

Jean-Claude LARCHET

Viața liturgică

Traducere din limba franceză de
FELICIA DUMAS

Carte tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreasfințitului
TEOFAN
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

Editura DOXOLOGIA
2017

CUPRINS

Introducere	9
1. Templul creștin și celelalte elemente ale cultului	13
Structura arhitecturală a bisericii	13
Simbolismul spațiului bisericesc	21
Simbolismul altarului	31
Simbolismul naosului	39
Pronaosul	42
Iconostasul	43
Celelalte elemente ale cultului	54
Cântarea liturgică ortodoxă	67
Concluzii	71
2. Timpul liturgic	73
Ciclul anual	74
Cele două mari perioade liturgice orânduite în jurul Paștilor și al Cincizecimii: Triodul și Penticostarul	81
Ciclul săptămânal și cele opt glasuri ale sale (Octoihul)	89
Ciclul zilnic	92

Lecturile din Vechiul și din Noul Testament din cursul anului liturgic	117
Calendarul liturgic – Tipic – Rânduielei tipiconale	126
Scurte observații istorice referitoare la constituirea slujbelor zilnice	128
Practica monahală și practica din bisericile de parohie în zilele noastre	140
Rugăciunile particulare	147
3. Perioadele de post și de înfrânare	149
Posturile și zilele de post și înfrânare	149
Natura postului și a înfrânării	153
Semnificația generală a posturilor	170
Rezultatele așteptate de la postul alimentar și de la înfrânarea trupească	183
Este nevoie să fie modificate regulile referitoare la post?	197
Periodicitatea ciclică a posturilor și viața duhovnicească	202
4. Dumnezeiasca Liturghie. Caracteristici generale	207
Definiție	207
Cele patru tipuri de Liturghii din Biserica Ortodoxă	208
Caracterul comunitar al Sfintei Liturghii	210
Mulțumire și cerere: două dimensiuni importante ale Liturghiei	223
Sfânta Liturghie – experiență a Împărăției cerurilor	229
Sfânta Liturghie ca anamneză	233
Sfânta Liturghie ca jertfă	240

Importanța și semnificația simbolismului	242
Principalele etape ale Sfintei Liturghii și semnificația lor	250

5. Dumnezeiasca Liturghie. Proskomidia sau partea pregătitoare	255
Diferitele etape ale Proskomidiei	255
Rugăciunile de pregătire pentru intrarea în altar	257
Înveșmântarea liturghisitorilor	262
Spălarea mâinilor	277
Pregătirea darurilor	279
Tămâierea și acoperirea cinstitelor daruri	309
Apolisul	314
Recapitulare	318

6. Dumnezeiasca Liturghie. Liturghia catehumenilor	321
Enarxa sau partea introductivă	322
Vohodul mic	340
Cântările zilei	347
Trisaghionul	348
Lecturile și predica	354
Ecteniile	366
Concedierea catehumenilor	373

7. Dumnezeiasca Liturghie. Liturghia credincioșilor	377
Rugăciunile pentru cler și pentru credincioși	377
Vohodul mare	379
Punerea-înainte	404
Simbolul credinței	418

Anaforaua	422
Binecuvântarea și ectenia	464
Tatăl nostru	468
Pregătirea pentru Împărtășanie	472
Frângerea Sfântului Trup, plinirea Potirului și zeonul	480
Împărtășirea clerului	489
Împărtășirea credincioșilor	495
Rugăciunile după Sfânta Împărtășanie	504
Rugăciunile de mulțumire	508
Apolisul	516
Binecuvântarea personală și împărțirea anafurei	521
Rugăciunea de mulțumire a liturghisitorilor și rugăciunile credincioșilor după Sfânta Împărtășanie	523
8. Întrepătrunderea și cuprinderea reciprocă dintre viața liturgică și viața duhovnicească	525
Cuprinderea vieții liturgice de către viața duhovnicească personală	525
Cuprinderea vieții duhovnicești de către viața liturgică	560

Introducere

Cu acest volum încheiem seria studiilor consacrate Bisericii în viziunea ortodoxă¹. După volumul despre viața sacramentală, volumul de față este dedicat unui alt aspect esențial al vieții în Biserică, complementar celui dintâi și în mare parte în strânsă legătură cu acesta: este vorba despre viața liturgică.

Intenția prezentului volum este, ca și în cazul celor care l-au precedat, în principal una didactică, pedagogică.

Viața liturgică a Bisericii Ortodoxe este, în esență, în rugăciunile și în ritualurile ei, moștenitoarea practicilor din primele veacuri creștine. Purtătoare a unei tradiții vechi și îndelungate, ea a cunoscut totuși, de-a lungul secolelor, în funcție de nevoile specifice fiecărei perioade, fiecărei Biserici locale sau instituțiilor monahale, anumite evoluții manifestate în general printr-o complexificare și acumulare de straturi, referitoare în principal la orânduirea și compoziția slujbelor.

Oricine asistă pentru prima dată la o slujbă ortodoxă este impresionat în primul rând de frumusețea ei, ce ține într-o mare măsură și de frumusețea cadrului, a cântărilor, a gesturilor și a mișcărilor liturgice (ce reprezintă un fel de coregrafie sacrală), a luminilor, precum și a picturilor în frescă și a icoanelor,

¹ *L'Église, corps du Christ*, I, *Nature et structure*, Éditions du Cerf, Paris, 2012; *L'Église, corps du Christ*, II, *Les relations entre les Églises*, Éditions du Cerf, Paris, 2012; *La Vie sacramentelle*, Éditions du Cerf, Paris, 2014.

totul străbătut de buna mireasmă a tămâiei. Această persoană se simte transpusă într-o altă lume, în care se integrează în mod intuitiv, mai mult cu inima decât cu rațiunea, într-o manieră mai mult contemplativă decât intelectuală. Credincioșii pot, chiar și după multă obișnuință, să se mulțumească cu acest mod de trăire, spunând pur și simplu, asemenea Sfinților Apostoli, Doamne, „bine este ca noi să fim aici”, ajungând chiar până la a se simți bine ascultând rugăciuni rostite într-o limbă pe care nu o înțeleg. Însă, după cum ne spune Sfântul Apostol Pavel, „dacă mă rog într-o limbă străină, duhul meu se roagă, dar mintea mea este neroditoare. Atunci ce voi face? Mă voi ruga cu duhul, dar mă voi ruga și cu mintea; voi cânta cu duhul, dar voi cânta și cu mintea” (I Corinteni 14,14-15). La rândul său, Sfântul Ioan Hrisostomul nu ezită să afirme: „Se cuvine să înțelegem minunea tainei [a Liturghiei]: ce înseamnă, de ce ne-a fost dată și care este rostul ei”².

Slujbele liturgice au nu numai un bogat conținut imnografic, compus de sfinți și, uneori, de mari Părinți ai Bisericii (precum Sfântul Ioan Damaschinul), dar și o structură pe care este important să o înțelegem pentru a ne putea integra în mișcarea lor de ansamblu, care este de cele mai multe ori progresivă și pedagogică, și pentru a putea participa mai bine la unul dintre scopurile lor cele mai importante, care este acela de a pregăti și înălța sufletele pentru a le apropia de Dumnezeu și a le uni cu El.

Textele nu sunt izolate, ci sunt cântate în deplină simbioză cu ritualuri profund simbolice, într-un cadru care este și el încărcat de simboluri, fie că e vorba despre arhitectura bisericii, sau despre pictura interioară, despre icoane și lumini, sau despre miresmele răspândite în acest cadru.

În sfârșit, slujbele Bisericii se înscriu într-o structură temporală, anuală, săptămânală sau zilnică, care-i cuprinde pe

² *Omilii la Ioan*, XLVI, 2.

credincioși într-un timp ciclic destinat să-i facă să sporească duhovnicește, cu condiția ca ei să-l trăiască în mod conștient.

