

# CARTEA FILOCALIILOR

# CARTEA FILOCALIILOR

CELE MAI FRUMOASE PAGINI

Traducere din grecește de  
pr. prof. dr. DUMITRU STĂNILOAE,  
membru al Academiei Române

Selecția textelor de  
GEORGETA-ANCA IONESCU

 HUMANITAS  
BUCUREȘTI

*Cine este Dumnezeu mare ca Dumnezeul nostru? Tu ești Dumnezeu, care faci minuni! (Ps. 76, 13)*

*Căci cine dintre oameni știe ale omului, decât duhul omului, care este în el? Așa și cele ale lui Dumnezeu, nimeni nu le-a cunoscut, decât Duhul lui Dumnezeu. (1 Cor. 2, 11)*

*Scrisoarea noastră sînteți voi, scrisă în inimile noastre, cunoscută și citită de toți oamenii, arătîndu-vă că sînteți scrisoarea lui Hristos, slujită de noi, scrisă nu cu cerneală, ci cu Duhul Dumnezeului celui viu, nu pe table de piatră, ci pe tablele de carne ale inimii. (2 Cor. 3, 2-3)*

## NOTA EDITURII

Am grupat textele selectate de mine pentru alcătuirea acestei antologii conform unui criteriu tematic, de care dă seamă Cuprinsul aflat la finalul volumului. Pentru a ghida discret ochiul cititorului înlesnindu-i orientarea în a alege să parcurgă o pagină ori alta a antologiei, am așezat la începutul fiecărui fragment antologat (cu excepția celor foarte scurte, de doar două-trei rînduri) un titlu lămuritor asupra conținutului respectivului fragment; în interiorul acestor titluri, am folosit caractere diferențiate pentru trei tipuri de intervenții (prezente fie toate trei laolaltă, fie doar două dintre ele alăturate, fie doar una), după cum urmează: cu litere italice, între ghilimele, scurte fraze din Scriptură, din Vechiul și Noul Testament deopotrivă, extrase chiar din textul fragmentelor (citate biblice cu care Părinții își însoțeau și întăreau cugetările ori pe care încercau să le lămurească, meditănd îndelung la ele); cu litere italice, fără ghilimele, frînturi din cugetările Părinților extrase tot din textul propriu-zis al fragmentelor (formulări memorabile, de mare forță a gândului și totodată de o limpezime și o frumusețe poetică-literară cuceritoare); cu litere drepte, scurte formulări rezumative despre fragmentele în cauză care îmi aparțin. [Exemplu: „*Cu toiagul meu am trecut rîul*“ (Facere 32, 10). *Dacă marele și cerescul nostru Doftor ne-a dat leacurile, de unde vine pricina pierzării, dacă nu din slăbiciunea voinței noastre? De voiești, așadar, să nu schiopătezi, ia toiagul crucii și sprijină-ți mîinile pe el.* Purtarea crucii cu voința credinței.]

Referința de la finalul fiecărui fragment antologat, notată între paranteze drepte și cu corp italic, conține, în ordine: numele autorului textului, numărul volumului filocalic din care este preluat fragmentul și pagina (paginile) la care se găsește textul în respectivul volum; toate trimiterele de acest fel sînt la ediția *Filocalia sfințelor nevoiște ale desăvîrșirii*, vol. I–XII, traduceri din grecește, introduceri și note de pr. prof. dr. Dumitru Stăniloae, Humanitas, 2017. Locurile în care, în desfășurarea unui fragment mai amplu, am prescurtat textul eliminînd cîte o succesiune de fraze ori paragrafe,

precum și locurile în care am unit prin alăturare (după criteriul tematic și semantic) două fragmente ale aceluiași autor aflate la mică distanță unul de altul într-unul și același volum le-am marcat folosind puncte de suspensie (...); tot prin puncte de suspensie am marcat și începuturile de fragmente antologate care în volumele de unde am preluat textele respective nu sînt începuturi de paragrafe evidențiate prin alineat. În continuarea acestei Note se găsește o listă a tuturor autorilor (Sfinților Părinți) și lucrărilor antologate din cuprinsul celor 12 volume ale *Filocaliei*.

