

Phoebe FARAG MIKHAIL

Pune în lucrare
bucuria



*Șapte moduri de a-ți ridica moralul inspirate
din Biserica primelor secole*

Traducere din limba engleză de Paula ILAȘ

Carte tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreasfințitului

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Hristofor', written in a cursive, flowing style.

Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

DOXOLOGIA
Iași, 2021

Cuprins

<i>Invitație</i>	7
1. Ce este bucuria?	9
2. Hoții care ne fură bucuria	21
<i>Lucrări</i>	
1. Rugăciunea Ceasurilor	33
2. Vizitarea bolnavilor	53
3. Bucuria pocăinței	70
4. A fi recunoscători	87
5. Ospitalitatea	110
6. Rugăciunile-săgeată	129
7. Cântând laudă lui Dumnezeu	146
<i>Epilog</i>	160
<i>Mulțumiri</i>	172
<i>Note</i>	174

Invitație

Dacă „fericirea este ca o pătură călduroasă”, după cum proclamă Linus din desenele animate *Charlie Brown*, atunci bucuria este ca o plimbare cu un prieten drag. Aș dori să te invit la această plimbare cu mine. O vom lua pe un drum care îmi este familiar tocmai pentru a-ți putea atrage atenția cu privire la câteva cotituri și întoarceri pe care poate nu le vezi. Vom începe dimineața devreme și vom face pauze pe parcurs. Ne vom opri și-i vom ajuta și pe alții de-a lungul drumului, cu speranța ca și aceștia să se alăture plimbării noastre. Voi împărtăși ceea ce am învățat până acum în această plimbare, precum și lecțiile pe care le-am învățat de la cei care au parcurs acest drum înaintea mea. Vom vorbi despre bucurie și vom încerca să o înțelegem, să o experimentăm și să o împărtășim cu ceilalți.

Am început această călătorie a bucuriei întâmplător. O conversație pe care am surprins-o la un moment dat a sădit în interiorul meu o întrebare care nu mi-a dat pace până ce nu i-am găsit câteva răspunsuri. În acea conversație, un bătrân a sfătuit-o pe o prietenă să se concentreze în răstimpul Învierii pe bucurie.

„Este destul de ușor”, a răspuns ea.

„Nu”, a zis el. „Nu este atât de ușor pe cât pare.”

Acest răspuns m-a surprins. De ce este atât de greu să trăiești în bucurie? Ce putem face pentru a trăi în bucuria Învierii

când există atât de multe moduri în care bucuria noastră poate fi furată? În timp ce cugetam la aceste întrebări, am fost condusă pe o cale prin care să încerc să aflu de ce bucuria este atât de grea, dar, mai important, să învăț cum să trăiesc în bucurie, cum să o apăr de hoții care se străduiesc să o fure și cum să o împărtășesc cu alții.

Am considerat înțelepciunea străveche drept cunoașterea încercată și adevărată a tuturor veacurilor. M-am alăturat altora în plimbările lor, învățând de la ei metodele care i-au ajutat să trăiască în bucurie și să o împărtășească și celorlalți. M-am luptat eu însămi cu bucuria, pierzând-o și regăsind-o, iarăși pierzând-o, când, într-un final, am realizat că nu pot păstra cu adevărat bucuria decât dacă renunț la ea.

Te invit să-mi fii alături în această plimbare, această cale spre bucurie care, providențial pentru noi, a fost străbătută cu mult timp înaintea noastră. Cu secole în urmă, trei persoane au făcut o plimbare similară împreună, dintre care două încă nu realizaseră că sunt pe o cale care duce spre bucurie – până când au făcut un popas în călătoria lor și s-au așezat să mănânce. Acolo au descoperit că, pe drumul către Emmaus, mergeau cu bucurie. Și tot acolo au descoperit că, de fapt, călătoriseră cu Însuși Hristos înviat.

Capitolul 1

Ce este bucuria?

