

Despre rugăciune

**Lucrare tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreasfințitului
TEOFAN
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei**

Mitropolia Moldovei și Bucovinei
DOXOLOGIA
Iași, 2009

Redactor: Pr. Cezar Țăbâră
Corector: Lia Gociu
Tehnoredactor: Daniela Ungureanu
Design: Ana Maria Chiribută

Editura Doxologia, Cuza-Vodă 51, 700038, IASI
Tel.: (0232)216693; (0232)218324; Fax: (0232)216694
www.doxologia.ro, E-mail: editura@doxologia.ro
Tiparul executat la Tipografia Doxologia

ISBN 978-606-92196-1-4
© DOXOLOGIA

Întrebări și răspunsuri despre rugăciune

De câte feluri este rugăciunea?

Dacă ținem seama de persoana care săvârșește rugăciunea, de numărul persoanelor care iau parte la ea, de locul unde se face și timpul când se săvârșește, atunci deosebim două feluri de rugăciune: rugăciunea particulară și rugăciunea Bisericii sau, cu alte cuvinte, cultul particular și cultul public comun.

Ce este rugăciunea particulară?

Rugăciunea particulară este rugăciunea făcută de fiecare credincios, singur sau împreună cu ai săi sau cu alți credincioși, în orice loc, în orice timp, citită sau spusă pe de rost, după alcătuirea gata făcută, dintr-o carte de rugăciuni sau chiar scoasă din taina inimii sale.

O astfel de rugăciune este cea rostită de Mântuitorul pe calea dintre Betania și Ierusalim (Luca 11,1); cea făcută de Sfântul Apostol Petru pe acoperișul casei din Iope (Fapte 10,9); cea făcută de vameș în templu (Luca 18,13); cea făcută de Sfinții Apostoli Pavel și Sila în temniță (Fapte 16,25) și altele.

Ce este rugăciunea?

Rugăciunea este ridicarea minții și voii noastre către Dumnezeu¹, iar Evagrie Monahul zice că „rugăciunea este vorbirea minții cu Dumnezeu”². De aceea se cuvine ca, atunci când stăm de

¹ Evagrie Monahul, „Cuvânt despre rugăciune”, în *Filocalia*, vol. I, p. 80, trad. Pr. Dr. D. Stăniloae, Sibiu, 1946; Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, trad. Pr. D. Fecioru, București, 1938, cartea III, cap. XXIV, p. 223.

² Evagrie Monahul, „Cuvânt despre rugăciune”, în *Filocalia*, vol. I, p. 57.

vorbă cu Dumnezeu, adică atunci când stăm la rugăciune, să alungăm din gândul nostru orice grijă și să îndreptăm toate puterile duhului nostru numai la Dumnezeu. Adică, cugetul să gândească la El, ținerea de minte (memoria) să uite toate cele pământești, iar inima, vorbind cu El, să salte de bucurie și de dragoste. Căci „cel ce iubește pe Dumnezeu, de-a pururi stă de vorbă cu Dânsul ca și cum ar sta cu un tată, alungând orice gând pătimaș”³. Doar a cugeta la Dumnezeu nu înseamnă rugăciune; căci și demonii cugetă la Dumnezeu, dar de rugat nu se roagă.

De ce este însoțită rugăciunea de unele semne văzute, precum semnul Sfintei Cruci, așezarea în genunchi, facerea de metanii, ridicarea mâinilor și altele?

În timpul rugăciunii ne închinăm, făcând semnul Sfintei Cruci, batem metanii, stăm în genunchi și altele, spre a spori evlavia noastră lăuntrică și a o face văzută.

Cum se face semnul Sfintei Cruci și ce zicem când îl facem?

Semnul Sfintei Cruci se face astfel: îndoim înăuntru și lipim de podul palmei drepte degetul mic și inelarul, apoi împreunăm vârful degetelor gros, arătător și mijlociu de la aceeași mână și cu ele astfel împreunate ne însemnăm pe frunte, pe piept, pe umărul drept și pe umărul stâng.

Orice rugăciune se începe cu rostirea: „În numele Tatălui și al Fiului și al Sfântului Duh, Amin”, însoțită de semnul Sfintei Cruci, astfel: când zicem „în numele Tatălui...” ne însemnăm pe frunte; când zicem „și al Fiului” ne însemnăm pe piept; când zicem „și al Sfântului Duh”, ne însemnăm pe umărul drept întâi și apoi pe cel stâng; și încheiem zicând „amin”.

Însemnarea cu semnul crucii este o deprindere creștinească foarte veche, chiar din timpul Sfinților Apostoli. Facem semnul

³ *Ibidem*, p. 54.

Crucii însoțind orice rugăciune rostită cu glas tare sau în gând și când trecem pe lângă biserică sau pe lângă o troiță, când începem și când sfârșim un lucru ori, cum spune Tertulian († 240), „la fiecare pas și la fiecare faptă ne însemnăm... cu semnul Sfintei Cruci”⁴.

Când facem semnul Sfintei Cruci, să cugetăm la mărirea Celui Preaînalt, în numele Căruia îl facem. Drept aceea, să nu facem semnul Sfintei Cruci în grabă, oricât de mult am fi zoriți de treburi. După felul cum facem crucea văd ceilalți oameni cam ce loc are în inima noastră Dumnezeu.

Când ne însemnăm cu Sfânta Cruce, facem și o mărturisire de credință?

Fără îndoială. Făcând semnul Sfintei Cruci, mărturisim credința în Domnul și Mântuitorul nostru Iisus Hristos, Cel răstignit pe cruce, și credința într-un Dumnezeu în Trei Ipostasuri⁵.