G.-A. I.  
mai 2018

## LISTA AUTORILOR ȘI LUCRĂRILOR ANTOLOGATE

### Filocalia I

Sfântul Antonie cel Mare, *Învățăături despre viața morală...*

Evagrie Ponticul, *Capete despre deosebirea patimilor și a gândurilor; Cuvînt despre rugăciune*

Sfântul Ioan Casian, *Despre cele opt gânduri ale răutății*

Nil Ascetul, *Cuvînt ascetic*

Marcu Ascetul, *Despre legea duhovnicească; Despre cei ce-și închipuie că se îndreptățesc din fapte; Despre botez*

Diadoh al Foticeii, *Cuvînt ascetic*

Isaia Pustnicul, *Despre păzirea minții*

### Filocalia II

Sfântul Maxim Mărturisorul, *Cuvînt ascetic; Capete despre dragoste; Capete gnostice (sau teologice); Întrebări și răspunsuri*

### Filocalia III

Sfântul Maxim Mărturisorul, *Răspunsuri către Talasie*

### Filocalia IV

Talasie Libianul, *Despre dragoste*

Isihie Sinaitul, *Cuvînt despre trezvie*

Filotei Sinaitul, *Capete despre trezvie*

Ioan Carpatiul, *Capete de mîngîiere*

Sfântul Ioan Damaschin, *Cuvînt minunat*

Teodor al Edessei, *Una sută capete; Cuvînt despre contemplație*

Teognost, *Despre făptuire*

Ilie Ecdicul, *Culegere din sentințele înțelepților*

Monahul Teofan, *Scara dumnezeieștilor daruri (ale Duhului)*

## Filocalia V

Sfântul Petru Damaschin, *Învățăături duhovnicești*

Sfântul Simeon Metafrastul, *Parafrază în 150 de capete*

## Filocalia VI

Sfântul Simeon Noul Teolog, *Cele 225 de capete teologice și practice; Capete morale*

Cuviosul Nichita Stithatul, *Cele 300 de capete despre făptuire, despre fire și despre cunoștință; Vederea duhovnicească a raiului*

## Filocalia VII

Nichifor din Singurătate, *Cuvînt plin de mult folos despre rugăciune și trezvie...*

Sfântul Grigorie Sinaitul, *Capete foarte folositoare după acrostih...; Învățătură cu de-amănuntul despre liniștire și rugăciune...; Despre liniștire și despre cele două feluri de rugăciune, în 15 capete; Despre felul cum trebuie să șadă la rugăciune cel ce se liniștește...*

Sfântul Grigorie Palama, *Cuvînt pentru cei ce se liniștesc cu evlavie; Despre împărtășirea dumnezeiască...; Tomul aghioritic; 150 de capete despre cunoștința naturală*

## Filocalia VIII

Calist și Ignatie Xanthopol, *Metodă și regulă foarte amănunțită...; Cele 100 de capete*

Calist Patriarhul, *Capete despre rugăciune*

Calist Catafygiotul, *Despre unirea dumnezeiască și viața contemplativă*

Nicodim Aghioritul, *Viața Sfântului Grigorie, arhiepiscopul Salonicului xxx, (Cuvinte adunate din sfintele scrieri [ale Părinților])*

## Filocalia IX

Sfântul Ioan Scărarul, *Scara dumnezeiescului urcuș (Cartea despre nevoințe)*

Avva Dorotei, *Felurite învățăături de suflet folositoare*

## Filocalia X

Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte despre sfintele nevoințe; Epistole*