Zis-a Cuvioasa Sinclitichia: luptă și osteneală multă este celor ce se apropie de Dumnezeu la început; și după aceea, bucurie negrăită. Că [e] precum cei ce vor să ațâțe foc, întâi se afumă și lăcrimează, și așa dovedesc lucru ce-l caută. Pentru că se zicea: Dumnezeuul nostru este foc mistuitor (Evr. 12, 29). Așa trebuie și noi cu noi: să ațâțăm focul cu lacrimi și cu osteneli.

– Maica Sinclitichia, *Patericul*

În sfârșit, sosise noaptea cea binecuvântată. Cincizeci și cinci de zile de post și o săptămână de mers cu Hristos prin durerea, lupta, umilința, pătimirile și moartea Sa ne-au condus până la acest moment, Sfânta Liturghie prin care se prăznuiește sărbătoarea sărbătorilor: Învierea din morți a Domnului nostru Iisus Hristos.

Ne-am adunat în acea Sâmbătă seară, îmbrăcați în cele mai frumoase haine, plini de emoție și așteptare. Biserica era împodobită în mod similar: dvera din fața altarului, de obicei roșie, dar schimbată în negru în timpul Săptămânii Mari, fusese înlocuită cu o dveră de un alb strălucitor, brodată cu icoane ale biruinței Domnului înviat. Cântările pe glasuri grave din Vinerea Mare se transformaseră în glasuri pline de bucurie la sărbătoarea Învierii. Fiecare dintre noi, indiferent de starea de spirit în care ne aflam înainte de a păși pragul bisericii, a

fost contaminat de prăznuirea însuflețită care ne învăluia în biserică în noaptea aceea.

Centrul atenției în cadrul Liturghiei Învierii este reprezentat de „propovăduirea” Învierii din mijlocul ușilor împăratești. Preotul închide dvera din fața altarului și stinge toate luminile din biserică. Întunericul este luminat doar de micile lumânări din mâinile psalților care stau în fața dverei închise. Preotul stă în interiorul altarului, de cealaltă parte a dverei, și împreună cu psalții încep să cânte un dialog care sună cam așa:

Preotul: Hristos a înviat! Adevărat a înviat!

Psaltul: Ridicați, căpetenii, porțile voastre și vă ridicați porțile cele veșnice și va intra Împăratul slavei (Psalmii 23, 7).

Preotul: Cine este acesta, Împăratul slavei?

Psaltul: Domnul cel tare și puternic, Domnul cel tare în război, acesta este Împăratul slavei! (Psalmii 23, 8)

În întuneric, preotul și psalții repetă de trei ori primele două rânduri, înainte de întrebarea: „Cine este acesta, Împăratul slavei?”.

În noaptea aceea, Andrew era psalt. Andrew, în vârstă de douăzeci de ani, este cel mai mare dintre trei frați. S-a născut cu o anomalie cromozomială care provoacă un retard mintal sever din spectrul autismului. Are din naștere o despicătură la nivelul vălului palatin și este surd de o ureche. De asemenea, are o capacitate excepțională de a învăța cele mai complicate și melodioase cântări – inclusiv toate microtonurile și melismele care au consacrat vechile cântări egiptene creștine ca fiind greu de memorat – și o voce puternică care poate duce orice glas muzical.

Inima mea se înălța odată cu vocea lui Andrew, pe măsură ce aceasta răsună ca răspuns la întrebarea „Cine este Împăratul slavei?”: „El este, El este Împăratul slavei!”, a cântat el.

Mi s-a făcut pielea ca de găină imaginându-mi cum Domnul nostru a dat piatra la o parte și a înviat ca un Biruitor din mormânt. Mă gândeam și la Andrew și la modul în care lucrarea uimitoare a lui Dumnezeu cu el și cu familia sa l-a transformat din ceea ce, la exterior, părea a fi un adult cu nevoi speciale, într-unul dintre cei mai talentați psalți din biserica noastră. Viața lui Andrew este o poveste a învierii și a bucuriei.

