

**„CÂTE AM VĂZUT CU OCHII NOȘTRI ȘI
CÂTE AM AUZIT CU URECHILE NOASTRE”.
PREMISELE ACTIVĂRII ȘI MENȚINERII
HARULUI DUMNEZEIESC ÎN INTERIORUL
NOSTRU, DUPĂ SFÂNTUL PĂRINTE EFREM
CATUNACHIOTUL**

Dimitrie ȚELENGHIDIS

*Facultatea de Teologie Ortodoxă
Universitatea „Aristotel” din Tesalonic
tseleng@theo.auth.gr*

Abstract: Saint Ephraim Katounakiotes represents the accomplishment of God’s calling for every Christian, because he succeeded, manifesting zeal for and collaboration with the uncreated divine grace, to reach the states of purification and illumination, namely to become, even since the present world, a participant to the uncreated grace and God’s Kingdom. Born on 6 December 1912, Father Ephraim lived in the Holy Mount Athos, in the desert of Katounakia, at the cell “Saint Ephraim the Syrian”, where his dormition in the Lord took place on 14/27 February 1998, on which day he is honoured among the Saints since 9 March 2020, when the Ecumenical Patriarchate acknowledged him among the Saints, together with the Saints Joseph the Hesychast and Daniil Katounakiotes. Saint Ephraim was the disciple of Saint Joseph the Hesychast. His contemporaries characterize him as being an authentic man.

Formal politeness and hypocrisy were alien to him, he manifested naturalness and spontaneity, namely he had the grace of the man manifesting himself naturally. However, what made him outstanding, par excellence, was not the fact of being according to nature, but the fact of being above the mind and above nature. In this essay, the author explains some of Father Ephraim's experiences for Saint Gregory Palamas' experiences to become easier to perceive. From the axes of Saint Ephraim's practical teaching are indicated: unflinchingly keeping the Lord Jesus Christ's commandments, humility, spiritual obedience and the practice of the Jesus prayer. Saint Ephraim included all these into the worship of the Church. Fruit of the spiritual obedience is the prayer of the mind. During it, man's mind becomes a noetic altar, from where our adoration with the reason (λογική λατρεία) is lifted up to God.

Keywords: *Saint Ephraim Katounakiotes, Saint Gregory Palamas, Orthodoxy, the Holy Mount Athos, salvation, the prayer of the heart, hesychia, humility, spiritual obedience, the divine commandments, adoration with the reason (λογική λατρεία), adoration with the mind (νοερά λατρεία), divine altar (θείο θυσιαστήριο).*

Sfântul Efrem [Catunachiótis sau Catunachiotul (Katunakiotul)]¹?, în măsura în care l-am cunoscut, a fost

¹ Născut la 6 decembrie 1912, Părintele Efrem a viețuit la Sfântul Munte Athos, în pustia Catunachiei (Katunakiei), la chilia „Sfântul Efrem Sirul”, unde adoarme întru Domnul la 14/27 februarie 1998, dată la care este cinstit ca Sfânt din 9 martie 2020, când Patriarhia Ecumenică l-a trecut în rândul Sfinților, împreună cu Sfinții Iosif Isihastul și Daniil Catunachiotul. Sfântul Efrem a fost ucenicul Sfântului Iosif Isihastul. Pentru mai multe detalii vezi și Ieromonah Iosif Aghioritul, *Starețul Efrem Katunakiotul*, traducere din limba greacă de Ieroschimonah Ștefan Nuțescu (București: Editura Evanghelistos, 2004) (n. trad.).

² Cele adăugate între paranteze drepte sunt menite să aducă, uneori, nuanțări de sens sau o mai ușoară înțelegere a textului, alteori, exemplificări sau completări etc. (n. trad.).

pentru mine acea surpriză foarte plăcută, pe care o gustă orice credincios, atunci când se află în fața a ceea ce, în mod ontologic, se înțelege de la sine a fi mădularele realmente vii ale Bisericii. Cu alte cuvinte, Sfântul Efrem a fost ceea ce noi, toți, suntem datori să fim, mai mult sau mai puțin, ca mădulare organice ale Trupului divino-uman al Bisericii.

În special, consider ca pe o binecuvântare aparte faptul că am văzut personal și mai ales prin multe semne, adică prin dovezi sfânt-patristice, că Sfântul Părinte [Efrem] a realizat în sine însuși planul cel mai înainte de veci al lui Dumnezeu pentru om, despre care mărturisește gura lui Hristos, adică Sfântul Apostol Pavel, când le scrie efesenilor: „Precum întru El ne-a și ales”, adică Dumnezeu Tatăl, „înainte de întemeierea lumii, ca să fim sfinți și fără de prihană înaintea Lui, mai înainte rânduindu-ne, în a Sa iubire, spre înfierea întru El, prin Iisus Hristos, după buna socotință a voii Sale” (Ef 1, 4-5). Altfel spus, [Dumnezeu Tatăl] ne-a ales înainte de întemeierea lumii, pentru ca să devenim ai Lui prin Hristos, adică fără de reproș la judecata Lui finală. Ne-a hărăzit, prin iubirea Lui, să devenim fiii Lui, prin Iisus Hristos, conform voii Sale celei plăcute pentru noi.

Chiar și mai concret, am văzut cu claritate în Sfântul Efrem și m-am convins într-un mod de netăgăduit, că, într-adevăr, s-a împlinit chemarea lui de către Dumnezeu, care chemare, în mod vădit, este și chemarea fiecăruia dintre noi în cadrul Bisericii. El însuși „s-a împlinit”, adică și-a umplut ființa psiho-somatică³ cu plinătatea Dumnezeirii (Col 2, 9). Acest lucru nu reprezintă un joc de cuvinte prin exagerare, din moment ce, așa cum Sfântul Ioan Gură de Aur consemnează

³ Cu alte cuvinte, trupul și sufletul său (n. trad.).

explicativ în legătură cu acesta: „nu aveți nimic mai puțin decât El (se subînțelege decât Hristos); după cum întocmai a locuit în El (se subînțelege dumnezeirea), așa și în voi”⁴. În felul acesta, el a putut să trăiască realmente „într-un mod vrednic de Dumnezeu” și să devină, chiar din prezenta lume, participant la slava cea necreată și la Împărăția lui Dumnezeu.