## Filocalia XI

Varsanufie și Ioan, *Scrisori duhovnicești*

## Filocalia XII

Isaia Pustnicul, *Douăzeci și nouă de cuvinte*

# 1. ÎNCEPUT: RUGĂCIUNE CĂTRE TATĂL NOSTRU. ȘI FILOCALIA SFINTELOR NEVOINȚE ALE DESĂVÎRȘIRII

*Zi și tu acum, ca odinioară orbul: „Binevoiește să iei chip în mine, Tu, Cel nevăzut, dă-mi slava Ta, ca să mă fac asemenea Ție, dumnezeu după har, și să fiu împreună cu Tine neîncetat.“*

Ai fost învățat, iubitele, că Împărăția cerurilor este înlăuntrul tău (Luca 17, 21), dacă voiești, și toate bunătățile veșnice sînt în mîna ta. Grăbește-te deci să vezi și să iei și să dobîndești în tine însuți bunătățile ce-ți sînt rînduite și să nu te lipsești de ele prin închipuirea că le ai. Plîngi, cazii la pămînt; zi și tu acum, ca odinioară orbul (Marcu 10, 46): „Miluiește-mă, Fiule al lui Dumnezeu, și deschide-mi ochii sufletului ca să văd lumina lumii (Ioan 8, 12), adică pe Tine, Dumnezeule, și să mă fac și eu fiu al zilei (1 Tes. 5, 5) dumnezeiești, și nu mă lăsa, Bunule, nepărtaș de dumnezeirea Ta. Arată-mi-Te, Doamne, ca să cunosc că m-ai iubit ca pe unul ce am păzit dumnezeieștile Tale porunci, Stăpîne. Trimite pe Mîngîietorul îndurător și peste mine ca să mă învețe cele privitoare la Tine și să-mi vestească mie cele ale Tale, Dumnezeule al tuturor. Luminează asupra mea lumina cea adevărată (Ioan 1, 9), Preamilostive, ca să văd slava Ta, pe care ai avut-o înainte de a fi lumea (Ioan 17, 5), la Tatăl Tău. Rămii, cum ai zis, și întru mine ca și eu să mă fac vrednic să rămîn întru Tine în chip conștient și să Te dobîndesc în chip conștient întru mine. Binevoiește să iei chip în mine (Gal. 4, 19), Tu, Cel nevăzut, ca văzînd frumusețea Ta neapropiată să port, Dumnezeule ceresc, chipul Tău și să uit toate cele văzute. Dă-mi slava Ta, pe care ți-a dat-o ție, Preamilostive, Tatăl, ca să mă fac asemenea Ție ca toți slujitorii Tăi, dumnezeu după har, și să fiu împreună cu Tine neîncetat, acum și pururea și în veacurile nesfîrșite. Amin.“ [Sf. Simeon Noul Teolog, VI, 163–164]



*Dacă se va osteni plugarul să curețe de buruieni, să pregătească pământul și apoi să-l semene, de nu va trimite Dumnezeu ploaie peste sămînța lui în zadar se face toată osteneala lui. Așa e și cu noi. Filocalia sfințelor nevoițe ale desăvîrșirii, osteneala sufletului pentru mîntuire și a chipului pentru asemănare*

E nevoie numai de o mică osteneală; să ne ostenim ca să fim miluiți. Dacă are cineva un loc și nu-l îngrijește, și se înțelenește, nu se umple de spini și de mărăcini în măsura în care nu-l îngrijește? Iar cînd începe să-l curățească nu-i sîngerează mîinile în măsura în care a fost acel loc mai plin de spini, și el voiește să smulgă buruiana cea rea pe care a lăsat-o să odrăslească în timpul în care nu l-a îngrijit? Căci e cu neputință să nu secere cineva ceea ce a semănat.

Dar cel ce voiește să curățească locul lui are nevoie să dezrădăcineze întîi bine toate buruienile. Căci de nu va smulge bine toate rădăcinile lor, ci le va reteza numai de deasupra, odrăslesc iarăși. Deci va smulge întîi, cum am spus, rădăcinile însele și după ce a curățit locul bine de buruieni și de mărăcini, și de cele asemenea și a curățit pământul, îl va răsturna, îl va ara și-l va pregăti frumos și abia după aceea va semăna în el sămînța cea bună. Căci dacă după ce a făcut această bună pregătire (*philokalían*) îl va lăsa gol, răsar iarăși buruienile, găsind un pămînt bun și moale de pe urma acestei bune pregătiri, și-și vor întinde adînc rădăcinile, și se vor face mai tari, și se vor înmulți în el.