Am întors o clipă capul și am observat că, în spatele meu, Maryann stătea în picioare, absorbită și ea de dialogul dramatic care se desfășura în fața noastră în întineric. Cu o lună înainte, Maryann văzuse cum Michelle, sora ei mai mică, de șaptesprezece ani, a fost lovită de o mașină și ucisă în timp ce traversa strada în fața casei lor. Michelle era pe punctul de a absolvi liceul și era prima clasată pentru un program de studii în Medicină, de șapte ani. Moartea ei bruscă ne-a afectat pe toți. Îmi amintesc că am mers în biserică la câteva ore după înmormântarea lui Michelle, înainte de a începe o slujbă de pomenire. Deși eram singură în biserică, cumva, în timp ce stăteam în fața fotografiei sale înconjurată de flori parfumate, am putut să-i simt încă prezența.

În acea noapte, am vrut să-i șoptesc lui Maryann: „Hristos a înviat”. „Hristos a înviat” înseamnă „Michelle va învia, de asemenea”, pentru că Michelle L-a iubit pe Domnul în feluri pe care le-am văzut cu toții, prin slujirea și mărturia ei față de ceilalți și prin bunătatea ei de zi cu zi. Nu i-am atras atenția lui Maryann, dar a auzit acele cuvinte chiar în clipa următoare.

După ultima cântare a lui Andrew, „El este, El este Împăratul slavei”, luminile s-au aprins, o voce puternică a răsunat, iar psalții, preoții și toată adunarea credincioșilor au izbucnit în cântarea de biruință „Hristos anesti”, cu cuvintele „Hristos a înviat din morți, cu moartea pe moarte călcând și celor

din morminte viață dăruindu-le”. Preoții, diaconii și psalți și-au început procesiunea în jurul bisericii cu icoana Învierii, în timp ce credincioșii se întindeau pentru a săruta icoana pe măsură ce trecea pe lângă ei. Copiii s-au alăturat și ei, iar dacă nu ar fi fost atât de mulți oameni, ne-am fi alăturat cu toții.

În timp ce procesiunea continua, am observat o femeie în vârstă stând în spate, zâmbind, tremurând încontinuu din mâini. Fiica ei, ea însăși mamă a trei copii, stătea lângă ea, cântând alături de psalți din procesiune, zâmbind la rîndul ei. Mai târziu, în timpul Liturghiei, preotul o va împărtăși pe această femeie în vârstă, iar fiica ei o va fotografia. Face acest lucru de fiecare dată când o poate aduce pe mama ei la biserică. Uneori mă întreb dacă face acest lucru pentru ca fotografiile să-i fie drept mângâiere atunci când mama ei, în cele din urmă, va muri, o amintire de a o vedea unită cu Hristos pe pământ, în Euharistie, atunci când se va uni cu Hristos în ceruri.

Fiica acestei femei bolnave ar putea fi numită membră a „generației sandwich”, care îngrijește un părinte în vârstă în timp ce se îngrijește și de proprii ei copii – și lucrează în afara casei pentru a ușura povara financiară¹. Dar acolo, în timpul procesiunii de la Înviere, nu părea să fie îngrijorată de felul în care ea și fiii ei o vor conduce cu căruciorul pe mama ei înapoi la mașină pentru a o duce acasă, cum va pregăti, mai târziu, masa de Paști pentru familia ei, cum îi va plăti fiului ei taxa pentru facultate și cum va avea putere de muncă luni dimineață. Acum, ea cânta „Hristos a înviat” împreună cu noi, ceilalți, bucuroasă că Hristos a biruit moartea și ne-a dat viața veșnică.

A trăi bucuria învierii în fața zbuciumului zilnic al vieții poate fi dificil. A experimenta bucuria învierii în fața provocărilor creșterii unui copil cu nevoi speciale – sau a oricărui

copil, de fapt – poate fi aproape imposibil. A experimenta bucuriei învierii în urma morții subite a unei persoane dragi este aproape prea mult de cerut. Cu toate acestea, probabil din acest motiv, ni se reamintește că aceasta este o perioadă plină de bucurie și ne oferă căi de a experimenta acest lucru.

Timp de cincizeci de zile de la Sărbătoarea Învierii, chiar și înmormântările sunt oficiate pe un glas vesel. Sicriul este însoțit în biserică cu același imn al biruinței, „Hristos a înviat”, mai degrabă decât pe cel mai funebru glas din „Pomeniște-mă, Doamne, când vei veni întru Împărăția Ta”, care se cântă în Vinerea Mare și în timpul înmormântărilor din restul anului. Port în mine o nădejde tainică, că atunci când voi muri poate se va întâmpla în timpul acestor cincizeci de zile sfinte.