Într-adevăr, când facem semnul Sfintei Cruci, rostind numele celor Trei Ipostasuri (Tatăl, Fiul și Sfântul Duh), mărturisim un singur Dumnezeu în trei fețe dumnezeiești, iar semnul crucii ne aduce aminte că Fiul lui Dumnezeu, făcut om, ne-a mântuit, răstignindu-Se pe cruce. Așadar, semnul Sfintei Cruci este oarecum o învățătură pe scurt a credinței creștine. Biserica cinstește cu multă evlavie Sfânta Cruce: trei zile pe an (14 septembrie, duminica a treia din Postul Paștelui și 1 august) sunt închinare cinstirii Sfintei Cruci. Crucea, făurită din lemn sau din metal, frumos lucrată și împodobită, nu lipsește de pe nici o Sfântă Masă, din nici o biserică în care se slujește Sfânta Liturghie. De asemenea, nu lipsește niciodată de pe vârful turlor bisericilor și al clopotnițelor, iar în cimitirele noastre cei răposați așteaptă învierea morților sub ocrotirea Sfintei Cruci. Vasele

⁴Tertulian, *De corona militis*, cap. III, Migne, PL, II, col. 99.

⁵Dionisie Areopagitul, *Ierarhia bisericească*, cap. VI, 3, p. 135, trad. Pr. Cicerone Iordăchescu, Iași, 1932.

și odăjdiile sfințite ale bisericilor sunt împodobite cu cruci, multe biserici sunt zidite în chipul crucii, iar cărțile bisericești sunt pline de tot felul de cântări în cinstea Sfintei Cruci. În multe locuri, crucea este așezată la fântânile cu apă de băut și la răspânțiile drumurilor. În sfârșit, fapt foarte însemnat, a doua Venire a Mântuitorului, când va veni să judece viii și morții, va fi prevestită prin arătarea „semnului Fiului Omului pe cer” (Matei 24,30), adică a crucii⁶.

Ce dobândim când ne facem semnul Sfintei Cruci?

Însemnându-ne cu semnul Sfintei Cruci dobândim binecuvântarea lui Dumnezeu, fiindcă ea a surpat peretele cel din mijloc al vrajbei dintre Dumnezeu și om (Efes. 2,16); ea ne ocrotește de bântuierile necuratului⁷, ca și de multe rele sufletești și trupești⁸.

Semnul Sfintei Cruci este prin el însuși o binecuvântare dumnezeiască, iar „binecuvântarea este dătătoare de sfințenie, alungă relele și aduce binele”, spune canonul 27 al Sfântului Vasile cel Mare.

1. Crucea ocrotește de relele trupești. Semnul crucii a cruțat de nimicire pe cei întâi-născuți ai Israelului, fiindcă semnul făcut pe stâlpii și pe pragurile ușilor, pe lângă care îngerul morții a trecut fără să bată (Ieș. 12,7.27), închipuia semnul crucii⁹. Semnul crucii era semnul care îi vindeca pe cei mușcați de șerpi, fiindcă șarpele de aramă ridicat în pustie de Moise, care îi salva pe oameni numai uitându-se ei spre el (Num. 31), preînchipuia semnul Sfintei Cruci (Ioan 3,14).

⁶ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, trad. rom., p. 257.

⁷ Sfântul Chiril al Ierusalimului, *Catehezele*, trad. Pr. Dr. D. Fecioru, București, 1943-1945, „Cateheza XIII”, cap. 36, p. 352, și IV, cap. 13, p. 115.

⁸ Sfântul Ioan Damaschin, *op. cit.*, p. 256.

⁹ *Ibidem*, p. 258.

2. Crucea alungă diavoli. Precum câinele fuge de bățul cu care a fost lovit, tot așa și diavolul fuge de crucea care îi amintește că prin ea a fost biruit¹⁰. „Crucea, zice Sfântul Ioan Damaschin, este pavăză, armă și semn de biruință împotriva diavolului”¹¹; iar Biserica noastră cântă: „Doamne, armă asupra diavolului crucea Ta o ai dat nouă, că se îngrozește și se cutremură, necutezând a căuta spre puterea ei...”.

3. Semnul Sfintei Cruci, închipuind însăși Crucea lui Hristos, ocrotește de uneltirile necuratului. Prin acest semn s-au eliberat creștinii de sub stăpânirea păgână. În anul 312, împăratul Constantin cel Mare a văzut pe cer o cruce luminoasă, pe care era scris: „În acest semn vei învinge!». Atunci el, punând acest semn pe steagurile și armatele castei sale, a ieșit biruitor din lupta cu Maxențiu. Cuvintele „în acest semn vei învinge” se potrivesc foarte bine și semnului crucii cu care noi ne închinăm; căci singură pomenirea crucii lui Hristos pune pe fugă pe vrăjmașii nevăzuți și ne întărește împotriva uneltirilor lor: „Nici un duh necurat nu va îndrăzni să se apropie de voi, văzând pe fața voastră armele care l-au doborât, această sabie sclipitoare a cărei lovitură de moarte au primit-o”¹². Mulți sfinți obișnuiau să alunge gândurile rele din cugetul lor făcând numaidecât semnul crucii și tot cu semnul crucii dăruiau creștinii idolii și capiștile lor, în timpul prigoanelor.

Când trebuie să facem semnul Sfintei Cruci?

Putem face semnul crucii oricând, dar mai ales înainte și după rugăciune, la culcare și la trezire, înainte și după masă, la intrarea și ieșirea din casă, înainte de începerea și după încetarea

¹⁰ Sfântul Chiril al Ierusalimului, *op. cit.*, „Cateheza XIII”, cap. 3, p. 312.

¹¹ Sfântul Ioan Damaschin, *op. cit.*, p. 256.

¹² Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omilia XLV la Matei*, cap. 4, trad. rom., vol. VII, p. 424.