Așa este și cu sufletul. Întîi trebuie să-și taie cineva vechea împătămire și relele obișnuințe. Că nimic nu e mai rău ca reaua obișnuință. Căci zice și Sfîntul Vasile: „Nu mică e această luptă de a birui obișnuința. Căci obiceiul întărit vreme îndelungată ia de multe ori putere de fire.“ Deci se cere ca aceia să se lupte, cum am spus, nu numai cu relele obișnuințe și cu patimile, ci și cu pricinile lor, care sînt rădăcinile. Pentru că, dacă nu se vor smulge rădăcinile, vor odrăsli numaidecît iarăși mărăcinii. ...

De voiește deci cineva să taie nu numai patimile, ci și pricinile lor, să-și îngrijească (*philokalésai*) mai întîi bine moravurile lui prin pocăință și plîns și apoi să înceapă să semene sămînța cea bună, care sînt faptele cele bune. Căci, precum am spus despre țarină, dacă după curățirea și buna ei pregătire nu va arunca cineva sămînța cea bună, vor răsări iarăși buruienile

și vor afla pământul bun și netezit prin buna lui pregătire, și vor prinde rădăcini mai adânc în el, așa sînt și cele ale omului. Dacă, după ce și-a îngrijit purtările lui și s-a pocăit de faptele lui de mai înainte, nu se îngrijește să facă fapte bune și să dobîndească virtuțile, se va întîmpla cu el ceea ce zice Evanghelia: „Cînd duhul necurat iese din om și trece prin locuri fără apă, căutînd odihnă și neaflînd, zice: «Întoarce-mă-voi la casa mea de unde am ieșit» și venind o află golită (se înțelege de toată virtutea), și măturată, și împodobită; atunci merge și ia cu sine alte șapte duhuri mai rele decît el și, intrînd, locuiesc acolo, și se fac cele de pe urmă ale omului acela mai rele decît cele dintîi“ (Luca 11, 24–27).

Căci e cu neputință sufletului să rămîină în aceeași stare. Ci înaintează fie spre mai bine, fie spre mai rău. De aceea, oricine voiește să se mîntuiască trebuie nu numai să nu facă răul, ci și să lucreze binele: „Ferește-te de rău, și fă binele“ (Ps. 36, 17). N-a zis numai: „Ferește-te de rău“, ci și: „fă binele“. De pildă, de s-a obișnuit cineva să facă nedreptate, nu ajunge numai să nu mai facă nedreptate, ci trebuie să facă și dreptate. De a fost risipitor (desfrînat), nu ajunge numai să înceteze de a fi risipitor, ci trebuie să se facă și înfrînat. De a fost un om mînios, nu ajunge numai să înceteze să se mînie, ci trebuie să dobîndească și blîndețea. De a fost îndrăzneț, nu ajunge să înceteze de a fi îndrăzneț, ci trebuie să se și smerască. Aceasta înseamnă a se feri de la rău și a face binele. Căci fiecare patimă are o virtute contrară ei. Mîndria are smerita cugetare, iubirea de arginți are milostenia, risipa are înfrînarea, descurajarea are răbdarea, mînia are blîndețea, ura are iubirea. Pe scurt, orice patimă are, cum am zis, o virtute contrară.