Este remarcabil, dar caracteristic, faptul că Biserica Ortodoxă din Alexandria, care este cunoscută mai ales pentru martirii și pentru lucrările ascetice stricte ale mănăstirilor sale din deșert, își infuzează riturile și practicile liturgice cu atenționări zilnice de a fi bucuroși. Pr. Tadros Malaty afirmă următoarele:

Aproape toate zilele sunt sărbători pentru Biserica Ortodoxă. Deși este cunoscută pentru că își poartă crucea, ea este dornică să-și vadă copiii trăind în mijlocul suferințelor cu bucurie duhovnicească. Ea este destoinică, cu ajutorul Domnului, să-i ridice deasupra necazurilor. Cu alte cuvinte, Biserica este permanent în suferință și bucuroasă în același timp, sărbătorile ei sunt neîntrerupte, iar cântările sale cu o varietate de glasuri sunt neîncetate².

Fiul meu a înțeles acest lucru încă de la cinci ani, când eram în drum spre biserică. El a întrebat: „Ce sărbătoare este astăzi?”. Încă nu verificasem sinaxarul zilei pentru a afla ce sfânt era prăznuit, dar mi-am amintit că era duminică. „Duminica”, i-am

spus, „prăznuim întotdeauna Învierea Domnului”. Praznicul Învierii, praznicul praznicelor, durează liturgic nu doar în Duminica Paștilor în sine, ci timp de cincizeci de zile după aceea, până la Rusalii. Învierea este prăznuită în fiecare duminică a anului, nu doar în duminica de Paști, pomenită zilnic în rugăciunea de dimineață din *Ceaslov*, care este *Rânduiala de rugăciune zilnică*.

Nu mă înțelegeți greșit. Oamenii din biserica mea au la fel de multe probleme ca oricine altcineva pe care ai putea să-l întâlnești într-o anumită zi. La fiecare sărbătoare, este o adunătură de oameni răniți care se nevoiesc, chemați să găsească bucurie în făgăduința Învierii, în ciuda a ceea ce viața le rezervă. Dar a găsi și a trăi în acea bucurie nu este o sarcină ușoară, de aceea biserica ne oferă aceste călăuze – glasuri vesele chiar și în timpul înmormântărilor, dvere albe, strălucitoare și fără post timp cincizeci de zile după praznicul Învierii. Acestea ne ajută să trăim în atmosfera praznicului nu doar o noapte, ci săptămâni întregi.

Aceste săptămâni sunt perioada mea preferată din an. Chiar și în copilărie, am preferat Paștile în locul Crăciunului. În emisfera nordică, Paștile coincide cu primăvara, cu florile, cu frumusețea și viața, ca și cum însăși natura ar cânta propriile sale imnuri vesele, ale Învierii, împreună cu noi. Cu toate acestea, pentru o lungă perioadă de timp, am confundat bucuria cu fericirea, și uneori cu plăcerea, așa cum o fac mulți dintre noi. Paștile înseamnă Înviere, dar cândva a însemnat și ciocolată, brânză, pui – adică tot ce nu puteam mânca în timpul Postului Mare. Acestea sunt plăceri, dar nu aduc bucurie. Dacă accesul neîngrădit la mâncare aduce bucurie, noi, nord-americanii, în loc să ne luptăm cu depresia și anxietatea, ar trebui să fim cei mai bucuroși oameni de pe pământ. Bucuria

nu înseamnă plăcere, ba chiar, bucuria poate fi pierdută printr-o plăcere excesivă.

De asemenea, Paștile a însemnat și familie, o sărbătoare care ne aducea pe frații mei și pe mine împreună în casa părinților noștri timp de câteva zile, chiar și atunci când, altfel, trăiam departe unii de alții. Întâlnirile noastre au fost întotdeauna o sursă de fericire – zâmbetul larg de pe chipul mamei mele de a-i avea pe toți cei cinci copii adulți (și, în cele din urmă, câțiva nepoți) sub același acoperiș a fost suficient pentru a lumina cartierul. Dar această fericire a fost trecătoare. În cele din urmă ne-am întors la propriile noastre case, locuri de muncă și rutine zilnice. Bucuria nu înseamnă nici fericire; în caz contrar, cei fără situații fericite nu ar experimenta niciodată bucuria.