Hristos era prezent harismatic în trupul [Sfântului Efrem], după cum, de altfel, și în sfântul lui suflet. Și acest lucru deoarece, prin susținutele sale strădanii ascetice, și-a oferit și trupul său, ca lăcaș curat, închinării cu rațiunea (λογική λατρεία)⁵ față de Dumnezeu, după cum și mintea lui cea sfințită [și-a oferit-o] ca jertfelnic [dumnezeiesc] ([θεῖον] θυσιαστήριον)⁶, de unde participările harismatice nezidite și

⁴ Ἰωάννου Χρυσοστόμου, *Υπόμνημα εἰς τὴν πρὸς Κολοσσαεῖς*. Ἄπαντα τὰ ἔργα 22, Πατερικαὶ Ἐκδόσεις «Γρηγόριος ὁ Παλαμάς» (Θεσσαλονίκη, 1983), 194 (25)-195 («Οὐδὲν ἔλαττον ἔχετε αὐτοῦ (ἐνν. τοῦ Χριστοῦ), ὥσπερ ἐν ἐκείνῳ ὤκησεν (ἐνν. ἢ θεότης) οὕτω καὶ ἐν ὑμῖν») (n. trad.).

⁵ Despre semnificația acestei expresii, întâlnită la Sfântul Apostol Pavel (*Rm 12, 1*), preluată apoi în diferite texte liturgice ale Bisericii, vezi Ioan Romanidis, *Teologia patristică*, traducere din limba greacă, note, completări bibliografice și postfață de Ion Marian Croitoru (Târgoviște: Editura Bibliotheca, 2012), 29-30, 33-35. Cel ce cultivă viața sfânt-duhovnicească, adică modul de viață corespunzător Ortodoxiei, ajunge să primească din partea lui Dumnezeu, ca dar, deci ca harismă duhovnicească, închinarea cu mintea (νοερὰ λατρεία), dovadă că se află în starea de templu al Sfântului Duh. Referitor la ceea ce înseamnă această stare vezi Romanidis, *Teologia patristică...*, 27, 30, 32, 35, 47 etc. (n. trad.).

⁶ Omul ajunge la această stare prin practicarea rugăciunii lui Iisus, numită și rugăciunea minții sau a inimii, dar și a singurului gând sau la toată vremea. Expresia „jertfelnic dumnezeiesc” indică realitatea duhovnicească pe care o prezintă Sfântul Maxim Mărturisitorul, în lucrarea sa *Mistagogia*, vorbind despre modul în care „Sfânta Biserică a lui Dumnezeu îl închipuie simbolic pe om, iar ea este închipuită de către el ca om”. Astfel, „după un alt mod al vederii lui Dumnezeu” sau „al

inefabila buna mireasmă a lui Hristos se transmiteau atât sufletului, cât și trupului său.

Să dăm aici un exemplu. O dată, la o întrebare a interlocutorilor săi, „ce este «buna mireasmă a lui Hristos» și ce înseamnă cuvântul Sfântului Apostol Pavel că «suntem bună mireasmă a lui Hristos»” (II Cor 2, 15), Sfântul Efrem nu a răspuns. Doar și-a aplecat capul spre pieptul său și tăcea. Peste puțin timp, valuri succesive de bună mireasmă inefabilă, care emana din pieptul său, i-a învăluit pe conlocutorii lui, care, fără de glas și mirați, se desfătau de această inedită pentru ei experiență duhovnicească, însoțită fiind cu nestăvilite lacrimi de bucurie, de foarte adâncă pace psiho-somatică și, mai ales, de dulceață duhovnicească, care ajungea până la măduva oaselor. Interlocutorii lui, care și-au revenit la un moment dat, au plecat fără o altă discuție și fără nicio altă nelămurire privind întrebarea pe care au pus-o. Ei au primit, într-un mod unic pentru ei, răspunsul cu plinătate absolută, nu prin cuvinte, ci prin trăire și extraordinar de existențial. În realitate, confirmarea pentru autenticitatea acestei experiențe de cunoaștere a fost dată de către Hristos însuși, prin indicii incontestabile, pe care însuși Hristos ni le-a făgăduit, adică

contemplării”, „Sfânta Biserică a lui Dumnezeu este om; având, într-adevăr, sufletul ca hieration”, adică Sfântul Altar, „mintea ca jertfelnic dumnezeiesc”, altfel spus, Sfânta Masă, „și trupul ca naos”, vezi Ἀγίου Μαξίμου τοῦ Ὁμολογητοῦ, *Μυσταγωγία*, Δ', εισαγωγή - σχόλια Πρωτοπρεσβύτερος Δημήτριος Στανιλοάε, μετάφραση Ἰγνάτιος Σακάλης, Ἐκδόσεις Ἀποστολικῆς Διακονίας τῆς Ἐκκλησίας τῆς Ἑλλάδος (Ἀθήνα, 1997), 126. Traducerea pe care am redat-o mai sus diferă față de traducerea consacrată în limba română, vezi Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Mistagogia*, IV, traducere, introducere și note de Dumitru Stăniloae, ediția îngrijită de Alexandru Atanase Barna (București: Editura Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, 2017), 113 (n. trad.).

odihna duhovnicească a sufletelor noastre și mângâierea mai presus de cuvinte a Sfântului Duh. Presupun că Sfântul Efrem a cerut de la Hristos să-i înștiințeze pe interlocutorii lui, după cum El cunoaște, [în legătură cu întrebarea pusă].

Sfântul Efrem a fost un om autentic. Te bucura ceea ce spunem că este firescul, când te aflai în preajma lui. Îi erau necunoscute amabilitatea formală și fățarnicia, avea naturalețe și spontaneitate, adică avea harul omului după fire⁷. Însă, ceea ce îl făcea să se distingă, prin excelență, nu era faptul de a fi după fire, ci faptul de a fi peste minte și peste fire.

Din timpul anilor legăturii mele personale cu Sfântul Efrem, 1975-1998, am dobândit constatarea uimitoare că vorbea numai despre ceea ce cunoștea foarte bine, prin intermediul experienței sale personale de trăire și răspundea la grave subiecte duhovnicești, doar când avea „înștiințare” de la Sfântul Duh. Adesea, îmi zicea: „să vorbim din experiență”. Și înțelegea prin acest fapt profunda experiență duhovnicească sedimentată. Firește, te convingea în mod absolut cuvântul său, deoarece prin acesta, pur și simplu, îți vorbea însuși Dumnezeu. Vocea [Sfântului Efrem] devenea vehiculul harului necreat activ în el și trecea ca o aură fină în sufletul tău și, prin el, în trupul tău, și te odihnea existențial. Nu mai doreai să te dezlipești de el. Pierdeai simțul timpului său, mai degrabă, trăiai dimensiunea veșniciei, pe care o lua timpul tău, din moment ce erau reliefate și îmbogățite de energia necreată a Sfântului Duh, cu rezultatul că trecutul și viitorul sunt trăite condensat în prezentul concret al timpului vieții tale⁸.

