

Terapia imaginației în viața și gândirea Sfântului Sofronie Saharov

Rezumat

Studiul de față evidențiază învățătura Sfântului Sofronie Saharov cu privire la influența imaginației pe care o are asupra creștinului sau a monahului, în timpul rugăciunii sau, atunci când luptă cu patimile sufletului.

Îmaginația, în viața spirituală, joacă un rol extrem de important. Dacă este folosită corect și moral, poate ajuta sufletul omului în urcușul său duhovnicesc spre Tatăl Cel Cereșc, dar, desigur, folosită într-un mod pătimăș, îl poate robi pe om și îi poate mutila viața duhovnicească.

Lucrarea este structurată în patru capitole. În primul capitol, intitulat *Biografia și teologia Sfântului Sofronie Saharov*, am evidențiat etapele principale ale biografiei sale, necesare înțelegerii nașterii vieții duhovnicești autentice și a teologiei lui și, de asemenea, am prezentat experiențele duhovnicești esențiale, din copilărie, adolescență și maturitate, care au determinat întreaga gândire teologică și trăire ascetico-mistică de mai târziu.

Al doilea capitol, *Imaginația în literatura ascetică a Sfinților Părinți*, evidențiază învățătura acestora cu privire la imaginație și la legătura dintre: imaginație și patimi, imaginație și simțuri, imaginație și imagine, imaginație și memorie, imaginație și rugăciune, imaginație și teologie. Aici m-am oprit, atunci când a fost cazul, și am analizat scrierile arhimandritului Sofronie, comparându-le cu scrierile filocalice, observând, în acest sens, profunde asemănări cu teologia Sfântului Maxim Mărturisitorul, Sfântul Simeon Noul Teolog, Sfinții Calist și Ignatie Xantopol, Sfântul Ioan Casian ș.a. De asemenea, am evidențiat și câteva modalități de vindecare a imaginației pe care Părinții filocalici ni le înfățișează în scrierile lor.

Capitolul al treilea l-am intitulat *Imaginația în viața și gândirea Sfântului Sofronie*. Acest capitol prezintă învățătura izvorâtă din experiența ascetico-mistică a Sfântului Sofronie cu privire la imaginație și legătura ei cu patimile, demonii, reveria, intelectualismul și chiar cu teologia academică.

Cea dintâi formă a imaginației este legată direct de lucrarea patimilor trupești. Conform învățăturii Sfântului Părinte, există o legătură foarte strânsă între păcatele capitale și imaginație. Conform viziunii sofroniene, fiecare patimă are o energie proprie care ni se oferă spre consimțire și păcăuire. Dacă mintea refuză oferta acestor imagini și se pune la adăpost în lăuntru inimii în

rugăciune și nu consimte cu aceasta, patima se stinge și piere. Facultatea care ne ajută ca să distingem și să luptăm împotriva acestor forțe este atenția minții sau trezvia. Cu aceasta, monahul, ajutat de harul dumnezeiesc, poate „mirosi” aceste fluctuații ale minții și le poate opune lucrarea duhovnicească.

Cea mai rodnică formă de luptă împotriva patimilor este rugăciunea unită cu o pocăință sinceră. Părintele ne recomandă rugăciunea rostită cu foc, sub forma unui strigăt. În această rugăciune personală și personalizată, nevoitorul îi spune Dumnezeuului său durerea și neputința sa.

Sfântul Sofronie ne oferă și câteva sfaturi practice prin care putem să luptăm împotriva imaginației legate de patimile trupești grosolane, cum ar fi: rugăciunea personală (Părintele amintește insistent de importanța pravilei de rugăciune), îndreptarea atenției spre învățătura Sfintei Scripturi și citirea regulată a acesteia, lectura duhovnicească, plimbările în natură, discuțiile cu oameni mai experimentați în lupta duhovnicească și chiar munca intelectuală și fizică.

O altă formă de imaginație despre care vorbește Părintele Sofronie în scrierile sale este imaginația legată de influența demonilor. Există multe pagini în scrierile Sfinților Părinți, pe care în parte le-am amintit în studiul nostru, și care descriu modul prin care diavolul se folosește de imaginație. Părintele nu neglijează lucrarea demonică în viața duhovnicească, dimpotrivă, atrage atenția că această lume imaginară, la om, este unită într-o oarecare măsură cu cea a diavolilor căzuți. Imaginația poate deveni, la omul rob și pățimaș, pod al demonilor.

Trezvia minții îl ajută pe nevoitor ca să stopeze patima încă de la apariția ei în zona lăuntrică a minții. Dacă nevoitorul lucrează rugăciunea cu trezvie atunci primul gând pățimaș nu poate să lucreze și, astfel îl biruiește încă din fașă.