Lucrarea de față își propune să-i ajute pe credincioșii ortodocși, precum și pe toți aceia care sunt interesați de bogăția acestor slujbe, al căror conținut este într-o mare măsură moștenirea unui patrimoniu foarte vechi, comun tuturor creștinilor, să le înțeleagă mai bine atmosfera, cadrul spațial, organizarea temporală globală, alcătuirea internă și simbolismul complex, nebănuț, al rugăciunilor și ritualurilor.

În spațiul și timpul bine orânduite ale vieții liturgice, întreaga existență a credinciosului se poate organiza sub forma unui urcuș progresiv și constant, ajungând până la transcenderea spațiului și a timpului printr-o experiență anticipată, o pregustare a vieții celei veșnice din Împărăția lui Dumnezeu, prefigurată deja de o viață bisericească trăită cum se cuvine.

Totodată, această lucrare își propune să arate interdependența dintre viața liturgică comunitară și viața duhovnicească personală, modul în care ele trebuie să sporească și să se îmbogățească reciproc, potrivit unui echilibru tainic, dar necesar.

Capitolul întâi este consacrat spațiului liturgic și prezintă semnificația alcătuirii bisericii, în ansamblu și la nivelul fiecăreia dintre componentele ei (altar, naos, pronaos, iconostas...), precum și a diferitelor elemente ale cultului (candele și lumânări, tămâie, pozițiile și mișcările credincioșilor, cântările..).

Capitolul al doilea se referă la timpul liturgic, explicând structura și semnificația spirituală a diferitelor cicluri (al anului, al săptămânii și al zilei) și precizând sensul specific al fiecărei slujbe din ciclul zilnic. El prezintă apoi lecturile din Vechiul și Noul Testament din timpul anului liturgic, cărțile de referință cu privire la orânduirea și rânduiala slujbelor (calendarul liturgic, tipicul), după care propune o serie de considerații referitoare la istoricul și evoluția acestor slujbe până la practica liturgică din zilele noastre, din bisericile de parohie și mănăstiri. Una dintre secțiunile acestui capitol este consacrată timpului și formelor rugăciunii particulare.

Cel de-al treilea capitol este dedicat în întregime perioadelor de post și înfrânare, care ocupă în Biserica Ortodoxă mai mult de jumătate din an. El își propune să le definească natura și formele de manifestare, prezentând o reflecție aprofundată cu privire la semnificația și scopul lor, la efectele lor duhovnicești. Este adusă în discuție problema referitoare la o eventuală reformare a practicii actuale, iar o ultimă secțiune a acestui capitol definește relația ce trebuie să existe între ciclul posturilor și sporirea vieții duhovnicești.

Capitolul patru prezintă caracteristicile generale ale Dumezeieștii Liturghii, insistând asupra faptului că ea este o anamneză și o jertfă și explicând acest lucru. El arată de asemenea modul în care, din mai multe puncte de vedere, caracterul său comunitar se echilibrează în chip nevăzut cu poziția specifică a slujitorilor și spiritualitatea personală a credincioșilor. O ultimă secțiune subliniază importanța simbolismului liturgic și precizează modul în care trebuie el înțeles.

Capitolele cinci, șase și șapte sunt consacrate unei analize detaliate și unui comentariu aprofundat al Sfintei Liturghii. Urmărind îndeaproape cuvintele și ritualul Liturghiei Sfântului Ioan Gură de Aur și al variantelor Liturghiei Sfântului Vasile cel Mare și luând în considerare și diferențele dintre celebrările obișnuite și liturghiile arhieresti, aceste capitole își propun să sublinieze sensul (adesea multiform) simbolurilor omniprezente, cu scopul de a-l ajuta pe cititor să-și aprofundeze atât înțelegerea lor, cât și propria-i participare la Liturghie.

Capitolul al optulea și ultimul arată modul în care viața liturgică – cu rânduiala ei generală și manifestările specifice (mai cu seamă cele prilejuite de marile sărbători) – și viața duhovnicească personală se condiționează reciproc și trebuie să se întrepătrundă cu scopul de a-i permite credinciosului, pe tot parcursul existenței, o sporire duhovnicească continuă.

Prin focul lor, candelile și lumânările sunt un simbol al pocăinței noastre și al dorinței noastre ca Domnul să ne ardă spiniile păcatelor și ai patimilor.

Prin flacăra lor călduroasă, ele sunt un simbol al iubirii noastre de Dumnezeu și de sfinți.

- Un simbol al rugăciunii neîntrerupte

Flacăra candelilelor și a lumânărilor este și un simbol al rugăciunii neîncetate a comunității și al unirii acesteia cu Dumnezeu. Există o legătură între candelile care ard în fața icoanelor și candelile fecioarelor înțelepte din parabola evanghelică (Matei 25,1-13) care au avut grijă să-și facă provizii de ulei, ceea ce le-a permis să se afle aproape și să fie pregătite atunci când s-a deschis ușa pentru a intra la nunta mirelui.

Atunci când un credincios ortodox aprinde o lumânare în fața unei icoane, el însoțește acest gest de o rugăciune de cerere specială (ceea ce în Occident se numește o „intenție de rugăciune”). Această cerere poate varia în funcție de cui i se adresează: Mântuitorului Hristos sau Maicii Domnului, sau unor anumiți sfinți. Lumânarea aprinsă în fața icoanelor lor este un mic dar, dar și un semn al credinței și nădejzii, un fel de concretizare a cererii credinciosului respectiv. În același timp, ea reprezintă și un mod simbolic de a împlini o continuare a rugăciunii făcute atunci pe toată perioada de ardere a lumânării, adică, în general, pe tot parcursul slujbei la începutul căreia ea a fost aprinsă.

- Un simbol al bucuriei

Simbol al luminii și al căldurii iubirii – a lui Dumnezeu și a credincioșilor – manifestate și răspândite în biserică, flăcările

candelor și ale lumânărilor sunt în același timp și simboluri ale bucuriei duhovnicești, prefigurare a fericirii din Împărăția cerurilor. Pentru Fericitul Ieronim, aceasta este semnificația lor principală, după cum vedem din răspunsul dat heterodocșilor care-i acuzau pe creștini că practică un ritual straniu aprinzând candelor și lumânări în plină zi⁷⁰.

Sfântul Ioan de Kronstadt reia unele dintre aceste semnificații, individualizându-le în funcție de tipurile de icoane în fața cărora sunt aprinse candelor și lumânărilor, și anume:

Lumânărilor care ard pe Sfânta Masă reprezintă Lumina neCreată a Preasfintei Treimi, deoarece Domnul rămâne într-o lumină de care nu ne putem apropia. Ele reprezintă și focul Dumnezeirii care arde și ne curăță de nelegiuirile și de păcatele noastre. Lumânărilor pe care le aprindem în fața icoanelor Mântuitorului Hristos semnifică faptul că El este „Lumina cea adevărată care luminează pe tot omul care vine în lume” (Ioan 1,9); totodată, ele înseamnă că El este un foc care ne cuprinde și ne însuflețește sufletele și trupurile. Lumânărilor aprinse în fața icoanelor Maicii Domnului sunt un simbol al faptului că ea este Maica Luminii celei neapropiate, un simbol al iubirii ei curate și fierbinți pentru Dumnezeu, precum și al iubirii ei pentru omenirea întreagă. Lumânărilor aprinse în fața icoanelor sfinților reflectă iubirea lor arzătoare pentru Dumnezeu, Cel pentru Care au renunțat la toate, lepădându-se de toate bunurile la care țin oamenii în viața aceasta și chiar la propria lor viață, așa cum au făcut Sfinții Apostoli, sfinții mucenici și mulți alții. Aceste lumânări mai înseamnă și faptul că sfinții sunt candelor ce ard pentru noi, care ne umplu de lumină prin viața lor plină de sfințenie, prin virtuțile lor și prin mijlocirea lor fierbinte înaintea lui Dumnezeu pentru noi, prin rugăciunile lor permanente și neîncetate. De asemenea, lumânărilor pe care le aprindem în fața icoanelor sfinților reprezintă și râvna noastră fierbinte și jertfa noastră sinceră făcută din evlavie și recunoștință

⁷⁰ *Adversus Vigilantium (Contra lui Vigilantium)*, citat mai sus.

față de ei, pentru ajutorul și mijlocirea lor înaintea lui Dumnezeu pentru noi.