Bucuria, ca și iubirea, este intangibilă. Nu poți atinge bucuria, dar îi poți simți, totodată, „dulceața care se revarsă în orice lucru”, așa cum a spus Helen Keller. Bucuria, ca și iubirea, este ceva ce trebuie experimentat, iar bucuria este legată în mod indisolubil de iubire. Bucuria, ca și iubirea, nu este o experiență în singurătate. Bucuria este ceva experimentat în comuniune și unitate cu Dumnezeu și cu ceilalți – familiile noastre, prietenii, vecinii... chiar, inexplicabil, cu dușmanii noștri. Bucuria nu poate fi căutată în același fel în care pot fi căutate plăcerile. Mai degrabă, bucuria este un dar de la un Dăător care dorește să ofere nu doar ocazional, ci permanent – și veșnic. În mod similar, bucuria nu ni se întâmplă așa cum ni se poate întâmpla fericirea, adică în strânsă legătură cu situațiile care sunt uneori sub controlul nostru, dar cel mai adesea, în afara controlului nostru.

S-ar putea să nu fim fericiți în fiecare zi; de fapt, s-ar putea să ne confruntăm cu suferință în fiecare zi. Dar putem avea

bucurie în fiecare zi. Alergarea după bucurie se aseamănă cu încercarea de a ține în mână o ceașcă răsturnată. Bucuria este acolo, așteptând să fie oferită, dar nu are cum să intre. În loc să alergăm după bucurie așa cum o facem când căutăm plăcerile sau împrejurările fericite, trebuie să ne liniștim și să ne reorientăm înspre o atitudine de primire, nu de fugă. Practicile – sau, mai bine zis, lucrările – pe care doresc să le împărtășesc aici, sunt menite să ne ajute ca să ne reorientăm pe noi înșine, să ne întoarcem ceașca invers, astfel încât bucuria să poată intra și să exclamăm folosind cuvintele psalmistului: „Și paharul tău este adăpându-mă ca un puternic” (Psalmii 22, 6).

În orele dinaintea trădării și morții sale, Hristos a turnat vin în pahar și l-a dat ucenicilor Săi. Înainte de aceasta, El le-a vorbit despre dragoste și bucurie: „Aceste lucruri v-am vorbit pentru ca bucuria Mea să rămână în voi și bucuria voastră să fie deplină. Aceasta este porunca Mea, să vă iubiți unii pe alții așa cum v-am iubit pe voi” (Ioan 15, 11-12). Hristos ne-a iubit cu cea mai mare dragoste dintre toate câte există. Dacă Învierea s-a petrecut datorită iubirii jertfelnice de pe cruce a lui Hristos pentru noi, atunci și noi, la rândul nostru, vom experimenta bucuria deplină numai prin iubire și jertfă de sine. Dacă ar fi să definim cum să experimentăm bucuria, aceasta ar suna cam așa: bucuria se trăiește prin dăruirea și primirea iubirii jertfelnice.

Potrivit unuia dintre Părinții Bisericii, Evagrie Ponticul, iubirea este „copilul” bucuriei și al păcii³. Într-o seară m-am dus la culcare cu lacrimi în ochi după o ceartă cu soțul meu. Nici nu-mi amintesc cearta sau motivul pentru care plângeam, dar aveam nevoie de un fel de mângâiere, așa că mi-am luat Biblia. Capitolul care venea la rând, s-a întâmplat să fie despre relatarea Învierii din Evanghelia după Ioan. Am început să