Deci, precum am scos virtuțile și am sădit patimile contrare lor, așa trebuie să ne ostenim nu numai să scoatem patimile, ci și să sădim virtuțile și să le așezăm la locul lor propriu. Căci virtuțile ne sînt date de la Dumnezeu prin fire. Pentru că, îndată ce l-a făcut Dumnezeu pe om, a semănat în el virtuțile, precum zice: „Să-l facem pe om după chipul și asemănarea noastră“ (Facere 1, 26). A zis „după chipul“ pentru că Dumnezeu a făcut sufletul nesticăcios și liber; și a mai zis „după asemănare“, adică „după virtute“. Căci zice: „Fiți milostivi, precum și Tatăl vostru cel din ceruri milostiv este“ (Mt. 6, 36); și: „Fiți sfinți, că Eu sfînt sînt“ (Lev. 11, 44; 1 Pt. 1, 16). Și iarăși zice Apostolul: „Fiți buni unii cu alții“ (Ef. 4, 32). Iar prorocul zice: „Bun

este Domnul cu cei ce rabdă“ (Plîng. 3, 25). Și altele ca acestea. Aceasta este „după asemănarea“.

Deci Dumnezeu ne-a dat în chip firesc virtuțile. Dar patimile nu le avem în chip firesc. Căci nici nu au vreo ființă, sau vreun ipostas; ci sînt ca întunericul care nu există (nu subzistă) după ființă, ci sînt ca o boală (o patimă) a văzduhului, cum zice Sfîntul Vasile, care se ivește după aceea, din lipsa luminii. Abătîndu-se sufletul de la virtuți din iubirea de plăcere, a dat naștere patimilor (boalelor) și le-a întărit pe acestea împotriva sa.

Dar e nevoie, precum am spus, ca în țarină, după ce a fost îngrijită (*metá philokalían*), să se semene îndată sămînța cea bună, ca aceasta să-și aducă și rodul bun. Pentru aceasta semănătorul, după ce a semănat sămînța în țarina lui, trebuie s-o ascundă și s-o adîncească în pămînt. Pentru că altfel vin păsările și o răpesc, și o pierd. Iar după ce a ascuns-o, așteaptă mila lui Dumnezeu pînă ce va trimite ploaia și va face să crească sămînța. Căci de se va osteni plugarul de mii de ori ca să curețe, să pregătească pămîntul și apoi să-l semene, de nu va trimite Dumnezeu ploaie peste sămînța lui în zadar se face toată osteneala lui.

Așa e și cu noi. Căci după ce facem vreun bine trebuie să-l ascundem prin smerita cugetare și să îndreptăm, și să aruncăm asupra lui Dumnezeu neputința noastră, rugîndu-L să binevoiască spre osteneala noastră, că altfel în deșert se face toată osteneala.

Dar se întîmplă, iarăși, că uneori și după ce a plouat și a odrăslit sămînța, de nu se pogoară iarăși ploaia la vreme, semănătura se usucă și se pierde. Căci, precum are nevoie sămînța de ploaie, tot așa are nevoie și semănătura odrăslită, pînă ce se întărește. Dar nici atunci nu trebuie să înceteze grija. Căci uneori și după ce a crescut și a făcut spic vin furtuna și grindina sau altceva din acestea și pierd semănătura. Așa e și cu sufletul. Căci după ce s-a ostenit și s-a curățit pe sine, cum am zis, de toate patimile, și s-a sîrguit în toate virtuțile, trebuie să ia aminte la mila lui Dumnezeu și la acoperămîntul Lui ca să nu-l părăsească pe el și să se piardă. Pentru că, precum am zis despre sămînța că și după odrăslire și creștere, dacă nu vine iarăși ploaia în continuare, nu face rod, ci se usucă și se pierde, așa e și cu omul. Dacă după ce face acestea își depărtează Dumnezeu puțin acoperămîntul Lui și-l părăsește, se pierde. Iar părăsirea omului se întîmplă cînd face lucruri potrivnice stării lui. [*Avva Dorotei, IX, 488–492*]

*Cîte se fac din virtute, cînd s-au desăvîrșit, se mișcă iarăși spre o nouă creștere. Neîncetata noastră îndumnezeire*

Cel ce crede se teme; cel ce se teme se smerește; cel ce se smerește se îmblînzește, dobîndind deprinderea de a-și liniști mișcările cele potrivnice firii ale iuțimii și poftei; cel blînd păzește poruncile; iar cel ce păzește poruncile se curățește; cel ce s-a curățit se luminează; iar cel ce s-a luminat se învrednicește să se sălășluiască în cămara tainelor cu Mirele-Cuvîntul. ...