⁷ Altfel spus, firesc (n. trad.).

⁸ Toate acestea au fost mult mai clare atunci când autorul a dat auditorului, spre luare aminte, exemple concrete din viața Sfântului Efrem, cu

Timp de mai mulți ani, discuția [mea] cu Sfântul Efrem s-a învățat în jurul caracterului, premiselor, prezenței active și consecințelor energiilor variate ale harului îndumnezeitor al lui Dumnezeu. Câte am abordat științific, prin cercetările mele din scrierile marilor Sfinți Părinți ai Bisericii și, mai ales, din Sfântul Grigorie Palama, le-am întâlnit în mod autentic trăite în persoana Sfântului Efrem. Dar cel mai important pentru mine a fost că și cele pe care nu le înțelegeam din caracterul suprafiresc al harului dumnezeiesc, mi le explica amănunțit, pe baza bogatei sale experiențe trăite.

Atunci când, pentru experiențele mele teologice, am mers, în 1988, ca de obicei pe neașteptate, ca să-l întâlnesc, [Sfântul Efrem] și-a înștiințat anterior obștea lui despre vizita mea neașteptată și i-a sfătuit să lase poarta descuiată. Deschizând eu poarta exterioară, l-am văzut drept în fața mea, zâmbindu-mi și zicându-mi: „Eram aici și te așteptam”. M-a strâns pentru mult timp în brațele lui, m-a sărutat pe creștetul capului meu, de atunci neacoperit⁹, și mi-a zis, emoționat fiind: „Îți voi spune ceea ce mi-a zis mie Părintele meu Iosif Isihastul: «Tu mă căutai pe mine și eu pe tine»”. Într-adevăr, i-am spus mirat, „eu te căutam pe tine, dar nu pricep deloc pentru ce tu mă căutai pe mine”¹⁰. „Vino în chilia mea”, mi-a zis, „și îți voi explica. Te căutam, deoarece

oazia expunerii prezentului text. Ar fi bine venită inițiativa ca acele exemple să însoțească o nouă redactare a textului grecesc, după care să fie traduse și în limba română. De altfel, actualul text grecesc circulă și pe diferite rețele din mediul on-line (n. trad.).

⁹ Adică fără de păr, chel (n. trad.).

¹⁰ Autorul a folosit această adresare la persoana a II-a singular, având în vedere replica anterioară venită din partea Sfântului Efrem. După aceea, el va folosi adresarea la persoana a II-a plural (n. trad.).

am uitat și greaca mea de când mă aflu aici, sus pe stânci, adică de cincizeci și cinci de ani. Așadar, nu găsesc cuvintele potrivite pentru a exprima corect cele pe care le trăiesc, cu harul lui Dumnezeu. Însă, de când am citit textele tale, care se referă la harul dumnezeiesc după Sfântul Grigorie Palama, m-am bucurat foarte mult, fiindcă acum și eu pot să exprim trăirile mele referitoare la harul dumnezeiesc, cu toată acrivia¹¹ teologică posibilă. Bre, copilașul meu”, mi-a spus în mod tandru, „spui exact ceea ce noi trăim aici”.

Am rămas stupefiat! „Dar Părinte Efrem”, i-am spus, „cu multă frică de Dumnezeu și rugăciune fierbinte către Sfântul Grigorie Palama, ca să nu mă înșel din punct de vedere teologic și duhovnicesc, eu am fost atent ca să nu scriu ceva de la mine. Ceea ce am scris reprezintă gândirea teologică și experiența de trăire a Sfântului Grigorie Palama. Desigur, vă voi încredința că anumite formulări ale sale, deși le percep din punct de vedere teologic, nu le înțeleg deplin, pentru că Sfântul se exprimă apofatic despre experiențele sale suprafirești”. Ce nu înțelegeți”, îmi zice, „plin de căldură și bucurie duhovnicească”. „Iată, nu înțeleg exact”, îi spun, „cum este văzut Dumnezeu «în mod nevăzut (ἀοράτως)» și cum este perceput «în mod cu totul neinteligibil (ἀπερινοήτως)»”. „Aceasta este”, îmi zice, „singura formulare corectă care exprimă, în mod inexprimabil, ceea ce eu de atâta vreme nu puteam să formulez, deși exact așa o trăiesc”.

Înțelegeți acum atât plăcuta mea surpriză de caracter științific, cât mai ales de caracter duhovnicesc. Mă aflu în fața unui tezaur duhovnicesc și am dorit să umplu, cât se poate de mult, „bagajele” mele. A urmat cea mai frumoasă

¹¹ Sau exactitatea (n. trad.).

discuție a vieții mele. Nu mi-ar îngădui timpul, dar nici nu aș găsi probabil cel mai bun mod de a vă descrie câte am auzit și am trăit. Îi mulțumesc din străfundurile mele lui Hristos pentru această întâlnire de nedescris. A fost cea mai importantă etapă de până astăzi pentru cunoașterea mea teologică și duhovnicească. Am simțământul profund și sigur că prin această etapă mi-a dat Dumnezeu toate acelea pe care mi le-a făgăduit Sfântul Efrem, cum că îmi vor fi date treptat și de-a lungul timpului. Binecuvântat este Dumnezeu! El este cu adevărat îndurător și milostiv, îndelung-răbdător și mult-milosârd și Cel ce privește spre cele smerite! El binevoiește din abundență, contrasemnează rugăciunile și face vrednice de crezare cuvintele smeriților Lui prieteni, dintre care unul a fost, în epoca noastră, și Sfântul Efrem Catunachiotul.

Cine a fost, în realitate, Sfântul Efrem, nu se poate spune. Acest lucru ți se descoperă numai în Duhul și doar în măsura receptivității și a capacității tale duhovnicești. Totuși, cu ezitare, dar pentru folosul celor mulți, voi întreprinde acest lucru.