citesc, încet, cu lacrimi în ochi. În timp ce citeam, mi-am dat seama cât de imposibil îmi era să continui să plâng. Maria însăși s-a apropiat de mormântul gol plângând, pregătită să ungă trupul lui Iisus, întrucât nu putuse să facă acest lucru în noaptea în care Hristos a murit. Plânsul ei s-a transformat rapid în bucurie atunci când L-a văzut pe Mântuitorul său înviat. Lacrimile mele s-au uscat repede în timp ce-mi imaginam cea mai uimitoare dintre dimineți, dimineața în care Hristos a luat asupra Sa cel mai rău lucru care se putea întâmpla – moartea – și a golit-o de puterea pe care o are asupra noastră. Moartea, cel mai mare hoț al bucuriei, nu mai are stăpânire asupra noastră datorită biruinței lui Hristos. O pace s-a așezat peste mine amintindu-mi de iubirea pe care o am pentru soțul meu, o dragoste care depășește orice ceartă mărunță dintre noi. Dragostea se naște într-adevăr din bucurie și pace.

Chemarea de a fi veșnic bucuros este legată de făgăduința și nădejdea vieții veșnice. Bucuria înseamnă să trăiești întru nădejdea învierii, crezând în acea nădejde din toată inima, fără îndoială. Pentru a trăi în bucuria născută din iubire și pace în prezența atât de multor lucruri care ne amintesc de moarte în loc de viață, credința noastră ne oferă instrumente pe care le putem folosi pentru a ne ajuta să punem în lucrare bucuria. Veți găsi șapte dintre aceste lucrări duhovnicești în capitolele care urmează: rugăciunea Ceasurilor, cercetarea bolnavilor, pocăința, recunoștința, ospitalitatea, rugăciunile-săgeată și cântarea de laude lui Dumnezeu. Aceste practici ne-au fost transmise de-a lungul secolelor de Tradiția creștină pentru a ne ajuta să trăim zilnic bucuria învierii, în ciuda provocărilor vieții noastre de zi cu zi.

Nu sunt un guru și nici nu sunt percepută ca fiind o persoană deosebit de optimistă. Cel mai adesea sunt meditativă

și capricioasă. Sunt un creștin care se confruntă – așa cum faceți și voi, cu siguranță – cu provocări care îmi fură bucuria. Acesta este motivul pentru care sunt o „autoritate” pe această temă și de aceea am scris această carte. Am descoperit că aceste lucrări duhovnicești m-au ajutat să păstrez bucuria învierii, bucuria iubirii lui Dumnezeu și m-au ajutat să trăiesc acea bucurie prin primirea și dăruirea iubirii jertfelnice.

M-am născut în Egipt și, încă din pruncie, am fost botezată în Biserica Ortodoxă. Am crescut în New York și New Jersey. Îmi place să spun că mi-am câștigat educația teologică prin osmoză; tatăl meu este preot ortodox și teolog, la fel ca și soțul meu. Cu toate acestea, ca majoritatea creștinilor ortodocși, am învățat aceste lucrări duhovnicești prin participarea la viața liturgică a Bisericii și prin exemplele demne de urmat din jurul meu – părinții după trup, părinții spirituali și alți membri ai familiei noastre bisericești locale și extinse, inclusiv familia Bisericii din Egipt, unde am petrecut mult timp din viața mea de adult. Cititor avid de literatură și teologie și seminarist ocazional, am fost binecuvântată să slujesc și altora din biserică prin diferite activități, inclusiv activități ecumenice care mi-au permis să mă implic și să întâlnesc multe tradiții creștine diferite.

Am văzut și am experimentat destul de multe din lupta vieții de zi cu zi. Nu am ajuns la subiectul bucuriei gândind vreodată, că este ușor sau clar. Viața mea profesională, în dezvoltarea la nivel internațional, m-a expus direct la imensa cantitate de durere din lume, durere care m-ar putea duce cu repeziciune la deznădejde, cinism și epuizare. O parte din acea muncă s-a desfășurat în Egipt, unde am călătorit luni întregi și unde m-am implicat total în munca pe care o făceam, și anume activitatea de dezvoltare a comunității de acolo. În acele vremuri, mi-am luat rareori zile libere. După perioade

de descurajare și oboseală dusă la limită, am învățat să trăiesc din nou bucuria, departe de muncă, participând la rugăciunea Ceasurilor într-o mănăstire, vizitând bolnavi împreună cu rudele mele, exprimându-mi recunoștința pentru diferențele culturale care mă frustraseră în trecut, experimentând ospitalitatea Orientului Mijlociu, repetând rugăciuni scurte în timpul plimbărilor și a călătoriilor cu trenul și cântând laude lui Dumnezeu alături de comunitatea credincioșilor. Mi-am redescoperit credința în aceste lucrări și m-au învățat atât de multe, încât vreau să le împărtășesc cu voi.