Cîte se produc în timp potrivit cu legea timpului, cînd s-au desăvîrșit, se opresc la capătul creșterii lor naturale. Cîte se fac însă din virtute, prin știința lui Dumnezeu, cînd s-au desăvîrșit, se mișcă iarăși spre o nouă creștere. Căci sîrșiturile lor alcătuiesc începuturile altora. Așa, cel ce face să înceteze în sine, prin virtuțile cu fapta, ipostasul celor stricăcioase a pus începutul altor modelări, mai dumnezeiești. Căci Dumnezeu niciodată nu încetează de a împărtăși din bunătățile Sale, care nu au nici început. Fiindcă, precum e propriu luminii să lumineze, tot așa e propriu lui Dumnezeu să facă bine. [*Sf. Maxim Mărturisorul, II, 112, 116*]

## 2. DIN CEL FĂRĂ CHIP S-A FĂCUT TOT CHIPUL. CUM POATE OMUL CURĂȚA, LUMINA ȘI DESĂVÎRȘI PE CHIPUL SĂU ASEMĂNAREA LUI DUMNEZEU. CHIPURILE ASEMĂNĂRII

Lumina chipului Tău a fost întipărită în noi ca un semn, Doamne! (Ps. 4, 7)

Acum sîntem copii ai lui Dumnezeu și încă nu s-a arătat ce vom fi;  
dar știm că atunci cînd se va arăta, asemenea Lui vom fi. (1 Ioan 3, 2)

*Precum zugravii desenează întîi cu o singură culoare figura omului...*

Dacă adăugăm lumina dragostei, chipul nostru e ridicat la frumusețea asemănării cu Dumnezeu

Două bunuri ne aduce harul cel sfînt prin botezul renașterii, dintre care unul covîrșește nemărginit pe celălalt. Cel dintîi ni se dăruiește îndată, căci ne înnoiește în apa însăși și luminează toate trăsăturile sufletului, adică „chipul“ nostru, spălînd orice zbîrcitură a păcatului nostru. Iar celălalt așteaptă să înfăptuiască împreună cu noi ceea ce este „asemănarea“. Deci cînd începe mîntea să guste întru multă simțire din dulceața Preasfîntului Duh, sîntem datori să știm că începe harul să zugrăvească, așa zicînd, peste chip, asemănarea. Căci precum zugravii desenează întîi cu o singură culoare figura omului, apoi înflorind puțin cîte puțin culoarea prin culoare scot la arătare chipul viu al celui zugrăvit pînă la firele părului, așa și sfîntul har al lui Dumnezeu readuce întîi prin botez „chipul“ omului la forma în care era cînd a fost făcut, iar cînd ne vede dorind cu toată hotărîrea frumusețea „asemănării“ și stînd goi, și fără frică în atelierul lui, înflorește o virtute prin alta și înalță chipul sufletului din strălucire în strălucire, dăruindu-i pecetea asemănării. Așa încît simțirea ne arată cum ia formă în noi asemănarea, dar desăvîrșirea asemănării o vom cunoaște abia din iluminare. Căci toate virtuțile le primește mîntea prin simțire, înaintînd după o măsură și rînduială negrăită. Dar dragostea duhovnicească nu o poate cîștiga cineva pînă ce nu va fi iluminat întru toată încredințarea de Duhul Sfînt. Căci pînă ce nu primește mîntea în chip desăvîrșit asemănarea prin lumina dumnezeiască poate avea aproape