Reveria sau visarea cu ochii deschiși este o altă formă de imaginație cu care nevoitorul intră în contact. Aceasta îl poate dizloca pe om din sfera realității în zona altor tărâmurii ale imaginației. Această stare nu este una sănătoasă. Odată cu apariția televiziunii, a internetului și a mijloacelor media, se vorbește din ce în ce mai mult de starea de visare și de reverie pe care aceste mijloace tehnice le răsfrâng asupra omului postmodern. Aceste stări alterate de conștiință pot aduce multe perturbări de ordin psihologic, moral și duhovnicesc, conducându-l uneori pe om, spre diferite forme de înșelare ale vrăjmașului. Omul are de luptat cu aceste stări prin trezvie și rugăciune, dacă dorește să se apropie curat înaintea lui Dumnezeu.

Imaginația intelectuală, chiar dacă ajută la progresul omenirii, fiind una dintre motoarele progresului științific fără precedent în istoria omenirii, chiar dacă are un aspect general pozitiv,

atunci când se intersectează cu sfera duhovnicească, devine piedică și trebuie eliminată. Conform Părintelui Sofronie, știința nu poate fi singurul instrument de cunoaștere al adevărilor ultime, pentru că acestea nu pot constitui obiectul cercetării ei. Aceasta nu poate pretinde că ne dă o viziune „alternativă” față de cea religioasă, pentru că nu deține instrumentele necesare pentru un astfel de demers. Pentru Părintele Sofronie, a opune viziunea științifică celei teologice, constituie o falsă problemă, așa cum s-a putut observa din analiza noastră din capitolul al treilea dedicat acestui subiect.

Teologul intelectualist sau profesorul de teologie este, pentru Părintele Sofronie, o adevărată îngrijorare. Marea ispită pentru teologul intelectual este, că poate ajunge cu timpul să își iubească creația sa teologică ca pe sine însuși. Dacă nu se leapădă de această formă de „bogăție”, nu va putea să cunoască nici rugăciunea curată și nici adevărata contemplație. În spatele iubirii sale față de această creație stă cel mai perfid păcat, mândria. Din această cauză, teologul intelectualist trebuie să conștientizeze distanța care există între profesorul de teologie și adevăratul teolog. Părintele confirmă teologia evagrienă conform căreia, adevăratul teolog este cel care îl cunoaște personal pe Dumnezeu în rugăciune. Așadar, adevărata teologie are ca fundament cunoașterea personală a lui Dumnezeu și nu creații de ordin intelectual sau filozofic.

Teologia autentică întotdeauna îl adevărește pe Hristos cel viu. Dacă teologia nu implică o experiență spirituală autentică cu Dumnezeu, ci se referă la El ca la un obiect, potrivit Părinților Bisericii, dar și a Părintelui, ea este o teologie ce nu își merită acest nume. Cu toate acestea, Starețul prezintă în operele sale o privire de ansamblu asupra teologiei academice. Observă, pe de o parte, limitele sale firești și consecințele „negative” și, pe de altă parte, evidențiază potențialul său pozitiv. În această direcție, teologia academică în sine nu poate duce la cunoașterea lui Dumnezeu, dar recunoaște faptul că de-a lungul istoriei creștinismului, au fost și sunt și astăzi situații, în care studiul științific l-a condus pe cercetător sau pe savant la cunoașterea lui Dumnezeu.

Lupta duhovnicească se cere să fie dusă pe tărâmul minții și al inimii. Cea mai puternică armă pe care o are omul în depășirea oricărei forme de imaginație este rugăciunea. În învățătura Starețului, sunt înfățișate trei feluri de rugăciune. Prima formă de rugăciune se manifestă ca o mișcare a minții către cele din afară. La această formă de rugăciune, având în vedere că ea se risipește prin cele cinci simțuri, mintea e despărțită de inimă. Din pricina acestui fapt, în acest stadiu, stăpânește imaginația.

După o luptă îndelungată cu patimile și cu energiile lor, care pătrund din exterior spre interior, nevoitorul, prin al doilea fel de rugăciune, cea meditativă, își întoarce mintea de la cele din afară în sine însuși. Îndreptându-și mintea și memoria la creația lui Dumnezeu, la cuvântul evanghelic, la momentele mântuitoare ale mântuirii omului, la aducerea aminte de moarte, de judecată ș.a.m.d, nevoitorul trece, așa cum am văzut, la un stadiu mai avansat în viața spirituală, la rugăciunea meditativă.