Sfântul Nicolae Velimirovici, Episcopul Jicei și al Ohridei, a reluat unele dintre aceste considerații, cărora le-a adăugat altele noi, într-o foarte frumoasă predică, pe care o redăm aici în întregime:

Candelele sunt aprinse din mai multe motive: 1. În primul rând, deoarece credința noastră este lumină. Mântuitorul Hristos a spus: „Eu sunt Lumina lumii” (Ioan 8,12). Lumina candelilor ne aduce aminte de această Lumină prin care Hristos ne luminează sufletele. 2. Aprindem candelile pentru a ne aminti de natura luminoasă a sfântului în fața căruia este așezată, deoarece sfinții sunt numiți „fii ai Luminii” (Ioan 12,36; Luca 16,8). 3. Pentru a ne întrista din pricina faptelor noastre dintru întuneric, a dorințelor și gândurilor noastre rele și ca imbold pentru a ne întoarce pe calea luminii evanghelice; aprindem deci candelile pentru a ne strădui să împlinim cu tot mai multă râvnă porunca Domnului din Evanghelia după Matei: „Așa să lumineze lumina voastră înaintea oamenilor, așa încât să vadă faptele voastre cele bune” (Matei 5,16). 4. Mai aprindem candelile pentru ca ele să fie mica noastră jertfă adusă lui Dumnezeu, Care S-a adus pe Sine ca jertfă pentru noi, și ca un mic semn al recunoștinței noastre celei mari și al iubirii noastre fierbinți pentru Cel Căruia Îi cerem în rugăciuni viață, sănătate și mântuire și toate celelalte pe care doar o iubire cerească fără margini ar putea să ne li dea. 5. Pentru ca spaima să biruiască puterile răului care ne atacă uneori chiar și atunci când stăm la rugăciune și ne împărtășim mintea, îndepărtând-o de Ziditorul a toate. Puterilor răului le place întunericul și se îngrozesc în fața luminii, și mai ales în fața luminii lui Dumnezeu și a bineplăcuților Lui. 6. Aprindem candelile pentru ca lumina lor să ne călăuzească spre lăsarea în grija lui Dumnezeu. Așa cum uleiul și fitilul ard în pământul de sticlă potrivit dorinței noastre, tot așa și sufletele noastre trebuie să ardă de flacăra iubirii în toate încercările

și suferințele, supunându-se mereu voii lui Dumnezeu. 7. Le aprindem și pentru a învăța că după cum ele nu se aprind singure, fără intervenția noastră, tot așa și inima noastră (care este candela noastră lăuntrică) nu știe să se aprindă fără focul cel sfânt al harului lui Dumnezeu, chiar și atunci când am fi binecuvântați cu toate virtuțile. Deoarece toate virtuțile noastre nu sunt, în fond, decât un fel de combustibil, în vreme ce focul care le arde ne vine de la Dumnezeu. 8. Aprindem candelile pentru a ne aduce aminte că, mai înainte de toate, Ziditorul lumii a făcut lumina și, după aceea, a creat toate celelalte lucruri pe rând: „Și a zis Domnul: «Să fie lumină!»? Și a fost lumină” (Facerea 1,3). Acest lucru trebuie să fie un început pus vieții noastre duhovnicești pentru ca, înainte de toate, Lumina adevărului lui Hristos să strălucească în noi. Din această lumină a adevărului lui Hristos se naște, izvorăște și sporește tot binele înlăuntru nostru⁷¹.

Tămâia

Spațiul bisericii nu este numai plin de lumină, ci și de mireamă. În timpul slujbelor, în anumite momente precizate de Tipic, preotul sau diaconul tămâiază, pe rând, icoanele și pe credincioși. Uneori el tămâiază de pe solee icoanele de pe iconostas și/sau pe credincioși, alteori, cădește și icoanele aflate pe proschinitare sau pe pereții naosului, precum și pe toți credincioșii.

Tămâierea este un mod de cinstire duhovnicească a icoanelor și a obiectelor de cult (slujitorul cădește și clădirea ca atare a bisericii, sfintele vase și sfintele acoperăminte, pe care le atinge de cădelniță) și chiar și a Sfintelor Taine. Această

⁷¹ *Scrisori misionare*, 18, ediția a doua, Zrenjanin, 2004.

REZULTATELE AȘTEPTATE DE LA POSTUL ALIMENTAR ȘI DE LA ÎNFRÂNAREA TRUPEASCĂ

Jertfă adusă lui Dumnezeu și ascultare față de Biserică

La un prim nivel, semnificația și valoarea duhovnicească a postului și a înfrânării este aceea de jertfă, de dar adus lui Dumnezeu, Căruia omul Îi consacră timp și puteri duhovnicești din cele ale firii sale. Sfinții Ioan Casian și Dorotei din Gaza au descris zilele Postului Mare ca pe o zeciuială (adică a zecia parte) reținută din toate zilele anului și adusă în dar lui Dumnezeu. Cel dintâi scrie:

În Legea lui Moise era o poruncă generală, valabilă pentru tot poporul, de a-I aduce în dar lui Dumnezeu o zeciuială și cele dintâi roade și bunuri personale („pârnga ariei tale și a teascului tău”: Ieșirea 22,29). Dacă ne este poruncit să-I aducem ca dar lui Dumnezeu zeciuială din averea și din roadele noastre, cu atât mai mult se cuvine să-I aducem în dar, ca jertfă, o zeciuială din viața noastră, din activitatea noastră omenească și din faptele noastre. Și exact aceasta facem prin intermediul postului²³⁹.

²³⁹ Jean Cassien, *Conférences*, XXI, 25, SC 64, p. 100; Sfântul Dorotei din Gaza scrie și el: „În Lege, Dumnezeu le poruncește fiilor lui Israel să-I aducă în fiecare an zeciuială din roadelor lor” (cf. Numerii 18). Și făcând aceasta, erau binecuvântați în toată lucrarea. Sfinții Apostoli, care știau aceasta, au hotărât, pentru a aduce ajutor mult folositor sufletelor noastre, să ne transmită această poruncă sub o formă mai desăvârșită și mai înaltă, adică aceea a darului zeciuiei din chiar zilele vieții noastre, altfel spus, închinarea lor lui Dumnezeu pentru a fi și noi binecuvântați în lucrarea noastră și a ne ispăși în fiecare an păcatele săvârșite în anul trecut. Gândindu-se la acestea, ei au sfințit pentru noi, din cele trei sute șazeci și cinci de zile ale anului, șapte săptămâni de post. [...] Altfel spus, Sfinții Apostoli au consacrat pocăinței o zeciuială din tot anul, pentru curățirea păcatelor din anul acela” (*Instructions spirituelles*, XV, 159, SC 92, p. 446).

Prin toate posturile și zilele de post din timpul anului, credinciosul Îi consacră în mod special lui Dumnezeu mai mult de jumătate din an.

Respectarea posturilor reprezintă de asemenea și o formă de ascultare față de Biserică, care este pentru credincios o dovadă de renunțare la voia proprie și de smerenie. Prin urmare, cine ar ține posturile în mod pur legalist și formal, ar afla deja, chiar și numai prin acest demers, un câștig duhovnicesc.

