



THE ROMANIAN ORTHODOX METROPOLIA OF THE AMERICAS
SAINT NICHOLAS - ROMANIAN ORTHODOX CHURCH
45-03 48 Av. Woodside NY, 11377; www.stnicholaschurch.net

RUGACIUNE CATRE ICOANA MAICA DOMNULUI „PANTANASSA”



A totbuna Stapana, Sfanta Maica a lui Dumnezeu, Pantanassa, Imparateasa a toate, nu sunt vrednic sa intri sub acoperamantul sufletului meu. Ci, ca ceea ce esti milostiva, Maica Dumnezeului Celui Milostiv, spune numai un cuvânt si se va tamadui sufletul meu, si trupul meu slabit se va intari. Caci tu ai tarie putincioasa, si cuvântul tau este plin de putere, o, Imparateasa a toate. Adu-mi biruința, roaga-te pentru mine, ca sa maresc numele tau cel minunat totdeauna, acum si pururea si in vecii vecilor. Amin.

PROGRAMUL LITURGIC ÎN SAPTAMANA 27 AUGUST – 2 SEPTEMBRIE

Miercuri 29 AUGUST: Taierea capului Sfantului Ioan Botezatorul
Utrenie si Sfânta Liturghie 8.30 AM
Duminica 2 SEPTEMBRIE:
Utrenie si Sfânta Liturghie 8.30 AM

Preot Paroh: Marius Daniel Dumitrescu
917 592 2571 – mobil



THE ROMANIAN ORTHODOX METROPOLIA OF THE AMERICAS
SAINT NICHOLAS
ROMANIAN ORTHODOX CHURCH
WOODSIDE, NEW YORK



45-03 48th Ave.
Woodside, NY 11377

tel: (718)784-4453
cell: (917)592-2571



EVANGHELIA DIN DUMINICA A 13-A DUPA RUSALII

Zs-a Domnul pilda aceasta: Era un om oarecare stăpân al casei sale, care a sădit vie; a împrejmuit-o cu gard, a săpat în ea teasc, a clădit în turn și a dat-o lucrătorilor, iar el a plecat departe. Când s-a apropiat vremea roadelor, a trimis pe slujitorii săi la lucrători ca să ia partea lui de roade. Dar lucrătorii, punând mâna pe slujitori, pe unul l-au bătut, pe altul l-au omorât, iar pe altul l-au ucis cu pietre. Din nou a trimis alți slujitori, mai mulți decât cei dintâi, și au făcut acelora tot așa. La urmă, a trimis la ei pe fiul său, zicând: Se vor rușina de fiul meu. Iar lucrătorii viei, văzând pe fiul, au zis între ei: Acesta este moștenitorul; veniți să-l omorâm și să avem noi moștenirea lui. Și, punând mâna pe el, l-au scos afară din vie și l-au ucis. Deci, când va veni stăpânul viei, ce va face acelor lucrători? I-au răspuns: Pe aceștia răi, cu rău îi va pierde, iar via o va da altor lucrători, care vor da roadele la vremea lor. Zis-a lor Iisus: Oare n-ați citit niciodată în Scripturi: «Piatra pe care au nesocotit-o ziditorii, aceasta a ajuns să fie în capul unghiului. De la Domnul a fost aceasta și este lucru minunat în ochii noștri»? De aceea vă spun că Împărăția lui Dumnezeu se va lua de la voi și se va da neamului care va face roadele ei. Cine va cădea pe piatra aceasta se va sfărâma, iar pe cel peste care va cădea ea, îl va zdrobi. (Matei 21, 33 - 44)



Despre rugăciunea inimii

Ioan Ianolide

A fost o vreme când omul îl căuta pe Dumnezeu în cele din afară, prin Har, însă, întâlnirea omului cu Dumnezeu se face în inimă, în sine însuși. Aflându-L pe Dumnezeu în lăuntru, omul se regăsește pe sine și realizează îndumnezeirea, câpătând conștiința de împărat al fapturii. Dacă Dumnezeu este în toate și peste toate, atunci trebuie găsită ordinea dumnezeiască din viață, lume și istorie. În acest sens, rugăciunea este și o cale de cunoaștere. Atât omul simplu, cu inteligența sa naturală, cât și savantul, cu vastele sale cunoștințe, sunt chemați a-și plini personalitatea prin trăirea religioasă. Lucrarea omului nu are putere transfiguratoare fără puterea harului dumnezeiesc, de aceea omul trebuie să se facă purtător de Dumnezeu.

