

CUPRINS

Introducere	5
I. Privire generală asupra izvoarelor	9
1. <i>Părinții și scriitorii duhovnicești</i>	9
Părinții din vechime (9). Părinții alexandrini (10). Scrieri monastice (11). Epoca de aur a patristicii grecești (13). Bizantinii (15). Isihasmul athonit (16). Coptii (18). Sirienii (19). Armenii (22). Georgienii (24). Rușii (24).	
2. <i>Documentele liturgice</i>	25
Principalele cărți liturgice bizantine și armene (25). Cărțile coptilor și etiopienilor (27). Cărțile liturgice ale sirienilor (28).	
3. <i>Poezia liturgică</i>	30
Imnografia greacă (30). Forme ale imnologiei bizantine (32). Poezia siriacă (34). Imnologia armeană și georgiană (34). Cântările liturgice ale Etiopiei (35).	
II. Dialogul divino-uman	36
Necesitatea rugăciunii (36). Definițiile rugăciunii (39). Diversele feluri de rugăciuni (40). Rugăciunea către Tatăl (42). Fii prin Fiul, în Duhul Sfânt (43). Unicul Mijlocitor (44). În Duhul (45). Epicleza (47). Evlavia față de umanitatea lui Hristos (48). Contemplarea misterelor vieții lui Hristos (50). Imitarea sfinților (51). Anamneză eclezială (51). Mijlocirea sfinților (53). Cultul Maicii Domnului (54). Îngerii (55).	
III. Rugăciunea de cerere	57
Adresarea de cereri lui Dumnezeu (57). Mulțumirea (57). Rugăciunea de cerere în pedagogia divină (59). Ascultarea (61).	

Voia lui Dumnezeu — norma cererilor (64). Ordinea cererilor (65). Cererea „lucrurilor mari“ (66). Rugăciunea pentru iertarea păcatelor (68). Rugăciunea pentru alții (69). Rugăciunea pentru defuncți (71). Rugăciunea pentru bunurile vremelnice (72). Stăruința în rugăciune (72). Minunea (74).

IV. Rugăciunea trupească 76

Trupul la rugăciune (76). Sensul trupului (77). Gesturile tradiționale (78). Semnul crucii (79). Îngenuncherile (80). Rugăciunea vocală (81). Sensul pedagogic al rugăciunilor vocale (82). Puterea cuvintelor (83). Caracterul sacru al rugăciunilor vocale (85). Recitarea unor formule fixe sau rugăciune liberă? (86). Glosolalia (88). Rugăciuni lungi sau scurte? (89). Poliloghia (89). Recitarea în comun (90). Cântarea (91). Psalmii (92).

V. Rugăciunea liturgică 94

1. Caracterul comunitar 94

Adunarea creștină (94). Forța unificatoare a riturilor (95).

2. Caracterul doxologic 96

Strălucirea Slavei lui Dumnezeu (96). Liturgia ca învățătură a adevărului (98). Aspectul contemplativ al liturghiei (98). Caracterul mistic al liturghiei (99). Explicarea alegorică a liturghiei (100). Frumusețea liturghiei (100). Învățătura tradițională (102).

3. Caracterul de anamneză și de euharistie 104

Aducerea-aminte de lucrurile cele mari ale lui Dumnezeu (104). Sărbătorile — anamneză solemnă (105). Prăznuirea duhovnicească a sărbătorilor (106). Mulțumirea — *eucharistia* (108).

4. Eshatologismul liturgic 109

Așteptarea parusiei (109). Caracterul epicletic (110). Eshatologism penitențial (110). Sensul eshatologic al cultului divin (111). Sfințirea timpului (112). Oficiul divin — timpul inspirațiilor (113).

5. Sfintele Taine 113

Viața creștină e sacramentală (113). Caracterul contemplativ al Sfintelor Taine (114). Rugăciunile eshatologice (114). Caracterul ecleziologic (115). Pregătirea pentru Sfintele Taine (116). Botezul (116). Mirungerea (117). Împărtășania frecventă (117). Efectele Euharistiei (119). Euharistia și experiența mistică (122). Mărturisirea (123). Maslul (123). Cununia (124). Preoția e spre folosul Bisericii (125). Spiritualitatea preoției (126).