Participarea trupului la viața duhovnicească

Una dintre primele funcții ale postului și ale înfrânării este aceea de a face ca trupul să participe la viața duhovnicească. După cum am arătat pe larg în altă parte²⁴⁰, trupul are în creștinism o importanță specială datorită faptului că omul a fost creat dintr-un suflet și un trup nedespărțite, că Logosul S-a întrupat, luând și trup, nu numai suflet, datorită faptului că El i-a dat trupului puterea de a învia după moarte și că trupul este chemat să trăiască, împreună cu sufletul, într-o alcătuire înnoită din punct de vedere al modului de existență, viața cea veșnică din Împărăția lui Dumnezeu. În Biserica Ortodoxă, trupul este implicat în chip cu totul special în viața duhovnicească, prin intermediul gesturilor, pozițiilor și mișcărilor pe care credincioșii le adoptă sau le împlinesc în timpul slujbelor și în particular (starea dreaptă, poziția înclinată a capului și a trupului, închinăciuni, metanii mari etc.), dar și în cadrul Rugăciunii lui Iisus, în care spiritualitatea isihastă a precizat rolul pe care trebuie să-l îplinească trupul (prin pozițiile sale și respirație), precum și câștigul avut de acesta, împreună cu sufletul, din practicarea acestei rugăciuni (ce poate merge

²⁴⁰ *Théologie du corps*, Paris, 2009, pp. 54-89.

până la participarea la vederea lui Dumnezeu în stările duhovnicești cele mai înalte, după cum a arătat Sfântul Grigorie Palama). Postul și înfrânarea fac parte din eforturile și practicile ascetice ce reprezintă o dimensiune importantă și necesară a vieții duhovnicești în ansamblu și care contribuie la rezultatele pe care le putem aștepta de la aceasta și pe care le-am prezentat în altă parte²⁴¹. Patimile, care-l îndepărtează pe om de adevărata lui natură duhovnicească, de Dumnezeu și de aproapele, implică într-o măsură diferită trupul și sufletul și eliberarea de ele presupune, într-o măsură diferită, un efort comun al sufletului și al trupului. În același fel, virtuțile, prin care credincioșii dobândesc asemănarea cu Dumnezeu și se unesc cu El, presupun implicarea sufletului și a trupului, iar practicarea lor, participarea amândurora.

Ușurarea trupului și a sufletului

Un efect al postului, subliniat adesea de Sfinții Părinți și resimțit de cei care-l practică este o senzație de ușurătate a trupului²⁴² și, prin intermediul lui, și a sufletului.

Trupul, scrie Sfântul Ioan Gură de Aur, mă trage năprasnic în jos. Dar iată că-mi vin în ajutor zilele postului care înaripează sufletul și ușurează povara trupului, chiar dacă îl gălesc pe acesta mai îngreunat decât plumbul.²⁴³

Această senzație de ușurătate este cu atât mai vie cu cât postul este mai aspru și mai îndelungat și se explică, în parte, prin rațiuni fiziologice.

²⁴¹ *Thérapeutique des maladies spirituelles*, 6^e édition, Paris, 2013, pp. 547-560.

²⁴² A se vedea Sfântul Vasile cel Mare, *Omilia I, Despre post*, 4; Jean Chrysostome, *Homélie sur Ozias*, VI, 3, SC 277, p. 218.

²⁴³ Jean Chrysostome, *Homélie sur Ozias*, VI, 3, SC 277, p. 218.

Și sufletul, nu doar trupul, se eliberează de surplusul de greutate, devine mai puțin greoi; el nu mai este tras în jos de trup și devine tot mai disponibil pentru activitățile duhovnicești, după cum vom vedea în continuare.

Curățirea trupului și a sufletului

Această ușurare este percepută adesea ca o curățire a trupului, care nu comportă doar o dimensiune fizică – după cum le place să sublinieze adeptilor postului dietetic și după cum notează pe alocuri²⁴⁴ Sfinții Părinți –, ci și o dimensiune

²⁴⁴ A se vedea Sfântul Vasile cel Mare, *Omilia I, Despre post*: „Îmi spui că nu poți să postești! Dar să te ghiftuiești în toate zilele vieții tale și să-ți strivești trupul sub greutatea mâncărilor, poți? Știi că doctorii nu prescriu bolnavilor mâncăruri felurite, ci post și înfrânare. Cum dar? Dacă poți să postești și să te înfrânezi când ești bolnav, pentru ce spui că nu poți s-o faci când ești sănătos? Ce este mai ușor pentru stomac: să petreacă noaptea cu o mâncare ușoară, sau să stea împovărat de mulțimea mâncărilor? Dar, mai bine spus, să nu stea, ci să se întoarcă neconținut și pe o parte și pe alta, rupându-se și strâmtorându-se; afară numai dacă vei spune că și corăbierii salvează mai ușor de la înec o corabie încărcată cu poveri decât una mai sprintenă și mai ușoară. Lucrurile însă se petrec cu totul dimpotrivă: o mică înălțare a valurilor dă la fund o corabie încărcată cu multe poveri, pe când o corabie cu o încărcătură potrivită trece ușor prin furtună, că n-o împiedică nimic să plutească pe deasupra valurilor. Tot așa se întâmplă și cu trupurile oamenilor. Împovărate neconținut cu prea multă mâncare, trupurile se îmbolnăvesc cu ușurință; dar dacă folosesc mâncare puțină și ușoară, scapă și de suferința pe care o așteaptă de pe urma bolii, ca de o furtună ce se pornește împotriva lor, dar se depărtează și de suferința care începe a se ivi, ca de o ciocnire cu o stâncă din mijlocul mării. Stomacul, care are menirea să întrețină trupul, mistuie cu ușurință mâncărurile simple și ușoare; dar dacă i se dau mâncăruri costisitoare și felurite, nu poate să le mistuie și dă naștere la fel de fel de boli” (*Despre Post*, traducere din limba greacă veche de pr. prof. Dumitru Fecioru, București, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii

3. Perioadele de post și de înfrânare

duhovnicească, atunci când postul este trăit într-un context ascetic, de nevoință, în care este unit cu pocăința și cu rugăciunea. Afirmarea Mântuitorului Hristos potrivit căreia unii demoni nu pot fi alungați decât cu rugăciune și cu post (Matei 17,21) este valabilă, desigur, pentru persoanele posedate ce ar trebui exorcizate, dar și în cazul patimilor care-l stăpânesc pe omul cel căzut și pe care tradiția duhovnicească a Răsăritului creștin, mai cu seamă de la Evagrie Ponticul încoace, le numește, de obicei, „demoni”.

În mai multe episoade din Vechiul Testament postul apare, reunit cu rugăciunea și cu pocăința, ca unul din mijloacele de dobândire a iertării păcatelor de către Dumnezeu, iar această funcție de căință și de curățire a postului se regăsește și în spiritualitatea Nouului Testament și a Sfinților Părinți²⁴⁵. Din această perspectivă, Sfântul Ioan Gură de Aur nu ezită să compare postul cu o „spălătură de curățire vârtoasă” administrată credincioșilor de către Doctorul cel dumnezeiesc²⁴⁶.

Ortodoxe Române, 2009, pp. 8-9). A se vedea și Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omilii despre pocăință*, V, 4: „Dacă vrem să cercetăm lucrurile cu luare-aminte, vedem că postul este părintele sănătății. Dacă nu vreți să credeți cuvintele mele, întrebați-i pe doctori și ei vă vor spune clar și răspicat că înfrânarea este maica sănătății; și că o mulțime de boli dintre cele mai felurite, precum guta, migrena, apoplexia, hidropizia, umflăturile, tumorile, sunt toate rezultatul plăcerilor pântecelui și al necumpătării, din care izvorăsc ca niște râuri îngrozitoare ce se trag dintr-un izvor îngrozitor, și distrugând nu numai sănătatea trupului, ci și înțelepciunea sufletului. Să nu ne temem deci de post, că el ne eliberează de asemenea nenorociri”; și *Omilii la Facere*, X, 2: „Trezvia creștină este cel mai bun mijloc de păstrare a sănătății trupului și a bunei dispoziții. Oare nu vedeți în fiecare zi că o masă fină și o necumpătate plină de îmbuibare dau naștere la o mulțime de boli? De unde ne vin oare guta, migrena, indispozițiile de tot felul și mii și mii de alte boli? Oare nu cumva din îmbuibare și din prea multă băutură?”.