Sfântul Efrem, datorită curățeniei lui duhovnicești, a înțeles repede că „ogorul” duhovnicesc, cu „mărgăritarul cel de mult preț”, se află harismatic în interiorul său, motiv pentru care și-a îndreptat tot interesul său spre „săparea” și cultivarea ogorului inimii sale. Prin smerenia pe viață, urmărirea atentă, neptică a mișcărilor inimii sale, polemica duhovnicească împotriva gândurilor și rugăciunea neîntreruptă, el și-a curățit în întregime reziduurile inteligibile ale păcatului din mintea și din inima sa, și a cunoscut empiric și în toată simțirea că harul dumnezeiesc este „născătorul” duhovnicesc al noului om după Dumnezeu. [Sfântul Efrem] a insistat mai ales în golirea deplină a inimii

pentru activarea harului lui Dumnezeu. Ceea ce am înțeles, în cazul concret din cele spuse ale lui, a fost că gradul de curățenie a minții și a inimii credinciosului devine măsura receptivității harului dumnezeiesc, dar și premisa gradului vederii și, în general, al trăirii harului îndumnezeitor. Conform propriei lui formulări caracteristice, „câte ai, atâtea vei primi”, și, în consecință, „după a ta stare, vei vorbi”. În legătură cu acesta fapt, el chiar dădea spre elucidare următorul exemplu: potrivit înțelepciunii umane, un tată, care are patru copii, vă lăsa fiecărui copil un sfert din averea lui. Însă, acest lucru nu este valabil pentru cele duhovnicești. Aici, fiecare copil va primi în funcție de receptivitatea lui duhovnicească din tezaurul duhovnicesc al Părintelui său duhovnicesc. Firește, dacă se întâmplă ca receptivitatea fiului duhovnicesc să fie foarte mare, atunci este posibil să primească duhovnicește mai mult decât toată averea duhovnicească a Părintelui său, fără ca, în acest caz, să-i lipsească pe vreunul dintre frații lui duhovnicești de propria lui parte din comuna moștenire duhovnicească.

În mod special, cât privește harul dumnezeiesc, îmi preciza adesea și cu sens: „Altceva este să vorbești despre harul dumnezeiesc și altceva să participi activ la el”. Și, într-adevăr, altceva este să asculți și să citești că harul dumnezeiesc, când este trăit, se vede ca lumină nezidită, vie și făcătoare de viață, care este însoțită de o pace interioară inexprimabilă, de bucurie, dulceață și lacrimi neîntrerupte, care îl îndepărtează nu doar pe cel viclean, ci și orice vicleşug, și altceva este să trăiești personal această stare. Păstrând analogiile, este foarte diferit să vezi un frumos tablou pictat cu mâncăruri deosebite sau să asculți o minunată descriere de mâncăruri, decât să ai acces direct și

experiența cu toate simțurile tale la mâncărurile descrise, adică atunci când le și vezi, le și miroși, le și mănânci.

Mai exact, când cineva trăiește în mod autentic harul dumnezeiesc, este învățat imediat de către însuși Dumnezeu, prin acesta¹², că harul dumnezeiesc se acordă în mod liber și exclusiv după judecata lui Dumnezeu. Așa cum afirma și [Sfântul Efrem], harul dumnezeiesc vine când nu-l aștepți, rămâne atât cât dorește și pleacă atunci când dorește. Dumnezeu nu poate să fie constrâns, după cum nici harul Său. Credinciosul activat de către harul dumnezeiesc percepe duhovnicește că însuși harul dumnezeiesc îl antrenează în smerenie¹³, îl întărește să răspundă cu succes viitoarelor ispite, dar și când este încercat de întristări, atunci îl însoțește cu alinările Duhului Mângâietor, în timp ce îi „înștiințează” cu o deplină convingere atât pe însuși cel ce se roagă, cât și pe acela pentru care se roagă. Această „înștiințare”, ca experiență directă, interlocutorii lui au avut-o foarte adesea și discutăm între noi cu mare admirație despre ea.

Într-un mod mai specific, Sfântul Efrem, ca doctor experimentat [în cele duhovnicești], consemna emfatic și cu anumite exemple din viața lui personală că harul dumnezeiesc activ, pe care îl are cineva, se transmite celui ce este receptiv față de el și, firește, în gradul în care este receptiv, prin intermediul rugăciunii deținătorului [harului]. Când se întâmplă ca deținătorul acestuia să fie și persoană instituțională în cadrul cultului dumnezeiesc, precum, de exemplu, un preot, atunci Cel ce binecuvântează și transmite

¹² Adică prin harul însuși (n. trad.).

¹³ Sau, dacă avem în vedere termenul grecesc folosit *ταπεινοφροσύνη*, în smerita cugetare și viețuire (n. trad.).

harul dumnezeiesc credincioșilor prin preot este însăși Persoana Sfântului Duh. Harul dumnezeiesc activ se menține la purtătorul său harismatic numai sub anumite premise clare. Și aceste premise, după Sfântul Efrem, sunt smerenia și recunoștința din inimă față de Dătătorul acestuia. Mulți sunt cei care, mai mult sau mai puțin, activează uneori în ei harul Sfântului Duh. Însă, practica a arătat, după Sfântul Efrem, că nimeni nu a putut să-l mențină activ și, chiar mai mult, să crească activarea sa, fără ucenicia ascetică și faptă, și, mai ales, fără îndrumare duhovnicească din partea unui îndrumător duhovnicesc experimentat.

La întrebarea noastră, cum începe practic să lucreze simțitor în noi harul dumnezeiesc, ne-a trimis la cuvintele [Mântuitorului Iisus] Hristos și la experiența Sfinților. Duhul celor pe care le rostea se focaliza și asupra experienței sale personale duhovnicești. Cu alte cuvinte, când credinciosul începe să se curețe de necurăția patimilor, prin participarea cu bună știință la Tainele Bisericii, [care reprezintă] lucrări ale lui Dumnezeu, [și] în corelare cu ținerea coordonată ascetică și iubitoare a poruncilor dumnezeiești, numaidecât se activează harul Sfintei noastre Mirungeri, din izvorul apei celei vii și necreate¹⁴, ca certificare a credibilității Dătătorului său, adică a Domnului nostru Iisus Hristos. El, drept Adevărul ipostatic, ne-a confirmat, [zicându-ne]: „De Mă iubiți, păziți poruncile Mele. Și Eu Îl voi ruga pe Tatăl și alt Mângâietor vă va da vouă, ca să fie cu voi în veac, Duhul

¹⁴ Adică din harul dumnezeiesc cel necreat sau nezidit, pe care Mântuitorul, Dătătorul său, îl numește „apa cea vie” și „curgătoare spre viața veșnică” în convorbirea cu femeia samarineancă (vezi *In 4, 10-15*). Harul dumnezeiesc este revărsat peste noi și în noi de către Sfânta Treime, prin diferite moduri și lucrări (n. trad.).