toate celelalte virtuți, dar este încă lipsită de dragostea desăvârșită. Iar când se va asemana cu virtutea lui Dumnezeu (vorbesc de asemanare cât e cu puțință omului), atunci va purta și asemanarea dragostei dumnezeiești. Căci precum în cazul portretelor pictate, dacă se adaugă chipului culoarea cea mai vie, se scoate la iveală pînă și asemanarea zîmbetului celui pictat, așa și la cei zugrăviți după asemanarea dumnezeiască de către harul dumnezeiesc, dacă se adaugă lumina dragostei, „chipul“ e ridicat cu totul la frumusețea „asemănării“. Nici nepătimirea nu o poate dărui sufletului altă virtute, fără numai dragostea. Căci dragostea „este împlinirea legii“ (Rom. 13, 10). Încît „omul nostru cel dinlăuntru se înnoiește zi de zi“ (2 Cor. 4, 16) în gustarea dragostei, dar se împlinește abia întru desăvîrșirea ei. [*Diadoh al Foticeii, I, 329–330*]

*Omul este după chipul lui Dumnezeu pentru demnitatea minții și a sufletului, iar după asemanare este pentru rațiunea virtuții și a faptelor care imită pe Dumnezeu*

Dacă vrei, să adăugăm acestui cuvînt simplu, ca o pecete de aur, puține lucruri și despre „chipul și asemanarea“ celei mai cinstite dintre toate făpturile lui Dumnezeu. Numai omul, această viețuitoare mintală și rațională, este dintre toate „după chipul și după asemanarea lui Dumnezeu“. Tot omul se zice că este „după chipul lui Dumnezeu“, pentru demnitatea minții și a sufletului, adică pentru necuprinsul, nevăzutul, nemurirea și libertatea voii, ca și pentru însușirea de stăpînitor, născător de prunci și ziditor. Iar „după asemanare“ este pentru rațiunea virtuții și a faptelor noastre care imită pe Dumnezeu și poartă nume dumnezeiesc, adică pentru dispoziția filantropică față de cei din neamul omenesc, pentru îndurarea, mila și dragostea aproapelui și pentru compătımirea arătată altora. „Fiți milostivi, zice Hristos Dumnezeu, precum și Tatăl vostru cel ceresc milostiv este“ (Luca 6, 36). „După chipul“ îl are orice om, căci Dumnezeu nu se căiește de darurile sale. Dar „după asemanarea“ o au foarte puțini, și numai cei virtuoși, sfinții și cei ce imită pe Dumnezeu în bunătate, pe cât e cu puțință oamenilor. [*Sf. Ioan Damaschin, IV, 169*]

## CUPRINS

Nota editurii . . . . .	7
Lista autorilor și lucrărilor antologate . . . . .	9
1. Început: Rugăciune către Tatăl nostru. Și filocalia sfințelor nevoințe ale desăvârșirii . . . . .	11
2. Din Cel fără chip s-a făcut tot chipul. Cum poate omul curăța, lumina și desăvârși pe chipul său asemănarea lui Dumnezeu. Chipurile asemănării . . . . .	16
3. Cine este ascunsul neascuns Dumnezeu? Deschiderea spre lumina de necunoscut: cunoașterea prin duh, cunoașterea prin virtuți . . . . .	28
4. Timpul oamenilor și al lumii. Întru moarte precum întru naștere. Gîndul morții. Cum trăim desăvârșindu-ne cu sufletul în nădejdea nemuririi și cum murim săvîrșindu-ne cu trupul. Raiul, Împărăția dinlăuntru . . . . .	45
5. Chipurile libertății noastre. Hotărîrea voinței libere, voia omului și voia Domnului. Răspunderea și alegerea, supunerea și ascultarea . . . .	62
6. Intrînd în cămara noastră cea mai dinăuntru, cămara cerească vom vedea. Grija și cunoașterea de sine. Chipurile conștiinței și conviețuirea cu noi înșine . . . . .	69
7. Chipurile, firea și puterile minții. Rațiunea, cugetarea, cercetarea, contemplația, revelația . . . . .	79
8. Chipurile, firea și puterile inimii. Trezvia sau curăția inimii . . . . .	103
9. Firea și puterile trupului. Frîiele și desfrînările omului vizitii sieși. . . . .	113
10. Împreuna viețuire și lucrare a puterilor din alcătuirea noastră: mîntea, inima, sufletul și trupul . . . . .	121