²⁴⁵ A se vedea Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omilii împotriva iudeilor*, III, 4; *Omilii la Facere*, I, 1.

²⁴⁶ *Omilii la Facere*, I, 1.

ca laudă, și prin aceasta, ne facem asemenea lor și facem aceeași mărturisire de credință ca ei”⁶⁵⁴. Potrivit Sfântului Maxim Mărturisitorul, cântând această cântare îngerească, ne unim cu îngerii și învățăm de la ei să-L cântăm împreună într-un singur glas și fără încetare pe singurul Dumnezeu în trei Persoane⁶⁵⁵. Iar Sfântul Simeon, Arhiepiscopul Tesalonicului, consideră că această cântare arată unirea noastră cu îngerii și faptul că, în lumea ce va să fie, lauda noastră va fi asemenea laudei lor⁶⁵⁶.

„Osana! Bine este cuvântat Cel ce vine întru numele Domnului!”, striga mulțimea în momentul intrării Mântuitorului Hristos în Ierusalim (Marcu 11,9). După cum această intrare arată începutul Pătimirii pentru Hristos, cuvintele cântării indică faptul că ne apropiem, în cadrul Liturghiei, de momentul în care Mântuitorul Se va jertfi.

„Osana” este o interjecție care a trecut din aramaică în ebraică, apoi în greacă, latină și slavonă, și care înseamnă „mântuiește acum!” sau „vino și mântuiește!”.

Cântarea „Sfânt, Sfânt, Sfânt” este, așadar, o mărturisire de credință treimică și, în același timp, o vestire a jertfei lui Hristos și o cerere de mântuire, care se încheie cu o mulțumire („Binecuvântat este...”) legată de credința că „Cel ce vine întru numele Domnului” va putea să împlinească această mântuire.

Mântuitorul Hristos înaintează spre Pătimirea și moartea Sa, însă Biserica știe dinainte că El va birui puterea suferinței, a păcatului, a diavolului și a morții. Acesta este cel de-al doilea motiv pentru care preotul vorbește despre „cântarea de biruință”.

Această cântare este înțeleasă adesea ca una de bucurie, ceea ce este adevărat în parte, fiindcă se referă la credința

⁶⁵⁴ *Ibidem*, 7.

⁶⁵⁵ Cf. *Mistagogia*, XXIII, PG 91, 701B.

⁶⁵⁶ *Despre Sfânta Liturghie*, 5 [73].

Bisericii în biruința lui Hristos, despre care tocmai am vorbit; îngerii Îl preaslăvesc pe Dumnezeu cu bucurie, iar credincioșii Îl întâmpină pe Mântuitorul Hristos la intrarea Sa în Ierusalim tot cu bucurie.

Cu toate acestea, după cum explică Teodor de Mopsues-tia, credincioșii trebuie să fie cuprinși în acest moment și de frică înainte de taina ce urmează a fi săvârșită:

Cu privirea plecată, suntem cu toții cuprinși de o mare evlavie și nu îndrăznim nici măcar să privim la măreția acestei Liturghii. Ne folosim de cuvintele sfinte ale îngerilor pentru a exprima splendoarea milostivirii coborâte asupra noastră. Minte ne rămâne cuprinsă de frică în tot timpul Liturghiei; și înainte, și după ce am strigat „Sfânt, Sfânt, Sfânt”, rămânem tot cu privirea plecată. Liturghisitorul însuși își unește glasul cu cel al îngerilor, se roagă și Îl slăvește împreună cu ei pe Dumnezeu, fiind cuprins și el de același fior. Și chiar mai mult: frica și cutremurul lui în fața tainei care se împlinește trebuie să fie și mai mari decât cele ale poporului, fiindcă el săvârșește Liturghia în numele tuturor⁶⁵⁷.

După Sfântul Maxim Mărturisitorul, „rostirea întreită a cântării sfințeniei dumnezeiești și de către tot poporul credincios preînchipuiește unirea și deopotriva cinste pe care o vom avea în veacul viitor cu puterile netrupești și spirituale”; totodată, ea reprezintă și o învățare de către credincioșii care vor fi considerați vrednici să stea în preajma lui Dumnezeu a cântării de laudă pe care o vor cânta împreună cu îngerii⁶⁵⁸.

⁶⁵⁷ *Omilii catehetice*, XVI, 9.

⁶⁵⁸ Cf. *Mistagogia*, Capitolul XIX, p. 21 (PG 91, 696BC); cf. XXIV, PG 91, 704C.

Rugăciunea plecării capetelor

Diaconul zice: „*Capetele noastre Domnului să le plecăm!*”.

Corul răspunde cântând lent: „*Ție, Doamne*”.

Potrivit Sfântului Simeon, Arhiepiscopul Tesalonicului, plecarea capetelor semnifică faptul că toți credincioșii se înfățișează înaintea lui Dumnezeu ca slujitori ai Săi, supuși voinței Sale⁷¹⁹, recunoscându-L ca Atotputernic, conform conținutului mărturisit de rugăciunea pe care o rostește acum în taină preotul, numită „a plecării capetelor”: „*Mulțumim Ție, Împărate nevăzut, Cel ce pe toate le-ai făcut cu puterea Ta cea nemăsurată și, cu mulțimea milei Tale, din neființă la ființă pe toate le-ai adus. Înсуți, Stăpâne, caută din cer spre cei ce și-au plecat capetele înaintea Ta; că nu le-au plecat trupului și sângelui, ci Ție, înfricoșătorului Dumnezeu. Tu deci, Stăpâne, pe cele ce stau înaintea noastră, a tuturor, spre bine le întocmește*⁷²⁰, după trebuința deosebită a fiecăruia: cu cei ce călătoresc pe uscat, pe ape și prin aer împreună călătorește, pe cei bolnavi îi tămăduiește, Cel ce ești Doctorul sufletelor și al trupurilor noastre”.

În Liturghia Sfântului Vasile cel Mare, rugăciunea corespunzătoare este diferită⁷²¹, axată mai puțin pe nevoi specifice concrete (referitoare la greutatea vieții, la primejdii și la boli) și mai mult pe o cerere de întărire duhovnicească, precum și

⁷¹⁹ *Despre Sfânta Liturghie*, 145.

⁷²⁰ Cuvântul grecesc τὰ πρoκείμενα este greu de tradus, după cum notează J. Mateos (*La Célébration de la parole dans la Liturgie byzantine*, Rome, 1971, pp. 180-181); în sens larg, el înseamnă „împrejurările prezente”, și în nici un caz nu „Darurile aici prezente”, după cum întâlnim în unele traduceri.

⁷²¹ „*Stăpâne, Doamne, Părintele îndurărilor și Dumnezeule a toată mângâierea, pe cei ce și-au plecat Ție capetele lor, binecuvântează-i, sfințește-i, păzește-i, întărește-i, dă-le putere, de la tot lucrul rău depărtează-i și spre tot lucrul bun îndreptează-i și-i învrednicește, fără de osândă, a se împărtași cu aceste ale Tale preacurate și de viață făcătoare Taine, spre iertarea păcatelor și spre unirea cu Sfântul Duh.*”

de împărtășire cu vrednicie și cu folos cu Sfintele Taine, despre care se reamintește că are drept efect iertarea păcatelor și unirea cu Duhul Sfânt.

În ambele Liturghii, preotul încheie zicând cu glas tare același efonis: „*Cu harul și cu îndurările și cu iubirea de oameni ale Unuia-Născut Fiului Tău, cu Care ești binecuvântat, împreună cu Preasfântul și bunul și de viață făcătorul Tău Duh, acum și pururea și în vecii vecilor*”.