Adevărului, pe Care lumea nu poate să-L primească, pentru că nu-L vede, nici nu-L cunoaște; voi Îl cunoașteți, că rămâne la voi și în voi va fi... Acela vă va învăța toate și vă va aduce aminte despre toate cele ce v-am spus Eu (*In 14, 15-17, 26*)”.

Când harul dumnezeiesc va fi activat și va stagna această activare în noi, adică va deveni obișnuință, precum la Sfântul Efrem, atunci sunt suprimate, prin Sfântul Duh, delimitările zidite ale spațiului și ale timpului, și sunt îndumnezeite cu claritate câte Dumnezeu descoperă. În felul acesta, de pildă, Sfântul Efrem „vedea” rațiunile ființelor și „auzea”, cu simțurile lui exersate, slăvirea fără de glas a firii iraționale și anorganice. Nedumeririi mele raționale, adică cum se face că materia nerațională și anorganică Îl slăvește pe Dumnezeu, mi-a răspuns că „vede” acest lucru, deși nu foarte limpede, așa cum [văd] ceilalți pe care îi cunoaște¹⁵, însă, nu poate prin cuvinte să mi-l exprime, deoarece nu găsește nici cuvinte, nici vreo echivalență din experiența celor zidite. Mai târziu, am înțeles că vorbea despre experiența duhovnicească echivalentă a Psalmistului David, care zice: „Cerurile spun slava lui Dumnezeu și facerea mâinilor Lui o vestește tăria... Nu sunt graiuri, nici cuvinte, ale căror glasuri să nu se audă. În tot pământul a ieșit vestirea lor și la marginile lumii cuvintele lor (*Ps 18, 1, 3-4*)”. Dar vorbea chiar și despre vederea „nevăzută” a energiilor nezidite ale lui Dumnezeu în creația zidită, despre care vorbește în mod clar și Sfântul Apostol Pavel, văzătorul de Dumnezeu și vasul ales al lui Dumnezeu, străbătătorul cerului, în *Epistola* lui către Romani, unde spune în mod caracteristic: „Cele nevăzute

¹⁵ Altfel spus, ceilalți care au primit această harismă de la Sfânta Treime. Prin această afirmație, Sfântul Efrem se smerește pe sine (n. trad.).

ale Lui se văd de la facerea lumii, înțelegându-se din fapte, adică veșnica Lui putere și dumnezeire, așa ca ei să fie fără cuvânt de apărare (*Rm 1, 20*)". Altfel spus, deși sunt nevăzute atât veșnica putere a lui Dumnezeu, cât și însușirea Lui dumnezeiască, [totuși], oamenii pot să le vadă în creație, încă de atunci când a fost făcută lumea. De aceea, nici nu au [oamenii] vreo justificare pentru necredința lor. În același mod duhovnicesc, [Sfântul Efrem] vedea „în mod nevăzut” persoane, în timp și loc foarte îndepărtate de propria sa prezență istorică, asemeni unui televizor duhovnicesc tridimensional, cu diferența față de televizor că chiar el însuși se afla în mod viu prezent, uneori, în Duhul și trăia toată situația pe care o vedea.

[Sfântul Efrem] chiar „radiografia” duhovnicește persoane sau stări și „vedea” prin clarviziune gândurile lor sau viitorul rezultat al unor anumite situații. Așadar, de cele mai multe ori când îl vizitam, fără chiar să-l întreb ceva, îmi răspundea la întrebările pe care doream să i le pun cu o absolută deplinătate, urmând până și însăși gradarea axiologică și întâietatea cu care i le-aș fi pus. Și cel mai surprinzător pentru mine a fost faptul că el folosea un vocabular foarte personal, pe care eu intenționez să i-l adresez, sau îmi prezenta clar toată problematizarea mea conexă cu întrebările [respective].

Cu simțurile sale duhovnicești sensibile, [Sfântul Efrem] percepea duhul concret care îl stăpânea pe fiecare om, dar și măsurile sale duhovnicești, fie în timpul prezenței sale imediate, fie în timpul rugăciunii sale înflăcărare. Dar prin „tomografia” lui „axială”, sesiza, fără de greșeală în Sfântul Duh, respectivul duh de care era dominată și o casă pe care o vizita, dar și duhul unor spații de existență mai largi, fără

delimitare geografică. Desigur, îmi spunea că prin mirosul său duhovnicesc experia și gradul de mireasmă plăcută sau neplăcută a respectivului duh, care determina calitatea duhovnicească a anumitor persoane sau și a situațiilor mondiale. Și eu, personal, am avut experiența acestui simț duhovnicesc al Sfântului Efrem.

Dacă venirea harului dumnezeiesc se face prin smerenia modului nostru de gândire și de viețuire, în conformitate cu mărturia *Sfintei Scripturi* că Dumnezeu „celor smeriți le dă har” (*Iac 4, 6*), atunci modul cel mai practic și eficace în mod direct pentru dobândirea și menținerea acestei virtuți, după Sfântul Efrem și întreaga tradiție isihastă a Bisericii, este asceza ascultării față de Hristos, prin ținerea neclintită a poruncilor Sale. În acest punct, îndrumătorul duhovnicesc experimentat reprezintă „cheia” duhovnicească. Așadar, ascultarea devine premisa vizibilă, palpabilă și foarte concretă a activării și menținerii harului dumnezeiesc activ în interiorul nostru.