VI. Lectura meditată	128
1. <i>Cartea duhovnicească</i>	128
Cuminecătură duhovnicească (128). A „doua navigație“? (129). Biblia (130). Extinderea numelui „Dumnezeiască Scriptură“ (131). Florilegiile patristice (133). Omiliile Părinților (133). Biografiile sfinților (134).	
2. <i>Căutarea sensului duhovnicesc</i>	135
Dincolo de „literă“ (135). „Cercetați Scripturile“ (136). Tipologia și alegoria (137). Exegeza morală (138). Exegeza mistică a siriienilor și armenilor (139).	
3. <i>Meditația</i>	140
<i>Haga – meletân – meditari</i> (140). A învăța pe de rost (141). „Mărturiile“ Scripturilor (142). Rațiunea discursivă în meditație (143). „Întrebuintarea puterilor“ (144). Uzul imaginației în meditație (146).	
VII. Contemplația	149
1. <i>Răsăritul contemplativ</i>	149
Maria răsăriteană — Marta occidentală? (149). Două mentalități diferite: o obiecție împotriva contemplației (151). Studiul de vocabular (153). <i>Theoria</i> (154). <i>Gnósis</i> (155). Definiția contemplației (156).	
2. <i>Obiectul contemplației</i>	157
Știința ființelor (157). Contemplația nu este vederea „suprafeței“ lucrurilor (157). Contemplația filozofică și obiectul ei (158). Obiectul contemplației duhovnicești nu este logosul filozofic, ideea, definiția (159). Știința „simplă“ și știința „spirituală“ (159). Ostilitatea monahilor față de cunoașterea rațională (160). <i>Lógos theotelès</i> (161). Diferitele „întrupări“ ale Logosului (162). Glasul universului (164). Voința lui Dumnezeu (165). „Înțelepciunea lumii“ (166). Viziunea eshatologică (167).	
3. <i>Organul contemplației</i>	168
<i>Nous</i> -ul — facultate divină (168). <i>Nous</i> -ul singur? (169). <i>Nous</i> -ul intuitiv (170). Simțurile duhovnicești (171). <i>Nous</i> -ul luminat (172). Pentru a sesiza „logoi“-i omul trebuie să fie „logikos“ (174). De la credință la gnoză (175). <i>Nous</i> -ul curățit (177).	
4. <i>Praxis conduce la theoria</i>	179
Formulele (179). Curățirea trebuie să precedă luminarea (180). Virtuțile introduc cunoașterea (181). Iubirea e „ușa cunoștinței“ (181). Viața în Hristos duce la luminare (182). <i>Katabasis</i> se convertește în <i>anabasis</i> (183). De la cele văzute la cunoașterea celor nevăzute (183). Omul întreg intră în relație cu Dumnezeu (184). Teologia timpului și a veșniciei (184). Unitatea asceză-mistică (185).	

5. <i>Treptele contemplației</i>	185
<p>Schema evagriană (185). Contemplația naturală (187). „Exegeza morală“ a cosmosului (188). Inspirația în vederea laudei lui Dumnezeu (189). Frumusețea lumii (189). Contemplația realităților nevăzute (191). Contemplația Providenței (192). Contemplația judecării (194). <i>Theologia</i> (195). Vederea cerească (196).</p>	
VIII. Mistica	198
1. <i>În pragul necunoașterii</i>	198
<p>Adevărul e mistic (198). Misterul creștin (199). Revirimentul cunoașterii mistice în secolul IV (200). Imaginile urcușului mistic (202). Urcușul Muntelui Sinai (203).</p>	
2. <i>Teologia negativă</i>	205
<p>Calea apofatică (205). Tot ceea ce cade sub simțuri e străin de Dumnezeu (206). Respingerea imaginilor la rugăciune (207). Vedenii imaginare (207). Dincolo de conceptele raționale (209). Neștiința învățată (210).</p>	
3. <i>Întunericul luminos</i>	211
<p>Intrarea în întuneric (211). Erosul devine cunoaștere (213). Problema crucială a misticii necreștine (214). <i>Eros</i>-ul uman satisfăcut de <i>Agape</i>-Dumnezeu (215). Epectază (216). Rolul lui Hristos în mistică (217). Martiriul și învierea minții (218).</p>	
4. <i>Extazul</i>	220
<p>Fenomenele extatice (220). Extazul — polarizare obiectivă (221). Extazul — „posesiune“ (222). Extazul profeților (223). Extazul — suspendare psihologică a facultăților (224). Extazul duhovnicesc (225). Rugăciunea duhovnicească după Sfântul Isaac Sirul (227).</p>	
5. <i>Teologia simbolică</i>	228
<p>Lumea — o „pădure de simboluri“ (228). Mistica scripturistică (229). Simbolismul lumii văzute (229). Mistica evenimentelor (230). Vederea lui Dumnezeu prin vederea de sine (231). Simbolurile credinței (233). Valoarea transcendentă a dorinței de fericire (234). Simbolismul iubirii trupești (235). Simbolismul trupului uman (236). Mistica Bisericii (236). Primejdiile teologiei simbolice (237). Idolatria trupească (239). Idolatria conceptelor (240). Tot ceea ce nu este Dumnezeu poate deveni un idol (241).</p>	
6. <i>Mistica luminii</i>	241
<p>Două feluri de mistici (241). Dumnezeu este Lumină (242). Două tendințe ale misticii luminii (242). Evagrie: puritatea intelectului — condiție a vederii luminii curate (243). „Cunoașterea ființială“, vederea luminii proprii (244). Nuditatea minții — termen tradițional (246). Confruntarea celor două căi mistice (247). Lumina în inimă după Sfântul Simeon Noul Teolog (248).</p>	