Corul cântă: „*Amin*”.

Se închide dvera, pentru ca împărtășirea slujitorilor și pregătirea Sfintelor Daruri pentru împărtășirea credincioșilor să nu fie arătate ca la un spectacol poporului, ci pentru a simboliza taina împărtășaniei care va urma și a-i îndemna pe credincioși să se pregătească în reculegere pentru a se împărtăși.

Din păcate, acest moment a devenit tot mai adesea în biserici un moment de neatenție, când credincioșii care nu se împărtășesc se împrăștie și încep chiar să stea de vorbă între ei, impresia de dezordine fiind sporită și de mișcarea celor care merg să se închine la icoane, ca pregătire înainte de a se împărtăși. În bisericile rusești, corul ocupă acest timp care pare unul mort prin interpretarea unor cântări reunite în ceea ce se numește în mod obișnuit „concert”, acest moment fiind adesea pentru el un prilej de a-și arăta măiestria în interpretarea unor lucrări sofisticate (scrise de cele mai multe ori de compozitori din veacul al XIX-lea). În unele biserici grecești (și în Sfântul Munte Athos), se cântă acum stihul de împărtășanie sau chinonicul, pe o melodie prelungită în mod artificial și foarte ornată ca melodicitate. În alte biserici grecești și în bisericile sârbești unde sunt mai mulți preoți, se ține acum predica pentru a câștiga timp, ceea ce este cu totul nepotrivit din punct de vedere duhovnicesc, atât în ceea ce privește natura predicii (care are, la origine, drept rol tâlcuirea lecturilor zilei și care trebuie, prin urmare, să fie situată în mod logic imediat

după ele), cât și cu privire la stările sufletești ale credincioșilor care sunt atunci cu totul altele.

Activitatea pastorală ar trebui să aibă grijă să acorde atenția cuvenită acestui moment, care trebuie să fie unul de concentrare lăuntrică sporită în vederea pregătirii pentru Sfânta Taină a Împărtășaniei care va urma peste câteva minute. Pentru a ocupa cum se cuvine timpul lăsat liber de lucrarea liturgică și pentru a menține mintea credincioșilor îndreptată spre cele duhovnicești, cel mai înțelept este să se facă acum o lectură cu glas tare, de către citeț, a unora dintre rugăciunile de dinainte de Sfânta Împărtășanie, pe care cei care se împărtășesc au datoria de a le citi înainte de Liturghie.

În altar, diaconul își încrucișează orarul pe spate și pe piept în forma Crucii Sfântului Andrei. Gestul are o funcție practică, de a permite o mai mare libertate în mișcare și a nu fi stânjenit de orar în timpul împărtășaniei ce urmează; în acest moment însă, el capătă și o semnificație simbolică, căreia tâlcuitorii Liturghiei îi acordă întâietate: el îi închipuiește pe serafimii care își acoperă cu aripile încrucișate fața înaintea Tainei celei dumnezeiești.⁷²²

Preotul se roagă în taină: *„Ia aminte, Doamne, Iisuse Hrisoase, Dumnezeuul nostru, din sfânt locașul Tău și de pe tronul slavei împărăției Tale și vino ca să ne sfințești, Cel ce sus împreună cu Tatăl șezi și aici, în chip nevăzut, împreună cu noi ești. Și ne învrednicește, prin mâna Ta cea puternică, a ni se da Preacuratul Tău Trup și Scumpul Tău Sânge și, prin noi, la tot poporul”*.

⁷²² Potrivit lui Teodor de Mopsuestia, „când se săvârșește această înfricoșătoare Liturghie, trebuie să ne gândim că diaconii închipuiesc Liturghia cea cerească săvârșită de puterile îngerești” (*Omilii catehetice*, XV, 21). „Diaconii”, scrie tot el, „ne fac să ne gândim la puterile nevăzute, trimise spre slujire, care participă la această dumnezeiască Liturghie” (*ibidem*, 24).

Apoi preotul, în Sfântul Altar, și diaconul, pe amvonul soleei, fac trei metanii, zicând de fiecare dată: „*Dumnezeule, curățește-mă pe mine, păcătosul, și mă miluiește!*”.

Diaconul zice: „*Să luăm aminte!*”.

Preotul ia Sfântul Agneț cu amândouă mâinile și îl înalță deasupra Sfântului Disc, zicând: „*Sfintele, sfinților!*”.

Aceste cuvinte arată că este vorba despre o prezentare a Trupului lui Hristos, care anunță împărtășania, și îi îndeamnă pe credincioși să se pregătească pentru a o primi, și nu despre o ostensiune a acestuia destinată adorării, precum în ritul catolic.

Cuvintele preotului, scrie Sfântul Simeon, Arhiepiscopul Tesalonicului, înseamnă că „Cel ce a fost răstignit este sfânt și cei ce sunt părtași la aceasta trebuie să aibă grijă să fie și ei sfinți”⁷²³. Teodor de Mopsuestia explică acest lucru mai pe larg:

Într-adevăr, hrana aceasta este Trupul și Sângele Domnului, hrană fără de moarte și sfântă, fiindcă Duhul Sfânt S-a coborât peste ea. Ea nu le este dată tuturor, ci numai acelor care s-au sfințit. Doar cei botezați o pot primi, care prin nașterea cea nouă a Botezului au primit roada Duhului și sfințirea. Preotul zice aceste cuvinte pentru a pregăti inimile tuturor înaintea măreției Darurilor de pe Sfânta Masă, îndemnându-i prin aceasta să fie încredințați că este vorba despre o hrană [...] de care nimeni nu este vrednic în mod firesc, și pe care o pot primi doar cei credincioși care s-au sfințit. Voi, care ați fost sfințiți prin Botez și care gustați din această hrană sfântă, să fiți conștienți de măreția ei. Și mai trebuie, ca printr-o bună purtare, să sporiți darul care v-a fost dat. Atâta cât vă este cu putință, să duceți o viață vrednică de darul primit și așa vă veți putea împărtăși cu o hrană care nu vă va fi una străină⁷²⁴.

⁷²³ *Despre Sfânta Liturghie*, 146.

⁷²⁴ *Omilii catehetice*, XVI, 23.

Sfântul Nicolae Cabasila consideră și el că aceste cuvinte înseamnă că doar cei ce sunt vrednici se pot împărtăși⁷²⁵. Însă, asemenea lui Teodor de Mopsuestia, el nu consideră că această vrednicie ar însemna desăvârșirea sfințeniei împlinite, ci mai degrabă tinderea spre desăvârșire și întreaga lucrare de sfințire a celui botezat care se străduiește să trăiască în Hristos:

Acum preotul este gata să se apropie el însuși de Masa euharistică și să cheme și pe credincioși. Dar cum împărtășirea nu este îngăduită absolut tuturor, el nu-i cheamă pe toți; ci, luând Pâinea cea făcătoare de viață și arătând-o, cheamă la împărtășire numai pe cei ce sunt vrednici să o primească, zicând: „Sfintele, Sfinților!”. Cu alte cuvinte: iată, ceea ce vedeți este Pâinea vieții. Veniți deci cei ce vreți să vă împărtășiți dintr-însa, dar nu toți, ci numai cine e sfânt. Căci lucrurile sfinte sunt îngăduite numai celor sfinți. Însă prin „Sfinți” înțelegem aici nu numai pe cei desăvârșiți în virtute, ci pe toți câți se străduiesc spre desăvârșire, chiar dacă n-au ajuns încă la ea; nimic nu-i împiedică pe aceștia să se sfințească și ei prin împărtășirea cu Sfintele Taine și să devină sfinți, așa precum și Biserica întreagă se numește sfântă și cum zice marele Apostol al neamurilor, scriind către tot poporul: „Frați sfinți, părtași ai chemării celei cerești!”. Credincioșii se numesc sfinți din pricina Sfântului (Iisus) la care ei participă și din al Cărui Trup și Sânge se împărtășesc. Căci ei sunt mădulare ale aceluși Trup, carne din carnea Lui și oase din oasele Lui. Deci, cât timp suntem uniți și păstrăm legătura cu El, trăim viața sfântă, sorbind izvor de sfințenie din Capul și din Inima aceea (Hristos), prin Sfintele Taine⁷²⁶.

