inima ta și din tot sufletul tău și din toată puterea ta și din tot cugetul tău, iar pe aproapele tău ca pe tine însuși. " (Luca 10:27). Este izbitor faptul că porunca nu afirmă pur și simplu "cu tot sufletul tău", ci prin adăugarea unor termeni precum "cuget", "inimă" și "putere" într-un fel reflectă asupra structurii spirituale interioare a omului. Părinții Bisericii au meditat profund la aceste concepte ale sufletului și ne-au învățat că Creatorul a stabilit în sufletul omenesc trei puteri:

1) **Mintea rațională**. Mintea rațională este sediul intelectului și al cunoașterii, iar prin ea Îl cunoaștem pe Dumnezeu și voia Lui.

2) **Mintea arzătoare** sau voința, care rezidă în auz și are ca bază iubirea și zelul, și astfel îl caută pe Creator.

Si 3) **Mintea binelului dorit**, care este sediul dorintei si al pasiunii. Ea dorește comuniunea cu Dumnezeu.

Cu toate acestea, odată cu căderea primelor ființe umane, sufletul s-a îmbolnăvit și, ca urmare, mintea a devenit copleșită de ambiție și mândrie, inima prin lăcomie, invidie și ură și a devenit încurcată de dorințe rele și fapte murdare.

Acesta este motivul pentru care creștinul credincios ar trebui să se angajeze într-un exercițiu spiritual intens și metodic, care este o condiție necesară pentru ca harul Duhului Sfânt să aducă vindecare și mântuire. Astfel, **mintea** va căuta conștientizarea adevăratului Dumnezeu, pentru a cunoaște mai profund voia Sa și va încerca să trăiască potrivit cu ea. Când omul își va da seama cât de mare este dragostea lui Dumnezeu, atunci, indiferent de ceea ce face, indiferent cât de mult practică, indiferent cât de mult se sacrifică în această viață de dragul lui Dumnezeu, el va simți că toate acestea sunt minime în comparație cu ceea ce a suferit Domnul pentru noi. Și astfel exercițiul se va face cu bucurie, fără nici un disconfort sau tristețe.

Dar trebuie să subliniem că viața ascetică nu mântuiește în sine, căci oricât de mari ar fi exercițiile sau faptele spirituale în care ne angajăm, vindecarea sufletului este în cele din urmă lucrarea Duhului Sfânt care, pentru a realiza acest lucru, are nevoie de cooperarea noastră umană (sinergie). De aceea, exercițiul spiritual trebuie combinat cu smerenia, pocăința și spovedania, precum și participarea la slujbele Bisericii. Ar trebui să fim atenți, desigur, astfel încât viața noastră ascetică să nu se limiteze doar la forme sau obiceiuri sau doar la fapte externe.

Dragii mei frați și dragile mele surori, pentru ca sufletul uman să fie sănătos, toate cele trei puteri ale sale, pe care le-am elaborat, trebuie să funcționeze în armonie unul cu celălalt. Sa încheiem rezumând mijloacele prin care cele trei puteri ale sufletului sunt vindecate după învățătura Părinților Bisericii:

- 1) Mintea rațională este vindecată de credință statornică și de nezdruncinat, prin studiul Bibliei, rugăciune neîncetată, ascultare, smerenie și prudență.
- 2) Mintea arzătoare, inima, este vindecata prin predarea a toata voia noastra la Dumnezeu și sincer rugându-se "faca-se voia Ta". Pentru a fi complet vindecată, inima are nevoie de iubire, de milostivire, de răbdare în greutăți și de aversiune față de păcat și de lucrările diavolului.
- 3) Mintea doritoare este vindecată de post, cumpătare, înțelepciune, vigilență, stand în picioare și îngenuncheat în rugăciune și, în general, cu sarcini care necesită efort de dragul lui Dumnezeu sau de dragul semenilor noștri în suferință. De aceea sa ne desfasuram , exercițiul nostru duhovnicesc cu toate puterile spirituale si puterile sufletului nostru, atrăgând constant sprijin de la Domnul nostru Iisus Hristos, cu speranța că Duhul Sfânt va curati, vindeca și sfinți sufletele noastre. Amin.