Era în mod caracteristic provocatoare și remarcabil de frecventă formularea lui: „Mai întâi de toate în viața duhovnicească este ascultarea”. Această luare de poziție a sa i-a devenit și deosebit de reprezentativă. Așa s-a ajuns că, în conștiințele noastre, referirea numelui său se însoțește prin excelență cu sensul ascultării. Era „alfa” și „omega¹⁶” învățaturii sale practice. Pe toate cele duhovnicești le conecta în mod izbutit cu ascultarea. „Ascultarea”, zicea el, „se opune

¹⁶ „Alfa” și „omega” reprezintă prima și ultima literă a alfabetului grecesc, înțelegându-se prin această expresie, în contextul dat, începutul și sfârșitul învățaturii Sfântului Efrem sau principiul pe care se baza întreaga lui învățătură (n. trad.).

bolnăvicioasei noastre iubiri de sine, care se exprimă mai ales în voința însăși a gândului nostru”. Mai întâi de toate, el recomanda „ascultarea nedistinctivă față de îndrumătorul duhovnicesc și de la aceasta, în continuare, se ajunge”, după cum afirma, „la ascultarea distinctivă”¹⁷. Ascultarea și justificarea¹⁸ le considera ca fiind noțiuni contradictorii. „Justificarea”, zicea el în mod nimerit, „nu reprezintă porunca lui Dumnezeu. Nu reprezintă un mod de vindecare a mândriei neascultării. Din acest motiv, nici nu poți să rămâi smerit în mod autentic cu justificarea”. De altfel, după cum cunoaștem, această pereche ilicită, adică cea dintre neascultare și justificare, a exprimat și transpus simțitor în faptă mândria ascunsă a perechii noastre primordiale¹⁹ și a condus-o la ieșirea din rai. În consecință, ascultarea reprezintă antidotul neascultării și al justificării, după cum și modul practic de asigurare al șederii noastre în smerenie, care, precum un magnet, atrage harul lui Dumnezeu și îl menține activ.

Ascultarea are consecințe ontologice în firea umană, care sunt în mod contrar analogice cu cele ale neascultării. „Așadar, în timp ce neascultarea față de voia lui Dumnezeu a condus firea umană la boală și stricăciune, ascultarea”, spunea Sfântul Efrem, „a condus și conduce la vindecare, dar și la menținerea sănătății duhovnicești a firii umane”. „În orice măsură s-ar afla starea duhovnicească a omului, aceasta

¹⁷ Desigur, se subînțelege că este vorba despre ascultarea față de un îndrumător duhovnicesc experimentat duhovnicește, cu alte cuvinte, el să fie, mai întâi, vindecat duhovnicește și, în felul acesta, devenit terapeut pentru cei din jurul său, prin lucrarea harului dumnezeiesc (n. trad.).

¹⁸ Sau îndreptățirea de sine (n. trad.).

¹⁹ Adică a Protopărinților noștri Adam și Eva (n. trad.).

se anulează și se pierde”, după Sfântul Efrem, „prin neascultare”. Mai mult, această pierdere duhovnicească ne face datori, nu doar atunci când neascultarea se face la nivelul vizibil al faptei, ci și atunci când se face la nivelul nevăzut al gândului. Cu alte cuvinte, urcăm și coborâm pe scara duhovnicească, în mod analog cu calitatea duhovnicească a gândului nostru, care este delimitat de ascultarea sau neascultarea față de îndrumătorul nostru duhovnicesc și, prin extensie, față de Dumnezeu însuși. Fiindcă ceea ce se cere în ascultare este conformarea noastră față de voia dumnezeiască, iar destinatarul cel din urmă al ascultării noastre este însuși Dumnezeu Cel Treimic.

Ascultarea ne este de către Dumnezeu predată, nu doar în cadrul *Vechiului Testament*, ci și în cel al Bisericii. Ne-a predat-o în mod real Hristos. De altminteri, „această ascultare L-a făcut om și pe Dumnezeu”, după cum [Sfântul Efrem] afirma în mod caracteristic, „pentru a-l face pe om dumnezeu după har”. Mai mult, începutul ascultării l-a raportat [Sfântul Efrem] atât la însuși Dumnezeu Cel Treimic, cât și îndeosebi la viața sfânt-treimică. „Hristos”, zicea Sfântul Efrem, „se referea continuu la faptul că nu a venit singur în lume, ci că a fost trimis de către Dumnezeu Tatăl. El spunea câte i-a spus Tatăl Său și a făcut ascultare față de voia Lui până la moartea rușinoasă pe Cruce. Dar și Sfântul Duh, pe care Hristos ni l-a făgăduit, nu ar fi venit decât numai ca trimis de către El însuși și nu ar fi vorbit din oficiu, ci doar despre câte ar fi auzit. Așa și propria noastră ascultare față de voia lui Dumnezeu se face în conformitate cu urmarea lui Hristos”. Acesta este cel mai adânc cuvânt teologic și duhovnicesc, cum că ascultarea nu conduce niciodată la rău.

Sfântul Efrem îl situează pe Părintele duhovnicesc²⁰ în locul lui Dumnezeu, conform demersului îndrumării duhovnicești a celui care îi este supus²¹. De aceea, el îl și numește pe [un asemenea] Părinte „gura lui Dumnezeu”. Acela care cel dintâi cunoaște foarte bine puterea duhovnicească a Părintelui [respectiv] este diavolul. Și cunoaște acest lucru practic, din moment ce observă că prin Părintele duhovnicesc îi este anulată propriu-zis puterea sa. Desigur, progresul privind participarea la harul dumnezeiesc, conform experienței duhovnicești a Sfântului Efrem, este proporțional cu progresul pe care îl remarcă ucenicul în evlavia lui față de Părintele său duhovnicesc. De aceea și recomanda cu îndrăzneală: „iubirea față de Părintele duhovnicesc să fie corespunzătoare iubirii noastre față de Dumnezeu”. De altfel, el însuși vedea că harismele duhovnicești îi erau acordate de către Dumnezeu în funcție de evlavia pe care el o cultiva față de Părintele său duhovnicesc. Așa, prin ascultarea lui, pusă în legătură cu răbdarea și rugăciunea, primea străpungerea duhovnicească a inimii și lacrimi, pace interioară și acoperire duhovnicească de la umbrela duhovnicească cea apărătoare de rău. El afirma că raiul se asigură în noi prin ascultare, deoarece ascultarea, ca asceză de constrângere a sinelui nostru, ușurează „răpirea Împărăției lui Dumnezeu”. În fine, el considera ascultarea,

²⁰ În tradiția athonită, extinsă și în Grecia, este numit „Ghéron (la vocativ: Ghéronda), care înseamnă *ad literam* „Bătrân” și, prin extensie, „Părinte”, un monah sau un preot care are o viață duhovnicească îmbunătățită, fiind perceput ca sfătuitor duhovnicesc al celor din jurul său. În tradiția monahală egipteană era folosit termenul „Avva”, iar în cea slavă cel de „Stareț” (n. trad.).