⁷²⁵ Nu mai revenim aici asupra chestiunii referitoare la condițiile necesare pentru primirea Sfintei Împărtășanii și modalitățile de pregătire pentru primirea ei, căreia i-am consacrat ample pasaje în lucrarea noastră precedentă *La vie sacramentelle*, Paris, 2014, pp. 189-213.

⁷²⁶ *Tâlcuirea dumnezeieștii Liturghii*, Capitoul XXXVI, pp. 85-86.

Ca răspuns la îndemnul și atenționarea preotului, corul cântă: „Unul Sfânt, unul Domn, Iisus Hristos, întru mărirea lui Dumnezeu-Tatăl. Amin”. Aceste cuvinte sunt o recunoaștere a faptului că doar Hristos este întru totul sfânt și că El este Izvorul sfințeniei⁷²⁷ și cer de la El ca toți credincioșii să fie dăruiți cu vrednicia necesară sau chiar sfințenia în sensul larg definit mai sus, deoarece, după cum scrie Sfântul Nicolae Cabasila, „nimeni n-are de la sine însuși sfințenia, pentru că aceasta nu este rezultat al virtuții omenești, ci toți o avem de la și prin Hristos”⁷²⁸. Sfântul Simeon, Arhiepiscopul Tesalonicului, scrie și el:

Cuvintele „Unul Sfânt...” ne vestesc în primul rând că Dumnezeu este sfințenia însăși și că de la El primesc sfințenia toți cei ce sunt sfințiți. În același timp, ele ne coboară întru smerenie, voind să însemne următoarele: Cine dintre noi va fi neprihănit sau sfânt? Doar unul singur este Sfânt, unul singur este Domnul Iisus Hristos Care ne sfințește și pe noi în nesfârșita Lui iubire de oameni⁷²⁹.

Diaconul intră în Sfântul Altar și se duce lângă preot, în partea dreaptă a acestuia.

⁷²⁷ Sfântul Maxim Mărturisitorul propune o cu totul altă interpretare, în care cuvintele „Unul sfânt” sunt văzute ca o expresie a „harului și a legăturii unificatoare cu Dumnezeu” (*Mistagogia*, Capitolul XXIV, p. 25; PG 91, 704D), ca manifestare a unei unități de sfințenie între credincioși și Dumnezeu prin participarea la sfințenia lui Hristos: „Mărturisirea pe care o face întregul popor la sfârșitul întregii slujbe tainice, rostind «Unul sfânt» și cele ce urmează, arată adunarea și unirea mai presus de rațiune și de minte a celor inițiați tainic și înțelept în unitatea cea ascunsă a simplității dumnezeiești, în veacul nesticăcios al celor inteligibile” (*Mistagogia*, Capitolul XXI, p. 22; PG 91, 696D). Această interpretare este totuși în dezacord cu textul (cel puțin cu textul actual) care Îl desemnează în mod clar pe Hristos ca fiind sfânt.

⁷²⁸ *Tâlcuirea dumnezeieștii Liturghii*, Capitolul XXXVI, p. 86.

⁷²⁹ *Ce înseamnă Biserica și cele dintr-însa*, 7 [93].

Corul cântă chinonicul, adică stihul sau stihurile de împărtașanie (în grecește, *koinonikon*; în slavonă, *pričasten*) specifice zilei sau sărbătorii respective⁷³⁰.

Cântarea chinonicului este urmată de trei „*Aliluia*”.

În timp ce preotul și diaconul pregătesc Sfânta Împărtașanie, corul poate interpreta o serie de cântări la alegere⁷³¹ sau citețul poate citi rugăciunile înainte de Împărtașanie.

⁷³⁰ Aceste stihuri sunt extrase din Psalmi și cele mai obișnuite chinonice sunt:

Duminică: „*Lăudați pe Domnul din ceruri. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 148,1).

Luni: „*Cel ce faci pe îngerii Tăi duhuri și pe slugile Tale pară de foc. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 103,5).

Marti: „*Întru pomenire veșnică va fi dreptul. De vorbire de rău nu se va teme. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 111,6).

Miercuri: „*Paharul mântuirii voi lua și numele Domnului voi chema. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 115,4).

Joi: „*În tot pământul a ieșit vestirea lor și la marginile lumii cuvintele lor. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 18,4).

Vineri: „*Mântuire ai făcut în mijlocul pământului, Hristoase Dumnezeule. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 73,13).

Sâmbătă: „*Fericiți sunt cei pe care i-ai ales și i-ai primit, Doamne, și pomenirea lor din neam în neam. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 64,4).

Pentru Maica Domnului: „*Paharul mântuirii voi lua și numele Domnului voi chema. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 115,4).

Pentru Sfinții Apostoli: „*În tot pământul a ieșit vestirea lor și la marginile lumii cuvintele lor. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 18,4).

Pentru Sfinții proci, ierarhi, cuvioși, cuvioase, nebuni-în-Hristos, mucenici, mucenice sau sfințiți mucenici: „*Întru pomenire veșnică va fi dreptul. De vorbire de rău nu se va teme. Aliluia, Aliluia, Aliluia*” (Psalmul 111,6).

⁷³¹ În funcție de diferitele tradiții, după ce a cântat stihul de împărtașanie al zilei respective, în timp ce se împărtașesc preoții, corul poate cânta ori „*Cinei Tale celei de Taină...*”, ori diverși Psalmi (8, 22, 33, 94, 135, 144...), ori diferite cântări ale sărbătorii.

FRÂNGEREA SFÂNTULUI TRUP, PLINIREA POTIRULUI ȘI ZEONUL

Frângerea Sfântului Trup

Preotul trece apoi la „frângerea pâinii”, potrivit cuvintelor din Faptele Apostolilor (2,46), moment esențial al ritualului Sfintei Împărtășanii (cf. Matei 26,26; Marcu 14,22; Luca 22,19; I Corinteni 11,24).

Diaconul zice: „Sfârâmă (frânge), părinte, Sfântul Trup!”.

Preotul zice: „Se sfârâmă (frânge) și Se împarte Mielul lui Dumnezeu, Cel ce Se sfârâmă (frânge) și nu Se desparte, Cel ce Se mănâncă pururea și niciodată nu Se sfârșește, ci pe cei ce se împărtășesc îi sfințește”.

Preotul rupe Agnețul cel sfințit în patru părți, conform tăierii făcute la Proscomidie. El așază partea cu inscripția IIS în susul Sfântului Disc, partea cu HS în jos (spre apus), partea cu inscripția NI în stânga și partea cu inscripția KA în dreapta.



Figura 19

Așezarea Sfântului Agneț pe Sfântul Disc după frângere

Trebuie să precizăm și faptul că frângerea pâinii i-a făcut pe ucenici să-L recunoască pe Mântuitorul Hristos la Emaus (cf. Luca 24,35); prin urmare, scopul anamnezei acestui act liturgic este acela de a arăta prezența și lucrarea lui Hristos în privința Împărtășaniei care va urma, Mântuitorul fiind împlinitor și conținut al acesteia.

De asemenea, trebuie să mai precizăm că această frângere se întemeiază pe frângerea săvârșită de Hristos la Cina cea de Taină: „Că Domnul Iisus, în noaptea în care a fost vândut, a luat pâine, și, mulțumind, a frânt și a zis: Luați, mâncați; acesta este trupul Meu care se frânge pentru voi. Aceasta să faceți spre pomenirea Mea” (I Corinteni 11,23-24; cf. Matei 26,26; Marcu 14,22; Luca 22,19). Ea se înscrie deci în continuarea anamnezei Cinei celei de Taină săvârșite mai înainte.