Descoperindu-și adevărata comoară dinlăuntrul său, inima, și curățindu-o prin rugăciune, smerenie și toate celelalte virtuți, nevoitorul, ajutat de harul lui Dumnezeu, trece la cel de-al treilea fel de rugăciune, la contemplație. După multe lupte cu patimile, cu demonii, cu imaginația intelectuală și chiar și cu cea teologică, din treaptă în treaptă, sufletul merge spre Dumnezeu, prin omul lăuntric. Viața creștină este expresia a două voințe: cea necreată a lui Dumnezeu și cea creată a omului, iar rugăciunea este expresia prin excelență a acestor două voințe.

Înaintând pe cele trei trepte ale rugăciunii, mișcarea minții în afară, întoarcerea spre sine însăși și urcușul ei prin omul lăuntric, și lepădând orice formă de imagine sau gând, omul ajunge să se ridice nemijlocit la contemplația pură, atât de iubită de Stareț.

Ultimul capitol, al patrulea, intitulat *Mijloace de terapie a imaginației*, expune câteva mijloace de terapie a minții de orice formă de manifestare a imaginației. În privința luptei duhovnicești a minții împotriva imaginației, atât a celei cuviincioase, cât și a celei necuviincioase, părintele Sofonie se înscrie fără nicio abatere pe linia tradiției filocalice. Pentru el, scopul rugăciunii și al eliberării de blestemata închipuire este unirea minții cu inima, care este și tărâmul războiului duhovnicesc. În această direcție, trezvia sau lucrarea minții, însoțită de rugăciune, constituie temeiul vindecării și al urcușului spre Dumnezeu. În acest urcuș, rugătorul va trebui să-și filtreze imaginile și gândurile influențate de partea simțitoare pe criteriul voinței lui Dumnezeu descoperit în revelația supranaturală. Pentru a se opune influențelor demonilor, omul trebuie să alerge în adâncul său, la Hristos, singurul Care îl poate ajuta, atât în lupta cu patimile proprii, cât și în lupta cu forțele întunericului, cu mintea vrăjmașului. În ceea ce privește mijloacele de terapie ale imaginației, el ne recomandă: pocăința, smerenia, isihia, rugăciunea, meditația în duh creștin. În ceea ce privește rugăciunea, nu recomandă o metodă practică anume, ci atenție desăvârșită la cuvintele rostite.

În spiritualitatea creștină răsăriteană, adunarea sau practicarea atenției minții nu are ca finalitate o stare de calm sau de autocontrol, ci unirea cu Hristos cel veșnic, prin chemarea numelui lui Iisus.

Lepădarea imaginației păcătoase, a reveriei sau a visării cu ochii deschiși, a imaginației intelectuale și chiar și a celei teologice, prin adunarea minții în Dumnezeu, prin rugăciune și contemplație, ar trebui să fie lucrarea fiecărui creștin, mirean sau monah.

Din cele exprimate mai sus, observăm că Părintele Sofronie este o mare personalitate duhovnicească și teologică a Bisericii, puternic ancorat în tradiția filocalică și patristică. El este nu numai un exponent al acestei tradiții, ci și un continuator al ei.

Mintea și inima, eliberate de orice formă de păcătuire și ancorate în rugăciune, pot depăși orice formă de imaginație, deznădejde sau pustiire. Cuvântul profetic al Sfântului Sofronie, referitor la criza duhovnicească a zilelor noastre, este dătător de speranță: „s-ar putea ca toată pustiirea și suferința tragică a omului să contribuie de fapt la o mare și adâncă renaștere duhovnicească a multor suflete. Lumina acestei nădejdi strălucește cu și mai mare putere pentru că suferința deschide calea spre o rugăciune ce trece dincolo de hotarele lumii zidite”¹.

Prin viața, teologia și opera sa duhovnicească, Sfântul Sofronie Saharov este și rămâne o pildă vie, atât pentru generația lui, cât și pentru generațiile de azi sau cele de mâine.

Cuvinte cheie: Sofronie Saharov, imaginație, terapie, inimă, trezvie, rugăciune, minte, meditație.

¹ Arhim. Zaharia Zaharov, *Omul cel tainic al inimii...*, pp. 110-111.