11. Chipurile dreptei judecăți. Buna socotință, discernământul, darul deosebirii gândurilor . . . . .	136
12. Chipurile duhurilor nevăzute care lucrează binele și răul asupra noastră. Îngerii și diavolii . . . . .	144
13. Chipurile binelui și răului întipărite în înfățișarea noastră. Puterile și neputințele binelui și răului în făptuirea noastră . . . . .	154
14. Chipurile mândriei, slava deșartă și părerea de sine. Fățarnicia și minciuna . . . . .	162
15. Chipurile cele rele și cele bune ale întristării. Descurajarea și deznădejdea. Chipurile plînsului și ale lacrimilor . . . . .	174
16. Chipurile cele rele și cele bune ale mîniei . . . . .	185
17. Întărindu-ne în nepătimire prin pătimiri, purtăm un război nevăzut. Boala și sănătatea sufletului și trupului. Doctorul cel bun. . . . .	197
18. Liniștirea de toate patimile. Chipurile liniștii . . . . .	215
19. Chipurile credinței. Încredințarea, încrederea și nădejdea în Dumnezeu. Măsurile credinței și măsurile cunoașterii celei din natură . . . . .	222
20. Cei ce cred. Chipurile viețuirii credincioase: credința din cuvinte așezată în fapte . . . . .	236
21. Scriptura, cuvîntul, litera și duhul. Scrisul, cititul și învățătura despre Dumnezeu și om . . . . .	254
22. Chipurile înțelepciunii adevărate, înțeleptul făptuitor și filozoful dumnezeiesc. Învățătorul și ucenicul. Alegerea bunului povățuitor întru libertate. . . . .	266
23. Chipurile călăuzelor virtuții. Slujitorii și mijlocitorii lui Dumnezeu, cei meniți să cheme la credință și să ne păstreze întru credință. Preoții, monahii, sfinții . . . . .	283
24. Chipurile rugăciunii, vorbirea și tăcerea cu Dumnezeu. Taina rugăciunii neîncetate. Rugăciunea minții și a inimii . . . . .	306
25. Cine este Duhul Sfînt? Ce chipuri, lucrări și roade are harul Duhului în sufletul omului botezat . . . . .	322
26. Cine este omul duhovnicesc? Vîrstele vieții virtuozitate. Plinirea vîrstei desăvîrșite a lui Hristos. . . . .	340



27. Zidind virtutea ca pe o cetate și sufletul ca pe o casă a virtuților. Cum ținem calea împărătească: mijlocia și mijlocirea virtuților, moderația și cumințenia . . . . .	351
28. În căutarea lui Dumnezeu, pe calea cea strâmtă a poruncilor și a virtuții. Chipurile răbdării, jertfa, desăvârșita desăvârșire nedesăvârșită. . . . .	370
29. Chipurile smereniei, smerita cugetare și purtarea smerită . . . . .	390
30. Chipurile bunătății. Dăruirea, milostenia, mila, facerea de bine, blîndețea și iertarea . . . . .	402
31. Aproape laolaltă cu aproapele. Chipurile omeniei și conviețuirea cu ceilalți . . . . .	416
32. Chipurile dragostei celei sfinte, desăvârșita iubire de aproapele . . . . .	432
33. Cine este Hristos cel întrupat în om? Chipul Omului ceresc ascuns în noi și arătat prin noi. Urmarea crucii și imitarea lui Hristos. . . . .	442
34. Încheiere: Rugăciune de laudă și mulțumire. Și un îndemn către noi toți, căutătorii de Dumnezeu și de noi înșine . . . . .	462