Frângerea are, atât în cadrul Liturghiei, cât și la Cina cea de Taină, un scop practic, și anume acela de a face posibilă împărtășirea diferiților participanți cu Mielul sfințit și neîmpărțit până atunci, cel unul. Sfântul Simeon, Arhiepiscopul Tesaloniceului, scrie în legătură cu aceasta:

Cel fără de părți este împărțit pentru noi, pentru ca noi să ne putem împărtăși de El; și Cel ce este de nedespărțit se desparte pentru noi, unindu-ne cu El și făcându-ne una, potrivit rugăciunii Sale (cf. Ioan 17,11-23)⁷³².

Sfântul Ioan Gură de Aur merge și mai departe cu interpretarea și vede în acest act liturgic semnul unei jertfe suplimentare pe care Mântuitorul Hristos o împlinește din iubire față de credincioșii adunați la Liturghie care se pregătesc să se împărtășească. El atrage atenția asupra faptului că pe Cruce mădularele lui Hristos nu au fost zdrobite (cf. Ioan 19, 31-33; Numerii 9,12; Ieșirea 12,46), dar „ceea ce Mântuitorul

⁷³² *Despre Sfânta Liturghie*, 149.

Hristos nu a suferit pe Cruce pătimește acum prin Sfânta Jertfă pentru noi. Și voiește să se lase zdrobit și sfărâmat pentru a-i sătura pe toți oamenii”⁷³³.

Cuvintele preotului amintesc că „Mielul lui Dumnezeu Se sfărâmă (frânge) și nu Se desparte, Se mănâncă pururea și niciodată nu Se sfârșește”, ceea ce fusese deja spus la Proscomidie.

Cu adevărat, Trupul lui Hristos nu se împarte între numeroasele locuri în care se săvârșește Sfânta Liturghie, nici între numeroșii credincioși care se împărtășesc cu el în fiecare dintre aceste locuri, și nici nu se împuținează din cauză că este împărțit.

Sfântul Chiril al Alexandriei scrie în legătură cu acest aspect:

Căci Unul-Născut, împărțit în părți mici, va sfinți, prin câte una, sufletul fiecărui om împreună cu trupul, prin Trupul Său. Căci El este în întregime și neîmpărțit Unul pretutindeni. Fiindcă nu S-a împărțit nicidecum, după cuvântul lui Pavel (I Cor. I,13)⁷³⁴.

În ceea ce privește neîmpărțirea, Patriarhul Dosoftei al II-lea al Ierusalimului explică faptul că Trupul lui Hristos este într-adevăr sfărâmat – cu dinții de către preotul care se împărtășește și cu copia sau lingurița pentru împărtășirea credincioșilor –, dar că această frângere are loc doar sub forma pâinii și a vinului și, din acest motiv, în fiecare parte și bucățică din Sfintele Taine nu se găsește doar o parte din Trupul și Sângele lui Hristos, ci Hristos în întregime⁷³⁵.

⁷³³ *Omilii la Epistola întâi către Corinteni*, XXIV, 2.

⁷³⁴ *Comentariu la Evanghelia Sfântului Ioan*, în *Scrieri*, partea a IV-a, Cartea a douăsprezecea, traducere, introducere și note de pr. prof. Dumitru Stăniloae, București, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, 2000, p. 778.

⁷³⁵ Cf. *Învățătură de credință*, 17, în J. Karmiris, *Dogmatica et symbolica monumenta orthodoxae catholicae Ecclesiae*, vol. 2, ediția a doua, Graz, 1968, p. 761.

În privința neepuizării și a păstrării integralității Trupului lui Hristos în pofida împărțirii lui, Sfântul Ioan Gură de Aur face apel la următoarea comparație:

Să ne închipuim o vatră în care aprindem o mie, două mii, trei mii de flăcări de foc și chiar mai multe de atât; după ce le-a transmis lumina și puterea lui tuturor acestor flăcări, focul acela nu rămâne oare la fel de plin și de întreg?⁷³⁶.

Încercând să explice „cum anume Trupul cel Unul al lui Hristos poate dărui viață întregii naturi a oamenilor, doar condiția ca ei să creadă, fiind împărțit tuturor fără să se împuțineze în vreun fel”, Sfântul Grigorie de Nyssa scrie că aceasta nu este din cauză că Hristos se identifică cu pâinea și cu vinul, ci pentru că pâinea și vinul care se sfințesc pretutindeni se identifică cu Trupul cel Unul al lui Hristos⁷³⁷.

Nu numai că nu se împarte între toți cei ce se împărtășesc, ci dimpotrivă, Hristos îi unește pe aceștia aducându-i la propria Sa unitate, după cum explică Sfântul Chiril al Alexandriei:

Iar ca să ne adunăm și noi împreună și să fim cuprinși în unitatea cu Dumnezeu și între noi, deși, prin deosebirea proprie fiecăruia, avem o identitate proprie a sufletului și a trupului, Unul-Născut, prin înțelepciunea Sa și sfatul Tatălui, a găsit o cale prin care să Se descopere. Căci, binecuvântând într-un unic trup, adică al Său, pe cei ce cred în El, prin împărtășirea tainică îi face co-trupești cu Sine și între ei. Căci cine ar despărți și ar desprinde din unirea într-o fire pe cei legați din nou între ei, prin al Său unic trup Sfânt, în unitatea cea întru Hristos? Căci, dacă toți ne împărtășim dintr-o pâine, toți realizăm un unic trup. Pentru că Hristos nu poate fi împărțit. De aceea, Biserica este și se numește trupul lui Hristos, iar noi suntem mădulare

⁷³⁶ *Omilii la Ioan*, XIV, 1.

⁷³⁷ Cf. *Discours catéchétique*, 37, SC 453, pp. 320-324.

deosebite după înțelegerea lui Pavel (I Cor. 10,17). Căci toți suntem uniți în Hristos cel Unul prin Sfântul Duh, ca cei ce am primit pe Cel Unul și neîmpărțit în trupurile noastre, și facem mădularele noastre mai mult ale lui Hristos decât ale noastre⁷³⁸.

Plinirea Potirului

Apoi diaconul arată cu orarul Sfântul Potir și zice: „*Plinește, părinte, Sfântul Potir!*”.

Preotul ia partea cu inscripția IIS, face cu ea semnul Sfin-tei Cruci deasupra Sfântului Potir și o pune înlăuntru, zicând: „*Plinirea Duhului Sfânt*”.

Diaconul răspunde: „*Amin*”.

Cu privire la plinirea Potirului și la amestecul dintre pâinea și vinul sfințite, Teodor de Mopsuestia explică:

[Preotul] reunește aceste două elemente cu scopul de a arăta că prin acest contact și prin acest amestec [...] Trupul și Sângele lui Hristos sunt de nedespărțit, fiind una ca energie și dăruindu-le celor ce se împărtășesc cu ele un singur și același har⁷³⁹.

În privința cuvintelor „*Plinirea Duhului Sfânt*”, ele amintesc, pe de o parte, că Sfântul Duh Se odihnește în deplinătate deasupra Trupului cel întreg al lui Hristos și, pe de altă parte, semnifică faptul că iconomia mântuitoare a lui Hristos care a fost comemorată, Pătimirile, moartea și Învierea Sa din morți au drept scop să ducă la primirea deplină a Duhului Sfânt

⁷³⁸ „Comentariu la Evanghelia Sfântului Ioan”, în *Scrieri*, partea a IV-a, Cartea a unsprezecea, pp. 732-733.

⁷³⁹ *Omilii catehetice*, XVI, 16-17. Cf. Sfântul Simeon, Arhiepiscopul Tesalonicalui, *Despre Sfânta Liturghie*, 150: „Se face unire în Potir și se adaugă pâinea cea dumnezeiască înlăuntru fiindcă Hristos este Unul”.