²¹ Considerat a-i fi și ucenic (n. trad.).

din punct de vedere axiologic, nu doar superioară rugăciunii, ci și ca premisă a ei, fapt pe care îl confirma cu multe exemple din experiența lui personală duhovnicească. Chiar și după adormirea întru Domnul a Părintelui său duhovnicesc Iosif, era atât de vie și de strânsă legătura dintre ei încât îl vizita, după cum mi-a spus, în fiecare săptămână sau la cincisprezece zile, și discutau despre teme duhovnicești, în care se și identifica. În mod just, din acest motiv îl numeau [pe Sfântul Efrem] „lespedea de mormânt” a Părintelui său duhovnicesc.

Rod al ascultării este, conform Sfântului Efrem, rugăciunea minții. În timpul ei, mintea omului devine jertfelnic noetic (νεογò θυσιαστήριο), de unde se ridică închinarea noastră cu rațiunea (λογική λατρεία) către Dumnezeu.

Așa cum rugăciunea neîntreruptă a minții reprezintă porunca lui Dumnezeu spre toți credincioșii, potrivit mărturiilor biblice, la fel și îngâmfarea minții, în timpul ei, reprezintă o interdicție clară din partea lui Hristos. După Sfântul Efrem, calitatea duhovnicească ne este delimitată de către calitatea rugăciunii noastre. Rugăciunea ne avansează duhovnicește, într-un mod trăitor. Prin ea dobândim simțirea limpede a stării noastre. Ca o primă savoare duhovnicească, din rugăciunea minții se ivește bucuria, în timp ce dulceața care urmează este și mai înaltă decât rugăciunea. De aceea și încetează rugăciunea în multa dulceață, iar credinciosul gustă dulceața ca fiind activat de către harul dumnezeiesc.

Însă, rugăciunea minții se înfăptuiește ușor, atunci când credinciosul caută cu insistență, potrivit poruncii, Împărăția lui Dumnezeu. Adică, atunci când își dorește statornic ca numai Hristos să împărătească în inima lui, El și doar El să fie

stăpânul deplin al faptului să de a fi. Și acest lucru deoarece, după cum adesea sublinia Sfântul Efrem, Hristos este un Dumnezeu gelos.

Rugăciunea minții activează în interiorul nostru harul dumnezeiesc, care, ca dumnezeire nezidită, după cum și este, îl curăță, îl luminează și, treptat, îl îndumnezeiește harismatic pe cel ce se roagă. Îmbogățit fiind harismatic cel ce se roagă cu dumnezeirea, el are înștiințare imediată și sigură de la Dumnezeu, dobândește clarviziunea și alte harisme duhovnicești, după darul lui Hristos.

Puterea duhovnicească și eficacitatea rugăciunii, după Sfântul Efrem, depind de gradul de încărcare a inimii noastre cu durere și iubire față de acela pentru care ne rugăm. Dar rugăciunea îndurerată, iubitoare și insistentă acționează până și soteriologic la cei deja adormiți, așa cum se certifică din fapte empirice ale rugăciunii Sfântului Efrem. Rugăciunea fierbinte și plină de har o urmează, uneori, și o plăcută mireasmă perceptibilă, venită din partea Sfântului Duh, la care ne-am referit deja. Sfântul Efrem mi-a vorbit, de multe ori, despre această mireasmă plăcută și, după cum am perceput în mod sensibil, emana, din când în când, și el însuși. De altminteri, adesea, în timpul rugăciunii sale, el trăia răpirea minții sale. Descrierea experiențelor sale duhovnicești, în timpul acestor răpiri, era identică cu acelea care sunt descrise la toți teologii mistici. Un punct comun al tuturor acestor experiențe este că cel ce se roagă pierde stăpânirea de sine a minții sale, fiind condus în mod plăcut de către harul îndumnezeitor [„ca un dobitoc eram înaintea Ta (Ps 72, 22)”].

Când, însă, cât și unde va trebui credinciosul să se roage cu mintea? „Fiecare loc și fiecare timp sunt potrivite

pentru rugăciunea minții”, spunea Sfântul Efrem și înțelegea propriu-zis acest fapt. Totuși, cel mai indicat timp îl considera noaptea, datorită și respectivei liniști mai mari. Pe lângă rugăciunea rânduie, el recomanda, alternativ, metanierul, psalmodierea și studiul. El însuși însoțea și toate muncile manuale cu rugăciunea minții. Ca început pentru rugăciunea minții stabilea o jumătate de oră sau o oră la douăzeci și patru de ore. Însă, el insista ca acest lucru să se facă în mod statornic și stăruitor, fără să ne dedăm la nicio distragere. Timpul rugăciunii poate să crească referitor la durata ei, în funcție de gradul de dulceață care va însoți rugăciunea. Desigur, prin cuvântul lăuntric, rugăciunea minții se poate continua și în timpul somnului, pe când diferitele ispite, în somn sau în veghe, pot să funcționeze și ca deșteptător duhovnicesc pentru reînceperea ei.

Dar rugăciunea minții, mai ales în primele ei stadii, simte nevoia unui duh de docilitate și răbdare. De altfel, răbdarea judicioasă și insistența în rugăciune exprimă practic credința, în sensul primordial al cuvântului. Adică, încrederea noastră deplină în veridicitatea lui Dumnezeu, Care ne-a și dat porunca rugăciunii neîntrerupte.

Răbdarea, în general, ca docilitate în încercările și suferințele în care ne aflăm, arată și dragostea noastră față de Dumnezeu. În mod special, crucea suferințelor pe care o dă Dumnezeu reprezintă, după fericitul Părinte, o dovadă a marii Sale iubiri față de noi. Ucenicia noastră pe lângă Hristos trece dincolo de crucea personală a suferințelor noastre, în timp ce chibzuința noastră este cea care determină, prin excelență, ponderea trăirii corespunzătoare crucii noastre personale. O cruce mare și grea înseamnă, după Sfântul Efrem, o mare slavă duhovnicească în cer.

În consecință, este evident că suferințele și încercările sunt folositoare, deoarece prin intermediul lor ne apropiem mai mult de Dumnezeu, Care se află deja și se descoperă în durerea diferitelor suferințe. De aceea și recomanda cu emfază nu izbăvirea de boli și suferințe, ci răbdarea în ele. Răbdare recomanda și în timpul manifestării patimilor, fie ale noastre, fie ale aproapelui nostru. Dar răbdarea o extindea și în autodelimitarea noastră voluntară²² la cele cu totul necesare, conform poruncii biblice.