Un text bisericesc din Biserica primară, numit *Păstorul lui Herma*, cuprinde porunca de a „îndepărta întristarea de la tine” și „a pune în loc bucurie”. Creștinii din Biserica primară au pus la inimă acest lucru într-un mod care ar trebui să fie rețut și în viața noastră:

Căci fiecare om vesel face fapte bune, cugetă gânduri bune și disprețuiește întristarea. Dar o persoană întristată face întotdeauna lucruri greșite. El face rău mai întâi pentru că Îl întristează pe Duhul Sfânt, Care ne-a fost dat spre bucurie; în al doilea rând, Îl întristează pe Duhul Sfânt lucrând greșit, fără să mijlocească și să se mărturisească înaintea Domnului. Căci mijlocirea unui om întristat nu este niciodată suficient de puternică pentru a urca până la altarul lui Dumnezeu... Prin urmare, curățați-vă de întristarea cea rea și veți trăi în Dumnezeu. Și toți cei care alungă întristarea și se îmbracă cu toată bucuria vor trăi în Dumnezeu.⁴

Potrivit *Păstorului lui Herma*, bucuria pentru creștin nu este o opțiune – de fapt, dacă nu o practicăm, mergem atât de departe încât Îl putem mâhni pe Duhul Sfânt, iar rugăciunile noastre devin prea slabe pentru a ajunge la Dumnezeu. Biserica ne oferă mijloacele de a „ne îmbrăca cu bucuria”, astfel încât să putem trăi în Duhul și să ne rugăm cu putere.

Nu sunt întotdeauna consecventă cu aceste șapte lucrări, deși îmi doresc și așa ar trebui să fie. Iar unele lucrări sunt mai ușor de menținut decât altele. În același timp, această carte nu are menirea de a împovăra cititorii cu mai multe lucruri de făcut. Bucuria învierii, până la urmă, este un har de la Dumnezeu pe care nimeni dintre noi nu l-am câștiga [prin noi înșine]. Există un mod de a trăi darul acestei bucurii extraordinare, fără a o câștiga vreodată, ci pur și simplu a o primi. Aceste lucrări ne oferă acest mod de a trăi și sunt „mijloace ale harului”, potrivit cuvintelor vrednicului de pomenire episcop Samuel, unul dintre marii noștri îndrumători duhovnicești.⁵ Practica în sine nu ne face perfecți. Mai degrabă, practica ne face *prezenți*. Lucrările noastre duhovnicești, atunci când sunt făcute în mod constant, cu toată inima și sub îndrumarea părinților noștri duhovnicești, ne ajută să ne apropiem de prezența lui Dumnezeu. Toate aceste mijloace ne ajută să trăim în bucuria pe care Dumnezeu atât de generos și de minunat ne-a oferit-o prin Întruparea Sa, ceea ce ne-a dat posibilitatea de a ne bucura în mod palpabil de prezența Sa.

C.S. Lewis ne avertizează în cartea *Surprins de bucurie* să nu facem din bucurie un idol, un sentiment sau un sens care trebuie urmărit în sine. Bucuria, după Lewis, „se deosebește nu numai de plăcere, în general, ci chiar de plăcerea estetică. Ea trebuie să aibă imboldul, durerea, dorul nemângâiat”⁶. Acea durere, acel dor este dorul pe care îl avem cu toții pentru Dumnezeu Însuși, pentru atunci când vom fi pe deplin și desăvârșit uniți întru El. După cum spune Hristos: „Deci și voi acum sunteți triști, dar iarăși vă voi vedea și se va bucura inima voastră și bucuria voastră nimeni nu o va lua de la voi” (Ioan 16, 22).

Dumnezeu este originea bucuriei noastre, iar unirea cu El, țelul nostru.