7. <i>Mistica inimii</i>	249
<p>Importanța temei pentru spiritualitatea răsăriteană (249). Ambiguitatea termenului (251). Inima în Biblie (251). Inima în antropologia creștină (252). Înălțarea minții spre Dumnezeu (254). Duhul în inimă (254). Inima — principiu al unității persoanei (255). „Starea“ omului (256). Luarea-aminte la inimă (257). Cunoașterea inimii (258). Sentimentele duhovnicești (260). Mângâierile duhovnicești (261). Lacrimile (262).</p>	
8. <i>Expresii mistice</i>	264
<p>Limbajul autorilor duhovnicești (264). Nunta duhovnicească (264). Beția duhovnicească (266). Somnul veghetor (268). Vederea locului lui Dumnezeu (269). Rugăciunea de foc (271). Vederea lui Dumnezeu în „energiile“ Sale (272). Mistica „anarhică“, „a speranței“ și „a iubirii“ după V. Ivanov (273).</p>	
IX. Dispozițiile pentru rugăciune	275
<p>Pregătirea pentru rugăciune (275).</p>	
1. <i>Inima curățită</i>	276
<p>Curățirea (276). Purificarea rituală (277). Purificarea morală, de păcat (277). <i>Apatheia</i> (278). <i>Amnesikakia</i>, uitarea relelor (278). Întristarea (279). Curățirea trupului (279). Postul (280). Curățirea simțurilor (282). Fuga de lume (282). Curățirea minții (<i>nous</i>) (283). Împrăștierea (284). Lupta contra demonilor (285). Examenul de conștiință (287). Scopul examenului de conștiință (288).</p>	
2. <i>Virtuțile</i>	290
<p>Virtuțile în general (290). Evlavia (290). Credința simplă, nădejdea (290). Frica de Dumnezeu (291). Ascultarea (291). Smerenia (292). Blândețea, răbdarea (293). Purtarea crucii (293). <i>Pénthos</i>-ul (294). Bucuria (294). Recunoștința (294). Sărăcia (295). Milostenia (295). Fecioria (295). Iubirea (296).</p>	
3. <i>Locul rugăciunii</i>	297
<p>Orice loc e potrivit pentru rugăciune (297). Locurile privilegiate (297). Aspectul hristologic al templului creștin (299). Icoana Bisericii una (300). Simbolul universului sfințit, reunit în Hristos (301). O predică văzută (302). Locul harului (303). Cultul icoanelor (303). Creatul — simbol al Necreatului (304). Funcția sacerdotală a picturii (305). Vederea duhovnicească (306). Pelerinajul (307).</p>	
X. Isihasmul	309
1. <i>Principalele caracteristici</i>	309
<p>Istoria isihasmului (309). Sensul cuvântului <i>hesychia</i> (311). Liniștirea singurătății (312). Tăcerea (313). <i>Amerimnia</i> — tăcerea interioară (314). <i>Nepsis</i> — <i>antirrhesis</i> (315). Atenția —</p>	

	<i>prosochè</i> (316). Vederea luminii taborice (319). Pomenirea lui Iisus (321).	
2.	Rugăciunea lui Iisus	321
	Istoricul Rugăciunii lui Iisus (321). Puterea numelui lui Iisus după unii autori ruși (323). Invocarea numelui divin în Biblie și la primii creștini (325). „Ai milă de mine“ (326). Dumnezeu și omul păcătos (327). Treptele Rugăciunii lui Iisus (328). Înlocuiește Rugăciunea lui Iisus celelalte rugăciuni? (329).	
3.	Metoda psihofizică	331
	Metoda atribuită Sfântului Simeon Noul Teolog (331). „Suporturile exterioare“ (332). Chilia întunecată (332). Scăunelul jos (332). Respirația (333). Localizarea atenției în partea superioară a inimii (333). Pelerinul rus (335). Fenomenele naturale ce urmează practica metodei (337). Controverse în jurul metodei (338). Dubla lumină (340). Dubla căldură (340). Remarci finale (342).	
	Concluzie	344
	Cererea adresată Tatălui în viața treimică (344). Rugăciunea vocală (345). Rugăciunea liturgică (346). Contemplația (346). Scara mistică (346). Metodele de rugăciune (347). Porunca Apostolului: Rugați-vă neîncetat (<i>I Tesaloniceni 5, 17</i>) (347). Rezolvările problemei (348). Superioritatea contemplației? (349). „Dispoziția bună“ (350). Pomenirea lui Dumnezeu în gândirea Sfântului Vasile cel Mare (351). Starea de rugăciune (353).	
	Bibliografie selectivă	355