În închisorile anilor 1941-44 credința noastră își căuta albia spirituală. De la bun început am considerat temnița ca un prilej de martiriu. Am pornit de la credința în Dumnezeu, dar nu aveam o cunoaștere temerică a ei. Recunoșteam autoritatea Bisericii, dar eram febril angajați în căutarea noului. Am cerșit cele mai valoroase scrieri ale Bisericii și ale Sfinței Tradiții și ne-am concentrat atenția mai ales asupra Scripturii, cu deosebire asupra **Noului Testament**. Temnița oferea în primul rând încercarea credinței, în al doilea rând condiții de liniște, asceză și reculegere necesare venirii duhovnicești. Celula era și chilie, și arenă romană în care fiarele sfășiau pe creștini. Cerșetarea conștiinței și curățirea lăuntrică prin Taina Spovedaniei ne-au limpezit înțelegerea creștină a omului și a lumii, iar unirea cu Hristos prin Sfânta împărtășanie ne-a dat însuflețirea și bucuria prezenței lui Dumnezeu în noi. Înțelegem că pentru a fi creștin este necesară o rupere din toate preocupările și angajările lumii, până ce omul devine al lui Hristos și ajunge să gândească și să acționeze prin El. În aceste condiții am pornit la practicarea Rugăciunii inimii. Pînă 1942 au pătruns în închisoare două prezentări schematice ale isihasmului, făcute de către un preot de mir bine informat, dar nepracticant al ei. Apoi a ajuns la noi Spovedania unui pelerin, o cărticică scrisă de un anonim rus într-o formă plăcută, cu aparență laică, dar care este o introducere bună în practicarea Rugăciunii inimii. Această carte va fi primul nostru îndreptar. Formula pe care o rosteam era: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul” - pe cât de scurtă, pe atât de intensă. Primele șase cuvinte sunt formate din Numele de foc mistuitor al Dumnezeului nostru, pe care Il invocăm și Il aducem în noi, trăind împreună cu El; a doua parte a rugăciunii cuprinde omul, cu poziția sa de templu al lui Dumnezeu, smerit și fericit, ascultător de Dumnezeu până la moarte.

Iată deci exprimată în zece cuvinte relația și comuniunea dintre Dumnezeu și om! Puterea Rugăciunii este în forța intrinsecă a conținutului ei și are, în secundar, și avantajul unei maxime concentrări lăuntrice. Formula poate fi și „Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă” ori simplu „Doamne, miluiește-mă”. În raport cu alte lucrări duhovnicești, aceasta este cea mai rapidă și mai intensă. Ea presupune însă niște condiții prielnice, sufletești și trupești, și un cadru adecvat. În ordinea lăuntrică trebuie o liniștire deplină și alungarea tuturor preocupărilor, pentru ca omul să se poată concentra exclusiv asupra cuvintelor rugăciunii. Atenția minții trebuie orientată în sine. Descoperind lumea interioară, omul nu trebuie să se oprească la ea, ci să se concentreze asupra rugăciunii, căutându-L pe Dumnezeu în sine. Răvna trebuie să fie neobosită și plină de nădejde, căci multe sunt ispitele și piedicile ce se opun. Înainte de toate Rugăciunea trebuie să fie dorire și iubire nețămurită pentru unirea cu Hristos, altfel nu e posibil nici un efort. Ori de câte ori se roagă, omul trebuie să moară pentru Hristos ca să vieze în El, iar când rugăciunea îi va fi neconținută, va fi de-a pururi viu în Domnul, Care îi va da pace în suflet, îi va lumina cunoștința, îi va înțelepti cuvântul și-i va orându-i viața. Întrucât la început strădania rugătorului este anevoioasă, e necesar ca încă de la acest început să ne încredințăm Duhului Sfânt, care va prelua lucrarea până la capăt. E nevoie și de un povățuitor duhovnicesc experimentat, care să ne conducă la Dumnezeu și căruia îi suntem datori cu ascultarea.