Răbdarea de bună voie nu are absolut nicio legătură cu complexul psihologic al mizeriei sau al masochismului. Și acest lucru pentru că, după Sfântul Efrem, ceea ce se caută prin răbdare este voia lui Dumnezeu și nu propria noastră voie, a altcuiva sau a diavolului. Desigur, este adevărat că nu cunoaștem întotdeauna voia lui Dumnezeu pentru noi. „Un singur lucru este, însă, absolut sigur”, spunea Sfântul Efrem, „cum că voia lui Dumnezeu nu este întotdeauna plăcută pentru noi”. De multe ori, chiar este și foarte amară, după cum a fost, de altminteri, și paharul morții lui Hristos pe cruce. Cunoșcătorul absolut al voinii lui Dumnezeu este doar Dumnezeu însuși. Cu toate acestea, noi, când acceptăm suferințele și încercările venite [asupra noastră], ca voia lui Dumnezeu pentru noi în mod personal, atunci ne liniștim duhovnicește și ne eliberăm de duhul neliniștii.

Încercările și suferințele le urmează mângâierea Sfântului Duh, precum și vreun alt dar al lui Dumnezeu. Când, însă, acest dar nu este evident, după Sfântul Efrem, acest lucru se referă la ștergerea vreunui păcat necunoscut. În acest punct putem să distingem adânca lui smerenie, din

²² Sau de bună voie (n. trad.).

moment ce nu se sfiește [să accepte] că poate și el [ajunge] să fie încercat de către Dumnezeu pentru virtutea lui ascunsă, precum odinioară mult-încercatul Iov.

Ca dar duhovnicesc evident, care vine după abordarea în răbdare a suferințelor, Sfântul Efrem indică umilința²³ și lacrimile, iar, în anumite cazuri, vederea slavei dumnezeiești necreate. Înainte de [această] vedere precedă, totdeauna, durerea crudă a crucii personale a suferințelor. „Din acest motiv și fără nicio altă faptă ascetică, ci doar prin răbdare”, spunea el, „poate cineva să se învrednicească de cinstea cinului îngeresc sau de faptul de a izvorî mir”.

Așadar, suferințele sunt nedespărțite de viața noastră și ne leagă organic cu Împărăția lui Dumnezeu. De altminteri, conform nimeritei sale observații, însuși cuvântul lui Dumnezeu ne confirmă că „prin multe suferințe trebuie să intrăm în Împărăția lui Dumnezeu (FA 14, 22)”. „Nimeni nu a intrat”, spunea el, „cu ușurință în Împărăția lui Dumnezeu”. Suferințele nasc smerenia cugetării noastre, fără de care nimeni nu încapă prin poarta strâmtă a raiului.

Într-o zi, i-am cerut Părintelui Efrem să-mi spună ceva, adică ce este exact smerita cugetare și cum se dobândește. Însă, el a rămas încovoiat și fără de grai, părea ca și cum nu m-a auzit. Când, după puțin timp, am revenit cu întrebarea mea, mi-a zis cu o voce foarte gravă, dar și intensă: „Nu pot să-ți vorbesc despre ceva ce nu am”. M-am cutremurat! Dacă Sfântul Efrem nu are smerenie, m-am gândit, atunci ce este cu adevărat smerenia? De îndată ce am întregit în mine acest gând, el mi-a spus: „Smerenia este veșmântul dumnezeirii, cu care s-a îmbrăcat Fiul lui Dumnezeu și a venit printre oameni”.

²³ Cu alte cuvinte, starea de străpungere a inimii (n. trad.).

Într-o altă discuție, pe care am avut-o cu el, am înțeles indirect că autenticul său mod smerit de gândire și de viațuire era rezultat al cunoașterii de sine, care rezulta din examinarea de sine și cercetarea lui sfânt-duhovnicească de sine. Această veritabilă cunoaștere de sine, care se concentra pe cunoașterea slăbiciunii sale, dădea firescul cugetării sale smerite, care cugetare, potrivit legii duhovnicești, atrage harul îndumnezeitor, care îl îmbogățește cu nenumărate harisme ale Sfântului Duh. „Cu cât se smerește omul”, spunea el, „cu atât mai mult se apropie de Dumnezeu. Și cu cât se apropie de Dumnezeu, cu atât mai mult își vede sinele său păcătos și pe alții buni, în timp ce, contrar, cu cât se îndepărtează de Dumnezeu, cu atât îi vede pe ceilalți inferiori lui. În consecință, am putea să spunem că îndepărtarea de Dumnezeu și mândria reprezintă cele două fețe ale aceleiași monede.

Simptom caracteristic al mândriei este osândirea aproapelui. Din cauza mândriei ascunse, pe care o conține osândirea, [aceasta] devine o piedică importantă în rugăciune. De fapt, [osândirea] distruge puntea comuniunii cu Dumnezeu, deoarece prin duhul mândriei, pe care îl are, înlesnește fuga harului dumnezeiesc. Culmea osândirii constă în osândirea îndrumătorului nostru duhovnicesc, adică a Părintelui nostru duhovnic. Acest lucru echivalează, după Sfântul Efrem, „cu osândirea lui Dumnezeu însuși”. Îndreptarea aproapelui nu se face prin osândirea lui, ci prin îndreptarea sinelui nostru. Chiar și în cazul greșelilor cu caracter bisericesc ale conducătorilor spirituali din Biserică, [Sfântul Efrem] recomanda răbdare și rugăciune, nu despărțirea imediată și schisma. El suferea mult pentru cheștiunea unității celei în Hristos, susținând că cea mai mare

milostivire este faptul de a-l uni pe om cu Dumnezeu. Această milostivire duhovnicească o datorăm toți sinelui nostru, dar și aproapelui nostru, din motive pur bisericești. De altfel, aceasta este și cerința prin excelență din *Rugăciunea arhierescă* a lui Hristos și scopul pentru care existăm: „ca toți să fie una” (*In 17, 21*). Însă, realizarea acestei cerințe are ca premisă fundamentală participarea omului la slava dumnezeiască nezidită, dar care se oferă numai prin Hristos și în Hristos, adică doar prin Trupul Său divino-uman, altfel spus, prin Biserica Sa, după cum ne-a confirmat însuși Fiul lui Dumnezeu în *Rugăciunea Sa arhierescă*. Participând la această slavă nezidită, cu chipul arvunei, din prezenta viață, Sfântul Efrem a luat chezașiile sigure pentru așteptata odihnă și participare a sa în Împărăția lui Dumnezeu, unde se află, prin excelență, și Tatăl celui de al optulea și fără de sfârșit veac. Să avem rugăciunea și mijlocirile sale!

*Traducere din limba greacă
și adnotări de Ion Marian Croitoru*