CUPRINS

Introducere.....	5
Capitolul 1.....	12
Biografia și teologie Sfântului Sofronie Saharov.....	12
<i>1.1 Biografia spirituală a Sfântului Sofronie Saharov.....</i>	<i>12</i>
<i>1.1.1 Perioada copilăriei.....</i>	<i>13</i>
<i>1.1.2 Rătăcirea în mistica orientală.....</i>	<i>15</i>
<i>1.1.3 Redescoperirea Dumnezeului Personal.....</i>	<i>17</i>
<i>1.1.4 Căutarea „absolutului” în artă.....</i>	<i>19</i>
<i>1.1.5 Viața lăuntrică și tânjirea după Dumnezeu.....</i>	<i>20</i>
<i>1.1.6 Sfântul Munte și întâlnirea cu Starețul Siluan.....</i>	<i>21</i>
<i>1.1.7 Reîntoarcerea la Paris și publicarea însemnărilor Sfântului Siluan.....</i>	<i>22</i>
<i>1.1.8 Folosul scrierilor și a învățaturii Starețului.....</i>	<i>24</i>
<i>1.2 Teologia sofroniană.....</i>	<i>28</i>
<i>1.2.1 Formarea teologică a Sfântului Sofronie.....</i>	<i>28</i>
<i>1.2.3 Serghei și curentele filosofice ale epocii sale.....</i>	<i>29</i>
<i>1.2.4 Serghei și curentele religioase ale epocii sale.....</i>	<i>30</i>
<i>1.2.5 Teologia sobornicească și universală a Starețului.....</i>	<i>31</i>
<i>1.2.6 Calea monahismului – experiența dragostei frățești.....</i>	<i>33</i>
<i>1.2.7 Teologia principiului ipostatic.....</i>	<i>40</i>
<i>1.2.8 Etapele vieții duhovnicești.....</i>	<i>45</i>
Capitolul 2.....	49
Imaginația în literatura ascetică a Sfinților Părinți.....	49
<i>2.1 Definiții științifice contemporane ale imaginației.....</i>	<i>49</i>
<i>2.1.1 Definiții ale imaginației în literatura laică.....</i>	<i>52</i>
<i>2.2 Imaginația la Sfinții Părinți.....</i>	<i>54</i>
<i>2.2.1 Termenii folosiți în definirea imaginației.....</i>	<i>55</i>
<i>2.2.2 Definiții ale imaginației la Sfinții Părinți.....</i>	<i>56</i>
<i>2.3 Imaginația și patimile.....</i>	<i>61</i>

2.3.1 Sfântul Ioan Casian și lupta cu patimile.....	62
2.4 Imaginație și simțuri.....	66
2.5 Simțul văzului și imaginația.....	69
2.6 Imaginație și memorie.....	70
2.7 Imaginația cuviincioasă și necuviincioasă.....	72
2.8 Imaginație și Sfânta Scriptură.....	76
2.9 Terapia imaginației la Sfinții Părinți.....	78
2.9.1 Vindecarea minții la Evagrie Ponticul.....	80

Capitolul 3.....82

Imaginația în viața și gândirea Sfântul Sofronie.....82

3.1 Diferitele aspecte ale imaginației.....	82
3.1.1 Imaginația și patimile.....	83
3.1.2 Imaginația vehicol al demonilor.....	87
3.1.3 Meditația orientală și rugăciunea vie.....	92
3.1.4 Reveria sau visarea cu ochii deschiși.....	95
3.1.5 Imaginația intelectuală.....	98
3.1.6 Îmaginația teologică.....	101
3.1.7 Despre clarviziune.....	108
3.2 Rugăciune și imaginație.....	109
3.2.1 Cele trei feluri de rugăciune.....	109
3.2.2 Rugăciunea lui Iisus.....	109
3.2.3 Rugăciunea și împrăștierea minții.....	119
3.2.4 Arta și rugăciunea.....	120

Capitolul 4.....128

Mijloace de terapie a imaginației128

4.1 Învățătura Sfântului Sofronie despre tămăduirea omului.....	128
4.1.1 Despre Psihoterapia Ortodoxă.....	128
4.1.2 Rolul terapeutic al părintelui duhovnicesc.....	133
4.1.3 Taina Spovedaniei – mijloc de terapie.....	137

4.1.4 Vindecarea inimii în teologia sofroniană.....	138
4.1.5 Lupta duhovnicească.....	141
4.2 Mijloace de terapie a imaginației.....	146
4.2.1 Părăsirea harului și lupta cu imaginația.....	146
4.2.2 Trezvia.....	152
4.2.3 Rugăciunea.....	158
4.2.4 Alungarea gândurilor rele.....	159
4.2.5 Coborârea minții în inimă.....	162
4.2.6 Meditația.....	163
4.3 Provocări contemporane și modalități de terapie a minții.....	168
4.3.1 Depresia – boală a modernității.....	171
4.3.2 Mass-media religioasă – modalitate de terapie a minții?.....	174
Concluzii.....	177
Anexe.....	184
Bibliografie.....	202