În rugăciune trupul să fie ușurat de patimi și așezat în poziție de trezie. Privegherea cea mai atentă se face în poziția șezând, cu capul ușor lăsat în piept, cu pleoapele plecate pe ochi, încercând să se sesizeze bătăile inimii. Atenția nu trebuie să se concentreze și să umărească un organ, nici un simbol, nici o icoană, ci duhul, sufletul, lăuntru, în ultimă analiză pe Dumnezeu. Totuși este bine ca orientarea atenției să fie în piept, undeva către inimă, căutând însă nu organul, ci sufletul. Căci „inimă” este noțiunea largă în care se cuprinde omul lăuntric în toată complexitatea lui. Prin interiorizare, mintea ia cunoștință de miracolul lăuntric. Folosim termenul de „mintă” în sensul larg cuprinzător de inteligență, luciditate, rațiune, cunoștință, conștiință. Reîntors în sine, omul descoperă o lume vastă și neliniștită formată din gânduri, idei, planuri, viziuni, dorințe, sentimente, instincte, patimi, poftă, din forțe vitale, aspirații, temeri, necesități, idealuri, dorința de absolut ori, într-o ultimă analiză, din prezența lui Dumnezeu. Totul e în mișcare, într-un joc de forțe contrarii, într-o complexitate amețitoare. În acest noian - lăuntru - omul poate să greșescă, dacă nu cumva se dă bătut de la început, cu un sentiment de neputință. De aceea Rugăciunea, în prima ei fază, este un exercițiu de strădanie și de puternică credință. În această fază Dumnezeu apare real, dar învăluit, ascuns, depărtat. Sentimentul existenței Lui dă însă forța necesară efortului solicitat.

Dacă uneori Rugăciunea merge ușor, de multe alte ori ea se împietrește. Nu trebuie să abdică niciodată de la Rugăciune, chiar dacă pare seacă, formală, carecum exterioră și străină, căci, după stăruințe, ea va căpăta viață și va forma o albie adâncă în sufletul tău. Rugăciunea trebuie făcută în minte, adesea cu cuvinte ori însoțită chiar de metanii, închinăciuni și psalmo-dere, după cum prieste fiecăruia, până când se va ajunge la rugăciunea în inimă. Ordinea este de la suprafață către interior, de la trup către suflet. Este necesară înfrânarea și supunerea trupului. Fiecare păcat trebuie înlocuit cu virtutea contrarie lui. E nevoie de multă stăpânire de sine și statornicie până ce se ajunge la un trup care funcționează fără patimi și fără dezordine. Dar nici o asceză nu este suficientă dacă nu căpătăm, prin rugăciune, trăirea în duh. Rugăciunea împreună cu celelalte nevoite duhovnicești ajută mult la ordonarea vieții, atât în aflarea măsurii drepte a funcțiilor ei, cât și în forța de a o curăți și orienta. Trecând de la exterior la interior, umează un șir imens de patimi sufletești, printre care cea mai frecventă este mândria, sub nenumăratele ei forme. Viața lăuntrică are o mare subțirime duhovnicească. Mntea este neconținută asaltată de gânduri care încep prin a-1 mormi pe om și sfârșesc prin a pune stăpânire pe el. Acesta se numește războiul nevăzut sau războiul duhurilor. Mntea trebuie deci să stea de pază la granița conștiinței, acolo unde apar gândurile și să le supună unui riguros examen, spre a fi respinse ori acceptate înainte ca omul să și le fi însușit. Aici intervine puterea Rugăciunii, care fixează Numele lui Dumnezeu în gând și face din El filtrul gândirii. Cu timpul, Rugăciunea ajunge să se rostească singură și fără încetare. Dacă ai două ore de rugăciune bună, ai mult pentru început. Timpul se prelungește treptat, încât după 30-40 de zile se poate trece la faza a doua, când Rugăciunea se va spune în inimă, printr-o participare lăuntrică totală. Este stadiul în care Rugăciunea se simte, se trăiește.

Între minte și inimă este un drum neînchipuit de lung și acoperit de o beznă cumplită. Adesea omul se sperie și e pe cale să ozeze. Trebuie să ai tăria de a te arunca în beznă, cu încrederea că Dumnezeu te va prinde în brațele luminii Sale. Abia de aici înainte vei fi născut din nou, vei fi înnoit sufletește prin har. Treptat simțurile tac, sufletul se înmiresmează, duhurile rele fug, timpul intră în veșnicie, lumea e văzută în imaginea ei nealterată și astfel omul ajunge Biserica, adică e purtător de Dumnezeu. În el a murit eul și viază Hristos. Atât trupul cât și sufletul cunosc un proces de înduhovnicire. Ne aflăm în împărăția lui Dumnezeu din om. Acest fel de Rugăciune e un dar, care se pierde imediat ce este interpretat ca o vrednicie personală. Ea este lucrarea Duhului Sfânt, la care omul participă lucid, conștient și fericit de viața minunată de care este învrednicit. Transfigurat, omul - fără a pierde contactul cu ordinea firii - vede acum lumina taborică și Ierusalimul cel ceresc. Dacă omul obișnuit vede lumina soarelui, cel înduhovnicit vede lumina propriei sale minți, iar la sfârșit vede lumina neCreată. Dacă la început **Rugăciunea** e rostită, la sfârșit ea e mută, umitoare, minunată. O astfel de rugăciune nu poate fi uitată, nici părăsită, căci frumusețea ei este fără de asemănare...